

ROBERT A. F. THURMAN

THE TIBETAN BOOK OF THE DEAD

as popularly known in the West

Known in Tibet as

THE GREAT BOOK

OF NATURAL LIBERATION THROUGH
UNDERSTANDING IN THE BETWEEN



Composed by
PADMA SAMBHAVA

Discovered by
KARMA LINGPA

Translated by
ROBERT A. F. THURMAN

BANTAM BOOK

NEW YORK • LONDON • TORONTO • SYDNEY • AUCKLAND

Роберт Турман
ТИБЕТСКАЯ КНИГА МЕРТВЫХ

Редактор серии «Самадхи» *Александр А. Нариняни*
Оформление обложки *Т. Фогель*
Верстка *Т. Карповой*
Корректор *Ю. Толстая*

ООО «Открытый Мир»
115093, г. Москва, ул. Павловская, д. 18, стр. 1
Тел.: +7 495 789 82 31
Наши электронные адреса:
<http://www.ombooks.ru>
E-mail: samadhi@openw.ru

Подписано в печать 29.05.2007.
Формат 84×108¹/32.
Усл. печ. л. 18,48. Гарнитура School.
Бумага офсетная. Печать офсетная.
Тираж 2000 экз. Заказ № 391.

Отпечатано в ОАО «ИПП «Уральский рабочий»
620041, ГСП-148, г. Екатеринбург, ул. Тургенева, 13
<http://www.uralprint.ru>
e-mail: book@uralprint.ru

РОБЕРТ ТУРМАН

ТИБЕТСКАЯ КНИГА МЕРТВЫХ

*под этим названием известно на Западе
тибетское сочинение*

**«ВЕЛИКАЯ КНИГА ЕСТЕСТВЕННОГО
ОСВОБОЖДЕНИЯ ЧЕРЕЗ ПОНИМАНИЕ
ПРОМЕЖУТОЧНОГО СОСТОЯНИЯ»**



Написал
ПАДМАСАМБХАВА

Нашел
КАРМА ЛИНГПА

Перевел на английский язык
РОБЕРТ ТУРМАН



ОТКРЫТЫЙ
М И Р

МОСКВА • 2007

УДК 294.3

ББК 86.35

Т88

Перевод с английского Олега Альбедиля

Турман, Роберт

Тибетская книга мертвых / Роберт Турман ; Пер. с англ. О. Альбедиля. — М.: Открытый Мир, 2007. — 352 с.

ISBN 978-5-9743-0082-0

Эта книга посвящена храброму и жизнерадостному народу Тибета, переживающему одну из величайших трагедий нашего времени. Весь мир повернулся к нему спиной из-за страха и жадности, а китайское правительство тем временем проводит систематическую кампанию геноцида. Пусть отзовется на это совесть всех людей мира! Пусть китайский народ узнает наконец о том, что его обманывали многие его правительства, и поймет, что нарушаются законы гуманности и справедливости! Пусть сердце его смягчится и он залечит раны, нанесенные невинному народу! Пусть тибетский народ поскорее достигнет той свободы и независимости, какую имел с самого начала своей истории! И пусть свет тибетской духовной науки снова ярко воссияет над обновленным миром!

УДК 294.3

ББК 86.35

© Robert Thurman, 1994

© Альбедиль О., перевод, 2005

© ИД «София», 2005

© ООО «Открытый Мир», 2005

ISBN 978-5-9743-0082-0

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Предисловие Его Святейшества Далай-ламы</i>	8
<i>Предисловие автора</i>	10
Часть I	
Подготовка к путешествию	
<i>Глава 1. Общие сведения</i>	17
Очерк истории Тибета	17
Тибет — духовная цивилизация	24
Современное положение Тибета	28
Очерк буддизма	30
Представления тибетцев о смерти	36
<i>Глава 2. Тибетская наука смерти</i>	42
Что есть смерть?	42
Шесть царств	51
Три Тела будды	58
Комплекс тело—ум	60
Стадии смерти	70
Реальность освобождения	76
<i>Глава 3. Тибетское искусство умирания</i>	85
Введение	85

Обычные приготовления к смерти	86
Особые приготовления	96
Глава 4. Литература по «Естественному освобождению»	131
История текстов	131
Разделы книги	137

Часть II

Руководство к путешествию

Великая книга Естественного освобождения через понимание в Промежутке

Глава 5. Молитвы Промежутка	145
Молитва Гуру-йоги Трех Тел	147
Молитва буддам и бодхисаттвам о помощи	155
Молитва об избавлении от испытаний Промежутка	159
Молитва о Прибежище от всех ужасов Промежутка	164
Коренные строфы шести Промежутков	168

Глава 6. Путеводитель по Промежуткам	171
Молитва реальности Промежутка	171
Промежуток реальности мирного божества	189
Реальность Промежутка гневных божеств	213
Наставление для существования в Промежутке ...	236

Часть III

Дополнительные переводы

Глава 7. Практика Дхармы. Естественное освобождение от влечений	281
Десять ветвей накопления заслуг	282
Просветление, защита и очищение	286
Процесс визуализации	288

Оглавление

7

<i>Глава 8. Самоосвобождение через обнажающее внимание — прямое введение в Ригпа</i>	309
<i>Словарь</i>	331
<i>Библиография</i>	350



Далай-лама

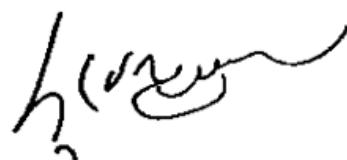
ПРЕДИСЛОВИЕ

«Бардо тодол», известная на Западе как «Тибетская книга мертвых», — это одно из самых важных сочинений, созданных нашей цивилизацией. Мы, тибетцы, имеем репутацию весьма духовных людей, хотя сами обычно считаем себя довольно практическими и приземленными. Поэтому мы смотрим на наше систематическое изучение и анализ процесса человеческой смерти как на осторожную и практическую подготовку к неизбежному. Ведь нет ни одного из нас, кому рано или поздно не пришлось бы умирать. Как подготовиться к смерти, как наименее травматично пройти через процесс умирания и что будет после смерти — все это вопросы жизненной важности для каждого из нас. Было бы непрактично с нашей стороны не изучать эти проблемы с величайшим вниманием и не разрабатывать методы обращения со смертью и умиранием умелым, сострадательным и гуманным образом.

«Книга освобождения через понимание в Промежутке» очень популярна в Тибете уже много столетий. Это полезное руководство для людей, стоящих на пороге смерти, а также для их родственников и друзей. Она связана с обширной тибетской литературой, всесторонне исследующей феномен умирания. Действительно, реальность смерти всегда была главным стимулом к добродетельным и сознательным действиям

во всех буддийских обществах. Созерцать ее считается не ужасным, а скорее освобождающим от страха действием и даже благоприятным для жизни и здоровья.

Я рад, что мой старый друг, профессор Роберт Турман сделал новый перевод этого важного труда. Я уверен, что он вложил в этот текст уникальное сочетание надежного научного знания и личного вдохновения, чтобы дать западным читателям точный, выразительный и ясный перевод. Надеюсь, что они найдут эту книгу столь же полезной и понятной, как и тибетцы в течение столетий.



29 января 1993 года

ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА

Много лет назад мой первый учитель, Досточтимый Геше Нгаванг Вангьял, из монастыря Лабсум Шедруб дал мне экземпляр тибетского сочинения, напечатанный в Индии и озаглавленный «Тибетская книга мертвых». У него была манера говорить некоторые вещи, придавая им особый смысл, так что вы надолго запоминали сказанное, как если бы эти слова стояли вне времени. «Вот, это тебе понадобится!» В то время я не собирался заниматься этой книгой, но надежно запомнил эти слова, зная о проницательности моего учителя и подумав, что когда-нибудь она мне действительно пригодится.

Мне давно был известен старый перевод этого текста, сделанный Кази Дава Самдупом и У. Эвансом-Венцом, пустивший в оборот это неверное название — «Тибетская книга мертвых». Я читал ее и пользовался ею, когда умирали родственники или друзья. Она описывает очень реальный процесс, через который всем нам придется пройти после смерти и перед следующей жизнью, и то, с чем нам, вероятно, придется столкнуться. Я читал также версию Франчески Фримантл и Чогьям Трунгпы Римпоче и некоторое время назад написал на нее рецензию для одного научного журнала. Несмотря на их психологизированную метафизику и терминологию, это был лишь улучшенный прежний перевод.

«Тибетская книга мертвых» была написана великим учителем Падмасамбхавой в VIII или IX веке для индийских и тибетских буддистов. Он скрыл книгу до более поздних времен, и в XIV веке она была найдена известным искателем книжных сокровищ Карма Лингпой. Книга описывает опыт Промежутка (тиб. *бардо*), обычно относящийся к состоянию между смертью и новым перерождением, согласно ожиданиям посвященных в особую эзотерическую мандалу (священная вселенная) ста милостивых и грозных буддийских божеств.

В последние годы я изучал высшие йога-тантры, в особенности Гухъясамаджу, или Эзотерическое Соединение, традицию, столь блестяще представленную ламой Чже Цзонхавой (1357–1419). Высшая йога-тантра — это высокотехничный подход к внутреннему опыту, древняя традиция духовных методов, в каждой детали столь же сложная, как и современные материальные технологии. Она использует йогически вызванные состояния для изучения природы «я», ума, смерти, жизни и промежуточных состояний. Очень подробно она описывает смерть: ее физиологию, психологию; ее обычный опыт и ее искусственно вызванные переживания в экспериментальных состояниях йогического транса. Я считаю эти описания блестящими и полезными не только для размышлений о смерти, но и для решения проблем жизни, здоровья и даже дыхания. Когда я сталкиваюсь со смертью, думая о своей собственной или теряя друзей, эта духовная наука показывает мне пределы, в которых я могу понять этот процесс.

Когда я вернулся к «Тибетской книге мертвых» после изучения высшей йоги, она показалась мне менее пригодной к современному опыту смерти и умирания. Кроме того, она была написана как популярное руководство, предназначенное для обычных тибетцев-мирян, а не для адептов йоги. Я знал, что

Стефен Левин и другие разработали йогу умирания для современных американцев, но нашли ее структуру слишком сложной и непривычной для обычного человека, сталкивающегося со своей смертью. Много ли людей в Толедо или в Топеке знают что-либо о Херуке (героическое мужское архетипическое божество) или о дакини (динамическое женское божество)? Мирное или грозное божество? Не лучше для них пользоваться руководствами по умиранию, разработанными в их родной иудейской или христианской вере? Технические описания смерти в литературе системы Гухъясамадта кажутся более четкими и систематическими, хотя они написаны не для использования обычными людьми, сталкивающимися с процессом смерти.

Поэтому, когда издательство «Бэнтам буке» впервые обратилось ко мне с предложением сделать новый перевод основного текста с популярным комментарием, я колебался относительного этого проекта. Я мог совершенно отказаться, если бы в памяти не всплыли слова моего учителя. Я пошел домой и, просмотрев версии Эванса-Венца и Фремантл/Грунгпа, а также некоторые части тибетского издания, данного моим учителем, понял, что умирающие нуждаются в чем-то более ясном, полезном и доступном, чем эти переводы.

Прежде всего нам нужно избавиться от неверного названия или, по крайней мере, убрать его в подзаголовок. Никакое тибетское выражение не переводится как «Книга мертвых». В подлинном тибетском названии слово «бардо» просто означает «промежуточное состояние». В просторечии «промежуток» (бардо) относится ко всему процессу между смертью и новым рождением. В более узком смысле тибетцы насчитывают шесть промежутков: интервалы между рождением и смертью («промежуток жизни»), между засыпанием и пробуждением («промежуток сна»), между

бодрствованием и трансом («промежуток транса») и три промежутка в ходе процесса смерть—перерождение («момент смерти», «реальность» и «существование»). Второе слово в названии «Бардо тодол» (*Bardo thos grol*) — *mo-na* (*thos-pa*) относится к одному из трех типов мудрости или понимания, развивающегося через изучение, размышление и медитацию. Слова «*тодол*» (*thos grol*) означают, что учение этой книги «освобождает» просто через «изучение» или «понимание», предоставляя человеку перед «промежутком» понимание столь ясное и глубокое, что оно не требует продолжительного размышления или созерцания. Поэтому общепринятое тибетское название этой книги таково: «Великая книга Естественного освобождения через понимание в промежуточном состоянии» (Бардо тодол ченмо). Но это лишь раздел большой книги под названием «Глубокое учение о естественном освобождении через созерцание мирных и грозных буддийских божеств».

Эти размышления вдохновили меня, и я решил создать версию перевода, которая была бы простой и полезной, легкой для чтения людям, потерявшим родственников, и легкой для того, чтобы души, растерянно витающие в комнате около своих мертвых тел, могли понять, что с ними произошло. В то же время я бы постарался отразить в комментарии технические описания процесса смерти, собранные из обширной тибетской литературы по всей йоге.

Результатом явилась эта книга. Работая над текстом, я обнаружил другие тибетские издания, показавшиеся мне более надежными и часто проясняющими неясности индийского издания, подаренного моим учителем. Я обнаружил также несколько ранее не переведенных разделов большого труда, прояснивших это учение, и включил их в приложение. Работа над переводом и комментарием принесла мне подлинное удовлетворение и сама по себе была наградой, за

что я глубоко благодарен своему покойному учителю.
Надеюсь, что и для вас эта книга будет полезна.

*Роберт Турман
Ганден Декхи Линг
Будсток, Нью-Йорк
Август 1992*

Примечание. В данной работе я постарался полностью избежать примечаний и сносок, чтобы упростить текст для обычного читателя и дать все необходимое в самом тексте. Конечно, здесь есть некоторое количество незнакомых терминов и концепций. Я включил их в словарь в конце книги, где даны краткие объяснения всех специальных терминов, имен, названий мест и предметов.

В написании санскритских и тибетских имен я придерживался сложившихся правил, избегая научных транслитераций.

Часть I

ПОДГОТОВКА К ПУТЕШЕСТВИЮ

Глава 1

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

СОЛНЦЕ И ЛУНА

Очерк истории Тибета

Тибетцы всегда называли свою страну «Бод», в некоторых случаях добавляя «Хавайен» — Страна снегов. Их исторические предания охватывают период около 2300 лет, восходя к временам македонского государства на западе, империи Маурья в Индии и поздней династии Чжоу в Китае. В течение первых восьми столетий этой эпохи Тибетом управляли воинственные династии. В религии преобладал анимизм, ведущую роль играли жрецы-шаманы, занимавшиеся предсказаниями, колдовством и жертвоприношениями. Вся политика сосредоточивалась вокруг царской семьи, чьи предки считались сошедшими с небес. Первые семь царей сходили на землю по волшебной лестнице, висящей в пространстве, и возвращались по ней обратно, когда им приходило время умирать. Из-за какого-то конфликта во дворце восьмой царь обрезал небесную веревку, и после этого царей, подобно египетским фараонам, хоронили в больших погребальных курганах, вместе со слугами и имуществом.

Центр древних династий располагался в долине Ярлунга, к югу от текущей на восток Цангпо (Брахмапутры), поблизости от современного Цетанга. Постепенно, в течение столетий династия присоединила к своему домену племена и территории, объединяя прак-

вителей соседних княжеств в феодальную военную систему. Объединяемые племена уже были тесно связаны тремя общими принципами: территорией, языком и религией. Все они обитали на Тибетском нагорье площадью примерно в один миллион кв. миль и средней высотой 13–14 тыс. футов. Успешное существование на такой высоте включает целый комплекс физиологической адаптации. Чтобы хорошо чувствовать себя там, действительно, нужно родиться, имея родословную успешно акклиматизированных предков. Тибетский язык принадлежит к тибето-бирманской языковой семье, сильно отличающейся от индийской, дардской, тюркской, монгольской и сино-тибетской семей, чьи носители занимают прилегающие равнины. В религиозном смысле тибетцы были склонны обожествлять природные явления, особенно горы и небо, и имели общий комплекс ритуалов жертвоприношения, предсказаний и призываний обширного пантеона подземных, земных и небесных божеств.

Культура высокогорья отличалась от окружающих ее более «духовной» ориентацией. Продолжительность жизни на большой высоте несколько короче, а безжизненный и величественный горный пейзаж располагает к размышлению и созерцанию. В древности эта духовность была практична для мировоззрения. Как большинство шаманистов, они стремились к мирскому успеху, победе, богатству и многочисленному потомству. В период военной экспансии эта религия, как представляется, была сфокусирована на культе царя, которым руководили жрецы-шаманы. Поскольку царь спускался с небес на землю как божество, он обеспечивал власть и порядок. Шаман способствовал этому порядку, приглашая царя спуститься на землю, прославляя его присутствие, обеспечивая помощь божеств в небесах, на земле и под землей и организуя переход власти от старого царя к новому. Шаману нужно было совершать путешествия в страну мертвых

и обратно, чтобы получить личный опыт о периоде хаоса между правлениями. Его задачей было удержать власть над хаосом и обеспечить его отделение от страны живых, царства порядка.

В течение многих столетий тибетская династическая культура была вполне успешна. Соперничающие царства окружающих равнин не могли надолго проникать на высокое плато, и поэтому тибетцы могли развиваться без помех. Борьба тибетцев с окружающей средой и друг с другом укрепила их, и к VI веку все плоскогорье было объединено и стало государством, с которым необходимо было считаться. Они начали предпринимать походы на равнину во всех направлениях. К этому времени тибетцы приобрели грозную репутацию среди китайцев, тюрков, монголов, персов и индийцев.

В начале VII века царь по имени Сонценгампо достиг естественных пределов тибетского государства. Единства среди воинственных вождей всегда мало, и тибетские горцы были не заинтересованы в дальнейшей экспансии на равнину. Царь начал преобразовывать страну от воинственного феодализма к чему-то более мирному и духовному, основываясь на развитом моральном чувстве своего народа. Осуществляя эти изменения, Сонценгампо заинтересовался главными цивилизациями внешней (с его точки зрения) Азии и заметил, что универсалистский (махаянский) буддизм дает опору династиям Пала и Гупта в Индии, городам-государствам на Шелковом пути в Центральной Азии и Танской империи в Китае. Поэтому он начал систематический процесс культурной адаптации, послав группу приближенных в Индию, чтобы они изучили санскрит, создали для тибетцев письменный язык и начали переводить обширную буддийскую литературу. Сонценгампо женился на девяти царевнах из разных соседних стран, включая Непал и Танский Китай, потребовав, чтобы каждая из них

привезла в Тибет буддийские святыни и тексты. Он создал геомантическую систему государственных храмов, главными из которых стали Чжоканг и Рамоче в его новой столице, Лхасе, а сеть подчиненных им храмов создавала условия для единства народа.

В течение следующих двух с половиной столетий его преемники продолжали работу культурной трансформации, давали средства на переводы, поддерживали собрания знатоков буддизма, строили храмы и содействовали образованию своих подданных. Этот процесс достиг своей высшей точки в 90-х годах VIII века в правление царя Трисонгдцецена, который с помощью приехавших из Индии буддийского йога Падмасамбхавы и настоятеля Шантракшиты построил первый монастырь в Самье. Сюда были перенесены структура индо-буддийских монашеских школ и их образовательная программа, после чего начался 60-летний процесс созиания всех полезных знаний, доступных тогда в Азии. Математика, поэзия, медицина, искусство управления, архитектура и другие виды искусства — все эти отрасли знания развивались, а не только буддийская философия и психология. Приглашали ученых из Персии, Индии, Уйгуринии, Монголии, государств Шелкового пути, Танского Китая, и тибетцы, слушая и сравнивая своих гостей, совершенствовались в лучшем понимании человека и природы. Например, в 30-х годах IX века сотни знатоков со всего известного тибетцам мира провели десять дней, сравнивая медицинские системы Индии, Китая, Персии, Монголии и Уйгуринии и создавая тибетскую медицинскую систему, соединившую все лучшее из доступных тогда сведений по психологии, анатомии, неврологии, хирургии, ботанике, химии и науке о питании с буддийскими духовными методами.

После этой высшей точки восхождения Самье наступил период смуты, вызванный излишним давлением царских властей по введению буддийских пред-

ствлений и практик во все области жизни. Произошел бунт в самой царской семье. Серия покушений и убийств завершилась гибелю династии, распадом государства и временным подавлением буддизма. Однако в течение столетия буддийские взгляды и монастыри снова распространились, пользуясь покровительством местных правителей и опираясь на поддержку в народе. В течение следующих трех столетий тибетцы все больше и больше обращали свои интересы к буддийскому образованию, и по всей стране строились монастыри. Была завершена большая работа по переводу буддийского канона и создана обширная оригинальная буддийская литература. Не возникло новой царской династии для управления всей страной. Тибетская единственность больше не вернулась из-за власти буддизма и его непротивленческой морали. Семьи местной знати по-прежнему правили в своих областях, но они все больше и больше делили социальную и политическую власть с быстро растущей монастырской иерархией.

В XIII–XIV веках монгольская империя объединила большую часть Евразии, и Тибет формально был включен в Pax Mongolica. В действительности мало что изменилось. Страна была разделена на 13 основных административных районов, каждый из которых управлялся совместно представителями местной знати и монашеской иерархии. Семья Кхон и глава школы Сакья формально были поставлены Хубилай-ханом править всей страной, но сакьяйский иерарх был скорее духовным руководителем, чем активным администратором. К концу XIV века монгольская империя распалась, и контроль над всем Тибетом захватила местная династия Пагмодру. В то же время жизненные труды ламы Чже Цзонхавы возвестили эпоху духовного ренессанса. Новая эра национальной преданности практике буддизма как главной цели жизни была отмечена введением Цзонхавой в 1409 году

праздника Великого моления (Монлам) в Лхасе. Он преподнес церемониальные украшения изображению Будды Шакьямуни (Чжово Римпоче), установленному в центральном храме Лхасы, Чжоканге, чтобы символизировать, что народ понимает это как вечное присутствие Будды. Таким образом, было положено начало традиции, когда весь народ собирался на двухнедельное моление и празднование во время каждого лунного Нового года. Ключи от города вручались настоятелям монастырей, а все мирские дела откладывались. Этот праздник был главным событием для всего Тибета с 1409 и до 1960 года, когда китайские власти запретили его.

