

Его Святейшество
КАРМАПА XVII
Тринле Тхае Дордже

ПРАКТИКА БОДХИСАТТВЫ



Колесо времени (Ориенталия)

Тринле Тхае Дордже Кармапа XVII
Практика Бодхисаттвы

«Ориенталия»

УДК 294.321
ББК 86.35

Кармапа XVII Т.

Практика Бодхисаттвы / Т. Кармапа XVII — «Ориенталия»,
— (Колесо времени (Ориенталия))

ISBN 978-5-9500895-6-5

В книге собраны лекции современного буддийского ламы, главы традиции Карма Кагью тибетского буддизма Его Святейшества Семнадцатого Гьялвы Кармапы Тринле Тхае Дордже. Они посвящены важнейшей теме буддизма Махаяны и Ваджраяны — пути Бодхисаттвы. В первой части автор раскрывает темы мешающих эмоций, Шести парамит и рассказывает о содержании обета Бодхисаттвы. Вторая часть — это комментарий Гьялвы Кармапы к классическому тексту «37 практик Бодхисаттвы» тибетского автора XIII–XIV веков Гьялсе Тхогме Зангпо.

УДК 294.321

ББК 86.35

ISBN 978-5-9500895-6-5

© Кармапа XVII Т.
© Ориенталия

Содержание

Об авторе	6
Обещание Бодхисаттвы	7
37 практик Бодхисаттвы	12
Строфа Ка	14
Строфа Кха	15
Строфа первая	17
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Кармапа XVII Тринле Тхае Дордже Практика Бодхисаттвы



Об авторе

Кармапы – Ламы в Черной короне – возглавляют тибетскую буддийскую школу Карма Кагью начиная с XII века. Имя Кармапа известно каждому тибетцу. За его высокие духовные достижения Кармапу называют царем йогинов Тибета и считают излучением Любящих Глаз (тиб. *Ченрезиг*, санскр. *Авалокитешвара*) – Будды сочувствия и неразличающей любви.

Этим духовным учителям тибетская культура обязана уникальной традицией «тулку» – сознательных перерождений. Ее ввел Первый Кармапа Дюсум Кхьенпа (1110–1193). Впоследствии такой способ духовного наследования переняли, в той или иной степени, все остальные школы, и система тулку утвердилась в Тибете повсеместно.

Его Святейшество Гьялва Кармапа XVII Тринле Тхае Дордже родился в Тибете 6 мая 1983 года. Старший сын Мипхама Ринпоче, великого Ламы школы Ньингма, и Дечен Вангмо, происходящей из знатного рода царя Гесэра из Линга, он в возрасте полутора лет заявил, что является Кармапой. В 1994 году ему и его семье удалось бежать из Тибета сначала в Непал, а потом – в Индию. В марте того же года мальчик прибыл в Нью-Дели, где во время приветственной церемонии Кюнзиг Шамарпа Ринпоче, второй Лама в духовной иерархии Карма Кагью, официально признал его Семнадцатым Гьялвой Кармапой. Кармапа XVII получил имя Тринле (что значит «просветленная активность») Тхае (Безграничный) Дордже (Неразрушимый).

В 1997 году Кармапа Тринле Тхае Дордже получил официальное приглашение в Бутан для участия в церемонии кремации великого ученого традиции Карма Кагью Топги Ринпоче. Кармапе был оказан торжественный прием со всеми подобающими его титулу почестями. Переезд от бутанской границы до столицы страны Тхимпху, обычно занимающий три часа, длился целых семь, так как по всему пути следования Кармапы собрались тысячи бутанцев, желавших поприветствовать великого Ламу. 17 октября 1997 года три тысячи человек пришли к нему за благословением. Королевская семья также признала в Тхае Дордже Семнадцатого Кармапу, и его приняли король Бутана и четыре королевы.

В октябре 1999 года Его Святейшество Гьялва Кармапа XVII отправился в свою первую международную поездку, во время которой дал поучения и посвящения нескольким тысячам учеников в Сингапуре и на Тайване.

Начало нового тысячелетия было ознаменовано первым действительно историческим визитом на Запад. В Дюссельдорфе (Германия) его восторженно встречали 6000 учеников более чем из тридцати стран мира, которые представляли несколько сотен буддийских центров Алмазного пути.

