

**ДЗА ПАТРУЛ РИНПОЧЕ  
«ОСОБЫЕ НАСТАВЛЕНИЯ ПРЕМУДРОГО И СЛАВНОГО ЦАРЯ»**

**КОРЕННОЙ ТЕКСТ**

Хвала Гуру! Воззрение — Лонгчен Рабджампа;

Медитация — Кенце Одзер;

Действие — Гьялве Вьюгу.

Всякий, кто усердно практикует подобным образом,

Обретет мгновенное просветление (состояние будды) еще в этой жизни;

Если же он и не сможет [обрести окончательный плод практики], то насладится счастьем.

А-ла-ла!

**I**

Что касается воззрения — Лонгчен Рабджампы:

Есть три наставления, проникающие в самую суть практики.

Прежде всего, установи свой ум в состоянии покоя и расслабления,

Не пытайся ни рассеивать, ни сосредоточивать мысли.

[Обнаружив себя] в этом состоянии равностности и полного расслабления,

По [непроизвольно возникающим] мыслям ударь криком ПХАТ!

Сильно и резко. ЭМА-ХО! (О чудо!)

Не осталось ничего, кроме изумленной открытости;

Она всепроникающа.

Нет ничего препятствующего; она неопишима.

Узнай в ней непосредственное истинное Осознание, которое есть сама Дхармакая.

Таково первое сущностное наставление — о прямом введении в [знание] своей изначальной природы.

**II**

Отныне, возбужден ум или пребывает в покое,

Возникают ли гнев или вожеление, радость или печаль,

Во всякое время и во всех обстоятельствах,

(Снова и снова) узнавай эту, уже познанную тобой, Дхармакаю,

(Подобно тому), как два Ясных Света — мать и сын — узнают друг друга при встрече,

И так оставайся в этом состоянии неопишуемого Осознания.

Если возникнут приятные ощущения, состояние покоя или ясности, или же пронесутся какие-либо мысли,

Снова и снова отсекай их внезапным криком ПХАТ!, соединяющим в себе мудрость с искусными средствами [обретения просветления].

Исчезает различие между медитативным погружением и состоянием после него (послемедитативным постижением),

Между периодами медитации и перерывами в практике;

Постоянно пребывай в их нераздельности.

Однако те, которые не могут сразу достичь [стабильности на таком уровне],

Должны, избегая мирских дел, усердно заниматься медитацией,

Разделяя свою медитативную практику на определенные периоды.

Во всякое время и во всех обстоятельствах

Постоянно пребывай в этой единой Дхармакае,

И увидишь, что нет ничего превыше этого [состояния].

Таково второе сущностное наставление — о прямой решимости [пребывать] в этом едином состоянии.

### III

В это время могут возникать [помышления и чувства] вожеления или ненависти, радости или печали,

Или различные рассудочные мысли.

Продолжая узнавать их [как мысли], не следуй за ними,

Оставаясь в состоянии освобождающего восприятия Дхармакаи.

Как рисунок, сделанный на поверхности воды, исчезает одновременно с появлением,

Так нет различия между самовозникновением и самоосвобождением мыслей.

Что бы ни возникало в пространстве ума, все становится пищей для пустотного обнаженного Осознания.

Все движения мысли являют собой творческую энергию Славного Царя, который есть сама Дхармакая;

Самоосвобождаясь, они исчезают без следа.

А-ла-ла!

Возникают они так же, как и прежде;

Суть в том, как они освобождаются (исчезают).

Без [понимания] этого путь медитации приведет лишь к умножению иллюзий.

Тот же, кто постиг [эту суть], и без медитации пребывает в истинном состоянии Дхармакаи.

Таково третье сущностное наставление, о прямом пребывании в уверенности освобождения.

Истинное *воззрение* соединяет в себе все три вышеперечисленных сущностных наставления,

*А медитация*, основанная на единстве мудрости и сострадания

*И действие*, свойственное Сынам Победоносного (бодхисаттвам), подобны друзьям [этого *воззрения*].

Даже все будды трех времен, собравшись вместе,

Не смогли бы дать более возвышенное учение.

Творческая энергия истинного Осознания, являющая сокровища Дхармакаи [открывателю *терма*],

Даровала эту драгоценность, обретенную в обширном пространстве мудрости.

Это не похоже на извлечение золота из земной руды;

Здесь заключен последний завет самого Прахеваджры (Гараба Дорже)

И духовная суть трех линий передачи Учения.

Эти наставления следует давать ближайшим сердечным сыновьям и запечатлеть печатью [молчания].

Написанное здесь исходит из глубины сердца

И является моим сердечным наставлением, сутью истинного смысла.

Не дайте этим наставлениям исчезнуть из мира,

Но также не позволяйте глупцам исказить суть этого учения.

Таковы "Особые наставления Премудрого и Славного Царя".