В XV–XVI веках инициированное Цзонхавой возрождение изменило духовный, социальный и физический облик Тибета. Строительство монастырей распространялось на все новые и новые области, по мере того как все большее число людей решались посвятить «драгоценную человеческую жизнь, наделенную свободой и возможностью» завершению своей эволюции и достижению просветления. Социальный климат становился все более и более мирным, в связи с тем, что для ополчений воинственных местных вождей оставалось все меньше людей. Один из младших учеников Цзонхавы, Гендун Друбпа, в течение всей своей долгой и деятельной жизни руководил новым орденом Гелуг, проповедуя, создавая книги и строя монастыри. После его смерти в соседней области объявился прекрасный мальчик, объявивший себя Гендуном Друбпой, как только научился говорить. После многих испытаний и волшебных узнаваний община признала его подлинным перевоплощением великого учителя. Его возвели на трон, дали образование, чтобы он также возглавил орден, как и лама Гендун Гъяцо. Его следующий воплощенец, обнаруженный после подобных же чудес, испытаний и демонстраций способностей, Сонам Гъяцо правил орде-

ном в XVI веке, вплоть до своего исторического визита в 1573 году в Монголию, где получил почетный титул «Далай-лама» (Учитель-Океан) от монгольского правителя Алтан-хана. Считая двух его предшественников, Сонам Гьяцо стал известен как Третий Далай-лама.

При жизни Сонам Гьяцо и его преемника тибетские военные вожди почувствовали себя слишком ущемленными постоянным ростом власти монашества, требовавшим много времени и денег строительством монастырей и возрастающей популярностью духовного образования. На рубеже XVII века начался период смут, поставивший под угрозу судьбу страны. Что было бы, если б сохранившаяся воинственная аристократия свергла власть монастырской иерархии, подобно тому, как это произошло в ту же эпоху в северной Европе, Китае и Японии? Или оставила бы насилие, раз и навсегда сложила оружие и обратилась на путь духовной эволюции?

В 1642 году, почти ровно через тысячу лет после создания храма Чжоканг, Его Святейшество Пятый Далай-лама (1617–1682) был провозглашен правителем Тибета и основал Победное правительство дворца Ганден, которое тибетцы до сих пор считают своей законной властью. «Великий Пятый», как его называли, создал уникальную форму власти, хорошо приспособленную для особого тибетского общества. Оно было почти полностью демилитаризовано, признавало ведущую роль монастырской иерархии в жизни народа и отдавало приоритет ненасилию. Аристократия лишилась части своих привилегий, сохранив власть и доходы с части своих наследственных владений как плату за службу правительству Гандена. Она полностью лишилась своих частных ополчений, потеряв феодальную власть над жизнью и смертью своих крестьян, которые до тех пор сильно напоминали крепостных в средневековой Европе или России.

В международном плане автономность и национальную целостность Тибета гарантировала новая династия китайских императоров — маньчжурская. Маньчжуры — это народ тунгусского происхождения, сложившийся в лесистых областях к северу от Кореи. В 1644 году они завоевали Северный Китай и стремились покорить оставшуюся часть Восточной Азии, не встречая серьезных соперников. Из-за своего авторитета у грозных монголов Далай-лама рассматривался как потенциальный союзник нового маньчжурского императора. В 1651 году сложился союз между цинским императором Шунчи и Великим Пятым. Маньчжуры признавали светскую власть Далай-ламы над Тибетом и его духовный авторитет в известном им буддийском мире. Далай-лама признавал цинских императоров законными правителями Маньчжурии и Китая и защитниками буддийской веры (дхармы), общины и самих буддистов. Важным условием соглашения было то, что Далай-лама согласился распространять буддизм среди монголов, а маньчжуры обязались охранять мир в демилитаризованных буддийских обществах. Буддийское умиротворение монголов, одного из самых воинственных народов, — это удивительная историческая перемена, хотя она не более удивительна, чем самотрансформация Тибета в течение предшествующего тысячелетия.

Тибет — духовная цивилизация

В течение трех столетий современной истории национальным приоритетом Тибета было монашеское образование, включавшее литературное и философское творчество, практику медитации, развитие ритуала, религиозного искусства и т. п. Монахов высоких рангов считали высшим слоем тибетского общества, живыми буддами, благодаря практике тантр

(духовных методов) высшей йоги (самосовершенствования). Они были дерзновенными исследователями внутреннего мира, тибетским эквивалентом наших астронавтов; я думаю, что для описания их стоило бы применить термин «психонавт». Они лично совершили путешествия к удаленнейшим границам этой вселенной, исследование которой их общество считало жизненно важным делом: внутренних границ самого сознания во всех его трансформациях в самой жизни и за пределами смерти.

В западной культуре последние пределы нашего материального завоевания вселенной лежат в открытом космосе. Астронавты — вот наши лучшие герои. А тибетцы больше заботятся о духовном покорении внутренней вселенной, чьи границы лежат в царстве смерти, промежуточного состояния и созерцательных экстазов. Поэтому тибетские ламы, которые смогли сознательно пройти процесс растворения, чей ум смог отделиться от грубого физического тела и использовать магическое тело для путешествия в другие миры, эти «психонавты», становятся истинными героями для тибетцев. Далай-ламы и несколько тысяч лам-« воплощенных» (называемых также «тулку», что значит «эмансация Будды») — вот эти герои. Считается, что они овладели процессами смерти, Промежутка и перерождения и, сознательно выбирая, раз за разом возвращаются в Тибет из сострадания, чтобы руководить духовной жизнью народа на благо всех живых существ.

Таким образом, современная тибетская цивилизация уникальна на нашей планете. Только такая особая культура могла создать искусство и науку умирания и смерти, о которой и пойдет речь в этой книге. Я описываю уникальный психологический характерологический комплекс, соответствующий современному тибетскому обществу, как «внутреннюю современность». Его следует понимать по контрасту с подобным

же западным комплексом, который можно назвать «внешней современностью». Западный характер обычно противопоставляется досовременному, «традиционному». Часто он описывается как комплекс таких черт, как индивидуализм, открытость, приспособляемость личности, беспокойная рефлексивность и приверженность рациональности. Современный западный характерологический комплекс связан с особым восприятием — включая психические или ментальные явления — сводящим все к исключительно количественным материальным сущностям. Именно это придает ему «направленность вовне». Тибетский характерологический комплекс разделяет такие же современные черты, как индивидуализм, открытость, приспособляемость личности, рефлексивность и рациональность. Но тибетский характер связан с особым восприятием, обусловленным буддийской цивилизацией, где все пропитано духовными ценностями, так взаимосвязанными с ментальными состояниями. По контрасту с западными идеями тибетская точка зрения заключается в том, что ментальное или духовное не всегда сводимо к материально-количественному и манипуляциям с ним. Духовное само по себе является активное энергии в природе, более тонкой, но более могущественной, чем материальная. Согласно тибетскому мировоззрению «главная сила» в природе — это духовное, а не материальное. Это придает тибетскому характеру «обращенность внутрь». Поэтому, хотя тибетец и западный человек имеют общий комплекс современного сознания, их мировоззрения диаметрально противоположны: одно направлено вовне на материю, другое — вовнутрь на ум.

Это глубинное различие между двумя цивилизациями. Если национальная цель американцев — это все большая материальная продуктивность, то для тибетцев самое важное — продуктивность духа. Она измеряется глубиной развития мудрости и широтой

проявления сострадания. Тибетские буддисты верят, что внешняя реальность связана с внутренним ментальным развитием через безначальный и бесконечный ряд жизней, поэтому они не видят пределов трансформации «я» и окружающего мира к лучшему. Личность может стать буддой, существом бесконечной мудрости и сострадания, а внешний мир — совершенной землей будды, где никто бессмысленно не страдает и все происходит ради всеобщего счастья.

Ярким примером ориентированной вовнутрь рациональности современного тибетского ума как раз является данная тема: тибетское отношение к смерти. Направленный вовне западный ум давно отверг тему смерти и будущих жизней как архаическую, касающуюся только полного заблуждений традиционного ума. Материалистические навыки мысли сводят ум к материи и устраниют душу. Отвергая возможность будущей жизни, западный человек рассматривает смерть просто как физиологическое условие, приравниваемое к прямой линии на электроэнцефалографе. Совершенно отсутствует интерес к состоянию личности или условиям ума после смерти. Научные исследования ограничиваются материалом, количественно воспринимаемым физическими органами чувств и подтвержденным приборами, регистрирующими жизнь тела. В то же время западный ум направлен на изучение внешнего мира, далеких континентов, удаленных галактик — макромира, и микромира клетки, молекулы, атома и субатомных сил.

Нацеленный вовнутрь тибетский ум ставит материальный мир на второе место в списке приоритетов. Его главной целью является мир внутреннего опыта, пробуждения, грубая область причинности, относительности, ощущения, восприятия и сознания, а также тонкая область образов, света, экстаза, транса, сна и, наконец, смерти и того, что лежит за ней. Тибетцы считают эмпирический, наиболее утонченный внут-

ренний мир важной точкой, с которой можно притянуть на контроль за всеми субъективными и объективными космическими событиями. И поэтому они приступают к изучению этого внутреннего мира, используя аналитическую интуицию, концентрацию и созерцание, чтобы распространить свое осознание на всю область жизненного опыта. Они используют манипуляции со сновидениями и внутренними видениями, чтобы ясно представить сферу бессознательного. Они сосредоточиваются на разграничении с грубой субъективностью, чтобы достичь самого тонкого уровня чувств. И они пользуются возросшей внимательностью и памятью, чтобы получить доступ к опыту прошлой жизни, включая подобный сновидению опыт промежуточных состояний, протянувшихся от смерти к рождению.

Современное положение Тибета

Несмотря на некоторое пренебрежение к материальному прогрессу, Тибет в новое время превратился в относительно счастливую страну. Тибетское общество было организовано таким образом, чтобы максимально способствовать раскрытию потенциала человека во внутреннем развитии. Экономическое давление было незначительным, внутренние конфликты и войны с соседями были редки. Однако он все еще был далек от идеала современной буддийской страны. В современных geopolитических терминах он стал слишком уязвим в нашем столетии, имея одно положительное и одно отрицательное качество. Хорошо то, что долгое время Тибет практически не воевал и поэтому не смог противостоять современным армиям, сначала британской, а затем китайской. Плохо то, что он слишком изолировался от других народов, бойкотируя их, поскольку они небуддийские. Поэтому только

два народа немного знали Тибет — англичане и китайцы, и они могли так представить эту страну остальному миру, чтобы соблюсти собственные интересы. Когда британцам понадобилось заключить торговое соглашение с тибетским правительством, они обращались с Тибетом как с независимым государством, но тем временем позволяли всему миру считать эту страну частью Китая, старались не допустить туда русских и ублажить китайцев, позволявших Британии удерживать Гонконг и свои ценные торговые привилегии. Китайцы, сходным образом, хорошо знали, что не контролируют Тибет, а тибетцы не чувствуют себя китайцами, и уж ни один китаец никогда не принял бы тибетца за китайца. Между тем они представляли всему миру, будто владеют Тибетом (по-китайски его называют Шицзан, «Западная сокровищница») и он всегда был частью Китая. Поэтому, когда в 1949 году маоистское правительство вторглось в Тибет, они заявили всему миру, что освобождают провинцию своей страны от иностранцев (в Тибете не было и десятка европейцев). Но поскольку тибетцы считали китайцев иностранцами, они решительно сопротивлялись подобному «освобождению». Вся мощь Красной Армии одолела тибетских буддистов, и с тех пор китайская оккупация поддерживается только грубой силой. Более миллиона тибетцев нашли преждевременную смерть, а вся буддийская культура была подорвана. Ни один тибетец не осмеливается мечтать о свободе и молиться об избавлении от захватчиков.

Чтобы превратить Тибет в часть Китая, китайцы пытаются подавить тибетский язык, буддизм и основанную на нем культуру, а также все признаки национальной идентичности. Этот проект обречен на провал, поскольку тибетцы просто не могут превратиться в китайцев. К счастью, в наше время Его Святейшество Четырнадцатый Далай-лама преуспел в поддержании здоровой общины в изгнании под патро-

нажем индийского правительства. И есть надежда, что народы мира, если они вовремя узнают о Тибете, не допустят, чтобы в конце XX века совершился геноцид шестимиллионного тибетского народа.

Очерк буддизма

Что такое буддизм? Эта «Великая книга Естественного освобождения через понимание в промежуточном состоянии» представляется читателям как «буддийский» подход к смерти и умиранию. Но если она только «буддийская», то подходит лишь буддистам. Нет оснований переводить ее для широкой аудитории, и становится непонятен давний и постоянный интерес к этой «Книге мертвых». Но только один аспект «Книги Естественного освобождения» религиозен в обычном смысле, т. е. касается особой системы верований. Ибо в самом буддизме только одна сторона религиозна.

Буддизм — это учение, провозглашенное Буддой Шакьямуни около 2500 лет назад. Оно не основано на какой-либо религии, существовавшей в индийской культуре, и не является ее реформированием. Не основано оно и на откровении, полученном от какого-либо божества. Будда просто отверг современную ему форму индийской религиозной веры во всемогущего Творца. Он не «верил в Бога» в западном понимании Бога. Многим людям Запада он представляется атеистом (хотя он принимал существование не всемогущих, сверхчеловеческих существ, которых он называл «богами»). Он даже не считал отдельные верования или веру самоценными, как полагают многие религиозные люди, хотя он предполагал, что разумные верования практически полезны для народа. Он побуждал людей поставить авторитет под вопрос и пользоваться силой своего разума, и не принимать

иррациональные традиции. В своем личном поиске истины он часто вполне безрелигиозен.

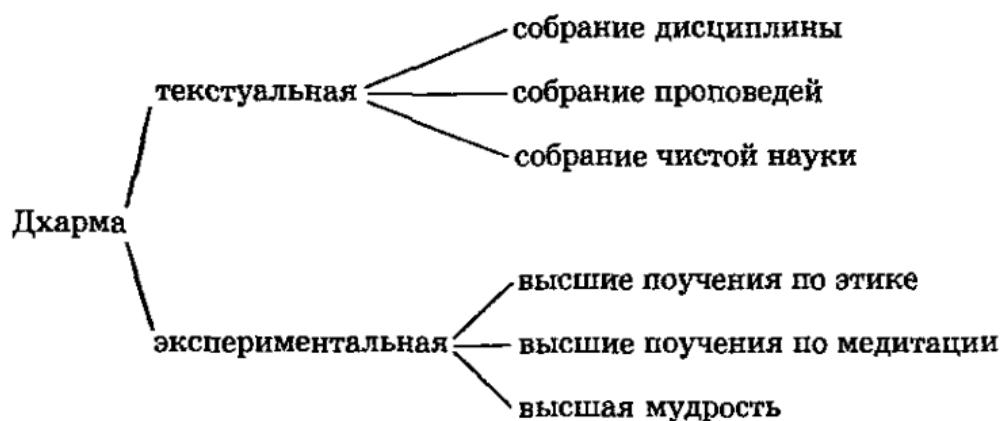
Шакьямуни назвали Буддой, т. е. Пробужденным или Просветленным, потому что он заявил, что достиг совершенного понимания природы и структуры реальности. Получив обычное для принца, принадлежавшего к воинскому сословию того времени, образование, он посвятил шесть лет интенсивной учебе, йогической практике и созерцанию в поисках реальности. Он считал, что человеческий ум способен достичь полного понимания целокупности, если у него есть природные способности, правильное образование и он приложит героические усилия. В 35 лет достигнув полного понимания, он почувствовал, что и другие люди способны достичь его. Следующие 40 лет он посвятил обучению самых разных людей. История свидетельствует, что многие его современники преуспели в достижении высоких уровней реализации. Они создали широкое движение, постепенно распространявшееся по странам индийского субконтинента, а затем и по всей Азии. Это движение часто имело религиозное измерение, но у него были столь же важные социальные и интеллектуальные аспекты.

Будда использовал санскритское слово «Дхарма», чтобы обозначить свою Истину или Учение. Со временем он придал новые оттенки смысла этому слову. «Дхарма» происходит от глагола «дхар», держать, и имеет широкое поле важных значений, ассоциируемых с держанием. Оно может означать «природа», «сущность», «характерная черта», а также «долг», «обязанность», «закон», удерживающий человеческое поведение в определенных рамках, или «религия», в смысле набора религиозных предписаний и ритуала. Но сердцевиной открытия Будды была сущностная реальность свободы, лежащая за живой реальностью бытия непосредственность всеобщей свободы, прежде всего от страдания, уз, неведения. Эта сущностная

свобода может быть реализована человеческим умом как его собственное глубочайшее и наиболее истинное условие. Подобная реализация дает возможность преобладания свободы над привычным страданием личного существования. Поэтому реализовавший *держится отдельно от* страдания, он не *держится за* что-либо, но *содержится вне связующих уз*. Таковы новые смыслы слова «Дхарма», касающиеся бытия *держащегося далеко от* страдания. Дхарма стала означать Учение, путь практики Учения, добродетель такой практики, реальность или Истину, преподанную в этом Учении, и свободу этой реальности или Истины, саму нирвану. Дхарма как Учение делится на две сферы: текстуальную и экспериментальную (Учение и его практика). Каждая из них, в свою очередь, делится на три: первая на три типа вербальных поучений (собрания дисциплины, проповедей и чистой науки), а вторая на три типа высших поучений (по этике, медитации и высшей мудрости). См. таблицу 1.

Таблица 1

СТРУКТУРА БУДДИЙСКОЙ ДХАРМЫ



В течение 45 лет Будда проповедовал Дхарму по всей Индии. Многие сочли его учение полезным и начали создавать новую общину внутри старого обще-

ства. Ее назвали Сангха (просто «община»), а формировалась она вокруг нового образования, социального института — монашеского ордена, как своего ядра. До Будды в Индии были отшельники и странствующие аскеты, но он первый организовал постоянные монашеские общины вблизи городов. Сангха сыграла важную роль в истории буддизма, поскольку она давала защиту людям, следовавшим примеру Будды и посвятившим себя его учению. Это три главных аспекта буддизма: Будда, Дхарма и Сангха — Учитель, Учение и Община — известны как Три Драгоценности (санскр. *триратна*), т. е. три самых ценных вещи для человека, ищущего освобождения от неведения и страдания. В течение тысячелетий людей считали буддистами, когда они «принимали прибежище» в Трех Драгоценностях. Они обязывались пытаться следовать примеру Будды и его учения, пытаться понять Дхарму и стать членами Сангхи.

Таким образом, Будда основал общественное движение, исторически развивавшееся на трех уровнях: социальном (и потому неизбежно политическом), религиозном и философском, или научном. Сущность всех трех движений лежит в его понимании относительности и взаимосвязи всех явлений, ментальных и физических. Изначально Будда был скорее критиком религии, а не основателем. Он критиковал ее тенденции к абсолютизации, ее пренебрежение к человеческому разуму, ее оправдание внезапного, произвольность и власть авторитета. Реальность, как Будда видел ее, лежит за пределами догматических теорий, но широко открыта для непредубежденного восприятия. Человеческая жизненная форма исключительно хорошо адаптирована к реальности и очень близка к полному ее пониманию, а когда оно достигнуто, то приводит к полному освобождению и счастью.

Во времена Будды были разные взгляды на природу жизни: от спиритуалистических теорий о душе,

воплощенных в разработанные теистические системы верований, до весьма современного материалистического нигилизма. Будда отверг все теории абсолютной души, все постулаты строго фиксированной идентичности или статичной личной сущности, выдвинув кардинальное учение об отсутствии индивидуального «я» или души (*анатма*). Он учил, что психологическая привычка рассматривать человека как фиксированную субъективность, неизменно идентичную, является главным препятствием хорошей жизни. Но Будда никогда не отрицал относительного наличия живого «я». Он настаивал на непрерывности изменяющейся гибкой души от жизни к жизни. Он недвусмысленно отрицал современный ему нигилизм, сводивший даже относительную, условную живую душу, «я» или идентичность к редкому и вторичному патологическому явлению материи. Он настаивал на относительной реальности «я», его уязвимости, ответственности и эволюционном потенциале. По сути дела, его учение о всеобщей относительности «я» положило начало широко распространенному взгляду на глубокую взаимосвязанность индивида с бесчисленными формами жизни. Концепция постоянной взаимосвязанности вдохновляла в буддийских сообществах устремление людей сознательно включиться в реализацию своего высшего потенциала и превращение всего мира в место благоприятное для жизни.

Буддийские священные тексты Большой Колесницы (махаяны), ставшие популярными в Индии примерно через четыре столетия после кончины Будды, учили, что будда — это космическое существо, а состояние, им достигнутое, может быть описано как состоящее из Трех Тел. Сначала совершенная мудрость становится Телом Истины, Телом высшей реальности, в котором просветленное существо переживает единство со всей вселенной. Затем совершенное сострадание будды становится Телом формы, безгра-

ничным воплощением, исходящим из единства блаженного просветленного существа с высшей реальностью свободы, чтобы помочь другим бесчисленным существам избегнуть страдания, осознав свое единство со свободой. Само Тело формы делится на два. Имеется Тело блаженства, разновидность тонкого или эфирного тела, образованного истинной радостью будды, освободившегося от страданий, познав абсолютную природу реальности. Как сама реальность, оно бесконечно и рассеивает тонкое сияние вездесущности радости будды во всех вещах. Следующее — это Тело Эманации, возникающее из скрытой энергии Тела Блаженства, когда будда хочет войти в контакт с обычными существами, которые не могут воспринимать окружающее их присутствие Тела блаженства, а испытывают страдания и отчуждение. Будды эманируют, магически создают такие плотные воплощения, которые необходимы для контакта с живыми существами, для освобождения их от страданий и для побуждения их достичь собственного просветления и блаженства. Будда Шакьямуни, исторический Будда, — это будда Тела Эманации, но считается, что будда, явивший себя как Шакьямуни, имеет неисчерпаемую силу проявиться в бесконечном количестве форм, соответствующих нуждам живых существ. Поэтому считается, что все будды имеют эти три Тела: Истины, Блаженства и Эманации. Эти понятия дают нам необходимую основу для понимания тибетских представлений о невоспринимаемой реальности и присутствии просветленных существ.

Будда учил, что людям следует изучать относительный материальный мир и природу ума, чтобы в полной мере понять и улучшить жизнь одушевленных существ. Для этого они должны использовать не только свои чувства, но также субъективный человеческий ум, суждение и интроспекцию, развивая критическую мысль и доводя концентрацию до степени

остроты, непредставимой для обычного нетренированного человека.

Будда основал и сильно развил традицию Внутреннего (или умственного) знания (*адхъятмавидья*). Оно называется «знанием», поскольку это организованный способ поиска свойств ума в определенной манере с целью освобождения человека от негативных потенций и способствования развития им положительных. Будда создал долговременные образовательные и служащие изучению ума институты, которые в конце концов превратились в то, что обычно называется монастырями. Эти учреждения, посвященные интенсивному обучению, широко распространились по Индии и по всей Азии спустя столетия после эпохи Будды. Они постоянно присутствовали во многих азиатских странах вплоть до наступления эры ислама или международного секуляризма. В этих институтах Внутреннего знания, в частности, изучали смерть, промежуточное состояние и процесс перерождения, а результаты содержатся в обширной, накопленной за века литературе по этому вопросу. Сведения о смерти, содержащиеся в этих сочинениях, не имеют себе равных в цивилизациях мира. Это высший источник естественного освобождения.