Летом 2003 года состоялся первый тур Его Святейшества по США. В декабре того же года, по завершении своего формального обучения, Кармапа Тхае Дордже получил титул Великого мастера тантры (на санскрите – *Ваджрачарья*).

В настоящее время Его Святейшество живет в личной резиденции в Калимпонге (Индия) и продолжает свое образование. Ежегодно он совершает поездки с лекциями и посвящениями по странам Востока и Запада.

В июне 2009 года, по приглашению главы Республики Калмыкия Кирсана Илюмжинова, Его Святейшество Кармапа XVII Тринле Тхае Дордже посетил Российскую Федерацию. Его поездка началась в Санкт-Петербурге и завершилась во Владивостоке. Кармапа XVII встретился с официальными лицами и общественностью в шести городах России, посетил главу российских буддистов Хамбо Ламу Дамбу Аюшеева и выразил свое почтение нетленному телу Хамбо Ламы Итигэлова в Иволгинском дацане (Бурятия). Его визит широко освещался в российской прессе.

Обещание Бодхисаттвы



Обещание Бодхисаттвы – это один из многих путей, которыми мы можем следовать, чтобы прийти самим и привести других к состоянию окончательного счастья.

У всех есть потенциал и способность быть великими Бодхисаттвами. Однако зачастую, не имея подходящих условий, мы не можем реализовать эту возможность. Нам мешают негативные факторы – такие, например, как подверженность эмоциям. Следуя за своими чувствами, мы отдаляемся от этого великого пути. Мы не осознаем, насколько тяжело получить эту драгоценную возможность.

Нынешнее существование – одно из бесчисленных в череде наших перерождений. И среди всего этого множества жизней человеческая – та, которая в настоящий момент есть у нас, – самая-самая драгоценная, потому что мы можем воспринимать Дхарму и практиковать путь Бодхисаттвы. Вот почему в буддийских терминах наша жизнь именуется «драгоценным человеческим сосудом» или «драгоценным человеческим рождением». Это воплощение действительно бесценно – просто потому, что мы способны обладать мудростью и сочувствием, которые открывают нам путь Бодхисаттвы. У обитателей других миров (таких, например, как мир животных) есть собственные интеллект и мудрость, но они не могут сравниться с сочувствием и мудростью, которых способен достичь человек.

Возможно, вам знакомы и другие сферы существования, такие как мир голодных духов и состояния ада. Эти миры являются результатами наших позитивных и негативных действий. Они существуют из-за определенных причин, а не потому, что их создал кто-то всемогущий. Любые переживаемые нами результаты – позитивные или негативные – проистекают из наших собственных действий и мыслей. Повторю еще раз: наше драгоценное перерождение – великий инструмент и возможность развивать любящую доброту, сочувствие и мудрость.

Будучи живыми существами, мы естественно стремимся к счастью и хотим избежать страданий. Но из-за запутанности, обусловленной негативными эмоциями, мы чаще выбираем неправильный путь. Причина этого в нашей привычке воспринимать свое существование как постоянное; мы видим себя неизменными. Здесь мы совершаем первую ошибку. Мы непостоянны, так как наша и все остальные формы существования возникают на основе закона причины и следствия. Цикл рождений, называемый сансарой, на самом деле является совокупностью всех негативных причин.

Для того чтобы двигаться к абсолютному счастью и действительно избегать страданий, мы должны понять – что именно является нашей природой. Этот вопрос, который следует задавать себе постоянно. Говоря очень упрощенно, наша природа – это сочувствие и любящая доброта. А для того, чтобы применять сочувствие, нам необходима еще и мудрость. На этой основе мы сможем развить бодхичитту, Просветленный настрой.

Мы все находимся в различных состояниях, переживая негативные эмоции или их результаты. Это происходит из-за нашей запутанности. Путь к победе над неведением заключается в развитии мудрости. Смысл этого пути в том, что мы должны совершенствовать свое знание и понимание Дхармы до тех пор, пока однажды не сможем отпустить свое эго.

Лучший способ справиться с эго – понять природу негативных эмоций. Если вы станете внимательно наблюдать за собой, то обнаружите, как много мешающих чувств у вас есть.