## КОММЕНТАРИЙ

### Пролог

Хвала моему благому Учителю, наделенному несравненным состраданием. Здесь я дам краткое объяснение практики в связи с основными положениями о *воззрении, медитации и действии*.

Прежде всего: поскольку Учитель по своей сути полностью воплощает в себе совершенства Трех Драгоценностей, тот, кто возносит ему хвалу, в действительности восхваляет тем самым все источники прибежища. Потому в коренном тексте сказано:

*"Хвала Гуру"*.

Далее, если вы практикуете с сердечным чувством, понимая, что ваш коренной Гуру, равно как и Учителя всех полученных вами линий передачи [Учения] нераздельны с вашим собственным умом, тогда все три [основные положения] — воззрение, медитация и образ действия — естественным образом становятся составной частью вашей практики. Здесь мне следует объяснить значение имен моих наставников: моего коренного Гуру, а также учителей моей линии передачи.

Прежде всего, *воззрение* состоит в осознании того, что все многообразие явлений сансары и нирваны пребывает в изначальном совершенстве обширного пространства Дхармадхату, вне всяких рассудочных построений. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Воззрение — Лонгчен Рабджампа"* (что означает "обширное безграничное пространство").

Что касается воззрения, по своей природе свободного от искусственных рассудочных построений: с одной стороны, оно постоянно укрепляется средствами *различающей мудрости* (санскр. *prajna*) и *глубокого постижения* (санскр. *vipasyand*), а потому ему присуще единство *мудрости и пустоты*. И, с другой стороны, это воззрение пребывает в равностном и однонаправленном созерцании, в котором оно нераздельно с *искусными средствами* концентрации, успокаивающей ум (санскр. *samatha*), а потому наделено свойством *любящей доброты*. Так осуществляется *медитация*, соединяющая воедино *постижение пустоты и сострадание*, поэтому в коренном тексте говорится:

*"Медитация — Кенце Одзер"* (что означает "светоносные лучи мудрости и сострадания").

Объединив в себе такое *воззрение* и *медитацию*, приступай к практике шести совершенств, *действуя* для блага всех живых существ по методу бодхисаттв, которые подобны молодому побегу [чей удел — развиться до состояния] будды. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Действие — Гьялве Ньюгу"* (что означает "молодой побег грядущего просветления").

О том, кто практикует, сочетая в себе вышеописанные *воззрение, медитацию и действие*, говорится, что он наделен поистине благой судьбой. Поэтому (в коренном тексте) сказано:

*"Всякий, кто усердно практикует подобным образом..."*.

Далее, тот, кто, удалившись в уединенное место, откажется от всех мирских забот и полностью сосредоточится на практике, еще в настоящей жизни обретет освобождение в изначальном чистой Дхармакае. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"... обретет мгновенное просветление (состояние будды) еще в этой жизни"*.

Если же ему и не удастся достичь этой цели, то, обратившись всем сердцем к вышеописанным *воззрению, медитации и действию*, в своей нынешней жизни он осознает все подлежащие трансформации "яды бытия" и далеко продвинется по пути совершенства;

не отказываясь от необходимых деяний повседневной жизни, он избежит тревоги и неудовлетворенности, а в следующих рождениях будет восходить от одного благого существования к другому. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Если же он и не сможет [обрести окончательный плод своей практики], то насладится счастьем. А-ла-ла!"*

### **Первый основной пункт**

Теперь я шаг за шагом объясню воззрение, медитацию и образ действия, наделенные вышеописанными благими качествами. Прежде всего скажу о практике *воззрения*. В коренном тексте говорится:

*"Воззрение — Лонгчен Рабджампа, обширное безграничное пространство".*

Эти тайные наставления, проникающие в самую суть практики, в корне пресекают все заблуждения. Поэтому в коренном тексте сказано:

*"Есть три наставления, проникающие в самую суть практики".*

Прежде всего, существует метод, приводящий к возникновению *воззрения*. Согласно обычному методу практики, свойственному Лакшанаяне, практикующий постепенно устанавливает себя в правильном воззрении посредством изучения различных писаний и рассуждения. Согласно же подходу системы Тайной Мантры, практикующий, опираясь на "примерное" знание, полученное на третьем этапе посвящения, во время четвертого посвящения вводится в действительное знание об изначальном осознании. Это по-разному осуществляется в различных школах. Но здесь представлен метод святых Гуру линии Сиддхов, который служит для прямого введения в изначальную природу ума посредством растворения всех форм активности сознания.