Представления тибетцев о смерти

Тибетский подход к смерти и промежуточному состоянию не является ни мистическим, ни таинственным. Это руководство к странствию через промежуток показывает, как реальность смерти приспособлена к миру тибетских представлений; оно ярко живописует непрерывность между прошлой, нынешней и будущей жизнями. Их перспектива множественности жизней — не более (и не менее!) религиозная система верований, чем наше современное представление о структуре Солнца.

нечной системы или о смене времен года. Тибетцы считают делом здравого смысла и научным фактом то, что живые существа проходят через ряд жизней, а смерть, промежуток и процессы перерождения следуют предсказуемым закономерностям. У них имеются надежные свидетельства просветленных испытателей, сознательно прошедших через опыт промежутка, сохранивших память и сообщивших о своих переживаниях. Тибетцы относятся к сообщениям своих «психонавтов» так же, как мы принимаем отчеты астронавтов о том, что произошло на Луне. Тибетские буддисты верят в то, что большинство людей может вспомнить о своих прошлых жизнях с помощью довольно простого метода медитации. Они практически действуют согласно этому буддийскому представлению, используя время своей жизни, чтобы научиться понимать мир и подготовиться к смерти и будущим жизням, совершенствуя свои этические действия, эмоциональные привычки и критический инсайт.

До некоторой степени тибетцы разделяют наши западные взгляды на смерть, но во многом смотрят на нее иначе. На обычном человеческом уровне они, как и мы, рассматривают смерть как трагедию в конце жизни. У них есть приемы предупреждения и осторожения безвременной смерти, обмана даже своевременной смерти и продления драгоценной человеческой жизни. На этом общечеловеческом уровне они даже больше боятся смерти, чем мы, современные материалисты и гуманисты, ожидающие автоматического, безболезненного забвения. Тибетцы же считают анестезическое забвение весьма неправдоподобным, понимая смерть скорее как дверь к переходу, который может быть более чем фатально опасным для людей неподготовленных или сильно подверженных отрицательным привычкам. Поэтому они естественно смотрят на смерть как на мощную злую силу, подстерегающую их. В соответствии с индийским наследием

они отождествляют этот ужас с устрашающим, свирепым богом смерти Ямой, царем подземного мира и судьей умерших. Его изображают темно-синим, с головой буйвола и двумя руками, держащими жезл в виде скелета с черепом и аркан, и стоящим обнаженным — с эрегированным фаллосом — на спине выдыхающего пламя буйвола. Иногда вместе с ним супруга, ужасающая Чамунда, которую также считают женской персонификацией его энергии. Бесчисленные орды его слуг бродят повсюду, исполняя его приказания и собирая души умирающих. Когда он является, человек не может сказать «нет», он следует за Ямой в его подземный мир, а там в железном зале без окон и дверей взвешивают его добрые и злые дела. Яма судит их и посыпает либо в разные небесные царства, если преобладает добродетель, либо в мир животных или в адские миры, если перевешивают грехи. Если особенно повезет, а добродетели включали большую чувствительность, щедрость и разумность, то человек сможет вернуться в человеческий мир, который считается лучшим для духовной практики, чем небеса. Тибетцы страшатся Ямы и ждут, что будды и бодхисаттвы спасут их от его рук и суда. На праздниках и маскарадах это свирепое божество обычно изображает монах высокого роста в устрашающей маске и ярком костюме. Всегда показывают, как его покоряет Будда, бодхисаттва мудрости Маньджушри или бодхисаттва сострадания Авалокитешвара в виде Падмасамбхавы, великого йога и первого исторического святого Тибета.

Хотя в воображении тибетцев персонификация смерти столь отчетлива, нужно сразу отметить, что не сам Яма столь ужасен, а скорее его суд и возможная отрицательная судьба, которую он определяет. Согласно общепринятыму тибетскому воззрению жизнь безгранична, мы не приходим из ниоткуда и не уходим в никуда. Мы безначальны и бесконечны. Поскольку

мы всегда будем вовлечены в мир относительного, то должны знать и о своей внутренней свободе. Если же мы не ведаем об этом, то неведение понуждает нас пребывать в неизбежных и бесконечных узах, в постоянном страдании, а наша жизнь становится жестоким наказанием.

Человеческая жизнь характеризуется как средний путь между состояниями избыточной боли и чрезмерного удовольствия. Живое существо рассматривает перерождение человеком из других форм жизни как результат накопления большого количества заслуг, через щедрость, добродетельные поступки, терпимость, а также глубокое понимание, достигаемое долгими усилиями по развитию критической мудрости и сильного сосредоточения. Человеческая форма относительно свободна от жестко запрограммированных инстинктивных реакций. Поэтому человеческие существа единственны в своем роде наделены способностью и возможностью полностью понять свое положение, решительно перепрограммировать себя, достичь непреходящего совершенного просветления, состояния будды и стать счастливыми, вечно живущими, приносящими радость и помочь другим существам. Умереть непросветленным, потерять свободу и возможность человеческого воплощения не достигнув цели, а затем вынужденно перерождаться в исключительно скверных условиях бесчисленное число раз — вот это было бы ужасной трагедией. Если человеческая жизнь рассматривается как дающая свободу, возможность эволюционного развития и альтруистического просветления, то ее потеря гораздо хуже утраты жизни, представляемой либо полным забвением в ничто, либо благополучным переселением на небеса. Это нечто подобное ожиданию попадания в ад или чистилище после смерти. Это опасность более чем фатальная. Это путь к почти безграничному мучению. Поэтому тибетское представление о безначальном и

бесконечном характере жизни, о бесчисленных перерождениях вовсе не устраниет страх смерти. Оно придает неотразимую интенсивность этой жизни. Вот что лежит в основе глубокой религиозности и духовности тибетцев, а не суровое окружение высокогорных пустынь и снежных гор.

Однако на более высоком духовном уровне тибетцы рассматривают обычную угрозу смерти как мощную силу, близкую жизни, побудительный импульс к добру, усиливающий положительные действия и отношение к жизни. Они не склонны видеть в смерти силу чистого зла, своего рода радикальное, бессмысличное и произвольное злорадство. Скорей они смотрят на нее как на нечто несуществующее, как на вещь в себе, отдельную от жизни. Это чувство относительности, распространяемое даже на смерть, вдохновляет их на самом высоком духовном уровне видеть в ней непосредственное, вездесущее царство свободы, не просто часть жизни, а основу жизни.

Тибетцы видят, что любой человек может умереть в любое время и в любом месте. Наше представление о конкретности жизненной ситуации, о надежности реального мира пяти чувств и их объектов — это глубокое заблуждение. Ничто из того, что мы считаем существующим, действующим, существующим или имеющимся, не имеет никакой сущности, субстанции, стабильности или надежности. Все, с чем мы имеем дело внутри или вне себя, чем мы заняты с утра до вечера, — потенциально ничего не значит для нас. Если мы умираем, то все, что мы удерживали, исчезает, что помнилось, забывается, что было в руках, теряется, растворяется в полной бесчувственности, поскольку оно относилось к нашему уму или телу. Удивительно, но как только мы привыкаем к тому, что смерть подстерегает нас на каждом шагу, мы чувствуем большое облегчение. Мы понимаем, что мы действительно свободны всегда и во всех ситуациях, осознаем, что любое

принуждение основано лишь на иллюзии субстанциональной длительности, устойчивой субстанции, связующей сущности. Мы полностью погружаемся в океан свободы. Наше участие в различных отношениях, в действительности, совершенно произвольно. Это чувство непосредственности свободы радует. Это высшее понимание смерти связано с Ямантакой, Терминатором смерти, являющимся самой устрашающей персонификацией мудрости неэгоистичности, реализацией пустоты ничто.

Замечено, что тибетская культура очень колоритна, а тибетцы в целом — живой, жизнерадостный и отзывчивый народ. Они индивидуалистичны, непредсказуемы и ценят свободу во всех аспектах и на всех уровнях. Они использовали свою независимость, чтобы практиковать просветляющее учение Будды, а не развиваться в материальном или военном отношении. Тибетцы делали все в меру своих возможностей, чтобы хорошо использовать человеческую жизнь и полностью реализовать ее потенциал для кармического, а не просто материального прогресса. Уникальная красота их цивилизации в значительной мере исходит от их ясного осознания непредсказуемости смерти и свободы, которую оно приносит.

Глава 2

ТИБЕТСКАЯ НАУКА СМЕРТИ

Что есть смерть?

Что такое смерть? Этот вопрос требует изучения. Западная наука считает, что прямая линия на электроэнцефалограмме означает прекращение сердцебиения и активности мозга и поэтому констатирует смерть. Иллюзия субъективного «я» в индивидуальном сознании, которую материалисты соотносят с наличием активности мозга, должна заканчиваться с прекращением волн активности мозга. Однако представление о смерти как об отсутствии сознания не является научным выводом. Это концептуальное понятие. Во многих случаях людей реанимировали после появления в течение некоторого времени прямой линии ЭЭГ, и они сообщали об интенсивном субъективном опыте.

В популярном представлении, поддержанном современным научным образованием, смерть чаще всего предстает как пороговое состояние, как нечто, забвение, пустота, разрушающая жизнь и поглощающая ее навсегда. Она родственна сну, тьме и бессознательности. Она страшит тех, кто счастлив или чувствует, что должен стать счастливым. Ее ищут несчастные, страдающие от непереносимой боли, как благословенную финальную анестезию. Но наука не должна отказываться от анализа этого представления. По существу,

внутренняя наука начинается с анализа «ничто». Все же «ничто» — это просто ничто. Это не место, напоминающее идею небытия. Место подразумевает площадь, протяженность. Оно определяется координатами и границами. Это не «ничто», а помещение. «Ничто» не может где-то поместиться, и ничто не может поместиться в нем. У «ничто» нет ни внутреннего, ни внешнего. Оно не может быть разрушено, уничтожено или ограничено, у него нет энергии или воздействия. Оно не может быть вецием, царством, государством или чем-то иным. Его абсолютно нечего бояться и нельзя на него надеяться.

Это последнее завершение всего, диаметральная противоположность всего, «ничто» само по себе. И все же мы мыслим «ничто» как нечто. Ясно, что «ничто» — это концептуальное понятие, наиболее четко показывающее иллюзорный статус всех концептуальных понятий. Использовать, говоря о нем, слово «существует», значит — неправильно использовать язык. Упоминать «ничто» как «оно», «это», «то» или иначе без кавычек — это ошибка, только идея, на которую можно ссылаться. «Ничто» категорально невообразимо, поэтому неправильно изображать его как цель, место назначения. Неправильно представлять как неуловимое состояние, проявляющееся прямой линией на ЭЭГ. Некорректно видеть в нем анестезию, следующую за потерей всех чувств. Не стоит воображать его как место успокоения, где сознание спит. В него нельзя вступить.

Когда мы думаем о «ничто» подобным образом, в действительности мы просто успокаиваем себя. Мы лишь строим наше представление о состоянии небытия на нашем привычном чувстве глубокого сна. Когда мы засыпаем, то забываем мысли, заботы, переживания и даже само сознание. «Погружаясь» в сон, как основное состояние, мы испытываем чувство релаксации. Засыпая, мы схватываем последний момент

осознания, а просыпаясь, первый момент пробуждения вместе с воспоминанием сновидения или, что гораздо реже, просыпаемся или теряем сознание в сновидении. Но у нас нет никакого непосредственного опыта бессознательного состояния, так как мы не можем его вспомнить. Поэтому наше представление о пребывании в состоянии отсутствия сознания — это лишь умозаключение, основанное на первом и последнем моментах на пороге сознательности.

Сон ассоциируется у нас с отдыхом, расслаблением, миром и покоем. Человек, испытывающий бессонницу из-за физической или умственной болезни, сильно мучается, а лишение сна в течение долгого времени приводит к гибели. Мы любим спать. Сон отнюдь не соответствует прямой линии, абсолютному отсутствию активности мозга. Во время сна наш мозг может проявлять даже большую активность, чем при бодрствовании. С материалистической точки зрения, сон отличен от состояния смерти. Представляя смерть как вступление в небытие, мы просто успокаиваем себя. Мысль о смерти как о сне — это лишь аналогия даже для материалиста. Похоже, что дуалистическая модель «освобождения», вдохновляющая индивидуалистический буддизм, хинаяну, а также индуизм, даосизм и западный монотеизм, — модель освобождения как абсолютного отчуждения от мира — произошла от всечеловеческого опыта сна. В большинстве культур сон считается блаженным удалением в отстраненное от мира состояние, спокойное отделение от забот и тревог, раздражений и привязанностей. Поэтому религиозный идеал нирваны как состояния отделенности, предельного освобождения от боли и печалей или высшего облегчения может быть ничем иным как гарантированным погружением в непрерывный глубокий сон без сновидений!

Когда мы видим подобное сравнение, то понимаем, почему материалисты смеются над духовными или

религиозными формами освобождения. Зачем они нужны им? Ведь им уже гарантирован постоянный отдых. Их ждет небытие, достижаемое без малейшего усилия с их стороны, без моральной жертвы, без реализации, без развития любых умений или знания. Все, что им нужно сделать, — это уснуть, а подобный навык развит в течение тысяч ночей.

Но что дает им гарантию спокойного «ничто», ожидающего после смерти? Есть ли у них какие-либо достоверные свидетельства? Никто никогда не возвращался, чтобы рассказать о входе в небытие. Не было ни летописца, ни наблюдателя, никто никогда не погружался в субъективность мертвца. Они не могут физически проникнуть в мозг любого мертвого существа. Нет ни одного убедительного описания небытия, которое бы очевидно не имело атрибутов. Никогда не наблюдалось ни единой вещи, превратившейся в «ничто». Откуда взялась бы энергия реальности состояния осознанности, будь это даже минимальное осознание чистого отдыха, если это нарушение физического закона о сохранении и превращении энергии? Что заставляет материалистов столь убежденно верить в «ничто», представляющее энергетический континуум?

Ответ очевиден: у них нет никаких оснований для подобной уверенности. Это просто верование, базирующееся на смелом утверждении, выработанном многими его сторонниками, но не имеющем ни малейших доказательств, усиленном постоянным повторением и догматическим упорством. Оно дает высшее утешение, удовлетворяя религиозную потребность иметь полное представление о реальности. Эта успокоенность может вызвать подозрение или сомнение, поэтому для материалиста она предстает в ложном свете, а небытие кажется чем-то пугающим, нежелательным, горькой пилюлей, которую современному взрослому человеку приходится проглотить.

Вот почему ученые-материалисты столь догматично отвергают свидетельства существования сознания после смерти. Они даже случайно не рассматривают подобные показания, поскольку это поставило бы вопрос об их собственной жизни. Подобно любому религиозному доктринализму, поскольку это логически слабый довод, часто по общему признанию иррациональный, не основанный на заслуживающем доверия свидетельстве, он не может позволить даже простейший вопрос из-за опасения, что возникшее сомнение не сможет быть отвергнуто.

На деле же значительный массив заслуживающих доверия свидетельств поддерживает возможность существования сознания после смерти и его продолжения в будущей жизни. Во-первых, это естественно предположить, поскольку все остальное в природе продолжает существовать, изменяясь. Во-вторых, имеется много надежных сообщений свидетелей о пережитых ими приключениях после смерти. Некоторые пережили клиническую смерть и были реанимированы. Другие в детстве помнят детали и обстоятельства прошлой жизни, и некоторые подобные воспоминания обрабатывались другими людьми и передавались для изучения уважаемым исследователям. Собранные данные систематизировались и представлялись в виде руководств в традициях умирания, используемых во многих культурах. И множество людей в различных цивилизациях чувствуют, что у них должно быть некоторое представление о состоянии их сознания в будущей жизни, с которой им придется столкнуться.

Никакой здравомыслящий человек не боится «ничего». Должно быть, оно скучно и безрадостно. Но, по крайней мере, оно спокойно и безболезненно, и безразлично ко всем трудностям бодрствования, оно приятно и каждый из нас ищет его. Чего мы боимся, и боимся осознанно, — это боли и страдания. Мы всячески пытаемся избежать боли и страдания для себя и

тех, кто нам дорог. Мы боимся смерти не потому, что она «ничто», а потому, что интуитивно знаем: она автоматически не приносит «ничто». Мы сильно боимся чего-либо, что она может дать. Поэтому с присущей человеку осторожностью хотим знать, что она принесет, как приготовиться, чтобы избежать дурного и достичь хорошего, чего ждать и как встретить это. Мы знаем, что уснув сегодня вечером, не избежим завтрашнего дня с его вызовом. Поэтому мы наилучшим образом готовимся к нему. Чем лучше мы подготовились, тем более счастливыми засыпаем. Мы знаем, что смертельный сон не устранит автоматически новые ситуации для сознания. Поэтому мы готовимся к ним, и чем лучше мы подготовились, тем легче нам будет, когда придется умирать.

Даже для самого твердолобого материалиста знаменитое «пари» Паскаля по-прежнему неотразимо. Если после смерти мы превратимся в ничто, то нам не придется пожалеть о том, что мы к чему-то готовились. Но если, умерев, нам придется стать чем-то, к чему мы вовсе не готовы или готовы очень плохо, то мы будем долго испытывать горькое и болезненное сожаление. Поэтому, не подготовившись, мы все теряем и ничего не приобретаем, а позаботившись о подготовке, все получаем и ничего не теряем. Если мы готовились понапрасну, то в вечности не придется жалеть о малой толике времени, потраченного на это, а если нет, то время, отданное делам и удовольствиям в ущерб подобной подготовке, в вечности покажется напрасной тратой жизненного ресурса.

Итак, те из нас, кто либо уверен, либо отважится рассматривать жизненную ситуацию как полностью относительную в пространстве и времени, могут благополучно выйти из нее. Нет границ нашей взаимосвязанности с бесчисленными измерениями и вселенными. И нет пределов нашему развитию, дурному или хорошему. Очень сильное обязательство — улучшать

ситуацию, в которой мы оказались вместе с другими, — возникает из понимания неизбежности бытия в бесконечной относительности и длительности. Отказ от любой неопределенности небытия оставляет нас с абсолютной озабоченностью качества относительных ситуаций. Эта озабоченность требует, чтобы мы использовали любое имеющееся в нашем распоряжении средство для их улучшения.

Возвращаясь к отдельным религиозным верованиям, не опирающимся на рациональные доказательства или правдоподобные выводы, находим, что наш выбор действий может иметь неограниченные последствия. Избавляясь от искушения определить небытие, почему бы нам не представить четче некоторые невероятные душевные состояния, воспроизводящие характеристики приятного небытия — блаженной анестезии, отчужденности от связи с условиями, постоянной изоляции от переживаний, и все это гарантированное абсолютной, неотносительной силой, контролирующей относительное, но не обусловленное им? Здесь, однако, нам следует применить «пари» Паскаля наоборот. Если благодаря неизбежному предназначению души Всемогущее Существо спасет нас вне зависимости от того, что мы делаем, то мы не пожалеем, что потратили немного времени напрасно, сами готовясь спасти себя. Но если такого Существа нет или есть более могущественные, чем мы, божественные Существа, которые могут спасти нас, если мы приготовились принять их помошь, то тогда мы будем очень долго глубоко сожалеть, что не подготовились должным образом.

Не существует причины для глубокой веры в иррациональное. Полезная вера не должна быть слепа, ей следует осознавать свои основы. Глубокая вера должна быть способна использовать научные исследования для своего углубления. Ей следует быть достаточно открытой духу, а не замыкаться на букве. В полез-

ной, здоровой, приносящей удовлетворение вере не должно быть препятствий для развития науки о смерти. Разрабатывая подобную науку, исследователю надлежит учитывать все прежние попытки ее создания, особенно традиции, имеющие долгую историю и обширную литературу, а из них наука о смерти, сохранившаяся в индо-тибетской традиции, вероятно, наиболее плодотворная.

Принимая во внимание бесконечную взаимосвязанность живых форм, безначальность, бесконечность и распространенность их в безграничности пространства, материалистическая картина эволюции как естественного отбора бесполезна, однако, учитывая активно развивающиеся через редкие мутации жизненные формы, обитающие с определенного начального момента в ограниченной сфере планетарной окружающей среды, эта картина нуждается в пересмотре. Прежде всего, постулирование определенных начал и конечных параметров всегда подозрительно. Материалистическое представление разумно описывает материальный, причинно зависимый процесс развития, но почему тогда ум не муттирует и не развивается, как тело?

Буддийская точка зрения на все это — очерк психобиологической эволюции, известный как «теория кармы» — очень похожа на дарвиновскую идею эволюции. Теория кармы описывает «великую цепь живых существ», постулируя родственную связь между всеми наблюдаемыми видами существ и схему развития одной жизненной формы в другую. В прошлом люди были обезьянами, и вообще все животные были когда-то одноклеточными. Отличие теории кармы в том, что согласно ей живое существо проходит разные жизненные формы, переходя от одной жизни к другой. Тонкий, ментальный уровень жизни переносит паттерны, развитые в одной жизни, в последующие. Виды развиваются и муттируют во взаимодействии с окружающей средой, а индивид также переходит из

одного вида в другой. Кармическая эволюция может быть случайной, и существа вовлекаются в низшие формы так же, как и в высшие. Как только существо осознает этот процесс, оно может целенаправленно влиять на свою эволюцию, выбирая действия и мысли. Хотя здесь и имеются несомненные различия, теория кармы дает эволюционное объяснение того, почему живые существа таковы, какие они есть. Поэтому я переводил «карма» как «эволюция» или «эволюционное действие».

Карма означает действие, вызывающее развитие и изменение, и поэтому это понятие близко к тому, что мы разумеем под эволюцией. Нет необходимости сохранять индийское слово «карма». Некоторые переводчики поступают так из любви к мистификации, им кажется что западные языки не могут передать уникального значения изначального термина. Некоторые европейцы, углубившиеся в восточную мысль, тоже сохраняют этот термин, потому что рассматривают карму мистически, как разновидность судьбы. Но в буддийской науке нет места судьбе, карма — это безличный, естественный процесс причин и следствий. Наша «карма», в данный момент жизни, смерти или промежутка, — это полный набор причинных импульсов, исходящий от прошлых действий, связанных с нашим потоком жизни. Эти импульсы образуют комплекс, действующий на наши тела, действия и мысли. В свою очередь, наши текущие действия тела, речи и мысли формируют новые причинные импульсы, определяющие характер и качество нашей жизни в будущем. Этот комплекс можно назвать нашей эволюционной движущей силой. Есть старая тибетская поговорка: «Не думай о будущих жизнях, следи за своими мыслями сейчас, не заботься о прошлых жизнях, позаботься о своем нынешнем теле!» Она выражает мысль, что наше тело — результат долгой эволюции, обусловленной бытыми поступками,

а наши будущие воплощения формируются тем, что мы думаем и решаем делать в настоящее время.