Считается, что их около 84 000. Все эти эмоции можно объединить в три категории. Мы слышим о них каждый день, они имеются в каждой культуре и каждом языке. Но, поскольку наши культуры, языки и умы отличаются друг от друга, мы по-разному понимаем суть этих трех видов беспокойств. В буддийских терминах первый вид называют привязанностью, второй – гневом, третий – неведением.

Под привязанностью подразумевается привязанность к самому себе. Мы воспринимаем себя как физическую форму, называя «собой» свое тело. Также «собой» мы считаем наши мысли, интеллект. Мы полагаем, что если заботиться о своей физической форме и удовлетворять все ее потребности, это принесет нам счастье. Но на самом деле никакого счастья это не дает. Напротив, мы все больше служим своей физической форме. Та форма, которая у нас есть сейчас, является результатом преимущественно смешанных и отчасти негативных действий.

Из-за привязанности мы считаем свою физическую форму и свое эго постоянными и идеальными. Мы убеждены в том, что во многих отношениях мы намного лучше всего и всех. Привязанность заставляет нас естественным образом проявлять свои негативные эмоции. А когда у человека складываются условия для созревания одной эмоции, за ней следует все ее семейство.

Вторая мешающая эмоция – гнев, или злость. Гнев абсолютно точно является одним из самых мощных негативных чувств. Все они очень сильны, но гнев не только создает вредные впечатления, он еще и очень разрушителен. Например, даже после того как мы дали обещание Бодхисаттвы или вступили на путь Бодхисаттвы, некоторые трудные обстоятельства все еще могут всплывать. Если в такой момент нам неостанет осознания или осторожности, мы легко пойдем на поводу у мешающих эмоций. Если эта эмоция – ненависть, и если вы развиваете ее, направляя на другое существо, то вы совершаете очень вредное действие. Всего одним мгновением гнева можно полностью разрушить самый корень своей бодхичитты.

Некоторые из нас давали обещание Бодхисаттвы и вступали на путь Бодхисаттвы во многих предыдущих жизнях. Но из-за одного такого момента гнева (даже со всей позитивной заслугой, которую мы накопили, со всей тяжелой работой, которую проделали) мы можем потерять все хорошие накопления, и нам придется начать с нуля. Поэтому, каким бы важным ни казался повод впасть в гнев, мы никогда не должны этого делать. Действовать под влиянием гнева или утверждать, что мы должны переживать его, – всегда плохая идея. Это нужно понять.

Последняя из трех главных мешающих эмоций – неведение. Это основа всех негативных состояний. Можно сказать, что именно оно является корнем сансары. Плюс ко всему неведение – это эмоция или мысль, которая ослепляет нас и не позволяет понять суть явлений. Природа сансары очень глубока. Она за пределами наших сегодняшних представлений. Осознавая сущность этих трех эмоций, мы развиваем мудрость. Но впадая в состояние неведения, позволяя ему нас захватить, мы отдаляемся от понимания даже самых простых вещей, и особенно природы чувств.

Итак, если мы позволим себе поддаться трем эмоциям, или «трем ядам», мы перекроем себе дорогу к совершению осмысленных поступков и упустим драгоценную возможность. Вот почему мы обещаем себе никогда не вовлекаться в такие вещи или не попадать под их влияние.

Сейчас мы вплотную подходим к причине, по которой даем обещание Бодхисаттвы. Важно помнить, что существ в сансаре бесчисленное множество. Мы сами – лишь одна маленькая точка среди огромного количества существ. И таких, как мы, – людей, обладающих этой замечательной возможностью практиковать Дхарму, – совсем немного. У остальных такой роскоши нет, и они переживают глубокое страдание, или сансару.

Второй аспект обещания – это понимание, что наша природа есть не что иное, как сочувствие. Один из самых ярких примеров сочувственной природы существ – это поведение самых опасных или хищных животных, например, тигров или львов, по отношению к своему потомству. Какими бы кровожадными ни были эти звери – они все равно любят и защищают своих детенышей. С буддийской точки зрения причина, по которой эти животные выражают такое сочувствие, заключается в том, что такова их природа. Сколь невежественными ни были бы существа, они всегда способны проявить свою истинную природу. Так же, как мы, они могут получить превосходное перерождение и реализовать все свои совершенные качества.