В те периоды, когда в сознании вздымаются волны вводящих в заблуждения ложных помышлений, за ними вслед увлекается поток рассудочного мышления (состоящий из многочисленных грубых по своей природе мыслей); они следуют за чувственными объектами и скрывают чистый лик природы ума. Поэтому, даже если прежде практикующий и обрел постижение этой природы, он более не в состоянии ее различить. По этой причине следует прежде всего успокоить поток грубого рассудочного мышления. В коренном тексте говорится:

*"Прежде всего, установи свой ум в состоянии покоя и расслабления".*

Если просто позволить уму успокоиться, не делая при этом специальных усилий что-либо изменить в нем, он сам по себе вступит в это состояние знания - ведения, или изначального осознания, которое [по своей природе] есть Ясный Свет. И поскольку его естественное состояние невозможно постичь путем рассудочных построений, для того, чтобы обнаружить в себе это саморожденное и изначальное осознание, чуждое искусственным построениям и усилий, следует, как сказано в коренном тексте, [пребывать в равности],

*"...не пытайся ни рассеивать, ни сосредоточивать мысли".*

Но начинающий, даже если ему удастся установить свой ум в этом естественном состоянии, не сможет преодолеть привязанность к сопутствующим такой медитации переживаниям наслаждения, ясности и отсутствия мыслей. Поэтому в коренном тексте говорится: "Обнаружив себя в этом состоянии равности и полного расслабления...".

Для того чтобы избавиться от привязанности к таким переживаниям и обнаружить безыскусную природу обнаженного подлинного Осознания, не загрязненного никакими проявлениями, следует, как сказано в коренном тексте,

*"...по произвольно возникающим мыслям ударить криком ПХАТ!".*

Этим пресекается поток мыслей, и поскольку главное — прервать свою медитацию, созданную посредством деятельности ума, необходимо произнести ПХАТ! сильно и резко. Как сказано в коренном тексте:

*"... сильно и резко. О чудо!".*

В этот момент, освободившись от всех представлений типа "это мысль" или "это ум", практикующий обретает освобождение. Поэтому в коренном тексте сказано:

*"Не осталось ничего, кроме изумленной открытости...".*

В этой Дхармакае, свободной от рассудочных построений, пребывает в своей таковости превосходящая всякую деятельность ума изначальная мудрость в аспекте всепроникающего обнаженного Осознания. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"...она всепроникающа".*

Говорится "всепроникающа", потому что превосходит все ограничения и всякую двойственность, такие понятия, как "возникновение" и "прекращение", "существование" и "несуществование", и так далее. Это есть самая суть в-себе-самом-пребывающего знания-ведения, непостижимого умом и невыразимого словом. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Нет ничего препятствующего; она неопишима".*

Главный смысл этого наставления состоит в том, что именно прямое подлинное Осознание, видимое как *основа*, на самом деле и есть сама Дхармака. И поскольку изначальная чистота (ума), свободная от всяческих концептуальных построений, есть истинное *воззрение* йогического пути, до тех пор, пока практикующий не получит опыта такого Осознания, он в созерцании и практике останется на уровне воззрения, созданного работой своего мирского ума. Тогда его воззрение и медитация будут столь же далеки от пути естественного Великого Совершенства (Дзогчен), как небо отстоит от земли. Он не сможет даже приблизиться к сущностной практике Ясного Света, которая, по сути, есть не-медитация. Поэтому столь важно прежде всего понять именно это наставление (о прямом подлинном Осознании). Как говорится в коренном тексте:

*"Узнай в нем непосредственное подлинное Осознание, которое есть сама Дхармака".*

Именно таково значение первого из трех проникающих в суть наставлений. Если нет прямого введения (в состояние прямого подлинного Осознания) посредством *воззрения*, не возникнет причины для пребывания в этом (состоянии Осознания) посредством *медитации*. Поэтому так важно с самого начала установить *воззрение* на основе *прямого введения*. Если же практикующий получил прямое введение в это самосущее, в нем самом пребывающее изначальное знание, у него не будет нужды искать что-либо еще (вне самого себя). И поскольку здесь не идет речь о том, чтобы создать в своем уме нечто, что не существовало в нем прежде, в коренном тексте говорится:

*"Таково первое сущностное наставление — о прямом введении в [знание] своей истинной изначальной природы".*

## **Второй основной пункт**

Теперь я немного подробнее объясню метод практики медитации. Если практикующий не пытается возбудить в себе мысли или успокоить их, создать или прекратить что-либо, и его созерцание подобно ровному и непрерывному речному потоку, это состояние и являет

собой истинную природу Дхармакаи. Если мысли возникают и множатся в его уме, он просто продолжает пребывать в состоянии (переживания) творческой энергии изначального знания. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Отныне, возбужден ум или пребывает в покое..."*.

Силой этой творческой энергии сознания в уме возникают различные страстные помышления, такие, как гнев или вожделение, что является собой Истину о причине страдания, или же реакция на них в виде переживаний радости или печали, что является собой Истину о (самом) страдании. Познав, что по своей природе эти помышления есть не что иное, как игра творческой энергии твоего ума, ты тем самым преобразуешь их в чистую Дхармакаю. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Возникают ли гнев или вожделение, радость или печаль..."*.