Время промежутка, перехода от смерти к новому рождению, — это наилучший период для того, чтобы сознательно воздействовать на причинный процесс эволюции к лучшему. Наша эволюционная движущая сила — временный поток в промежутке, поэтому мы можем многое потерять или приобрести в этом критическом состоянии. Тибетцы хорошо осознают это. Вот почему они так ценят «Книгу Естественного освобождения» — путеводную нить для улучшения своей судьбы.

Шесть царств

Буддисты подразделяют все возможные царства жизни на шесть основных категорий. Различные негативные переживания могут безгранично увеличиваться, приводя к высшей степени ужасным формам и воплощениям, которые назывались адскими и в равной степени живописались визионерами как Запада, так и Востока. Буддисты изображают изощренные картины восьми горячих адов, восьми холодных, восьми давящих и восьми режущих, двигаясь в воображении от болезненных переживаний жара и холода к давлению и рассеканию. Существуют многочисленные изображения адских мучений, бесконечных в своем ужасающем многообразии и отвратительных подробностях. Эти ады созданы негативными эволюционными действиями, вызванными, главным образом, ненавистью. Это конструкции обратной связи, усиленные безграничной силой ненависти. К счастью, пребывание в аду логически не может быть вечным, хотя и кажется бесконечно долгим агонизирующему страдальцу. Я назвал существа в этих царствах «адскими».

Затем следует царство претов, которых часто называют «голодными духами». Преты, действительно, голодные и жаждущие, но они не духи. Они считаются живыми существами, попавшими в царства крайней фрустрации. Жадность, страстное желание обладать чем-то усиливается и, возвращаясь, создает царство прет, подобно тому как ненависть создает ады. Преты подвергаются бесконечным танталовым мукам. У некоторых огромные животы величиной со стадион и узкое горло длиной с милю и диаметром с булавочную головку; они страдают от голода и жажды. Когда они находят что-нибудь напоминающее пищу, им это трудно заполучить, сложно съесть и проглотить, а кроме того, это сгорает по пути в желудок, причиняя невыносимую боль, вместо того чтобы принести удовлетворение. Преты — это воплощения голода, жажды, страстного желания и фрустрации.

Подобно тому как адские существа — это воплощения ненависти, а преты — жадности, животные формы жизни созданы накоплением неведения, глупости и тупости. Животные более знакомы нам, ближе к человеческой форме жизни. Они страдают относительным недостатком разумности и ограниченными способностями к коммуникации. Они привязаны к инстинктивным, в основном, реакциям на ситуацию. Их потенциал свободы крайне ограничен. Буддисты не смотрят на них сверху вниз, как на действительно низших; у них тоже есть душа, они страдают и тоже достигнут просветления. Но их ситуация не слишком приспособлена к интенсивному положительному развитию из-за фиксированности их инстинктивного поведения. Они нуждаются в особой заботе и помощи, такой помощи, какую им может, действительно, дать человек, который должен стать буддой.

Люди в своем царстве, соседствующим с животными, являются воплощениями всего отрицательного, но они освободились от крайностей ненависти, жадности

и неведения, связывающих адских существ, прет и животных. Человеческая жизненная форма — это эволюционный продукт не только из-за всего отрицательного, но также из-за его противоположности: терпения, щедрости и сознательной чувствительности. За долгий эволюционный период, предшествующий принятию человеческой формы — за миллионы жизней — бесконечно малые количества терпения уменьшили силу создающей ад ненависти, что проявляется в виде легкого уменьшения реакций ненависти при обиде. Бесконечно малые количества беспристрастности или щедрости уменьшают силу жадности, создающую прет, и понемногу уменьшают реакции привязанности к привычным объектам желания. Терпимость и щедрость, вызванные очень малыми количествами возвышающей чувствительности к другим существам, противодействующей эгоистическим заблуждениям, доминирующими в жизни животных, и проявляющейся в некотором уменьшении преобладающего в них погружения в следование инстинктивным программам, а следовательно, в небольшом понимании нужд других животных. Ничтожные отступления от движущего существ в трех «ужасных царствах» (ад, миры прет и животных) инстинкта накапливаются и развиваются эволюционную движущую силу, толкающую существо к человеческой форме жизни. Именно поэтому человеческая жизненная форма считается таким драгоценным сокровищем, многообещающим и труднодостижимым, которое нельзя потратить беззаботно. Сравнивая ее с другими, мы видим, что человеческая жизнь обладает свободой от необходимости безвольно подчиняться инстинктивным реакциям и возможностью пользоваться этой свободой разумно и добродетельно, чтобы достичь высшего освобождения и надежного счастья.

За пределами человеческого царства лежит область антибогов, или титанов, как я перевожу индийское

слово «асура». Они обладают куда большей свободой и возможностями, чем люди, хотя они поднялись в свое царство с человеческого уровня, но обычно они вкладывают свою щедрость, терпимость и чувствительность в борьбу за власть. Они охвачены завистью и попали в рабство состязательности, желая стать иными существами. Титаны любят борьбу. Живут они в царстве, подобном небесному, и непрерывно соревнуются с богами, пытаясь достичь небес. Поскольку их жизнь, состоящая из постоянной борьбы, убийств и умирания, доводит их до ярости, то иногда они попадают в ады.

Боги — это высшая эгоцентрическая жизненная форма в терминах абсолютных качеств и понимания. Благодаря долгой эволюционной практике щедрости, чувствительности и терпимости в сочетании с владением контролем ума, они поднялись от человеческой формы в разные области рая. У них гораздо большая свобода и возможности, чем у людей, но богатство их дарований представляет огромную опасность. Они чувствуют себя столь великими и могущественными, у них столько удовольствий, власти, удобств, славы, жизнь их столь продолжительна, а низшие царства и возможные страдания эгоцентрических жизней кажутся им такими далекими, что им очень трудно творчески воспользоваться своей свободой. У них доминирует гордость, и они могут падать вниз на человеческий уровень, когда их исключительно долгая жизнь утратит созданную или эволюционную движущую силу.

В царстве богов есть три области: желаний, чистых форм и бесформенного. Область желаний состоит из шести небес, два из них земные, но невидимые для людей, а четыре — действительно небесные, хотя там есть своего рода пейзаж для божеств. Божества этих небес ведут райское существование, но в результате теряют стремление к высшей свободе и счастью в кажущемся бесконечным круговороте изысканных

удовольствий. Выше шести небес желания имеется 16 небес чистых форм, где божества пребывают в телах из чистой энергии. Говорят, что они обладают «телом Брахмы», т. е. подобны облакам блаженства и блеска трансгалактической энергии. Самодовольство — их главная ошибка, и хотя у них глубокий ум, они склонны игнорировать память о своем прошлом как слабых, страдающих существах, понимание бедственного положения бесчисленных существ во множестве вселенных и возможность своей будущей уязвимости. «За пределом» этих небес чистых форм — хотя пространственное понятие «предела» теряет здесь смысл — имеется четыре вида небес бесформенного: бесконечного пространства, бесконечного сознания, абсолютного небытия и небеса за пределом сознания и бессознательного. В этих небесах обитают бесчисленные триллионы богов, не облеченные в формы и влекомых поисками абсолюта. Устремленные ко все более умиротворенному, более тонкому, более реальному, они не лишены критического осознания структурированности всех состояний, их пустоты и относительности. Они пребывают в царстве мертвого покоя исключительно долго, без единой мысли, застывшие в своем чувстве достижения окончательного, единства с абсолютом. Это наиболее тонкая разновидность гордости и омраченности в предельно самосозданном мире отчуждения и поглощенности воображаемым. Буддисты считают такие небеса и жизненные формы этих богов наиболее опасной ловушкой для созерцателей, поскольку они так близки к тому, что философски необразованный человек принимает за абсолют: бесконечная беспристрастность, бесконечная субъективность, небытие и бесконечная незавершенность. Только понимание пустоты, относительности всех вещей и состояний дает решающую защиту от соблазна призрачного покоя, трансцендентальности этих небес и перерождения там на долгий срок.

«Шесть царств перерождений» изображаются на картинах по всему Тибету и повсюду в буддийском мире как «колесо жизни». Его часто можно увидеть на стенах храмов. Эта фигура представляет опыт умирающего, влетающего в «пасть Смерти» (божество Яма держит колесо в пасти, руками и ногами), а земли на колесе эгоцентрической жизни соответствуют эволюционной движущей силе умирающего.

«Книга Естественного освобождения» предполагает такой космологический контекст, как обрамление для путешествия покойника через промежуток. Как только человек осознает всестороннюю взаимосвязанность всех жизненных форм, перед ним открывается заманчивая перспектива положительной эволюции к состоянию будды, сопровождаемая ужасающей безграничной возможностью отрицательной эволюции или дегенерации к формам животной или адской жизни, к претам. Эти ужасные состояния, действительно, устрашающи, и их определенно следует избегать. Небытие было бы куда предпочтительнее. Осознание возможных пугающих состояний является сильным побудительным мотивом к положительному развитию и интенсивным катализатором сострадания. Оно необходимо для развития мессианского порыва к спасению других существ от страдания, который называется устремлением к просветлению или духом пробуждения [бодхичитта]. Эта духовная концепция превращает обычное эгоцентрическое существо в альтруистического бодхисаттву.

В последние десятилетия многие азиатские учителя говорили, что ужасающие состояния — это просто метафора и их нельзя принимать буквально, что они просто указывают на состояния ума, которые следует избегать. Конечно, в этом есть доля истины, особенно учитывая то, что вселенная также состоит из состояний ума. Это было практически со стороны учителей Востока, ибо могло отпугнуть их западных учеников,

людей вполне определенного воспитания и образования, от пути знания и медитации потрескиванием адского пламени, от которого, как они считали, давным-давно ускользнули. Но в конечном счете, метафорический подход неверен, и больше не является таким уж необходимым. В некотором смысле весь мир создан сознанием, от предельно положительного до бесконечно отрицательного. Если вы станете на пути движущегося поезда, то его болезненный сокрушительный удар также будет полностью в вашем сознании. Просветленный, четко осознающий смысл высказывания «все происходит в уме», легко станет перед таким поездом, если от этого будет какое-то благо для живых существ. Но нужно быть подобным человеком, чтобы игнорировать возможность ада, царств прет и животных или даже худшие виды человеческой жизни без свободы и какой-либо перспективы. Для всех нас остальных разумнее остерегаться попасть под поезд, это даст нам силы убраться с железнодорожных путей. Для нас лучше было бы не дать развиться отрицательному, из-за тех бесчисленных последствий, какие оно может произвести, это даст энергию пресечь негативное в зародыше.

Если мы собираемся использовать науку о смерти, чтобы хорошо разработать искусство умирания, то мы должны понять, что все эти царства необходимо считать такими же реальными, как наша нынешняя жизнь в человеческом мире. Те, кто помнят свои предыдущие жизни, говорят об этом вполне определенно. И логически оправдано, что жизненные формы в океане эволюции могут быть куда более многочисленны, чем ограниченное число видов на этой крохотной материальной планете, что окружают нас сегодня. Итак, та поддержка, что дает нам мысль «все есть содержание нашего сознания», может быть полезна. Но нам следует помнить, что это нельзя выборочно прилагать к тем аспектам реальности, которые нам не

нравятся. В сознании пребывает вся реальность, а ум заставляет нас переживать ее как «внешнюю». Поэтому нам все же следует постараться смотреть на «внешнее» как на прекрасное, а не ужасное, чтобы предотвратить ужасное и развить прекрасное.

Три Тела будды

Схема шести царств дает нам статичное сечение обычного буддийского космоса. Нам нужно также представление о буддийских воззрениях на бесконечный процесс существования, переживаемый просветленным существом. Непрерывное жизненное течение души непрестанно проходит через фазы смерти, промежуточного состояния и жизни. В данной жизни эти фазы соответствуют глубокому сну, сну со сновидениями и бодрствованию. А в состоянии бодрствования есть третий параллельный цикл: глубокий транс, состояние тонкого тела (сознательно направляемого вне реального тела, так называемое магическое тело) и состояние возвращения в плотное тело. Этот тройной набор связан с обычным делением состояния будды на Три Тела будды: Тело Истины, Тело Блаженства и Тело Эманации.

Таблица 2

ТРИ ТЕЛА БУДДЫ И ИХ АНАЛОГИИ

Тело Истины	Тело Блаженства	Тело Эманации
Смерть	Промежуток	Жизнь
Состояние глубокого сна	Сновидения	Состояние бодрствования
Транс в бодрствовании	Магическое тело	Плотное тело

Практика тантрийской йоги нацеливает на выстраивание и преобразование обычной смерти, глубокого сна и транса в Тело истины; обычного промежутка, сновидения и тонкого (магического) тела в Тело Блаженства; а обычной жизни, бодрствования и интегрированного плотного тела в Тело эманации будды.

В контексте практик, представленных в «Книге Естественного освобождения» и ориентированных на подготовку к успешному использованию обычного промежуточного состояния для ускорения движения к состоянию будды, процессы чередования жизней, повседневной жизни и времени данной жизни также могут быть описаны, как «шесть промежутков»: жизнь, сновидение, транс, точка смерти, реальность и промежутки бытия. Эта схема используется для создания у практикующего убеждения, что все моменты бытия — это «промежутки», мгновенные, нестабильные, текущие и трансформируемые в освобожденное состояние просветления. Поэтому жизнь в промежутке считается нормальной и понимается как существование между рождением и смертью. Промежуток сновидения — это период между глубоким сном и бодрствованием. Промежуток транса — это состояние между бодрствующим состоянием дуалистического сознания и просветленным осознанием трансцендентальной мудрости. Промежуток точки смерти — это мгновенная вспышка или несколько дней бессознательности между жизнью и промежутком реальности, а последний — это продолжительное сознательное состояние (иногда длящееся две недели) после точки смерти. Промежуток существования — это второе длительное сознательное состояние пребывающего в нем, состоящее из переживаний неожиданного столкновения различных мест рождения в утробе, яйце, влажности или лотосе; он имеет место между промежутком реальности и представлением или рождением в проме-

жуток жизни. Этот способ описания всех аспектов обычного жизненного цикла может быть схематизирован в таблице 3.

Таблица 3

ЖИЗНЕННЫЙ ЦИКЛ КАК ШЕСТЬ ПРОМЕЖУТКОВ

<i>Шесть промежутков</i>	<i>Испытываемые переживания</i>
жизнь	рождение и смерть
сновидение	сон и бодрствование
транс	дуалистическое сознание и просветленное осознание
точка смерти	жизнь и реальность
реальность	точка смерти и существование
существование	реальность и рождение

Эти шесть промежутков предназначены, чтобы подчеркнуть переходную природу всех моментов существования в любой точке жизненного континуума индивида. Схемы Трех тел и шести промежутков используются для создания контекста, поддерживающего усилия по преобразованию обычного круга страданий личности, запертой в эгоистической самопоглощенности, в переживания любви и счастья.

Комплекс тело—ум

Представив основные черты космоса, отраженного в «Книге Естественного освобождения», рассмотрим тибетскую модель комплекса тело—ум. Буддийская наука разработала много моделей для различных целей. Схемы, которые нам нужно здесь разобрать, — это три уровня плотного, тонкого и сверхтонкого тела

и ума, пять групп, пять элементов и шесть чувств. Перед тем как описывать их, нам следует запомнить, что все подобные схемы в буддийской науке — это эвристические приспособления, приемы, облегчающие запоминание. Пять или шесть элементов — совершенно безразлично. В каждом случае можно анализировать явления в разных категориях. Группы, используемые тибетцами, выявились как наиболее полезные в ходе долгой практики. Концептуальные схемы подобны линзам в фотоаппарате. Кадр с линзой 105 мм выглядит иначе, нежели с 35 мм. Не нужно спорить, какой кадр более истинный. Это просто разные степени увеличения.

Три уровня комплекса тело—ум используются для создания конструкции, с помощью которой практикующие буддисты интегрируют свой возвышенный созерцательный опыт с обычными переживаниями. Это позволяет им изменять свой привычный процесс самоидентификации, чтобы сознательно вступить в бессознательное состояние. Поэтому, когда мы что-либо видим или испытываем какое-то чувство, мы обычно сознаем только поверхностный уровень переживания, дерево вдали или боль в теле. Мы не сознаем, как фотоны света попадают в чувствительные нейроны зрительных нервов. Мы не осознаем, как химические нейромедиаторы передают сигналы по центральной нервной системе, чтобы дать знать мозгу, что есть боль в животе. Но последователь буддийской внутренней науки, или психонавт, стремится осознать такие обычно бессознательные процессы. Поэтому ему нужен эквивалент микроскопа для подобного внутреннего исследования. Так он разрабатывает тонкую модель «я», с которой идентифицирует себя, чтобы непосредственно пережить более тонкие внутренние процессы.

Комплекс тело—ум разбивается на три уровня: плотный, тонкий и сверхтонкий. Плотное тело состоит

из плоти, крови, костей и других субстанций, которые далее могут быть разложены на пять основных элементов: земля, вода, огонь, ветер и пространство. Дальнейший анализ до уровня современной химии элементов считается слишком тонким для этого контекста, достигая уровня дифференциации за пределами самоидентифицирующего воображения. Плотный ум, соответствующий этому телу, состоит из шести чувств-сознаний, пять из них относятся к органам физических чувств: глазам, ушам, носу, языку и телу, а шестое, ментальное чувство-сознание, действует в центральной нервной системе, координируя все приходящее от органов чувств с идеями, мыслями, образами и волевыми актами.

Тонкое тело, грубо говоря, соответствует тому, что мы называем центральной нервной системой. Это не столько «физиологические органы» (например, мозг) этой системы, сколько схема, структурирующая ее в сосуд переживаний. Нервные каналы представляют собой структуру энергетических проходов, состоящую из тысяч волокон, отходящих от пяти, шести или семи центров, называемых колесами, комплексами или лотосами, находящимися на центральной оси из трех каналов, проходящей от межбровья до конца гениталий, через кору головного мозга и основание позвоночника. В этой сети каналов тонкие энергии, называемые ветрами, перемещают тонкие « капли » передающих сознания субстанций. Тонкий ум, соответствующий этим структурам и энергиям, состоит из трех внутренних состояний, выявляющих в сознании мгновенную субъективную энергию, приходящую от органов чувств плотного тела. Эти три состояния называются: блеск, сияние и угроза (глубочайшее состояние тонкого ума), а подобны они лунному свету, чистому солнечному свету и чистой тьме. У непропросвещенных эти состояния смешаны с обычными подсознательными инстинктивными стимулами-образами,

что называются 80 естественными инстинктами (имеется длинный перечень, включающий разные типы желаний, чувств растерянности и агрессии).

Сверхтонкое тело называется неразрушающей каплей; это крошечный энергетический сгусток, обычно существующий только в центре сердечного колеса, узла. Соответствующий ему сверхтонкий ум — это интуиция ясного света, называемая прозрачностью. На сверхтонком уровне различие комплекса тело—ум отвергается, поскольку эти два аспекта виртуально неразделимы. Неразрушающая капля, прозрачное сознание — это буддийская душа, сокровенное место жизни и осознания, длительность которого непрерывна, хотя она постоянно меняется, перемещаясь от жизни к жизни. Достичь сознательной идентификации с этим комплексом тело—ум, пережить реальность со сверхтонкого уровня осознания равносильно достижению состояния будды. А это и есть подлинная цель «Книги Естественного освобождения».

Еще один важный способ анализа комплекса плотных тело—ум — это схема пяти скоплений или процессов индивидуальной жизни: материального, чувственного, концептуального, волевого и сознательного. Санскритское слово для них «скандха», что буквально значит «куча». Я предпочитаю переводить его как «процесс», что указывает на их динамическое качество. Первый из этих процессов соответствует плотному телу, а остальные четыре разлагают ум и его функции на концептуально и интроспективно распознаваемые уровни. Изначальной задачей схемы скандх было исследование тела и ума для локализации того, что привычно переживается как фиксированное «я»; для установления невозможности обнаружить что-либо как на ментальном, так и на физическом уровне, что могло бы служить таким фиксированным «я» и через этот инсайт достичь освобождения от привязанности к привычному чувству определенной идентич-

ности. В таблице 4 приводится схема пяти скандх, или процессов, комплекса тело—ум.

Таблица 4

ПЛОТНЫЙ, ТОНКИЙ И СВЕРХТОНКИЙ КОМПЛЕКС ТЕЛО—УМ

Уровень	Тело	Ум
плотный	пять элементов тела	шесть чувств-сознаний
тонкий	каналы, энергии, капли	три интуиции-сияния, связанные с 80 инстинктами
сверхтонкий	энергия, несущая ясный свет в неразрушающей капле	энергии ясного света или неразрушающая капля

В этих схемах комплекс плотных тела—ума начинается рождением и заканчивается смертью, за исключением ментального сознания, которое изменяется для существования в промежутке, поскольку оно больше не замкнуто в плотной материи и не обусловлено поступлением сигналов от пяти органов физических чувств. Сознание сновидения — это пример того, как в обычной жизни ментальное сознание действует независимо от физических чувств плотного тела. Это важная аналогия или даже предвестник сознания промежутка. Во сне прекращается действие пяти чувств плотного тела, а ментальное сознание продолжается на более тонком уровне. Во время сновидения ментальное сознание производит из себя самую симуляцию зрения и слуха и даже окружающий мир, чтобы человек во сне мог слышать звуки и видеть образы и цвета. Чувство обладания телом, иногда возникающее во сне, — это важный аналог чувства «я» у существа в промежутке. Обычный человек без специаль-

ной подготовки редко испытывает подобное чувство. Многие редко помнят сны, почти никто не запоминает появление сновидения или его растворение, и очень немногие способны к люцидным сновидениям, когда спящий осознает, что видит сон, не просыпаясь. Развитие таких способностей имеет первостепенную важность для развития возможности умереть люцидно, т. е. осознавать, что он есть и где пребывает во время этих переходных переживаний.

Важным первым шагом к приобретению способности умереть люцидно является развитие чувствительности к переходам между различными состояниями. Схемы тонкого тела—ума разработаны специально для этой цели. Картина каналов, ветров и капель может быть использована ментальным сознанием в процессе раскрытия особых типов внутренней чувствительности. Каналы включают 72 000 циркуляционных проходов в теле, структурированных вокруг центральной оси, состоящей из трех основных каналов, проходящих от межбровья через макушку вниз вдоль позвоночника до конца полового органа через копчик и пять центров (колес) в мозгу, горле, сердце, пупке и гениталиях. Существуют различные изображения этих колес и каналов, потому что практикующий может визуализировать их разными способами, в зависимости от особой внутренней чувствительности, которую он пытается раскрыть.