Один из самых лучших способов постичь это состоит в том, чтобы понять: у всех бесчисленных существ есть как негативная, так и позитивная связь с нами. Только в этом перерождении мы приобрели много друзей и много врагов. А если бы мы взглянули на все свои предыдущие жизни, стало бы ясно, что в них мы создали еще больше связей. Очевидно, что все эти существа в определенный момент были связаны с нами очень сочувственным образом: все они были нашими родителями. Думая об этом, мы можем развивать мудрость и использовать замечательную возможность помогать им в этой жизни. Теперь у нас есть основания для этого: мы платим своей благодарностью за доброту, которую они проявили к нам в прошлом. Сансарические условия и ограничения не позволяют нам понять в полной мере, что речь идет не только об одном или двух существах, но обо всех. Все существа в равной степени важны для нас, и мы пытаемся развивать безгранично сочувственный настрой. Углубляя сочувствие, мы действительно помогаем другим найти окончательное счастье. Это становится основой для нашей бодхичитты.

После того как мы дали обещание, мы получаем имя Бодхисаттвы – но это только первый шаг. И нам еще очень многое нужно сделать и улучшить. Если мы дали обещание и получили имя, это не означает, что теперь мы все Будды и наша работа уже завершена. Такой способ мышления еще менее здравый, чем полное незнание. Нет бесплатных билетов к Просветлению. Важно понять, что это только начало. Когда мы даем обещание и понимаем, каким все является, мы должны приложить все силы к тому, чтобы воспользоваться своей благоприятной возможностью для продвижения вперед. С этого момента мы вступаем на путь Бодхисаттвы.

Существует бесчисленное количество хороших методов, которые мы можем применять, чтобы практиковать путь Бодхисаттвы. Однако есть одно универсальное средство, которое используют все Бодхисаттвы прошлого и настоящего. Оно называется Шесть парамит.

Шесть парамит – это щедрость, осмысленное поведение, терпение, радостное усилие, медитация и мудрость. Необходимо сочетать их все. Первые пять парамит – это структура, которую вы строите, а мудрость – результат. Поучения об этом давались в такой форме много раз, потому что это очень логичный подход, позволяющий применять методы надлежащим образом.

Будучи начинающими, мы не можем осуществить все парамиты сразу. Легче всего развивать парамиту щедрости, так как она заключается в том, чтобы просто давать. И эта способность есть у всех. Щедрость подразделяется на три категории. Первая – материальная щедрость, в которой мы все можем упражняться, например, помогая бедным, и так далее. Второй тип щедрости – это помощь (как физическая, так и ментальная) тем, кто в ней нуждается.

Здесь речь в большей мере идет о том, чтобы протянуть руку помощи, подарить кому-то чувство безопасности. Однако прежде всего парамита щедрости относится к передаче и объяснению Дхармы. Это лучший инструмент, который мы можем использовать. Такой вид щедрости открывает наши умы для совершенствования мудрости. Это высшая форма применения щедрости. На ней могут основываться остальные парамиты.

Все парамиты дополняют друг друга. Поэтому для того, чтобы наилучшим образом развить щедрость, мы должны обратиться к парамите осмысленного поведения. Например, как часть акта щедрости, осмысленное поведение означает понимание, что мы щедры, поскольку в конечном счете хотим помочь другим. Помогая, мы не желаем ничего взамен. Похоже, у нас есть привычка хотеть чего-то в обмен на нашу помощь – такова природа сансары. Для того чтобы избежать такой привычной реакции, нужно практиковать парамиту осмысленного поведения.

В действительности у всех парамит имеются еще более широкие объяснения и значения. Например, парамита осмысленного поведения охватывает все, что мы хотим сделать, все, к чему стремимся в мирской или духовной сфере. Если мы хотим достичь чего-то, мы должны совершать определенные шаги. И тот, кто хочет практиковать путь Бодхисаттвы, обязан делать то, что необходимо на этом пути, – становиться более внимательным и готовым к действию. Это значит, что мы должны осознавать все, что думаем, говорим или делаем. Нам нужно постоянно следить за собой, стеречь «трое ворот» – тело, речь и ум. Ведь именно посредством этих трех ворот мы можем сделать что-то вредное и таким образом все разрушить.