Но если практикующий и получил посредством *воззрения* прямое введение (в состояние подлинного Осознания), а затем вновь увлекся потоком обыденных ложных помышлений, не будучи в состоянии остановить их посредством медитативного сосредоточения, этот поток множасьих дискурсивных мыслей вновь ввергнет его в круговорот сансары. И когда его мысли начнут струиться вне русла, проложенного Дхармой, он станет уже неотличим от всех прочих одержимых неведением живых существ, блуждающих в сансаре. Поэтому в коренном тексте сказано, что следует пребывать в самоустановленном состоянии не-медитации

*"...во всякое время и во всех обстоятельствах..."*.

Итак, возбуждается ли сознание множасьими мыслями, или остается в покое и неподвижности, нет необходимости подавлять каждую из них посредством особого противоядия. Напротив, какие бы мысли и негативные эмоции ни возникали, единственным и достаточным противоядием, освобождающим каждую из них, является узнавание - вспоминание *воззрения*, обретенного в прямом введении (суть которого описана выше). Поэтому в коренном тексте говорится:

*"...узнавай эту уже познанную тобой Дхармакаю..."*.

Рассудочные мысли и негативные эмоции продолжают возникать, но если практикующий сможет увидеть их нераздельность с изначальным осознанием Дхармакаи, и что по своей истинной природе они есть не что иное, как Ясный Свет Дхармакаи, это станет для него тем, что носит название Материнского Ясного Света, Основы всего сущего. А Ясный Свет его собственного осознания, явленный ему прежде Учителем (Гуру) и тождественный вышеописанному воззрению, называется Ясным Светом Пути практики. Пребывание же в этом своем естественном состоянии, где Ясный Свет Основы сливается в единстве с Ясным Светом Пути, известно как встреча Сыновнего и Материнского Ясного Света. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"...как два Ясных Света — мать и сын — узнают друг друга при встрече..."*.

Таково *воззрение* (показывающее) Ясный Свет постижения своей истинной природы; постоянно памятуя об этом, практикующий находится в состоянии созерцания, ничего не создавая и не отсекая, не принимая и не отвергая возникающие мысли и эмоции, создаваемые творческой энергией его ума. Это главное наставление в отношении практики, поэтому в коренном тексте говорится:

*"...и так оставайся в этом состоянии неопишуемого Осознания"*.

Если начинающий длительное время пребывает в таком созерцании, в чистое пространство его естественного состояния начнут вторгаться переживания наслаждения, ясности или отсутствия мыслей. Устраняя пелену подобных переживаний, он снова обнажает лицо подлинного Осознания, так, чтобы изначальное знание засияло вновь. В одном из

текстов говорится: *"Нарушая [привычное течение] своей медитации, йогин совершенствуется подобно тому, как усиливается горный поток, падающий с высоты"*. Поэтому в коренном тексте сказано:

*"Если возникнут приятные ощущения, состояние покоя или ясности, или же пронесутся какие-либо мысли, снова и снова отсекай их..."*.

Каков же метод этого отсечения? Когда возникают вышеописанные переживания покоя, приятных ощущений или ясности, следует разорвать цепи этих привязанностей гневным криком ПХАТ!, который подобен молнии, сверкнувшей в небесах. Этот мощный звук ПХАТ! соединяет в себе слог "ПХА", являющийся выражением искусных средств накопления добродетели, и согласный звук "Т" различающей мудрости, рассекающей покровы иллюзии. Поэтому в коренном тексте сказано:

*"...отсекай их внезапным криком ПХАТ!, который соединяет в себе мудрость с искусными средствами"*.

Итак, ни на мгновение не отступая от единства с сутью этого опыта, практикующий постоянно пребывает в неопишемом всепроникающем Осознании. По этой причине для него не существует различия между периодом равностного созерцания и следующим за медитацией переживанием послемедитативного постижения. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Исчезает различие между медитативным погружением и состоянием после него (послемедитативным постижением, rjes-thob)..."*.

Поэтому нет различных видов медитативных практик, предназначенных для периода собственно медитации и для деятельности в перерывах между ними, а потому в коренном тексте говорится, что нет различия:

*"...между периодами медитации и перерывами в практике..."*

А потому великий мастер медитации не медитирует; это йогин, в котором самосущее и непрерывное Изначальное осознание струится подобно непрерывному речному потоку. Более того, в нем не возникает даже малейшего побуждения к медитации, и он ни на мгновение не отвлекается (от состояния присутствия). Как сказано в одном из текстов: *"Я никогда не медитировал и никогда не отступал от медитации, а потому всегда поистине пребываю в ней"*. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"... постоянно пребывай в их нераздельности"*.