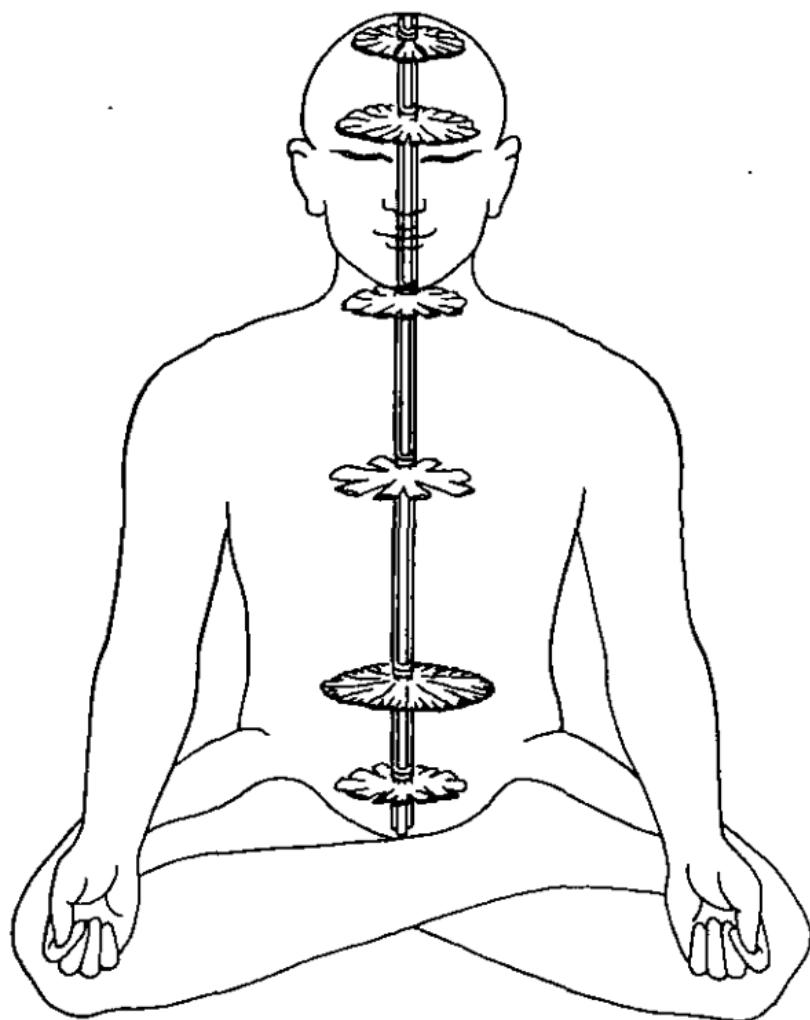
Энергии, проходящие по этим каналам, тонкие ветры, делятся на пять основных и пять дополнительных и имеют особые основы, протяженности, цвета, функции и характер. Подробности в данном контексте несущественны. Достаточно подчеркнуть, что осознание телесных функций в терминах этих энергий — ключевой метод для процессов получения контроля над функциями жизни и смерти. И наконец, капли — это субстанции, передающие сознание, химические вещества, связанные с генетическим материалом. Они

формируют основу особых сознаний, расположенных в центрах в разное время и в различных состояниях. Например, в системе калачакра есть особая система из четырех видов капель. Капли бодрствования образуются на уровне межбровья или пупка и дают фокус осознания или центр самоощущения при переживаниях состояния бодрствования. Капли сновидения образуются в этот момент у горла или в основании позвоночника, когда человек видит сны. Капли состояния глубокого сна формируются в периферийном центре сердца или в центре гениталий и фокусируют переживания глубокого отдыха. А капли четвертого состояния образуются глубже в сердечном центре или на конце генитального центра, обеспечивая фокус для осознания блаженства при наступлении просветления или оргазмических переживаний. Понимание действия капель позволяет практикующим сфокусировать сознание и интенсифицировать переживания и реализацию.

Таблица 5

ПЯТЬ СКАНДХ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Сканда	Составляющие
материя	пять элементов (земля, вода и пр.) или пять объектов и органов чувств
ощущения	удовольствие, боль и безразличие, связанные с пятью органами чувств
представления	все образы и слова, используемые для организации переживания
волевые акты	желание, ненависть, заблуждения и многие другие эмоции
сознание	пять чувств-сознаний и ментальное сознание



Центры (колеса) и каналы тонкого тела

Здесь схематично представлена физиология каналов тонкой нервной системы. Имеется состоящая из трех каналов центральная ось с пятью, шестью или более расположенными на ней центрами. От этих центров энергетические волокна расходятся по всему телу (их 72 000 и на рисунке они не изображены). Этот образ визуализируется практикующим тонкие системы йоги как чувствительная структура, подобная гироскопу, в которой энергия и сознание динамично циркулируют.

Тонкий ум представляет собой субъективную сторону, соответствующую тонкому телу, его каналам, ветрам и каплям. В таблице 6 он разбит на три основных состояния, связанных с 80 инстинктивными структурами, или «характерами». Эти состояния случаются, когда в тонком теле происходят особые тонкие физические события.

Таблица 6

ИНТУИЦИИ, ПЕРЕЖИВАНИЯ И ИНСТИНКТЫ ТОНКОГО УМА

<i>Интуиции тонкого ума</i>	<i>Образ</i>	<i>Связанные инстинктивные структуры</i>
блеск	лунный свет	33 структуры, связанных с желанием
сияние	солнечный свет	40 структур, связанных с агрессией
угроза	тьма	7 структур, связанных с неведением

Тибетцы считают, что тонкий ум есть у каждого и все испытывают подобные переживания. Но чтобы осознавать их, требуется специальная подготовка, прежде всего для их люцидного осознания.

И наконец, имеется сверхтонкий комплекс ум—тело, где отвергается сама двойственность тела и ума. Это неразрушаемая капля, называемая «энергия—ум неделимой прозрачности ясного света». Ее очень трудно описать и понять. Это самое утонченное и самое сущностное состояние индивида, оно не является застывшим, фиксированной идентичностью и находится за пределом дуальности тело—ум, а состоит оно из тончайшей, наиболее чувствительной, живой и разумной энергии во вселенной. Это глубочайшее состояние чистой души живого существа, где оно, являясь

живым, концентрированным и разумным светом, не прерывным, но меняющимся, осознает свою бесконечную взаимосвязанность со всем миром. Оно находится за пределом всех инстинктивных побуждений зависти, агрессии или заблуждений, за гранью всякой двойственности, едино с реальностью и Телом истины всех будд. Поэтому его называют «природой будды», а актуализация его на опыте является целью «Книги Естественного освобождения». Это ключ к особому методу релаксации в глубочайшем естественном состоянии, которому на высшем уровне учат в школе ньингма тибетского буддизма, как «Великому совершенству» (см. словарь и гл. 8). Каждое живое существо на сверхтонком уровне является в действительности такой неразрушающей каплей. Это живая душа любого существа. Именно она делает возможным бесконечный процесс реинкарнации. Это врата к освобождению, всегда открытые, неизменно доступные, хотя существо может идентифицировать себя с интенсивными завихрениями страдания, может быть захвачено ими. Это состояние никем не создано, оно беззаботно, умиротворенно и личится подобно улыбке Будды. Это то, что объединяет будд и живые существа.

Эта сверхтонкая неразрушающая капля очень напоминает индуистское понятие «я» (атман) или «высшего „я“» (параматман), который достигается абсолютным отказом от всего мелкого, индивидуального, личного. Будда никогда не был догматичен в формулировках, даже когда речь шла о важнейшем положении его учения — «отсутствии индивидуального „я“». Он подчеркивал отсутствие «я», говоря со сторонниками абсолютного, и выделял его наличие, беседуя с нигилистами. Поэтому нельзя сказать, что ранний буддизм не признавал «я», а тантрийский и тибетский буддизм вернулись к этому понятию. Будда всегда учил о перевоплощающейся душе, как о неэгоистичном, относительном, меняющемся, причинно обуслов-

ленном континууме сознания. Чтобы достичь ясного переживания сверхтонкой неразрушающей капли души, необходимо полностью реализовать пустоту или отсутствие индивидуального «я». Это, по словам буддийского автора Майтреянатхи, «высшее „я“ отсутствия „я“». Однако главное здесь не философские тонкости сверхтонкого, а простое изложение этой схемы, которая является важным приемом для творческой йоги умирания.

Стадии смерти

Теперь, когда обозначены три уровня тела и ума, мы можем обратиться к схеме, разбирающей стадии процесса смерти. Это центральная тема в «Книге Естественного освобождения», поскольку предполагается, что умерший проходит эти стадии. Эта схема называется восемью стадиями процесса растворения. Тибетские созерцатели считают, что умирающий обязательно проходит эти периоды и должен испытывать следующие переживания. Каждое растворение выражает определенную последовательность субъективного опыта.

Эта модель процесса смерти разработана поколениями йогов, мужчин и женщин, практиковавших буддийскую йогу. Связь жизненной энергии человека с его знаниями и пониманием чрезвычайно полезна для достижения контроля над процессом смерти. Первые четыре стадии в дальнейшем превратились в картину «25 плотных элементов», где они связаны с пятью скандхами и основными мудростями или энергиями просветления, соответствующими каждой скандхе.

Комбинируя первые четыре из восьми растворений с этими 25 плотными элементами, мы получаем более полное описание процесса смерти. Когда земля растворяется в воде, человек слабеет, скандха материи растворяется по мере того, как тело кажется высыхает,

зеркальная мудрость (представляющая собой преображенную энергию омрачения) растворяется по мере того, как формы становятся нечеткими, зрение ухудшается, а образы затуманиваются; все кажется подобным миражу дождя на дороге. Когда вода растворяется в огне, а жидкости тела высыхают, чувства слабеют, тело немеет; мудрость равного отношения (преображенная энергия привязанности) рассеивается, по мере того как чувства исчезают, пропадает слух и человек больше ничего не слышит, а чувствует себя погруженным в дым. Когда огонь растворяется в ветре, а человек чувствует холод, индивидуализирующая мудрость (преображенная энергия желания) замирает по мере того, как понятия улетучиваются из ума, дыхание слабеет, обоняние прекращается, человеку кажется, что его окружает рой огненных мух или вспышки искр. Когда ветер растворяется в пространстве или сознание и дыхание прекращаются, а энергия, циркулировавшая в центральной нервной системе, уходит, волевые функции исчезают вместе с чудотворной мудростью (преображенная энергия соперничества), язык распухает, чувство вкуса забывается, ощущения тела слабеют, ткани размягчаются; человек чувствует себя в пламени свечи в мгновения ее угасания.

С этого момента человека могут объявить клинически мертвым. Все плотные физические элементы ушли, в мозге и кровеносной системе нет движения. Но плотное сознание и его 80 инстинктивных структур, возбуждающие три царства тонкого ума, растворяются только на пятой стадии. Ветры, движущие 80 структур, растворяются в центральном канале, а белая капля сознания (или мужская сущность, белый «дух просветления») из мозга спускается по центральному каналу вниз до сердечного центра; человек воспринимает внутри пространства ума небесный простор, заполненный белым лунным светом. Затем красная капля сознания (или женская сущность, красный «дух

просветления») поднимается от центра гениталий к сердечной чакре; человек видит небо, заполненное оранжевым солнечным светом. В седьмом растворении, на стадии неизбежности или угрозы, две капли встречаются в сердце и капсулируют сознание; человек видит небо яркого темного света или чистую тьму, а затем теряет сознание. Наконец, он переходит в царство прозрачности ясного света, достигая непривычного недуалистического сознания.

Таблица 7

СТАДИИ СМЕРТИ: РАСТВОРЕНИЯ И ПЕРЕЖИВАНИЯ

<i>Растворение</i>	<i>Переживание</i>
1. Земля в воду	
2. Вода в огонь	
3. Огонь в ветер	
4. Ветер в сознание (иногда «ветер в пространство»; конец переживаний комплекса плотного тела—ума)	
5. Плотное сознание в блеск	Чистое небо с лунным блеском
6. Блеск в сияние	Чистое небо с солнечным светом
7. Сияние в угрозу	Чистая тьма
8. Угроза в прозрачность	Ясный свет чистого предрассветного неба

В этот момент ключевая структура обычной жизни, известная как шестисложный узел на сердечном центре, развязывается. Правый и левый каналы тесно связаны с сердечным центром с момента нашего осознания себя в этой жизни, и последующее развитие центральной нервной системы происходит вокруг

этого шестисложного сердечного узла. Когда он полностью распускается, наше сверхтонкое сознание взлетает со своего места, влекомое нашей эволюционной ориентацией. Это реальный момент смерти, промежуток точки смерти. Это наитончайшее состояние возможное для живого существа. Все, что можно сказать о нем, будет неверно. Сверхтонкое сознание ясного света находится за пределом двойственности конечно-го и бесконечного, времени и вечности, субъекта и объекта, «я» и «другого», сознания и бессознательно-го, даже неведения и просветления. Это состояние столь прозрачно, что неподготовленный к нему будет смотреть сквозь него и даже его не заметит. Можно потерять сознание в последней части состояния угрозы и вернуться к сознанию тьмы, возвращаясь через состояние угрозы к оставленному телу, не сохранив никакого чувства о пребывании в любом другом состоянии или чувствуя себя растерянным и неуверенным, как бывает иногда, когда мы пробуждаемся слишком неожиданно. Вся наука и искусство прохождения через состояние промежутка покоятся на этом моменте, помогая человеку использовать переход через промежуток от обычной жизни до вступления в сверхтонкое сознание, которое, естественно, едино с блаженной свободой, целостным умом, безграничной чувствительностью, т. е. с совершенным просветлением.

Многие люди проводят некоторое количество дней в этой точке, но чаще всего в совершенно бессознательном состоянии. Волнение по поводу угрозы и ужас потеряться в этой вселенной мешают им осознать в прозрачности ясного света свою сокровеннейшую обитель, свое духовное единство с самыми любящими, могучими и безопасными существами буддийской вселенной. Это момент, когда знание традиции «Книги Естественного освобождения» оказывает наибольшее воздействие. В идеале, человек должен изучать ее и практиковать при жизни. Хотя ее можно передать,

когда человек умирает, но маловероятно, что человек малоподготовленный сможет преодолеть эгоцентричные инстинктивные влечения, а также страх и ужас во время такого высокоэнергетического кризиса и достичь полного освобождения. Особенно из-за трудностей распутывания шестисложного узла сердечного центра, который должен быть постепенно ослаблен и подготовлен при жизни, чтобы его резкое ослабление в процессе смерти не вызвало сильной отвлекающей травмы в этот момент.

Таблица 8

СКАНДХИ И МУДРОСТИ, СООТВЕТСТВУЮЩИЕ РАННИМ СТАДИЯМ СМЕРТИ

<i>Сканда</i>	<i>Мудрость</i>	<i>Элемент</i>	<i>Способность</i>	<i>Объекты</i>
материя	зеркальная	земля	зрение	видимый мир

(переход к первому растворению)

<i>восприятие</i>	равная	вода	слух	звуки
-------------------	--------	------	------	-------

(переход ко второму растворению)

<i>представление</i>	индивидуализирующая	огонь	обоняние	запахи
----------------------	---------------------	-------	----------	--------

(переход к третьему растворению)

<i>волевой акт</i>	чудо-творная	ветер	вкус, осязание	объекты вкуса и осязания
--------------------	--------------	-------	----------------	--------------------------

(переход к четвертому растворению)

<i>сознание</i>	высшая реальность		ум	
-----------------	-------------------	--	----	--

Большинство людей проходят эти растворения, не осознавая, что с ними происходит, они не могут оставаться в ясном свете, осознать свою сущностную свободу, счастье, свое естественное и радостное безграничное участие в жизни всех других существ. Они будут ментально проскакивать ясный свет пустоты и возвращаться назад в плотное воплощение через восемь растворений в обратном порядке. Они снова потеряют сознание при угрозе, затем пройдут сквозь темный свет, сияющий солнечный свет, блеск лунного света в сознание, где доминируют инстинкты, воссоединяются с ветром, огнем, водой и землей, будучи структурированы мысленными образами, которые восстановят по эволюционным схемам, кодированным их собственными действиями в своих духовных генах (гены индивида, принесенные из прошлых жизней). Эти структуры останутся текучими в их подобном сновидению существовании в ментальных тела состояния промежутка и начнут уплотняться только на самом плотном физическом уровне, когда они переродятся в лотосе, утробе, яйце или влажном углублении. Когда они находятся в промежуточном состоянии, то ввиду текучести и тонкости своего энергетического воплощения, их сознание имеет волшебную силу и исключительную остроту, поэтому они могут прекрасно использовать «Книгу Естественного освобождения», если им ее читают или ментально передают. Здесь в процессе обеспечения безопасности для поисков перерождения, охраняя живые существа от падения в действительно деструктивные состояния существования и ведя их в благоприятные жизненные ситуации, «Великая книга Естественного освобождения через понимание в Промежутке» прекрасно служит той высокой цели, которую имел в виду ее автор.

При нахождении в промежуточном состоянии сознание воплощено в призрачное тело Промежутка, состоящее из тонких энергий, структурированных

мысленными представлениями, похожими на те тонкие воплощения, что мы переживаем в сновидениях. Эти тела, хотя и тонкие, но воплощают сознание; оно проходит через стадии растворения в обратном порядке, а когда индивид оставляет это тело, чтобы войти в плотное — по замыслу в утробу — он рассеивает предыдущее в процессе своего рода малой смерти. Восемь процессов растворения начинаются от воплощения промежуточного состояния и следуют до сознания ясного света, а затем в противоположном направлении до нового воплощения. Действительно, даже когда живое существо засыпает, видит сон, затем сновидение рассеивается, оно снова просыпается в плотном теле, эти стадии растворения можно заметить, но обычно они сжаты в быструю последовательность неразличимых мгновенных фаз. Медитативная практика, связанная с подготовкой к промежуточному состоянию, — это решающий фактор для обострения внимания. Поэтому вы сможете осознавать этот процесс, замедлить переходы и сохранить люцидное сознание происходящих изменений. Такая практика жизненно важна для овладения и сохранения в памяти схем, в течение многих веков разрабатываемых тибетской наукой о смерти.

Реальность освобождения

Наука о смерти — это основа искусства умирания, подобно тому, как медицина — это основа искусства исцеления. Чтобы наилучшим образом использовать «Книгу Естественного освобождения», нам следует ясно понять те возможности, которые открываются при сознательном подходе к процессу смерти. Что означает слово «освобождение» в выражении «естественное освобождение»? Имеется ли здесь в виду, что основная и высшая реальность всех явлений — это пустота

или свобода? О чём говорит «Книга естественного освобождения», когда обещает «естественное освобождение» (тиб. rang grol, *рандол*), упоминая такие его характерные черты, как «совершенство», «естественное блаженство», «отсутствие перерождений» и «прекращение страданий»? Является ли буддизм, помимо всего прочего, системой эскапизма? Быть может, «Книга Естественного освобождения» — это рецепт бегства от реальности?

Иногда так может показаться. В буддизме много разных представлений об освобождении и о свободе. В изначальном учении Будды о Четырех благородных истинах Третья истина гласит о *ниродхе*, что буквально означает «прекращение», имеется в виду прекращение страданий. Слово «нирвана» — в буквальном переводе «угасание», «задувание» или «иссякание». Духовный климат во времена Будды определялся многочисленными мудрецами-аскетами, страдавшими от оков беспросветной жизни, смотревшими на неё как на нечто ужасное, искашившими уничтожения ума и тела через интенсивное трансцендентальное *самадхи*. Чтобы помочь им, Будда представил открытую им нирвану в слегка дуалистическом свете, как будто окончательное угасание было тем, чего они так пылко желали. Он уже был Буддой, а поскольку Будда неотделим от нирваны, то, когда он бродил по Индии и распространял свое учение, Будда в некотором смысле присутствовал, но в то же время был за пределом сансары. Однако он назвал свою смерть *паринирваной*, или «окончательной нирваной», чтобы поддержать устремление к цели за пределом жизни для вполне индивидуалистичных, дуалистически мыслящих искателей свободы, представляемой как уничтожение.

По сути дела человек, склонный к эгоцентризму, привычно ориентирующийся на изолированный центр бытия, кажущийся ему реальным, чувствующий себя

отчужденным и интуитивно принимающий как правильное высказывание: «Я мыслю, следовательно я существую!» — как большинство из нас — имеет тайную склонность к забвению. Помимо всего прочего, забвение — это полное погружение в реальность, полностью отделенную от тревог. Мы не ждем от него удовольствий, а скучать мы станем о немногих людях, о которых действительно заботимся, но, по крайней мере, мы чувствуем, что там нет боли и агонии, нет никакой опасности или угрозы. Некоторые современные люди, решительно отвергающие предположение, что их можно считать сторонниками уничтожения эмоций, тайными космическими эскапистами, и храбро утверждающие свои экзистенциальные обязательства, осмеливаются на это только потому, что твердо уверены — забвение ждет их в любом случае. Они действительно могут считать, что их страшит это забвение, доказывая себе, что об аде не может идти и речи. И имеется огромное число людей, стремящихся к уничтожению через самоубийственные войны, пристрастие к наркотикам, табаку и алкоголю. Устремление к самоуничтожению бурно процветает в нашем мире.

Поэтому позволить представлять нирвану как высшее и блаженное забвение — это не бесполезный педагогический прием. Это искусственная и благотворная тактика, особенно потому, что привлекает такого искателя, который устремлен в небытие, в самадхи пустоты, а обнаруживает, что прекращается не вся жизнь, а его неведение, заблуждения, эгоцентризм, субъективные и объективные самооправдания. К счастью, освобождение — прекращение пристрастий к «я» — приносит полное и длительное счастье, живое и непрекращающееся блаженство. Эта особая, переполняющая человека радость делает мелкие мирские радости, известные ему по крепкой ловушке эгоизма, ничтожными и жалкими. А конечная награда — это

то, что относительно высшее блаженство, красота счастья подлинной свободы возникает в отсутствии изолированного, застывшего и независимого «я». Это просто эквивалент присутствия всеобщей взаимозависимости всех вещей и явлений, непостижимая переплетенность неизмеримой вечности и неохватной бесконечности. Свободная от любой склонности к ничему и забвению, это личная судьба бесконечной связи со множеством других существ. Все это побуждает вас разделить свое счастье и освободить поток вашей любви без малейшего уменьшения своей нирваны неразделимого блаженства и свободы.