Проще говоря, здесь речь идет о том, чтобы отслеживать негативные обстоятельства на стадии их приближения к вам. Если вы постоянно охраняете двери тела, речи и ума, тогда у вас есть больше шансов избежать негативных эмоций. Поступая так, вы получите лучшие возможности.

Совершенствуясь в практике пути Бодхисаттвы, нужно задействовать парамиту терпения. Обычно мы говорим о терпении в наиболее общем смысле. Например, если кто-то вызывает у нас гнев, то, чтобы сохранить терпение, мы ничего не говорим и просто уходим. Это – терпение, проявляемое на очень относительном уровне. В окончательном смысле подлинная щедрость терпения заключается в том, чтобы терпеливо стараться понять и пережить истинную суть всех явлений. Конечно, в повседневной жизни развитие терпения тоже очень полезно. Терпение необходимо, оно совершенствует ум и поведение, благодаря ему мы становимся лучше. Его положительный эффект неизмерим. И когда мы просто по-человечески растем и применяем эти парамиты, все благоприятные условия естественно сходятся.

Самое большое препятствие, с которым мы сталкиваемся, стремясь к достижению какой-либо цели, – это лень. Она нам хорошо знакома из повседневной жизни. Лень может быть очень большим препятствием, особенно когда вы практикуете путь Бодхисаттвы. Лучшее противодействие от лени – это быть радостным, полным энтузиазма по отношению к той сфере деятельности, в которой хочется совершенствоваться и преуспевать.

Под словом «усилие» мы обычно подразумеваем тяжелую работу. Конечно, периодически возникает необходимость и в ней. Но когда мы говорим о практике пути Бодхисаттвы, усилие означает получение удовольствия от всего, что мы делаем. Здесь мы не относимся к своему делу как к тяжелой повинности – напротив, совершая те или иные поступки, думаем о том, какую пользу они принесут. Поэтому, когда мы преодолеваем трудности, очень важно время от времени вкладывать в свои действия необходимое радостное усилие или наполнять себя энтузиазмом. Трудности могут возникать самые разные, но здесь имеются в виду прежде всего те, которые беспокоят наш ум.

Предпоследняя парамита – это медитация. Она так же важна, как и остальные пять. Без нее мы не можем постичь истинную природу всех явлений. Первое, что мы должны сделать, – усвоить суть этой парамиты. В мире существует много различных интерпретаций понятия

«медитация». Когда живешь в такое материалистичное и беспокойное время, полезными могут быть многие формы медитации, поскольку они приносят некоторое успокоение ума. Но мы говорим о медитации на пути Бодхисаттвы, и это особенное действие. Это не только медитация на объект или пустоту. Имеется в виду создание условий, в которых мы сможем успокоить свой ум. Нам нужен очень стабильный ум, ведь если мы постоянно обеспокоены, мы ни на чем не можем сосредоточиться. В то же время не следует впадать в другую крайность. Мы не должны становиться слишком заторможенными, иначе в результате заснем. Необходимо пребывать в состоянии, в котором мы можем контролировать ум, направлять его куда угодно. В нашем случае, на пути Бодхисаттвы, мы хотим повернуть свой ум в направлении достижения совершенной мудрости. Итак, для того чтобы развить нашу изначальную мудрость, необходима парамита медитации.

Наконец, мы подходим к парамите мудрости. Слово «мудрость» может быть воспринято как очень общее и обозначать многие вещи. Применяя различные виды мудрости, мы можем достичь гигантских результатов в разных сферах. Если мы погружаемся в мирскую мудрость – например, изучаем политику или науку, – это иногда приносит огромную пользу. В частности, благодаря науке с каждым днем совершенствуются технологии. Науке почти всегда удается заставить всех поверить в самые невозможные вещи. Здесь есть свои положительные стороны, но с этим видом мудрости мы не обречем высшего и окончательного счастья. Сколь сильна и велика ни была бы наша мирская мудрость, все равно она не спасет нас от негативных эмоций. Иногда даже она сама может стать негативным обстоятельством, из-за которого мешающие эмоции связывают нас еще сильнее. Конечно, существуют очень важные разновидности знаний. С позитивной мотивацией мы можем добиться хороших результатов, но они не будут абсолютными.