Итак, подходящим сосудом для учения пути естественного Великого Совершенства является тот, кто способен обрести мгновенное освобождение посредством одного только слышания Учения; все явления и мысли полностью освободятся для него в пространстве Основы, и что бы ни возникло в сфере его восприятия, все немедленно преобразуется в чистую Дхармакаю. Для человека, достигшего такого состояния, нет ни медитации, ни медитирующего. Тот же, кто наделен меньшими способностями, а потому следует постепенному пути, попадая временами под власть ложных мыслей, должен усердно медитировать до тех пор, пока не достигнет определенной стабильности в своей практике. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Те, которые не могут сразу достичь стабильности на таком уровне практики..."*.

Далее, что касается этой медитации: если накоплены причины возникновения концентрации, результатом непременно станет появление медитативного опыта. Но с другой стороны, сколько бы начинающий ни пытался медитировать среди отвлекающей мирской суеты, никакого опыта он не получит. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"... должны усердно заниматься медитацией, избегая мирских дел..."*.



Кроме того, хотя с точки зрения практики в действительности и не существует различия между состоянием стабильной медитации и следующего за ней периода послемедитативного постижения, если практикующий сперва не вступит в состояние медитативного созерцания, он не сможет впоследствии соединить изначальное знание, полученное как результат медитивного опыта, с последующими переживаниями в период послемедитативного постижения. А потому, хотя он и попытается превратить свою повседневную деятельность в Путь, непременно возникнут отклонения и блуждания. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"...разделяя свою медитативную практику на определенные периоды".*

Тот, кто практикует, разделяя свою практику на периоды, должен выбрать определенный объект медитации для фиксации ума, чтобы длительное время оставаться в созерцании. Но когда он приступит к объединению этого состояния с выполнением своих повседневных дел в периоды после медитации, не зная при этом, как сохранить нерушимым состояние созерцания, ему не удастся посредством этого противоядия взять под контроль все процессы, связанные с сопутствующими вторичными причинами. Эти вторичные причины, как, например различные отвлекающие мысли, вызывают рассеянность, и ум такого человека вернется в обыденное состояние смущения и замешательства. Поэтому так важно в послемедитативные периоды поддерживать состояние всепроникающего изначального осознания и постоянно пребывать в нем. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Во всякое время и во всех обстоятельствах..."*

Более того, в такое время практикующему нет нужды искать какую-либо иную медитацию. Он пребывает в состоянии созерцания, неотделимого от *воззрения* Дхармакаи, в то время, как его мысли и действия текут и совершаются своим чередом, без всяких попыток с его стороны что-либо создавать или прекращать. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"...постоянно пребывай в этой единой Дхармакае..."*

Такая практика есть естественная и свободная от рассудочных построений йога, в которой покой ума (*шаматха*) и высшее постижение (*випашьяна*) сливаются в единстве, а потому практикующий постоянно пребывает в состоянии саморожденной несозданной Дхарматы. Здесь заключена суть всех тантрических практик Ваджраяны. Именно это знание передается во время четвертого посвящения. Это особое учение, Исполняющая желания драгоценность, передаваемая по линии Махасиддхов. Именно в этом несравненном состоянии пребывали все достигшие реализации йогины Индии и Тибета, как Старой (Ньингмапа), так и Новой (Сармапа) школ, а потому следует иметь полное доверие и убежденность в истинности этого состояния. Если же кто-то пожелает испить воды каких-либо иных [еще более] тайных наставлений, он уподобится человеку, ищущему в густом лесу слона, который уже стоит у него во дворе. Пойманный в ловушку фантазий своего собственного ума, такой человек упустит время, необходимое для обретения освобождения. Поэтому следует сохранять непоколебимую уверенность в том, что это основное положение представляет собой самую суть практики. В коренном тексте говорится:

*"...и увидишь, что нет ничего превыше этого [состояния]"*

Итак, обнаружив, что Дхармака есть ни что иное, как само состояние будды, переживаемое как обнаженное изначальное знание, самосущее и не подверженное загрязнению, следует пребывать в этом. Таково второе тайное наставление, касающееся сути практики. И поскольку это необычайно важно, в коренном тексте говорится:

*"Таково второе сущностное наставление — о прямой решимости (пребывать в этом) едином состоянии"*

### **Третий основной пункт**

Если практикующий не обрел уверенности относительно этого метода прямого вхождения в состояние самоосвобождения и лишь практикует медитацию успокоения ума, его уделом станет рождение в одном из высших миров сансары. Поэтому он не обретет полного контроля над вторичными причинами, такими как гнев и вождление, не сможет пресечь поток волевых импульсов (*'du byed*, санскр. *samskṛnn*) и в его уме не возникнет достаточной уверенности самопознания. Поэтому так важно обрести уверенность в этом методе самоосвобождения.

Временами может возникнуть сильное вождление к объекту желания или отвращение к нежеланному; радость по поводу накопленного богатства и благоприятных условий существования или печаль от неурядиц, несчастий, болезней и так далее; все это есть ни что иное, как проявление творческой энергии подлинного Осознания, а потому очень важно по-прежнему держаться за основу освобождения — изначальное знание. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"В это время могут возникать [помышления и чувства] вождления или ненависти, радости или печали..."*.