Хотя такой вид свободы естественно входит в общее ее понимание, а индивидуальное блаженство неотделимо от любовного единения со всеми живыми существами, ее подлинный смысл непостижим в терминах дуалистических концепций, хотя достаточно ясно, что здесь заявлено. Прекращение, угасание, выход за пределы и свобода от привязанности к «я» — это наиболее вероятный путь к подлинному счастью, настоящей любви и безграничному блаженству. Выяснив это, легче понять, что автор имеет в виду под освобождением. Если же мы не уясним себе этого, то есть риск непонимания языка Великого Совершенства. Можно подумать, что нас просто побуждают погрузиться в освобождение как своего рода автоматическое забвение, которого ждет любой материалист, и абсолютно нет необходимости в каком-либо научном основании или учении о трансформации.

Чтобы прояснить этот существенный момент подобных учений, я перевел небольшой философский текст, принадлежащий к литературе по Естественному освобождению (см. гл. 8). В нижеприведенном отрывке из этого текста, носящего название «Самоосвобождение через обнажающее внимание. Прямое введение в Ригпа», Падмасамбхава как раз говорит о том, что реальность свободы, нирвана, Истина и т. п. —

именно Это — вот высшая цель, к которой стремится любое буддийское учение.

Прямое введение в это (сверкающее осознание) содержит три темы.

Прошлые мысли бесследно канули в шунью, (осталась лишь) ясность.

Будущие мысли еще не возникли — неуклонное естественно ясное осознание.

В настоящем же осознание естественно и безыскусно, ничего не измышляя, пребывает своим чередом.

Если само на себя неприкрыто взглянет, взглянув, не увидит ничего, кроме ясности.

Если пристально всмотреться в обнаженную очевидность Ригпа, — нетварная чистая шунья, подлинность недвойственности ясности и пустоты.

Так представлялась высшая реальность нирваны, Великого Совершенства, царства Истины, конечной свободы, эволюционного совершенства состояния будды. Подобная реализация — цель всех учений «Книги Естественного освобождения». Она доступна в принципе, поскольку уже является глубочайшей реальностью настоящего, актуального состояния даже самого обычного человека. Вы должны смотреть на себя «обнаженно», глядя со стороны цели. Вы ищете фиксированное, независимое, изолированное «я», нечто вроде внутреннего стержня, из которого возникают ваши побуждения и мысли. Но если вы повернетесь на 180 градусов и взглядитесь в себя, то вы не найдете ничего, что обладает свойственной ему сущностью, ничего независимого и обособленного.

Даже Декарт находил это; он обнаружил, что не может найти ничего в моменте происхождения мысли. Он ошибочно утверждал, что это происходит потому, что субъект не может быть объектом. И тогда он договорился до того, что счел этот субъект, единственную вещь, которую он никаким образом не смог

найти, показать и установить, именно тем, в чем он неколебимо уверен! Он мог сомневаться во всем, но не смог усомниться в том, что он сам под сомнением! Отсюда знаменитое: «Я мыслю, следовательно, существую». Только самый ленивый буддийский философ мог бы утверждать подобное.

Не совершая такой ошибки, мы смотрим непредвзято и не видим ничего постоянного, ничего неизменного в самом себе, помня при этом, что смотрим в себя. Мы не можем увидеть даже что-либо субстанциональное за этим ничто. Мы всматриваемся вновь и вновь, кружась вокруг точки происхождения данной точки. Наш взгляд сам по себе становится прозрачным. Нельзя увидеть ничего независимого или объективного. И эта прозрачность уходит в бесконечность. Декарт был прав в одном: субъективное нельзя обнаружить. Но если исчезает субъект, как объект может остаться субстанциональным? Субъективность, которая не может найти себя, не способна обнаружить объект, не обретя уверенность в себе. Как субъективность, так и объективность исчезают при подобного рода проницательном наблюдении, а все, что остается, — это свободная, чистая прозрачность. Сама она — это непосредственный чистый ум. Это ясность, недвойственность и пустота всех истинных состояний, включая любое состояние, присущее самой пустоте. Это яркое и чистое умное осознание неуничтожимо, не может войти в соединение с чем-либо, быть жестко зависимым или задержаться в множественности взаимосвязанных, но внутренне независимых сущностей. Эмпирически мы наслаждаемся только вкусом свободы, не попадая в изоляцию. Это Алмазная Реальность Ясного Света, подлинная природа каждого из нас, дающая возможность естественного освобождения. Наша истинная природа, сущность будды, не требующая кропотливого созидания, она уже всецело присутствует в нас как сама наша душа.

Более того, эта душа не укоренена внутренне в самой себе, как царство пустоты, где все содержимое исчезает. Это скорее такая область, где присутствуют все существа и вещи, но призрачно, не опирающиеся независимо на самих себя, но каждая присутствует относительно в непостижимой сети красоты и блаженства, которая есть пустота. Поэтому наше Тело Истины будды нашей свободы-истины — это одновременно наше Тело Блаженства будды и Тело Эманации будды, тело любви, которое приходит к нам, чтобы помочь другим существам вновь обнаружить свою свободную, сияющую, блаженную и любящую природу. Как сказано в тексте «самоосвобождение через обнажающее внимание»:

Три Тела нераздельны и полны в единстве.

Нетварность — шуньята дхармакай.

Естественное сверкание шуньты — ясность самбхогакай.

Ясность не знает преград — явленность нирманакай.

Три полны в единстве, и это есть сущность.

Думаю, теперь ясно, что нирвана, свобода, о которых говорит «Книга Естественного освобождения», — это не забвение. Тело Истины — это не абсолютно далекая от нас трансцендентальность. Оно является бесконечным сиянием блаженной энергии мудрости, красотой, безгранично любящейся собою. И одновременно это красота, проявляющаяся как любовь и добро, охватывающее всех существ, чувствующих себя несчастными в своей эгоистической изолированности и отделенности. Живых существ, подобных нам.

Сама «Книга Естественного освобождения» — это слова Падмасамбхавы, рожденного в лотосе учителя, которого считают буддой Тел Истины, Блаженства и Эманации, спустившимся к нам. Он не просто проплывает над нами в поэтическом воплощении собственного блаженства, а неустанно вникает в наше ны-

нешнее положение, стремясь найти нас там, где мы пребываем, и дать практический доступ к нашей свободе. В следующем отрывке из текста «Самоосвобождение через обнажающее внимание» он подвергает сомнению наше привычное самоотчуждение от нашей собственной реальности:

**Итак, проповедано о вхождении в эту практику
узнавания своего лица.**

Вот он, твой собственный сиюминутный ум, вот она, естественная неулучшающая ясность. Как же можно говорить о непонимании природы ума?!

Если нечего созерцать, зачем говорить, что созерцание не возникло?!

Если вот она, очевидность Ригпа, зачем говорить, что не можешь найти свой ум?!

Когда вот же он, непрерывный поток ясного Ригпа, зачем говорить, что ум не видит свое лицо?!

Если мысли возникают из твоего же ума, зачем говорить, что искал того, кто мыслит, и не нашел?!

И хоть у (умственной) активности и нет причин, зачем говорить, что она не возникает?!

Если достаточно, не пытаясь улучшать, оставить (все мысли) в (их) естественном состоянии, зачем говорить, что не можешь достичь этого?!

Если достаточно, не утруждаясь, оставить все как есть, зачем говорить, что нет для этого сил?!

Если нераздельность ясности, осознания и пустоты самосовершенна, зачем говорить, что, практикуя, не обрел сиддхи?!

Раз (это) самосовершенство возникло само по себе, без причин и условий, зачем говорить, что усердием ничего не добился?!

Если мысли освобождаются в самый момент своего возникновения, зачем говорить, что противоядия не помогли?!

Вот он, (твой) сиюминутный ум, зачем говорить, что не узнаёшь его.

Эти слова, хотя каждое выражение достаточно просто, дают возможность соединить свободу с нашими обычными заботами. Как проводники Промежутка в «Книге Естественного освобождения», они делают каждый разрыв в одержимости собственным «я» потенциальными вратами к освобождению от него. Эти строки бросают вызов нашему потворству и жалости к себе, искусственно отдаляющим нас от спасения. Они придают нам уверенность, чтобы оторваться от отвращения к себе, страха и трепета. Они не могут повредить нам, если мы не примем их за усиление духовного нигилизма, столь глубоко укоренившегося в нашей культуре. Мы должны приложить все усилия, чтобы уберечься от подобного неправильного их понимания, тщательно отличая пустоту от ничто, свободу от забвения.

Опираясь на это, давайте перейдем к тибетскому искусству творческого умирания.

Глава 3

ТИБЕТСКОЕ ИСКУССТВО УМИРАНИЯ

Введение

Чтобы практически подойти к «Книге Естественного освобождения через понимание в Промежутке» и эффективно ею пользоваться, важно понять ее внутреннее научное измерение. Оригинал «Книги» используется тибетцами двумя основными способами. Прежде всего она рассматривается как научное руководство, описывающее обстоятельства и переживания, связанные со смертью. Она показывает, что такое процесс смерти, как могут повлиять на него нынешние действия человека и как можно справиться с тем, что происходит. Это руководство также помогает тибетцам понять, подготовиться и принять смерть тех, кто им дорог. Во-вторых, эта книга служит руководством для духовной практики на двух уровнях: помогает йогу развить способности, требующиеся для искусного и уверенного преодоления кризиса смерти, а тем, кто чувствует себя неспособным полностью подготовиться к смерти, кто не уверен в своих способностях, она дает религиозное представление о том, как получить помощь от божественных и иных сверхъестественных существ. Ни один разумный турист не отправится в чужую страну без хорошего путеводителя, содержащего советы по подготовке к путешествию, о необходимом оснащении, предостережении об опас-

ностях и препятствиях на пути. Ни один разумный тибетец не покинет известную территорию этой жизни без доброго путеводителя по Промежутку.

В предыдущем разделе я описал тибетский анализ обстоятельств смертельного процесса. В данной главе я представляю подготовку к смерти, развитие этического подхода к смерти, навыки созерцания и реалистический взгляд, требующийся для успешного преодоления Промежутка. Оставаясь в основном в рамках «Книги Естественного освобождения», иногда я использую для выяснения вопроса идеи других тибетских учений.

Обычные приготовления к смерти

Теперь, когда настал для меня Промежуток жизни,
 Оставлю лень, ведь жизнь коротка,
 Без колебаний вступаю на путь знания, размышления
 и медитации,
 Опираясь на восприятие и ум,
 Я реализую Три Тела просветления!
 Получив на этот раз человеческое тело,
 Не время оставаться на пути соблазнов.

(Коренные стихи шести Промежутков, с. 168)

Искусство умирания начинается с подготовки к смерти. Как для любого путешествия, необходимо сделать многочисленные приготовления. «Книга Естественного освобождения» предлагает по крайней мере пять основных типов подготовки, осуществляемых при жизни: информационный, развития воображения, этический, медитационный и интеллектуальный.

Первый этап подготовки заключается в развитии ясного представления о том, что ждет человека. Мы можем сделать это, изучая интроспективные научные описания смерти, осваивая основные принципы и

практикуя их запоминание до тех пор, пока в любое время не будем готовы к этому кризису.

Второй тип приготовлений, в который «Книга Естественного освобождения» включает более широкую буддийскую традицию, воодушевляющую ее читателя, — это развитие положительного воображения о потенциальных будущих царствах. Буддийские тексты, благодаря относительно терпимому социальному окружению в буддийских странах, особенно в Индии, богаты визионерскими описаниями небесных царств, скрытых областях рая и т. п. Подобные описания, конечно, имеются во всех религиозных традициях, но главным образом — в их мистических направлениях. Авторитарные, милитаристские и ориентированные на потребление общества Запада и Дальнего Востока склонны подавлять и наказывать визионеров, чье богатое воображение создавало картины небесных царств удовольствий необыкновенной красоты. Только в новое время, поскольку модернизация принесла большее богатство и соответственно ослабление социального контроля в некоторых странах Запада и Дальнего Востока, это воображение получило новый импульс и широкое воплощение как в светском, так и в религиозном искусстве.

Важной частью подготовки к смерти должно стать чтение буддийских сутр и трактатов, описывающих земли будд, такие как, например, рай Сукхавати будды Амитабхи, Чистая Земля Блаженства. Земли будд относятся к их окружению, означая, что эволюционная трансмутация конечного индивида в бесконечное тело сознания создает для будд окружающую среду, где «я» и другие неразличимы. Вы должны попытаться детально представить одно из небесных царств, описанных в сутрах, потому что это будет кое-что значить для вас, когда, согласно «Книге Естественного освобождения», определенный будда появится с одной из сторон, чтобы пригласить вас в свой рай. Описания

земель будд необыкновенно красочны и пробуждают воображение. Они открывают нам возможность неземной красоты и счастья. Простое чтение и представление этих царств подготовят ваше воображение к необыкновенной картине, которая в противном случае может испугать своим величием.

Тем, кто тесно связан с другими религиозными традициями, следует читать о видениях своих мистиков, чтобы подготовить себя к восприятию невероятно прекрасных жемчужных небесных врат. А неверующим следует просмотреть литературу о жизни после смерти, особенно содержащую рассказы тех, кто действительно имел опыт предсмертных или посмертных переживаний. Научно-фантастическая литература содержит богатые описания миров исключительной красоты среди драматических картин опасностей и приключений.

Третий тип подготовки — этический. Он включает выборочный пересмотр ваших жизненных привычек в свете неминуемой смерти. Это не значит пугливо отсиживаться в углу. Он может побудить вас больше наслаждаться жизнью, жить интенсивнее, приносить больше счастья окружающим. Умерев, вы утратите не только всю вашу собственность и отношения, но и собственное тело. Поэтому почему бы прямо сейчас не начать практиковать и мало-помалу стать более независимым от вещей, которые столь владеют вами?

Следует практиковать три основных этических подхода: щедрость, внимательность к другим и терпимость. Все это важная подготовка к смерти. Эти принципы прямо не упоминаются в «Книге Естественного освобождения», поскольку их необходимость подразумевается в буддийских общинах. Западные религии учат тем же добродетелям. Даже неверующие с позиций здравого смысла могут признать их, улучшая качество жизни и готовясь предстать перед неизбежным.

Практиковать раздачу вещей — не значит отдавать те вещи, которые вам безразличны, а те, которые вам нравятся. Запомните, важны не размеры дарения, а его качество и количество душевной привязанности, которую вы преодолеваете. Поэтому не разоряйте себя, следуя мгновенному положительному импульсу, чтобы не пожалеть об этом позднее. Дарите обдуманно. Отдавайте небольшие вещи, наблюдая за сопровождающими это душевными движениями и освобождаясь от небольшой вещи, которая вам нравится.

Будьте более раскованы во взаимоотношениях с людьми. Напоминайте себе, что можете скоропостижно умереть, а ваша главная забота о своих любимых людях — их счастье, а не просто благополучие. Понаследуйте, как по ничтожным поводам возникает ревность, как она изолирует человека, как скверно вы сами себя чувствуете и как это угнетает ваших любимых. Сконцентрируйтесь на поступках, которые действительно сделают счастливыми ваших друзей и любимых, а не доставят им пустые развлечения. Думайте о других прежде чем о себе. Поймите, что любые отношения недолговечны, и вкладывайте в них как можно больше доброй энергии, пока они есть.

Практика даст вам возможность проще относиться к своему телу. Не волнуйтесь из-за пустяков, не тратите время и деньги на те вещи и занятия, которые вам не слишком нужны. Помните, что вы будете гораздо красивей и привлекательнее, когда забудете о том, как вы выглядите. Смотрясь в зеркало, помните, что уже могли быть мертвецом, кожа бы посинела, губы обвисли, плоть начала бы разлагаться, но не впадайте в меланхолию, а вздохните с облегчением, потому что пока вы живы и здоровы. Меньше переживайте мелкие недомогания. Заботьтесь о своем теле, но без одержимости, будьте чувствительны, но не фанатичны и развивайте большую терпимость к трудностям. Не слишком переживайте, если кто-то случайно заденет

vas. Не сердитесь на комара, что кусает вас. Такова его природа. Защищайтесь от оскорблений, но не обижайтесь. Используйте боль и трудности, чтобы развивать терпение и стойкость, но делайте это понемногу, поскольку самоуничтожение паче гордости и приводит к даже большей одержимости собой.

Четвертый вид подготовки — медитация. Хотя хорошо иметь знающего учителя, нет необходимости присоединяться к группе, принимать другую религию, оставлять привычные занятия и образ жизни. По сути дела, любые увлечения самодисциплиной, любые крайние меры недолговечны и не достигают своей цели. Прежние переводы «Книги Естественного освобождения» не уделяли много места медитации. Переводились те разделы, что были предназначены для непосредственного использования в момент смерти и некоторое время спустя. Медитационной подготовкой следует заниматься, как только вы решили, что это имеет для вас смысл. Кроме того, «Книга Естественного освобождения» предполагает, что большинство членов тибетского общества будут заниматься какой-либо медитационной практикой, и поэтому не излагает ее основы подробно.

Первый тип медитации, с которого можно начинать, — это успокаивающая медитация, называемая односторонней. Вы учитесь спокойно сидеть в устойчивой позе — положение со скрещенными ногами действительно очень легкое и полезное для здоровья, но подойдет любая спокойная поза. Практикуйте короткими периодами по пять—десять минут, начиная с наблюдения за вдохами и выдохами, подсчитывая их, расслабляясь и успокаиваясь, позволяя своим мыслям течь своим путем, не углубляясь в них. Всегда прекращайте занятие, когда получаете от него удовольствие, никогда не продолжайте его до усталости. Смысл этого в том, чтобы было желание вновь заняться медитацией. Как только вы научились получать

удовольствие от этой практики, вы можете выбрать объект медитации. Если вы буддист, то рекомендуется небольшое изображение Будды Шакьямуни, если христианин — икона Христа, а если мусульманин — священная буква. Если же вы неверующий, то объектом может быть репродукция Моны Лизы, цветок или фото Земли, сделанное со спутника. Затем вы посвящаете короткие занятия удерживанию внимания на объекте без отвлечения. Вы учитесь не отождествлять себя со своими мыслями и эмоциями, позвольте им свободно двигаться в умственном поле, пока вы возвращаете свое внимание к объекту. Сначала вас будет сильно огорчать ваша постоянная рассеянность. Но не заботьтесь об этом, постарайтесь удержать внимание хоть на мгновение дольше, возвращать его к объекту хоть на мгновение быстрее и т. д. Ваш пароль — постепенность. Основная цель — улучшить вашу способность овладеть своим умом, эффективно использовать его для концентрации и развития большего контроля над эмоциями и реакциями. Кроме того, это опробованный способ уменьшить давление на вашу систему, улучшить ваше здоровье, усилить способность справляться с делами и т. п. Если вы займетесь этой практикой, то во множестве новых книг найдете подробные инструкции.

Занятия успокаивающей медитацией подобны заточке оружия. Они не ведут с неизбежностью к высокой реализации. Следующий важный тип медитации, решающий для нашей подготовки, — это инсайт-медитация. Она использует спокойный и сосредоточенный ум, чтобы улучшить понимание реальности, окружения и «я». Она начинается с развития внимательности или бдительности через наблюдение за собственными реакциями. Эта практика похожа на успокаивающую, за исключением того, что объектом является весь ваш комплекс тело—ум. Вы медленно рассматриваете его, наблюдая за всем, что происходит, ни на

что не реагируя. После первичной фазы углубленного ознакомления с различными процессами в этом комплексе вы используете схему, подобную описанной выше, — с пятью скандхами. С такой ментальной картой вашего существования вы начинаете поиски своего подлинного «я» и скоро обнаруживаете, что в вас нет никакой фиксированной идентичности, никакой независимой точки субъективности. Это открытие становится инсайтом, проникновением в отсутствие индивидуального «я», а это — врата к освобождению. Эта медитация становится исключительно сложной и на этот счет имеются обширные поучения. Задача в том, чтобы развить большую внимательность, чуткость всей системы и ее функционирования. Это может быть очень полезно при развитии способности к постоянному осознаванию. Например, эта медитация может привести к люцидным сновидениям, которые являются важной подготовкой к попытке достичь люцидности, т. е. ясности сознания в Промежутке. Важно, что инсайт-медитация усиливает способность прекращать познавательные акты, мысли, эмоции при понимании того, что кажущееся абсолютным «я» — это только временная конструкция. Любая степень приобретенной вами способности станет исключительно важной в момент смерти. Многочисленные напоминания в «Книге Естественного освобождения» не бояться того или этого, не давать тому или иному переживанию захватить вас и т. п.зывают к некоторым сторонам способности к неотождествлению, к какой-то гибкости привычного чувства «я».

Третий тип медитации — терапевтический — предназначен для придания вашему уму положительной ориентации. Есть, например, медитация любви, когда вы размышляете о своих связях с другими живыми существами, о том, как они были добры к вам, как много благ дают вам отношения с ними, как они красивы и т. п. Вы преодолеваете ваши антипатии и

усиливаете приязнь. Таким путем вы можете усилить доброе отношение к другим. Кроме того, есть медитация терпения, когда вы избавляетесь от привычки сердиться и усиливаете свою терпимость. А есть и медитация отрешенности, где главной темой становится смерть, а вы все больше и больше освобождаетесь от привязанности к имуществу и мирским делам.

Четвертый тип — это медитация воображения, визуализация приятных мест или событий, которые могут быть особенно полезны в развитии открытости непредвидимым ситуациям, возникающим в процессе смерти. Их диапазон широк: забота о воображаемом жилище, месте безопасном, мирном и спокойном; укрепление уверенности в себе перед лицом любой ситуации; преодоление подсознательных пораженческих настроений и достижение алмазной самости в возвышенном окружении царства эзотерической мандалы или во вселенной Будды.

Наконец, есть медитация, которую можно использовать в повседневной жизни, комбинируя духовную ориентацию с повседневной деятельностью и используя время и усилия, которые в противном случае напрасно тратятся только на эту жизнь, имея в виду перспективу Естественного освобождения. Самые обычные случаи могут дать возможности для созерцательной практики.

Теперь, когда настал для меня Промежуток сновидения,
Не стану спать как труп бесчувственный,
Без колебаний вступаю внимательно в переживание
реальности.

Осознавая сновидение, буду радоваться изменениям
ясного света.

Не стану спать бессмысленно как животное,
А буду возвращать практику слияния сна и реализации!

Это подразумевает использование сна как времени для практики. Вы можете превратить процесс засыпания в репетицию смертельных растворений, представляя погружение, начинающееся с обычного сознания бодрствования, через восемь стадий в прозрачности ясного света глубокого сна, или обратить состояние сновидения в практику Промежутка, тренируя себя осознавать сновидение в момент его переживания. Сделать это сразу довольно трудно, но если вы будете настойчиво продолжать попытки, то мало-помалу заметите некоторый прогресс. Очень важно, если в сне со сновидениями вы достигните самоосознания с помощью практики люцидных снов. Тогда у вас будет лучший шанс понять свое положение в Промежутке после смерти.