Окончательная мудрость – это постижение природы ума, или природы явлений. Это высшая, совершенная мудрость. Ее также называют немирской мудростью – мудростью, которая понимает, что явления по своей природе лишены «самосущности», отдельного собственного существования. В частности, мы понимаем, что они непостоянны. Используя этот метод, мы можем привести бодхичитту к полной зрелости.

Все это дано здесь очень сжато. Говорят, что такие поучения – пища для ума. Я надеюсь, что так оно и есть; но в конце концов все зависит от вас. Я буду вам очень благодарен, если вы вложите усилия в постижение истинной природы ума.



*Кармапа Тринле Тхае Дордже
17 марта 2006 г.,
на следующий день после инаугурации
Ступы Лхабаб в Валле де Браво,
Мексика*

37 практик Бодхисаттвы

Комментарий к тексту Гьялсе Тхогме Зангпо

(rgyal sras thogs med bzang po)



Поучения по тексту «37 практик Бодхисаттвы» я решил дать потому, что все мы, будучи буддистами, избрали путь Бодхисаттв. Это очень важно: время от времени напоминать себе, что значит быть Бодхисаттвой, а если возможно – помнить об этом постоянно.

Гьялсе Тхогме Зангпо, автор текста «37 практик Бодхисаттвы», родился приблизительно в 1295 году в Тибете. Он дал множество поучений; однако это – одно из главных и самых драгоценных, поскольку оно обобщает все сведения о тренировке, необходимой для решивших стать Бодхисаттвами. Текст называется «37 практик Бодхисаттвы», поскольку его основное содержание составляют 37 строф. Всего там 43 строфы, но две первые, скорее, вступительные, а в четырех последних содержатся посвящение заслуги и другие пожелания.

По традиции вначале автор воздает должное аспекту мудрости. Но в этом случае Тхогме Зангпо выражает почтение Любящим Глазам (санскр. *Авалокитешвара*, тиб. *Ченрезиг*).

«Локи», говоря простым языком, означает «три мира», «ишвара» – «победитель», а «намо» – «выражать почтение». Итак, автор выражает почтение и уважение Авалокитешваре, покорителю трех миров.



Строфа Ка

*Посредством трех врат
я всегда выражаю почтение
Защитнику Ченрезигу, Йидаму
и великому Гуру —
Тем, кто видят все явления
свободными от прихода и ухода
И все же однонаправленно трудится
ради блага всех существ.*

Автор выражает почтение своему учителю и аспекту мудрости, поскольку понимает, как велика их ответственность и деятельность. Строфа гласит: «Тем, кто видят все явления свободными от прихода и ухода». Это означает, что они понимают – все явления и сансары, и нирваны, как загрязненные, так и не загрязненные, на самом деле не появляются и не исчезают. Явления свободны от прихода и ухода, поскольку их природа – это абсолютная истина.

У всех существ есть сильная тенденция переживать болезненные чувства; и из-за них и нашей непрерывной кармы мы видим все приходящим и уходящим, возникающим и исчезающим. В основном именно благодаря этой склонности мы видим все не таким, каким оно является на самом деле. Такова причина сансары.

Гьялсе Тхогме Зангпо склоняется перед Авалокитешварой, Гуру и Йидамом, поскольку наша ситуация им вполне понятна и они прилагают однонаправленные усилия для того, чтобы принести нам пользу освободить нас.



Строфа Кха

*Полностью просветленные
существа, источник блага
и счастья,
Достигают своего состояния
благодаря практике высочайшей
Дхармы,
А практика основывается на знании.
Поэтому я объясню практики
Бодхисаттвы.*

В этой строфе он обещает создать текст и формулирует его основную цель, а также «цель внутри цели», и показывает, как они взаимосвязаны.

«Полностью просветленные существа, источник блага и счастья...»

Слово «благо» здесь относится к временному, или относительному, благу, обретаемому в этой и в следующих жизнях, вплоть до достижения Просветления. Здесь имеется в виду наличие благоприятных обстоятельств. К примеру, в настоящий момент у нас есть драгоценное человеческое тело – это нечто весьма относительное, поскольку тело непостоянно. Тем не менее оно считается временным благом, поскольку мы можем достичь положительных результатов, если способны использовать его совершенно и чисто.