Если практикующий не сделает основой своей практики самоосвобождение мыслей в момент их возникновения, порождаемый умом непрерывный поток подсознательного дискурсивного мышления станет причиной накопления кармы, удерживающей его в круговороте бытия. Итак, непрерывное освобождение всех грубых и тонких мыслей в самый момент их возникновения есть основа практики, а потому в коренном тексте упоминаются *"различные рассудочные мысли"*, которые могут возникать в этом состоянии.

Итак, что касается потока возникающих в уме рассудочных помышлений, следует распознавать их природу, не покидая состояния нераздельности с самовозникшим естественным памятованием, тем самым не позволяя им становиться источником умножения заблуждений или сетью воспоминаний. Необходимо оставаться в этом [состоянии осознания] и не следовать за мыслями, позволяя им самоосвободиться в самый момент их возникновения подобно исчезновению рисунков, сделанных на поверхности воды. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Продолжая узнавать их [как мысли], не следуй за ними..."*.

Однако, если не очистить свое сознание от потока мыслей посредством их самоосвобождения, само по себе распознавание их природы не прекращает деятельности ума, порождающего иллюзии. Если же практикующий знает состояние изначального осознания и пребывает в нем, все рассудочные мысли исчезают без следа, поскольку, распознав их, он обнажает также и их истинную природу. Это одно из важнейших положений сущностных наставлений, а потому в коренном тексте говорится:

*"... оставаясь в состоянии освобождающего восприятия Дхармакаи"*.

Например, если кто-либо станет рисовать на воде, то рисунок будет исчезать в тот же самый момент, когда он возникает; исчезновение рисунка происходит одновременно с его появлением. Точно так же самопорождение рассудочных мыслей происходит одновременно с их самоосвобождением; между их самовозникновением и самоосвобождением нет ни малейшего промежутка. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Как рисунок, сделанный на поверхности воды, исчезает одновременно с появлением..."*.

Таким образом, главный метод практики состоит в том, чтобы позволять свободно возникать любым мыслям, не пытаясь как-либо подавить их или воспрепятствовать их возникновению; одновременно с этим следует очищать мысли, возвращая их в то состояние пустотности, из которого они возникли. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"... так нет различия между самовозникновением и самоосвобождением мыслей"*.

Очищение рассудочных мыслей осуществляется самой творческой энергией Дхармакаи. Какие бы мысли ни возникали, они очищаются силой изначального Осознания. И чем мощнее мысли, порождаемые какой-либо из пяти страстей, тем крепче и чище будет осознание, возникающее на основе их освобождения. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Что бы ни возникало в пространстве ума, все становится пищей для пустотного обнаженного Осознания".*

Все многообразные (рассудочные) мысли возникают на основе способности, изначально присущей всепроникающей природе самого изначального подлинного Осознания. И поскольку практикующий остается в этом состоянии, не принимая и не отвергая чего-либо (что возникает в нем как мысль), все его мысли обретают освобождение в самый момент их возникновения и не выходят куда-либо за пределы Дхармакаи. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Все движения мысли являют собой творческую энергию Славного Царя, который есть сама Дхармакайя".*

Все мысли, будучи проявлениями неведения и заблуждений, очищаются в обширном пространстве Дхармакаи, а потому все последующие движения помышлений возникают все в той же сфере Ясного Света и лишены какой-либо основы (самобытия). Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Самоосвобождаясь, они исчезают без следа. А-ла-ла!"*

Если путем длительных тренировок сделать такую практику привычной для себя, поток дискурсивных мыслей станет сам по себе медитацией; исчезнет граница между покоем ума и движением мысли и уже ничто не нарушит наступивший покой. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Возникают они так же, как и прежде..."*

Дискурсивные мысли сами собой являют возможности игры творческой энергии ума, проявляясь как радость или печаль, как надежда что-либо обрести или страх потерять. И хотя в уме йогина эти мысли рождаются точно так же, как и в уме обычного (пребывающего в заблуждениях) человека, опыт йогина отличается от опыта обычных людей тем, что последние пытаются либо породить, либо пресечь свои мысли; в результате они усиливают движущие факторы сознания (санскр. *samskara*) и впадают во власть собственного гнева и вожеления. Йогин же, напротив, обретает освобождение [мыслей] в самый момент их возникновения. (Существует три вида такого освобождения.) Первое — освобождение посредством узнавания мыслей (как только они возникнут); это подобно узнаванию человека, которого довелось встречать прежде. Второе — мысли освобождаются сами собой (как только возникнут); это подобно змее, которая сама развязывает узлы собственного тела. И, наконец, освобождение мыслей "без прибыли и потери"; это подобно проникновению вора в пустой дом. Поскольку [истинный] йогин владеет сутью этого метода освобождения мыслей, в коренном тексте говорится:

*"Суть в том, как они (мысли) освобождаются".*

В одном сочинении говорится: "Если умеешь медитировать, но не знаешь, как освобождать мысли, то чем твоя медитация отличается от состояния медитативного поглощения (санскр. *dhyana*), свойственного обитателям мира богов?" Если нам в нашей медитации недостает этого главного метода освобождения мыслей, и мы полагаемся только на концентрацию и успокоение ума, результатом будет уклонение и одностороннее пребывание на различных уровнях медитативного погружения, отражающих состояние бытия высших миров сансары.