Еще один очень простой тип повседневной медитации — это общепринятая тибетская практика чтения манты. ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ — мантра великого сострадания. Буквально она означает «Ом — сокровище в лотосе — хум», но для тибетцев смысл ее в гармонии со вселенной, в том, что повсюду есть силы добра и любви, стремящиеся помочь всем живым существам разрешить все трудности. Эта манTRA созвучна самому положительному взгляду на мир. Тибетцы развивают в себе способность постоянно повторять эту манту про себя или шепотом. Они уверены, что манTRA Авалокитешвары, Владыки Сострадания, позволит им лучше почувствовать его положительную энергию, и повторяют эти слоги во время медитации. Поэтому, отказываясь от привычной умственной жвачки, они используют новый уровень ментальной широты для непрерывного звучания манты «Ом мани падме хум». Некоторые из них соединяют эту практику с визуализацией, когда видят шесть драгоценных слогов манты на вертящемся колесе в сердечном центре, излучающими радужные лучи пяти мудростей для благословения всех живых существ во вселенной. Затем

поток мантры соединяется с постоянным видением сияющего цветного потока энергии любви, движущегося туда и обратно. Подобным образом можно использовать и другие мантры. Если это будет иудейская, христианская или мусульманская мантра, вы можете использовать ее для создания своего рода положительного потока в уме. Такая практика будет особенно ценна в момент смертельного кризиса. Начавшись позволять мантре течь автоматически, вы легче преодолеете трудные моменты в процессе умирания и в преобразованиях Промежутка.

Следующий вид повседневной медитации — это сознательная связь обычной деятельности с духовной практикой. Когда вы моете посуду, свяжите это с избавлением от пагубных ментальных склонностей, превращая мытье посуды в молитву. Строя дом, свяжите это с построением мандалы чистой земли. Наблюдая за каким-либо человеком в метро, представьте, что встречаетесь с этим живым существом, став Буддой, а открывание дверей свяжите с вратами к просветлению.

Пятый тип подготовки интеллектуальный. Вопреки некоторым современным заблуждениям, буддизм совершенно не антиинтеллектуален. Интеллект — это движитель освобождения, источник мудрости, а она, помимо прочего, — единственное качество, которое может помочь вам достичь освобождения. Без мудрости ни медитация, ни любовь, ни мораль не приведут вас к просветлению. Учиться следует всю жизнь. Образование не заканчивается школьными годами. Школа лишь учит вас учиться, это только начало. Многочисленные тексты позволяют нам изучить природу жизни, освобождения, личности и особенности нашего окружения. Особенno важны учения о пустоте, отсутствии индивидуального «я», об относительности, а также о духе просветления любви и сострадания. Чтение сутр само по себе является добродетелью, это

разновидность третьего типа медитации, терапевтической, поскольку содержащиеся в них пространные описания чистых земель, непостижимых реализаций будд и их учеников — все это оказывает глубокое воздействие на ваше сознание. Если вы больше интересуетесь другой религией или философией, изучайте ее литературу регулярно, особенно описания смерти и жизни после смерти, других царств и методов развития этического, религиозного и интеллектуального высшего «я». Неверующие могут извлечь большую пользу из данных разных наук, если они отличаются критичностью и открытостью, а также из литературы по современной психологии посвященной самосовершенствованию.

Особые приготовления

Теперь, когда настал для меня Промежуток медитации,
 Отрину множество соблазнов и ошибок,
 Углублюсь в сосредоточение, не расслабляясь и не
 отвлекаясь,
 И прочно утвржуясь на стадиях созидания и завершения!
 Бросивший дела, погруженный в медитацию,
 Я не подвержен власти ошибочных влечений!

(Коренные стихи шести Промежутков, с. 168–169)

Некоторые люди будут так затронуты новыми взглядами на смерть и духовную цель жизни, что их не удовлетворят вышеописанные обычные методы подготовки, которые можно соединить с обычной светской жизнью, сосредоточиваясь на семье, карьере и потреблении. Им захочется изменить свою жизнь, рассматривая ее как «Промежуток жизни», и посвятить себя ускорению своей положительной эволюции. В буддийских странах они могут стать монахами и монахинями и отдавать все время достижению просветления,

уделяя минимум сил и внимания тому, что называется «жизненными целями»: семье и друзьям, еде, напиткам, дому, одежде, богатству, славе и другим обычным удовольствиям. Однако в современном обществе мало организаций, оказывающих поддержку отказавшимся от мирской жизни, поэтому те, кто хочет полностью посвятить себя особой практике, должны специально подготовиться, организовать общину, чтобы всецело заниматься преобразующим духовным развитием.

В тибетской традиции особые приготовления разбиты на четыре стадии: первая, подготовительная стадия экзотерических учений о просветлении; вторая — установление отношений с опытным учителем и получение посвящения в высокие эзотерические практики, необходимые для ускорения личной эволюции; третья — развитие способности к визуализации, преподаваемое на стадии созидания или развития творческого воображения; и четвертая — овладение стадией завершения, где действительно начинаются трансформационные преобразования, с их йогическими методами, проигрывающими и репетирующими смертельные переходы. Литература по Естественному освобождению лишь ссылается на первую и вторую из этих четырех стадий, поскольку считается, что все тибетцы знакомы с ними. Что касается третьей стадии, то она содержит практику визуализации сложной мандалы, которую я впервые перевел (см. Практика Дхармы, Естественное освобождение от инстинктов). Она не содержит особых наставлений для практик стадии завершения, за исключением тех, что входят в инструкции процесса Промежутка и в целом относятся к философии Великого Совершенства (см. Самоосвобождение через обнажающее внимание). Однако многие другие эзотерические традиции в Тибете содержат полные наставления по всем четырем стадиям. Самые важные из них это высшие йога-тантры, традиции

преодоления смерти, методы преображения, которые, как считается, происходят от эзотерических учений самого Будды, которые были добыты и принесены в Тибет великими йогами древней Индии, такими как Падмасамбхава, практиковавшими тантру, достигшими состояния будды в обычном теле и оставшимися в миру, чтобы помочь другим людям достичь освобождения. Не входя в детали, я приведу здесь обзор основных практик, чтобы дать вам полное представление о возможных приготовлениях к путешествию в Промежутке.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ СТАДИЯ

Это практика усердного следования обычным, эзотерическим буддийским учениям, исполняемая в контексте подготовки к утонченным эзотерическим методам высших йога-тантр. В большинстве тибетских буддийских школ имеются изнурительные подготовительные приемы к эзотерической практике. Обычно это «400 тысяч», по 100 тысяч каждой из четырех практик: формальные простирации, повторения стослоговой очистительной манtry Ваджрасаттвы (одно из мирных мужских архетипических буддийских божеств, вид которого принимал Будда, проповедуя тантру), ритуальные подношения всей вселенной просветленным существам и созерцания гуру-йоги. Обычно они совершаются до получения посвящения в любую практику. В школе гелуг практикующему могут предписать девять «стотысячников»: убежище; простирации; подношения воды; мандалы; создание глиняных изображений будд; манtry Ваджрасаттвы; манtry, очищающие обеты; пять подношений и созерцания гуру-йоги. Однако самые важные основы — это практики хинаяны и махаяны, основные буддийские пути для монахов и мирян. Тибетские учителя

обычно говорят о трех основных путях к просветлению: трансцендентальном отречении, духе просветления любви и сострадания (бодхичитта) и трансцендентальной мудрости отсутствия индивидуального «я». На первом делается акцент в хинаяне, на втором — в махаяне, а слегка различающиеся формы третьего — это ключи к освобождению для обоих путей.

Трансцендентальное отречение развивается при размыщлениях о ценности человеческой жизни в океане эволюционных возможностей, неизбежности смерти, неумолимости эволюционной причинности и о страданиях влекомого неведением, вынужденного жизненного цикла. Отречение происходит автоматически, когда вы лицом к лицу сталкиваетесь с вашей подлинной экзистенциальной ситуацией, и таким образом вызываете у себя глубокое сочувствие, отбросив притворство, отказываетесь признать нормальным нахождение в тюрьме привычных эмоций и заблуждений. Систематическое обдумывание поучений на эту тему позволяет вам быстро развить устремление к достижению полного контроля над своим телом и умом, чтобы, по крайней мере, уверенно предстать перед смертью, зная, что сможете смело пройти через опасности предстоящего пути. Смешно понаграсну тратить время жизни ради того, что «вы не сможете взять с собой», а радикально сменив приоритеты, вы почувствуете глубокое облегчение, сбросив ношу забот о ненужных вещах.

Дух просветления любви и сострадания (бодхичитта) — это та энергетическая и доброжелательная аура, которую вы создаете для себя, меняя ориентацию вашей жизни с самоудовлетворения на устремление стать просветленным существом, чтобы принести счастье другим. Этот дух развивается на основе вашего удивительного облегчения и счастья, испытываемого при первых реальных шагах к освобождению от всех забот, достигаемого в начале реализации трансцен-

дентального освобождения. Сначала вы систематически медитируете на тему вашей связанности со всеми живыми существами, вызывая глубокое чувство внутренней близости со всеми, возвращаясь к своим ранним детским воспоминаниям о нежной близости, а затем распространяя это чувство на все существа. При этом вы размышляете о вашей общей эволюционной безначальности и личной взаимосвязи со всем. Как только вы почувствуете близость ко всем живущим, вообразив подобную сеть кровнородственных связей, то поймете, как они постоянно страдают, переходя от одной жизни к другой. Вы вспомните облегчение, которое испытываете теперь, устремившись к освобождению и сразу же вызовите у себя сильное желание освободить их всех. В заключение этого медитативного процесса вы утверждаете это желание героическим обетом служить всем живым существам. К тому времени, как вы породите дух просветления всеобщей любви и сострадания, вы станете бодхисаттвой, героям-освободителем. Дух просветления целиком определяется направленностью и решимостью.

Мудрость, необходимая для вашего подлинного освобождения, систематически развивается через медитацию двустороннего отказа от индивидуального «я», субъективного и объективного. Вы начинаете культивировать осознание субъективной самости, наблюдая свое привычное чувство «я», фиксированное, определенное, некую неизменную идентичность. Постарайтесь заметить, какой абсолютной и несомненной кажется эта самость. Ведь представляется, что ваши побуждения, импульсы и мысли исходят от нее, это кажется неоспоримым. Когда вы действительно осознаете, как глубоко вы прочувствовали подобный центр, начинайте копать глубже, чтобы попытаться обнаружить эту самость, узнать ее и то, что вы есть на самом деле. Есть много тонких систем исследования, разработанных для того, чтобы помочь вам справиться

с этой сложной задачей. Изучите их и медитируйте, анализируйте внутренние составляющие тела и ума, механизмы восприятия, эмоций и мышления, комплекс самого сознания. Необходимо систематически развивать силы концентрации, чтобы, используя этот анализ, идти глубже и глубже. В ваших занятиях можно получить помощь миллионов предшественников на этом пути, оставивших ключи и методы, наработанные за столетия. Вам не нужно становиться философом, ведь вы просто хотите узнать, что вы есть.

В конце концов это исследование приведет вас к пониманию того, что поиски прочного ядра самоидентичности были напрасны. Вы осознаете, что его не существует в вашем центре, как это казалось в ходе процесса. Моментами вам будет представляться, что вы вовсе не существуете, но вы осознаете, что и это чувство тоже не является прочным ядром идентичности. Если вы двигаетесь дальше, вам следует полагаться на литературу по этой теме, потому что вы сами не сможете найти какой-либо внутренне достоверный способ определить существование или несуществование. На это вам придется потратить много времени и быть настойчивыми, не ожидая впечатляющего прорыва и не огорчаясь при неудачах. Постепенно ваше чувство абсолютности начинает размываться, когда как ощущение относительности становится более свободным. Вы понимаете, что идентичность — это просто теория, относительное построение, и постепенно осознаете объективное отсутствие самости. Вы смотрите на людей и на предметы этого мира, понимая, что они тоже просто относительные сущности, не имеющие прочного стержня идентичности. Наконец вы осознаете, что это хитросплетение неабсолютных, относительных существ и вещей текуче и пластиично, открыто творческому развитию. Если это общепринятая теория, давайте сделаем ее более красивой. Все открыто для трансформации. Поскольку

вещи не фиксированы неподвижными стержневыми структурами, составляющими их сущности, их открытость трансформации подразумевает некоторую опасность дегенерации в отрицательном направлении, порождающую страдания живых существ. Но эта опасность — всего лишь один из возможных вариантов. Все может трансформироваться в бесконечно положительные конфигурации, царства радости и совершенства для живых существ.

Эта медитация может углубляться до полного просветления. Но на предварительной стадии, при подготовке к особому контексту тантрического искусства преодоления промежутков, вам необходимо использовать рассудительность и жизненный опыт, чтобы достичь уверенности в том, что любое чувство абсолютности чего-либо относительно, и вообще все, что мы можем почувствовать, — относительно. Это нужно, чтобы понять равнозначность пустоты и относительности и не искать более абсолютной пустоты за пределами мира, не упрекать относительный мир в недостатке высших ценностей. Вы включаете эту уверенность в ваш повседневный опыт с помощью двухступенчатого процесса. Вы позволите себе пережить абсолютную пустоту, зная, что все испытываемое вами относительно и не имеет внутренней идентичности. И вы позволите абсолютной пустоте подтвердить ваш относительный опыт, поскольку знание пустоты вещей делает их относительное присутствие бесспорно важным. С этого момента необходимо углублять понимание, направляя его внутрь, чтобы преодолеть ваше инстинктивное заблуждение, которое привычно дает вам чувство прочности твердого стержня идентичности. Чем лучше вы справляетесь с этим особым чувством идентичности через концентрацию, тем свободнее вы становитесь. Вот здесь действительно необходима медитация — после того, как вы достигаете глубокой реализации. Тут вы поймете, как глубоко

уходят ваши инстинкты. Здесь вы начинаете испытывать потребность в более высоких методах углубления реализации и расширения освобождения. Вы решите, что не можете откладывать свое освобождение на много жизней вперед. Вам захочется завершить процесс уже в этой жизни. Вы устремитесь к поискам посвящения в Высшую йога-тантру, чтобы понять свою жизнь как промежуточное состояние, узнать искусство изменения всей своей личности и мира на стадии созидания и услышать о внутренних путешествиях тренированных психонавтов на стадии завершения. Это не значит, что вы ищете другое учение, обеспечивающее более короткий, но ранее недоступный путь. Ведь аспект мудрости этих путей неизменен, пустота одинакова, смотрите ли вы на нее с эзотерической или экзотерической позиции. Различны методы, некоторые приемы ускоряют движение, техника более разработана. Вы ищете путь ускорения своей эволюции, сжимая развитие, достигнутое за много сознательных смертей и многие жизни, посвященные практике, в одну жизнь, смерть и Промежуток, если это возможно, или, по крайней мере, в несколько жизней.

Таким образом, утонченные эзотерические практики тантры, достигнутые на основе уже ясного, но неполного понимания, рассматриваются как метод сжатия бесчисленных жизней, смертей и промежутков в один.

УЧИТЕЛЬ И ПОСВЯЩЕНИЕ

Практиковать три принципа обычного пути по книге возможно, но считается более эффективным иметь духовного учителя, наставника, который приспособит разные темы и методы к вашим особенностям. Усвоение учения об отсутствии индивидуального «я»

происходит гораздо легче, когда вы занимаетесь с учителем, который сам уже понимает его. У многих уже имеется духовный учитель, когда они начинают серьезные поиски посвящения, чтобы вступить в продвинутые стадии практики. Однако иногда вы выбираете другого наставника для тантрийского посвящения. Считается обычным иметь нескольких духовных учителей. Для практики преобразующих учений Высшей йоги-тантры совершенно необходимы личные отношения с духовным наставником.

Выбор своего гуру обсуждается в очень многих книгах. Это не простое дело. Конечно, вам нужно интуитивно почувствовать своего учителя, но следует также изучить стиль его жизни, его учение, качество других его учеников. К любому можно придраться. Не следует требовать слишком много, того, что кажется совершенством вашему привычному критическому взгляду. Но не нужно забывать о здравом смысле. Духовного учителя, не способного внятно изложить свое учение, того, чьи взгляды противоречат традиционным текстам, не практикующего то, что проповедует, использующего учеников ради приобретения богатства и известности, не контролирующего себя, — такого, вероятно, следует сторониться, невзирая на его титулы и славу. Учение надежного наставника понятно, соответствует традиционным текстам, а его поведение — учению; он заботится о благе других, помогает ученикам, а не использует их; не думает о богатстве и популярности, умерен в жизненных привычках, хотя и не чуждается развлечений. Такой наставник, даже не имеющий громких титулов и не принадлежащий к известной линии преемственности, не славящийся экзотичностью, будет, вероятно, самым надежным.

Как только вы выбрали наставника, он может счесть, что вам нужно еще заниматься предварительными практиками, такими как «400 тысяч» или иными.

Но если наставник принял вас в ученики и согласился давать вам посвящения и наставления, вы можете приступать к мандале Высшей йога-тантры.

Высшая йога начинается с развития творческой медитации, которая понуждает воображение визуализировать просветленные самость, тело и окружение. Это упражнение должно преобразовать в воображении ваше обычное «я» и вселенную в просветленную личность и окружение, такими, какими они должны быть согласно учению. Цель этого — развить архетипическую модель для вашего подлинного преображения. Чтобы что-то создать, сначала это нужно представить. Воображение может стать большой силой в реальности жизненного промежутка. Как только вы поймете, что высшая реальность лишена любой внутренней субстанциональности, идентичности или объективности, то начнете осознавать ее подлинную призрачную природу на любом уровне переживания как крайне условную, просто структурированную коллективным воображением мира живых существ.

Ведомые неведением, обычные существа преобразуют свою вселенную в привычный мир, поддерживаемый воображением, закодированным в языке и образах. Просветленные существа, освободившиеся с помощью мудрости, могут преобразовать свою вселенную в соответствии с потребностями многих живущих, трансформировав все миры в земли будд. Практикующий йога-тантру имитирует этот идеал, развивая чистое восприятие своего окружения как мандалу земли будды, а самого себя — как подлинное тело, речь и мысль состояния будды.

Посвящение — это врата, дающие возможность практиковать эту воображаемую трансформацию. Тантрийский путь начинается со встречи с ваджрным или «алмазным» учителем. Ошибочно считать тантру путем «почтания гуру», думая, что достаточно лишь найти ваджрного учителя, а потом можно просто сидеть у

его ног и боготворить его. Хороший наставник редко позволит своим способным ученикам сидеть вокруг в благоговении. Действительно, вы должны открыть свое воображение, чтобы увидеть в учителе будду, чье тело — Тело Эманации, квинтэссенция бесчисленных будд трех времен, чья речь — это Тело Блаженства, суть Дхармы, а мысль — это неизменное, всепроникающее и непостижимое Тело Истины. Вы должны представлять наставника как живое воплощение Сангхи, Дхармы и Будды, трех буддийских Драгоценностей. Вам следует своим несовершенным воображением и восприятием погрузиться в чистое видение будды-наставника. Но затем вы должны сразу же принять это видение, посмотреть на себя как на будду и увидеть свои скрытые возможности. Просветленное видение наставника передается вам через ритуал посвящения, подобный помазанию на царство ваджрного принца просветления. Вас формально возводят на величественный львиный трон царственного состояния будды, даря воображаемое предвкушение цели вашего духовного поиска.

Такое посвящение, даруемое в самом начале тантрийской практики как обязательное условие, редко наделяет начинающего всей полнотой возможностей. Ведь требуется высокоразвитая способность визуализации, чтобы действительно войти во дворец мандалы, увидеть само здание во всей конкретности его украшений и деталей, узреть внутри наставника-будду с его свитой и представить себя архетипическим божеством (идамом) со множеством лиц и рук. Подлинная мандала составляет собственную совершенную вселенную за пределами обычного мира. Большим достижением будет даже мельком увидеть ее в воображении, используя объекты, символы и персонажи в храме, где происходит посвящение. Кроме того, вы должны понять все обеты и клятвы тантрийской этики и постараться соблюдать их, что само по себе тре-

бует йогического овладения мыслью, чувствами и телом. Однако первое посвящение дает вам полномочия в соответствии с вашими способностями и позволяет погрузиться в изучение и практику, которые позволяют вам наконец достичь полного посвящения.

Ритуалы посвящений невероятно сложны. Высшая йога-тантра использует четыре основных категории посвящений: «посвящение сосуда» сфокусировано на теле и дает полномочия для практики визуализации стадии сотворения; «тайное посвящение» сосредоточено на речи и уполномочивает для начальных стадий практики трансформации стадии завершения; «посвящение мудрости-интуиции» направлено на мысль и дает право на более высокие ступени стадии завершения; а «посвящение драгоценного слова», обращенное нераздельно к телу, речи и мысли, дает вам полномочия для наивысшего уровня интеграции стадии завершения, соответствующего учениям Великого Совершенства.

Тексты посвящений в мандалу мирных и грозных божеств, призываемых в «Книге Естественного освобождения», не включаются в обычные печатные издания этой работы, поскольку первое требование для посвящения согласно эзотерической традиции — это знающий наставник. Нет нужды распространять текст, который нельзя использовать без учителя. Однако первый текст в литературе по Естественному Освобождению, «Гуру-Йога Трех Тел», описывает последовательность посвящения в созерцании (цитирую в порядке посвящений):

Горячо молюсь с глубоким благоговением
Святому самосотворенному Телу Эманации Учителя
В безупречном и совершенном лотосовом дворце!
Освободившись от слушающих и отвращающих заблуждений,
Я свободно принимаю поток благословения Тела Эманации,
Как самоочевидное просветление скрытой мудрости!

Здесь учителя призывают как Тело Эманации будды. Затем посвящаемый принимает его благословение в виде лучей белого света, исходящих от алмазного ОМ — семенной манtry тела всех будд — находящегося на его макушке. Лучи входят в отверстие на макушке как алмазный свет, благословляющий тело, дарующий посвящение сосуда и дающий полномочия на практику стадии созидания (зарождения).

Горячо молюсь с глубоким благоговением
 Бессмертному великому Телу Блаженства Учителя
 В сияющем дворце чистой мудрости всеобщего блаженства!
 Освободившись от вожделения и сильных желаний
 Я свободно принимаю поток благословения Тела Блаженства
 Как самопроизвольное освобождение скрытой мудрости
 всеобщего блаженства!

Здесь наставника представляют как Тело Блаженства будды, испускающее рубиновые лучи света из красного А — семенного слога речи всех будд — находящегося у его горла. Лучи входят в горловой центр посвящаемого, заполняя его рубиновым светом, благословляя его речь, даря тайное посвящение и наделяя полномочиями для практики магического тела на стадии совершенства.