Под счастьем же понимается счастье постоянное, или абсолютное. Достижение определенной ступени Бодхисаттвы, обретение определенного уровня постижения – уже нечто постоянное. А важнее всего достичь Просветления – абсолютного счастья. Просветление – источник и временного блага, и постоянного счастья.

«Достигают своего состояния благодаря практике высочайшей Дхармы...»

Практика высочайшей Дхармы безошибочна и мудра, ведь если мы тренируемся и применяем ее полностью и точно, то результаты гарантированы. Дхарма включает путь архатов и путь Бодхисаттв, и, конечно, мы особенно сосредотачиваемся на пути Бодхисаттв.

«А практика основывается на знании».

Для достижения Просветления нам нужно практиковать высочайшую Дхарму. Именно поэтому Гьялсе Тхогме Зангпо объясняет здесь, как это делать и как применять путь Бодхисаттв. Практика Бодхисаттвы – основное содержание и тема этого текста. Главная цель состоит в том, чтобы с помощью этой тренировки практикующий смог достичь Просветления. «Цель внутри цели» означает, что мы делаем это не только для самих себя, но и для блага всех живых существ. Безусловно, обе эти цели взаимосвязаны и взаимозависимы. Поэтому он говорит:

«Я объясню практики Бодхисаттвы».

Практика Бодхисаттвы тесно связана с обетом Бодхисаттвы. Для зарождения Просветленного настроения, бодхичитты, мы должны сначала очистить и подготовить свой ум. «Тренировке ума» (тиб. *лоджонг*) посвящены первые семь строф этого текста. И прежде чем мы по настоящему сможем развить бодхичитту, нам следует проделать эту подготовку.



Строфа первая

*Здесь и сейчас мы обладаем редким
и превосходным кораблем
(свобод и благоприятных
обстоятельств).
Поэтому учиться, размышлять
и медитировать прилежно,
днем и ночью,
Чтобы освободить себя и других
из океана сансары, —
Это практика Бодхисаттвы.*

Первоначальная подготовка ума нацелена на осознание того, что у нас есть драгоценное человеческое тело – редкая возможность. Здесь его называют кораблем свобод и благоприятных обстоятельств. У нас есть время и пространство со всеми необходимыми условиями. Свобода означает, в частности, что мы можем уделить время себе. В сансаре нам не часто выпадает случай быть человеком, поскольку гораздо чаще мы рождаемся в других, более трудных сферах существования. Там нас непрерывно преследуют результаты нашей негативной кармы и болезненных эмоций и нет ни минуты для практики Дхармы. Но когда обретено драгоценное человеческое тело, наша жизнь – как отдых. Мы можем перевести дыхание.

Наличие такой свободы означает, что мы избежали восьми видов неблагоприятных перерождений. Это в первую очередь перерождение в трех низших мирах: мире паранойи, голодных духов и животных. Если вы рождаетесь там, вас постоянно бомбардируют результаты вашей негативной кармы.

В адских мирах у существ нет ни одного мгновения на то, чтобы подумать о Дхарме, о спасении. Пока не выплачены кармические долги, не будет ни времени, ни отдыха: эти существа просто вынуждены переживать неблагоприятные последствия своих действий. То же самое относится к мирам голодных духов и животных. Основное страдание голодных духов – это голод, поскольку раньше они были корыстолюбивыми и скупыми, неспособными проявлять щедрость.

Неблагоприятное обстоятельство мира животных заключается в том, что им не хватает мудрости. В наши дни наука называет дельфинов разумными животными, с высоким IQ и большим мозгом; они наверняка способны понять некоторые вещи. Но если сравнить их с человеком, видно, что на самом деле их перерождение – не драгоценное. Нехватка мудрости – основное препятствие для животных.

Пять других неблагоприятных рождений – это появление в мире долгоживущих богов или в человеческом теле, но в таких ситуациях, когда не гарантированы драгоценные условия.

Например, среди варваров, где нет возможностей понять Дхарму из-за несоответствующей культурной основы – общественного мировоззрения, верований и моральных устоев.