Те, которые считают, что им достаточно простого распознавания спокойного состояния ума и движения мыслей, ничем не отличаются от обычных людей, одержимых своими ложными и суетными помышлениями. И хотя такой человек может говорить "пустота", "Дхармакайя",

рассуждая о них в терминах и понятиях, рожденных его рассудком, оказавшись в неблагоприятных условиях, сможет сохранить целостность своего ума, и тогда недостатки такого метода станут очевидны. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Без [понимания] этого путь медитации приведет лишь к умножению иллюзий".*

"Освобождение обнажением (посредством пристального внимания)", "освобождение в момент возникновения", "самоосвобождение" — какие бы наименования ни давали этому методу бесследного освобождения потока рассудочных мыслей, он является уникальным и единственным методом высшего учения Великого Совершенства (Дзогчен). Все страсти и рассудочные мысли, возникающие в сознании того, кто практикует этот сущностный метод, пребывают в пространстве Дхармакаи, а поскольку нечистые и сбивающие с Пути помыслы очищены и преобразованы в нем в изначальное чистое знание, все неблагоприятные жизненные обстоятельства превращаются отныне в друзей - помощников. Сами загрязненные эмоции превращаются в Путь освобождения; растворяя их в состоянии покоя, практикующий не покидает сансары, избегая при этом ловушек как сансары, так и нирваны. Так он восходит к состоянию превыше всех деяний, свободному от усилий и намерений что-либо совершать. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Тот же, кто постиг [эту суть], и без медитации пребывает в истинной Дхармакае".*

Пусть тот, кто не постиг эту суть практики, сколько угодно бахвалится тем, что его взгляды возвышенны, а медитация глубока; ему не обрести благого плода своей медитации и не сделать ее противоядием от страстей. Про такого человека можно с уверенностью сказать, что он сбился с истинного пути. А поток сознания того, кто владеет сутью практики [одновременного] самовозникновения и самоосвобождения мыслей, непременно освободится от пут двойственности, даже если он владеет всего крупинкой истинного воззрения и пригоршней медитации. Это подобно человеку, попавшему на золотой остров: даже если он постарается, ему не найти там обычных камней и песка. Также и человек, владеющий истинным воззрением: если поток рассудочного мышления и продолжает возникать, но, находясь в движении или в покое, даже если он станет искать в себе заблуждения со всеми присущими им качествами, он не сможет их найти. Это единственная мера, позволяющая определить, протекает ли практика в согласии с сутью наставлений. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Таково третье сущностное наставление, о прямом пребывании в уверенности освобождения".*

## **Заключение**

Итак, одних только этих трех сущностных наставлений вполне достаточно для того, чтобы ввести практикующего в состояние прямого всепроникающего Осознания, являющегося основой *воззрения, медитации, действия и плода* пути Великого Совершенства. Потому они представляют собой также Упадешу (практические тайные наставления) по *медитации и действию* (а не только по *воззрению*).

Однако, согласно методу изучения и изложения Дхармы, принятому среди тех, кто следует писаниям (Сутрам), подлежащие познанию объекты интеллектуального анализа оцениваются в терминах, свойственных различным традициям. Этот вопрос я не хочу обсуждать здесь подробно, поскольку для тех, кто [посредством прямого личного опыта] познал проявление обнаженного изначального знания, сам этот опыт становится подлинным *воззрением*, (в основе которого лежит) непосредственное подлинное Осознания. Тогда *воззрение и медитация* не различаются между собой и обретают "единый вкус". Правильно будет также сказать, что все три основных пункта наставлений представляют собой практику *пути*. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Истинное воззрение соединяет в себе все три вышеперечисленных сущностных наставления (пункта)...".*

Эта практика, являющаяся вершиной всех практик Девяти колесниц, представляет собой также самую суть основанной на изначальной чистоте практики Великого Совершенства (Дзогпа Ченпо). Возможно ли, чтобы свита великого царя, отправившегося в путь, отказалась следовать за ним? Точно также и сущностные положения учений всех Колесниц будут споспешествовать Дзогчену, подобно помощникам и слугам, поддерживая его на пути. Более того, в тот момент, когда практикующий узрит в самовозникшем лике различающей мудрости (санскр. *prajna*) изначальное чистое осознание, эта самая различающая мудрость, рожденная силой медитации, станет обширным пространством сияющего высшего знания, подобно полноводному горному потоку весной. Точно также, из внутренней основы пустотности, возникающей как Великое сострадание, возникает любящая доброта ко всем без разделения живым существам. Это и есть истинная Дхармата, а потому в коренном тексте говорится:

*"...а медитация, основанная на единстве мудрости и сострадания..."*.