Человеческое рождение также считается неблагоприятным, если у человека сложились глубоко ошибочные взгляды. Для того чтобы быть настоящим практикующим, необходимо видеть истину такой, как она есть, иметь правильные установки. Понятие «ошибочные взгляды» означает, что мы понимаем истину весьма негативным образом. Например, у нас есть несколько основных вопросов о смысле жизни: «Кто мы такие на самом деле? Почему мы здесь? Почему мы страдаем?» С разумной точки зрения причина, по которой мы здесь, – это

действие кармы. Ответ на вопрос: «Кто мы?» – очень прост. Наша истинная природа – сочувствие и такое состояние ума, когда мы свободны от любых мешающих эмоций.

Но, имея неправильные взгляды, мы отвечаем на свои вопросы без тщательного исследования. Мы верим, что находимся здесь потому, что некто нас создал, или, может быть, из-за космического происшествия – «большого взрыва». И таким образом мы вновь возвращаемся к первопричине, потому эти взгляды ошибочны. Тогда человеческое рождение не имеет большого значения. Вы по-прежнему вращаетесь в колесе сансары, и это – неблагоприятное обстоятельство.

Также есть вероятность, что мы обречем человеческое рождение, но в такое время и в таком месте, где не будет драгоценной Дхармы, где нет учителя, который показал бы нам путь к Просветлению. Такое рождение также нельзя назвать благоприятным. Тяжелым обстоятельством считается и умственная отсталость. Если мы физически неполноценны, но ум у нас хороший, мы еще способны понять Учение Будды. Но если мы умственно недееспособны – это невозможно.

Под свободой в этой строфе подразумевается тот факт, что нам удалось избежать восьми неблагоприятных рождений. А что называется «благоприятными обстоятельствами»? Существует два аспекта. Первый – это «обстоятельства, связанные с нами самими». Вот они:

- рождение человеком;
- рождение в такой стране или в такой среде, где Учение Будды доступно;
- умственная полноценность и исправное функционирование пяти органов чувств;
- хорошая связь с Дхармой. Можно родиться человеком, в подходящих обстоятельствах, хорошо работать и обладать способностями к пониманию Дхармы; но если у нас нет кармической связи с буддизмом, мы все равно лишены этой драгоценной возможности;
- преданность, уверенность и доверие к положительным поступкам, которые мы совершаем в жизни. Если у нас этого нет, то Дхарма бессмысленна.

Второй аспект – «обстоятельства, связанные с другими», – означает, что мы родились в такую эпоху, когда:

- Будда появился в мире;
- Будда учил Дхарме. Бывают времена, когда Будда приходит в мир, но коллективная карма не созрела для Дхармы. Тогда Будда не дает поучений. Нам сегодня очень повезло, потому что сразу после того, как Будда Шакьямуни достиг Просветления, его попросили повернуть колесо Учения. Важно, что отдельные люди стремятся услышать истину, ведь если такого интереса нет, то Будда не станет учить. Мы очень удачливы: у нас есть связь, и Будда учил Дхарме.
- Учение Будды еще распространено в мире;
- доступно сообщество практикующих Учение – Сангха;
- у Будды есть сочувственные последователи, продолжающие его деятельность, то есть освобожденная Сангха.

Последний пункт важен: мы можем родиться человеком, но в таких обстоятельствах, когда культурная основа неблагоприятна, когда у всего общества не хватает сочувствия. В такой ситуации отсутствует причина для зарождения истинной Дхармы. Необходимо, чтобы в обществе было хоть какое-нибудь сочувствие, пусть даже и не очень искреннее.

Если у нас есть эти десять благоприятных обстоятельств, то мы можем назвать свое человеческое рождение драгоценным.

Этот *«превосходный корабль свобод и благоприятных обстоятельств»* трудно обрести из-за силы самой сансары, то есть наших мешающих эмоций и кармы. Они автоматически заставляют нас совершать вредные поступки, и результатом становится жизнь, лишенная этих позитивных условий. По-настоящему драгоценно обретение такого человеческого тела, возможности которого просто за гранью воображения. Мы способны делать множество чудесных

вещей, важнейшая из которых – достижение совершенного Просветления, раскрытие в себе природы Будды. И пока у нас есть этот драгоценный корабль, мы можем приносить пользу и самим себе, и бесчисленным живым существам.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.