Точно также, в тот момент, когда явит себя объединяющее пустоту и сострадание средоточие Пути, безграничные деяния Сынов Победоносных (бодхисаттв), основанные на практике *шести совершенств*, проявятся как результат деятельности нашей природной энергии, подобно тому, как солнце испускает лучи света. И поскольку совершаемые в результате деяния служат накоплению собрания добродетелей, все, что ни сделает такой человек, будет служить ко благу других. Более того, все действия станут добрыми друзьями, не увлекая его прочь от истинного *воззрения* к мечтам о личном благе и счастье. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"...и действие, свойственное Сынам Победоносного (бодхисаттвам), подобны друзьям [этого воззрения]"*.

Эти три — *воззрение, медитация и действие* — вместе являют собой сущность всех будд, приходивших в этот мир, находящихся в нем ныне, и тех, которые придут в будущем. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Даже все будды трех времен, собравшись вместе..."*.

Соединение этих трех (*воззрения, медитации и действия*) поистине есть победоносное знамя всех Колесниц, суть пути Ньинггиг Дорже Ньингпо ("Ваджрное семя сердца [мудрости]"). Поскольку нет высшего плода, чем этот, в коренном тексте говорится:

*"...не смогли бы дать более возвышенное учение"*.

Более того, поскольку смысл, заключенный в этом учении, есть не что иное, как истинный тайный нектар Упадешы, все, что написано мною в данном коротком сочинении, возникло силой творческой энергии моего собственного истинного Осознания. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"Творческая энергия истинного Осознания, являющая сокровища Дхармакаи..."*.

И хотя сам я еще не обрел настоящего опыта и понимания этого учения посредством собственной медитативной *различающей мудрости*, все мои сомнения рассеялись благодаря различающей мудрости, возникшей в результате слушания устных наставлений моего Учителя. Я же, благодаря различающей мудрости, возникающей от рассмотрения (индивидуальных особенностей вещей), составил это сочинение в согласии с полученными наставлениями. Поэтому в коренном тексте говорится:

*"...даровала эту драгоценность, обретенную в обширном пространстве мудрости"*.

А поскольку это учение не похоже на обычное сокровище, временно избавляющее человека от бедности, в коренном тексте говорится:

*"Это не похоже на извлечение золота из земной руды"*.

Эти три сущностных наставления, относящиеся к воззрению, называются "Три наставления, проникающие в самую суть практики". Когда Прахеваджра (Гараб Дорже) ушел в нирвану, то, находясь в форме Нирманакаи, из центра возникшего в пространстве радужного сияния он передал эти тайные наставления своему ученику Манджушримитре. В момент передачи этой Упадешы они были едины в своем состоянии созерцания, поэтому в коренном тексте говорится:

*"Здесь заключен последний завет самого Прахеваджры... "*

Благодаря совершенной практике, основанной на сути этих трех высказываний, Всеведущий Царь Дхармы (Лонгчен Рабджампа) вступил в состояние растворения всех явлений в изначальной чистоте и обрел Просветление. Затем он явил Видьядхаре Джигме Лингпа (Кенце Одзеру) свое Тело Мудрости (санскр. *jñānakaṃ*) методом символической передачи и даровал ему благословение. А тот в свою очередь даровал устную передачу этого учения моему благому коренному учителю (Гьялве Ньюгу). Получив в полноте эти наставления, он впоследствии достиг истинного постижения Дхарматы. Итак, приведенные выше наставления я сам получил перед лицом славного защитника живых существ, моего коренного учителя. Поэтому в тексте говорится:

*"И духовная суть трех линий передачи Учения".*

Эта упадеша, подобная очищенному золоту высшей пробы, являет сущность ума. Я не желаю открывать его тем, кто не практикует Учение, но без колебаний вручаю его тем, кто дорожит Учением больше, чем собственной жизнью, и, практикуя согласно этим наставлениям, сможет обрести просветление в течение одной жизни. Поэтому в коренном тексте говорится: "Эти наставления следует давать ближайшим сердечным сыновьям и запечатлеть печатью [молчания]. Написанное здесь исходит из глубины сердца и является моим сердечным наставлением, сутью истинного смысла. Не дайте этим наставлениям исчезнуть из мира, но также не позволяйте глупцам исказить суть этого учения".

Закончен короткий трактат, содержащий объяснение особого учения Премудрого и Славного Царя. Пусть это способствует возрастанию благой кармы.

САРВА МАНГАЛАМ

*Перевод - С. Хос*