Горячо молюсь с глубоким благоговением
 Нерожденному, неизменному Телу Истины Учителя
 В совершенном дворце всепроникающего Царства Истины!
 Освободившись от смущающего неведения,
 Я свободно принимаю совершенное благословение
 Тела Истины
 Как самовозникающую, естественную изначальную мудрость!

Здесь наставника представляют как Тело Истины будды, испускающее сапфировые лучи света из синего ХУМ — семенного слога мысли всех будд — наход-

дящегося у его сердца. Лучи входят в ваш сердечный центр, заполняя его сапфировым светом, благословляя ваши мысли, даруя посвящение мудрости-интуиции и наделяя вас полномочиями для практики ясного света на стадии завершения.

Горячо молюсь с глубоким благоговением
Неразделимому великому блаженству Трех Тел Учителя
Во дворце внутреннего видения изначального ясного света!
Освободившись от смущающей субъект-объектной
двойственности,
Я свободно принимаю великое блаженство благословения
Трех Тел,
Как изначальную мудрую самопроизвольность Трех Тел!

Здесь наставника представляют буддой в единстве всех трех тел, испускающим алмазные, рубиновые и сапфировые лучи из его семенных слогов ОМ А ХУМ, входящие в три ваших центра, заполняющие вас красивым, белым и синим светом, благословляющим ваше тело, речь и мысль, дарующим посвящение драгоценного слова и наделяющим вас полномочием достичь высшего состояния будды как интеграции стадии завершения, Великой Печати или Великого Совершенства (Махамудра). Затем наставник полностью растворяется в трех лучах света, входящих в вас, и вы становитесь неразделимым со своим Учителем.

Основной результат посвящения заключается в том, что вы — как на сознательном, так и на бессознательном уровнях — возноситесь в воображении к переживаниям вашего собственного потенциального просветления физически, вербально, ментально и интуитивно. Хотя вы все еще можете быть далеки от полной реализации, ваша последующая практика будет проходить в этом воображаемом направлении. Медитируя, вы в воображении понимаете, что совершенное просветление находится в непосредственной близости,

а ваша практика постепенно устраниет препятствия к вашему осознанию этого обстоятельства. Вы больше не будете думать, что ваше просветление где-то далеко во времени и пространстве, и достичь его можно лишь позднее. Это так называемое «использование результата в качестве колесницы» контрастирует с эзотерическими практиками, где колесницей считается причина возможного результата. Практика колесницы-результата создает стрессовую ситуацию парадокса или подчеркнутого когнитивного диссонанса. Ваш обычный ум знает, что вы непросветленный, но ваше развитое воображение предвидит состояние просветления таким, каким оно является другим просветленным существам, представленным вашим наставником. Ваша визуализация просветления таким образом оказывает мощное критическое давление на ваше привычное восприятие непросветленного существа, хотя и то и другое становятся более гибкими через осознание пустоты их обоих.

Важно правильно понять этот особый подход, ориентированный на результат, чтобы учение Великого Совершенства, представленное в собрании текстов «Естественного освобождения», не ввело вас в заблуждение. Если вы не понимаете точно, как складывается особый когнитивный диссонанс, когда слышите: «Все изначально совершенно, просто расслабься, и воссияет ясный свет, ты уже безупречный будда!» — вы будете колебаться между двумя неверными ответами. Сначала вы почувствуете, что все прекрасно, считая, что ваше истинное «я», предполагаемый стержень самости, привычно ощущаемый в себе, есть не что иное, как мысль будды. Это еще глубже погрузит вас в самоудовлетворение, усиливая инстинктивную привычку к самости. Позднее, когда вы увидите, что не стали в действительности чувствовать себя лучше, чем до того, как узнали, что совершенны, вы решите, что Падмсамбхава был неправ, и разочаруетесь в своих

занятиях. Это лишит вас благ «Естественного освобождения», волшебной духовной технологии тантр и мудрого и прекрасного учения Великого Совершенства (Махамудры).

Поэтому, когда вы услышите, что вы находитесь в этом великом состоянии, примите это утверждение как предваряющее, помещающее вас в контекст вашей цели и высшей возможности воображения, открывающей для вас задачу критически устраниить все преграды на пути к вашей собственной реальности. А если почувствуете разочарование, поймите, что переусердствовали и не позволяйте себе впасть в циничное самосожаление, и тогда сможете отделиться от твердого стержня самости, который хочет просветления сейчас или никогда. А когда в Промежутке вы слышите Великое Слово Великого Совершенства, когда вы отделяетесь от своего тяжелого облачения в виде отягощенного привычками тела и можете разрушить все препятствия куда быстрее и естественнее, тогда представление о том, что ваша цель — это ясный свет внутри вас, может стать решающим и помочь двигаться вперед, а не прикрываться снисходительностью, и не прибегать к различным уловкам и сомнениям. Помните, что в этот решительный момент колебания и своекорыстие могут быть хуже всего. Они могут привести к жизни в неподходящем воплощении и неприятном окружении.

СТАДИЯ СОЗИДАНИЯ

Нечто похожее на практику стадии созидания для системы «Естественного освобождения» излагается в тексте «Практика Дхармы. Естественное освобождение от инстинктов», полностью приведенном в главе 7. Основная цель этой практики — использовать воображение для трансформации обычного восприятия и

представления в видение и переживание просветления. Все элементы окружающего мира — субъекты и объекты — предстают в воображении как энергия чистой мудрости. Смерть, промежуток и жизнь в воображении превращаются в Три Тела будды: Истины, Блаженства и Эманации, пять скандх комплекса тело—ум — в пять будд (дхьяни-будд), а пять ядов (клеш) — в пять мудростей. Все существа представляются буддийскими божествами, все тонкие инстинкты — малыми божествами, каждая форма как часть драгоценного дворца мандалы. Существуют разные системы для выполнения этого. Поскольку это творческая воображаемая ассоциация, нет необходимости проводить строгое соответствие между нечистыми и очищенными элементами. Мы используем систему «Естественного освобождения».

Таблица 9

ПЯТЬ БУДД, СКАНДХ, ЯДОВ, ЦВЕТОВ И МУДРОСТЕЙ

<i>Сканда</i>	<i>Яд</i>	<i>Будда</i>	<i>Цвет</i>	<i>Мудрость</i>
форма	гнев	Акшобхья	алмазный	Зеркальная
ощущение	гордость	Ратнасамбхава	золотой	Равномерности
представление	страсть	Амитабха	рубиновый	Различающая
созидание	зависть	Амогхасидхи	изумрудный	Всеиспользующая
познание	неведение	Вайрочана	сапфировый	Совершенной реальности

Пять скандх: материя, ощущение, представление, созидание и познание вместе с пятью ядами (клешами)

шами): ненавистью, гордостью, страстью, завистью и неведением предстают как пять будд и пять видов мудрости: Акшобхья и Зерцалоподобная мудрость, Райнасамбхава и Равномерная мудрость, Амитабха и Различающая мудрость, Амогхасидхи и Чудотворная мудрость, Вайрочана и Мудрость высшего совершенства. Самые обычные вещи и наиболее отрицательные эмоции и склонности ассоциируются с определенным буддой, энергией мудрости, цветом, драгоценным веществом и символом, чтобы моделировать подлинное сознание реализованного будды, видящего вещи как конфигурации блаженных и разумных энергий.

Вы можете почувствовать смятение, а само это чувство есть Вайрочана; ощутить гнев и он есть Акшобхья. Состав вашего тела и предметы вокруг вас есть Акшобхья, ваши ощущения — Райнасамбхава, комплекс ваших представлений — Амитабха, ваши эмоции — Амогхасидхи, а сознание — Вайрочана. Больше нет зависимости от учителя, поскольку он в воображении слился с божеством, а вы тоже стали божеством и одновременно учителем в своем представлении, повинуясь нуждам всех живых существ, ради помощи им и их освобождения. В посвящении вы получаете благословение славы и блаженства просветления, принимаете обязательства понять вселенную и всех существ в ней, заботиться о них и повести к высшему счастью.

Другой способ визуализации на стадии созидания заключается в представлении пяти совершенств: окружения, радостей, спутников, тела и личности. Окружение предстает в воображении как величественный дворец-мандала; все чувства обычного окружения исправляются такой визуализацией. Радости переживаются как просветленные качества; как обычные, вещи видят только из-за дурной привычки. Спутники, друзья могут показаться обычными людьми, но в действии

вительности они будды и бодхисаттвы, помогающие вам реализовать ваше собственное просветление. Ваше тело может показаться обычной плотью и кровью, но на самом деле оно соткано из мудрости всех будд. Вы выбираете архетипическое буддийское божество (идама), чтобы уподобиться ему, будь то мирная форма, если она отвечает вашему темпераменту, или устрашающая, если нужно всколыхнуть ваши более глубокие энергии. Ваше обычное восприятие себя как отчужденного индивида отвергается как нечистое. Теперь вы созерцаете себя как проявление алмазной мудрости, реализующей пустоту.

Таков творческий, эстетический контекст, в котором вы практикуете Высшую йогу. Стадия созиания — это длительная творческая медитация, использующая воображение для преобразования внутреннего видения в полноту вселенной. Она структурируется вокруг схемы, известной как «три превращения»: смерти в Тело Истины, Промежутка в Тело Блаженства и жизни в Тело Эманации. Эти превращения выявляются по двум главным причинам: критике привычного восприятия внешнего мира как полного страданий, ведущей к появлению совершенства земель будд; и критике представления о себе как обычной несчастной личности, что ведет к появлению совершенства состояния будды. Эти чистые восприятия и представления систематически культивируются с помощью йоги визуализации. Развитые «чистое восприятие» и «буддоподобный образ» открывают дверь мира великого блаженства, где все существа совершенны, и внутреннего «алмаза безличностности», который является великим состраданием, *действительно способным помочь всем существам через совершенное владение космической ситуацией*. Это воображаемое превращение смерти, промежутка и жизни в Три Тела будды хорошо представлено в виде молитвы в тексте «Гуру-йога Трех Тел».

В литературе «Естественного освобождения» ближе всего к практике стадии созидания является текст «Практика дхармы. Естественное освобождение от инстинктов» (см. гл. 7). Согласно ему архетипические буддийские божества (идамы) визуализируются в миниатюрных мандалах в теле практикующего, так называемых «мандалах тела». В доступной мне литературе не приводится расположение божеств в большой мандале, соответствующей «Книге Естественного освобождения». Однако, основываясь на тексте «Практика дхармы», я смог сочинить стандартную практику стадии созидания для ста буддийских божеств «Естественного освобождения», чтобы дать представление о том, как на деле ближе познакомиться с символизмом этого сочинения.

Вы садитесь на место для медитации перед иконой какого-либо буддийского божества или всех 100 божеств, или будды Самантабхадры, или изначального учителя Падмасамбхавы. Устройте скромный алтарь для символических подношений, используя маленькие чаши для воды, цветов, светильника и благовоний. Положите перед собой ваджру, колокольчик и любые другие нужные вам атрибуты. Визуализируйте перед собой всю линию преемственности будд и учителей в воображаемых небесах от Самантабхадры (Абсолютная добродетель), Амитабхи и Падмасамбхавы до вашего коренного учителя. Вы произносите формулу Прибенища, приглашаете 100 божеств, просите их остаться с вами, приветствуете их, делаете подношения, исповедуетесь в грехах и ошибках, радуетесь заслугам других, просите будд и учителей даровать учение, просите учителей не уходить в нирвану и посвящаете заслуги, приобретенные во время этой практики, конечному просветлению всех живых существ.

Затем вы представляете себя, появляющегося из царства истины в образе будды Ваджрасаттвы, белого цвета, с двумя руками и мирным обликом, облачен-

ного в царственные одежды и украшения, как это описано в «Практике дхармы». Затем вы начинаете читать стослоговую очистительную мантру ОМ ВАДЖ-РАСАТТВА САМАЯ... и т. д. 21 или 108 раз (см. гл. 7). Считается, что повторение этой манты имеет огромную силу для очищения от грехов и устранения эмоциональных и интеллектуальных помрачений. Вплоть до этого момента десять ветвей предварительной практики близко следуют «Практике дхармы». Теперь мы должны интерполировать несколько последовательностей стандартных для практики стадии созидания, прежде чем продолжать работать с мандалой тела «Практики дхармы».

Затем вы приглашаете всех учителей и божеств раствориться в вас, а сами растворяйтесь в абсолютной пустоте и произносите мантру ОМ ШУНЬЯТА ДЖНЯНА ВАДЖРА СВАБХАВА АТМАКО ХАМ: (ОМ, я есть сущность интуиции пустоты). Вы представляете, как из этой пустоты возникает совершенная вселенная, в центре которой башни неизмеримого дворца из пяти драгоценных веществ, сияющего светом драгоценностей. Вы возникаете внутри него неотделимым от Трех Тел состояния будды как центральное божество мандалы, Самантабхадра, соединенный со своей супругой (юмом), т. е. ваш архетипический двойник. Затем вы растворяетесь как Самантабхадра и возникаете как будда Вайрочана с супругой, согласно описанию в «Практике дхармы». Одного за другим вы представляете будд четырех направлений, их богинь-супруг, сопровождающих их бодхисаттв, хранителей врат, а всех их окружает множество буддийских божеств. Представив все это собрание во дворце мандалы, вы приглашаете настоящих божеств послать свои дубликаты, «существо мудрости», из подлинных земель будд. Они появляются и растворяются в визуализированной вами иконе. Затем представьте, как вы и все эти божества получают посвящения от всех

божеств мандалы, подобно потоку благословения. Переполняющая вас энергия благословения исходит в виде лучей ко всем существам во вселенной. Они втягиваются в мандalu притягивающими драгоценными лучами вашего великого сострадания, затем существа также получают посвящения, возникают как божества и расходятся вовне, чтобы создать собственные мандалы и бесконечно благословлять живых существ во всей вселенной.

Затем вы снова растворяетесь в Теле Истины и опять возникаете, но теперь в вашем теле находятся два неизмеримых дворца: один на уровне сердца с 42 лотосными сиденьями в виде солнечного и лунного дисков, а другой на уровне мозга с 58 солнечными дисками. Во дворцах вы представляете 100 миниатюрных божеств. Это ваши эмоции, инстинкты и генетические энергии, проявленные в божественной форме.

Отсюда вы можете следовать тексту «Практики дхармы». Визуализируйте каждое божество, упомянутое в тексте, на его месте в вашем теле. В конце этого процесса помолитесь, чтобы они явились во время вашего будущего путешествия через Промежуток и повели вас к освобождению, что в действительности означает ваше возвращение к глубочайшей сущностной реальности. Сначала эта воображаемая картина может показаться чрезвычайно трудной, почти неосуществимой, но постоянное усердное повторение сделает ее более привычной и знакомой, пока после нескольких месяцев практики поденным руководством знающего личного наставника вы не почувствуете себя в ней как дома. Желательно познакомиться с произведениями искусства, с любыми хорошими тибетскими иконами (танками), изображающими этих 100 буддийских божеств мандалы Промежутка, поскольку очень трудно представить их только по устному описанию.

Наконец, эти приемы стадии созидания могли бы быть полезны и небуддистам, желающим использовать тибетское искусство умирания для подготовки к собственному переходу через Промежуток, углубляя чувство контакта с образами и божествами своей собственной религии. Следует представить особую картину, соответствующую личному воображению. Может помочь тибетская последовательность: призываение божества или божеств, фигур ангелов, великих патриархов вашей традиции; слияние этих символов добродетели и силы с вами; направление милосердия через вас ко всем другим; соединение чувства присутствия божественного со всеми аспектами тела, ума и обычного мира; сосредоточение на чувстве полного покоя в божественной реальности мира и любви; молитва божествам, что появятся перед вами в начале Промежутка; и, наконец, растворение очищенной вселенной в обновленной обычной, но усиленной реальности и личности.

СТАДИЯ ЗАВЕРШЕНИЯ

Воображаемые манипуляции с драгоценной плазмой буддийских форм на стадии созидания продолжаются все более детализированно и утонченно до того момента, когда станет возможной визуализация всего дворца мандалы и его обитателей в сияющей капле на кончике носа, сердечном центре или гениталиях и удерживание этой точной голограммы стабильно в течение нескольких часов. На этой ступени созерцатель идеально готов к йогам стадии завершения. Занятия медитацией на стадии завершения всегда заканчиваются растворением созданных воображением царств в ясном свете вселенской пустоты. В определенный момент это тоже репетиция, проигрывание: в процессе подношения, переживания четырех экстазов, кото-

рые жертвуются всем собравшимся божествам. Эти экстазы — центральный момент стадии завершения и будут кратко описаны ниже.

Стадию завершения можно разделить на пять фаз, хотя есть и другие способы деления. Эти фазы следующие: «очищение тела» от всех осквернений обычного мира; «повторение ваджры», очищение речи от обыденности соединением энергии ветра и мантры; «очищение ума» или самопосвящение, полное растворение всех энергий и структур сознания в центральном канале и возникновение тонких телесных энергий как магического тела; «ясный свет», многократное прохождение магического тела через реальность ясного света, углубляющее переживание недвойственности; «интеграция», совершенное состояние будды как неразделимость ясного света Тела Истины, магического тела как Тела Блаженства и бывшего обычного тела как Тела Эманации.

Существуют многочисленные тантры, используемые в различных тибетских буддийских школах, но все они восходят к первым творческим достижениям великих индийских йогов. У каждой из тантр свое понимание и объяснение Пути, стадий созидания и завершения и самой конечной цели, состояния будды. Все тантры исходят из одного пути трансцендентального отречения, просветленного духа всеобщей любви и мудрости отсутствия индивидуального «я». Все они ускоряют раскрытие мудрости и развитие сострадания, чтобы дать возможность достигнуть состояния будды в течение одной полноценной человеческой жизни. Все они используют воображение, чтобы приблизиться к конечному состоянию и достичь его поскорее. Все они мобилизуют тонкий ум как мудрость великого блаженства, чтобы реализовать высшую реальность и сформировать ее энергию для счастья всех живых существ. В том, как они представляют процесс достижения этой единственной цели высшей

интеграции состояния будды, то как Великое Совершенство, Великую Печать (Махамудру), то как неразделимость пустоты и блаженства и т. п., заключается различие концептуальной схемы и терминологии, а не отличие пути и плода.

Стадия созидания завершается в предварительной форме «очищения тела», когда его очищают от всех обычных обликов, отделяют от образа самого себя. Вы, действительно, ощущаете себя божеством, воспринимая как части себя лица, глаза и руки божеств, как свое собственное тело; а они располагаются в жизненно важных точках вашего обычного тела, как тела мандалы. Это все еще грубый уровень ощущения тела, хотя и благоприятный. Очищение тела вступает в область стадии завершения, когда переходится предел дискретных ощущений плотного тела, когда каждый атом любой части тела и чувства переживаются как божественные во взрыве визуализации за пределом организующих способностей обычного воображения. Модель тела перестает быть антропоморфной, тонкое тело воспринимается как сеть нервных каналов, потоков энергий «ветров» и «капель» (бинду).

Визуализации дворца мандалы и тела божества — это образования грубого воображения, предназначенные непосредственно для раскрытия внутренней чувствительности в комплексе тонких ума—тела. Стадия завершения сознательно нацелена на этот процесс внутреннего раскрытия. Возвращаясь к вышеописанной схеме плотного и тонкого комплекса ум—тело, следует отметить, что нервных энергий, «ветров», насчитывается десять: пять основных — жизненная, респираторная, пищеварительная, мускульно-моторная и очистительная — и пять энергий, управляющих чувствами. Теперь они воспринимаются как божества. «Капли» (бинду) тонкой структуры — это мужская гормональная сущность, подобная семени, и женская, подобная яйцеклетке. Они называются

белым и красным «духом просветления». Неразрушимая капля сверхтонкого ума располагается в центральном канале в середине сердечного центра. Это сверхтонкое «я» отсутствия «я» индивидуального, сверхсубъективность внутреннего экстаза, который реализует объективный ясный свет всеобщей пустоты. Сверхтонкое тело — это энергия в капле, хотя на данном уровне тонкости больше не существует дихотомии тело—ум или даже субъект—объект.

С помощью различных методов, используемых при очищении тела на стадии завершения, вы достигаете момента стабильной концентрации, когда можете проиграть процесс, обычно испытываемый только во время физической смерти. Дыхание становится неглубоким, а затем полностью прекращается. Вы испытываете четыре стадии превращения: земли в воду, воды в огонь, огня в воздух, а воздуха в грубое сознание (в некоторых системах отождествляемое с пространством), сопровождаемые субъективными знаками, называемыми: «мираж», «дым», «огненные мухи» и «пламя свечи». Эта практика должна основываться на неколебимой уверенности (развернутый в воображении образ себя в виде будды) и очищенном восприятии, изолированном от всего обычного. Иначе неизвестный ужас и бессознательное сопротивление смерти разрушат тонкое нервное равновесие, необходимое для прохода через растворения.

Затем ваше грубое сознание растворяется в тонком, состоящем из 80 естественных инстинктов. Это тонкие инстинктивные потенции, отличающиеся от грубых эмоций, препятствующих трем интуициям, известным как личистость, сияние и неизбежность. Четвертое состояние — это сверхтонкий ум, ясный свет или прозрачность. Субъективные знаки последовательного растворения одного состояния в другом называются: «лунное небо», «солнечное небо», «темное небо» и «предрассветное небо».

В этом процессе требуется большая стабильность, поскольку инстинкты по мере растворения взвихряются и есть опасность неустойчивости при отождествлении с ними. Растворение грубого сознания через лучистые интуиции в ясном свете сопровождается поступлением всех энергий, «ветров», в центральный канал. Они несут с собой все белые и красные жизненные « капли » из внешних нервов, правого и левого каналов, поступающие в центральный канал обычно через отверстие в межбровье и далее в мозговой центр. Если вы недостаточно хорошо подготовлены через посвящение, наставления и практику, вы действительно можете умереть в этот момент, и ваши жизненные энергии покинут грубое тело, поскольку обычно закрытый центральный канал открыт. Но если узлы вокруг вашего центрального канала предварительно тщательно распущены, вы легко избежите этой опасности, и субъективные смертельные переживания станут вашим пропуском к открытию внутреннего блаженного мира просветления.

Испытывая стабильное субъективное ощущение наличия тонкого тела, состоящего из каналов и центров, энергий и капель, вы собираете всю вашу энергию в центре у пупка, отчетливо и стабильно представляя красный горячий семенной слой. От него расходится жар и выбрасывает его в центральный канал. Когда образующие сознание капли стекают из мозгового центра и попадают в горловой, вы испытываете экстаз и ощущение пустоты. Когда они стекают в сердечный центр, вы переживаете высший экстаз и высшую пустоту. Когда они достигают пупка — интенсивный экстаз и великую пустоту, а когда они доходят до центра гениталий, вы переживаете оргазмический экстаз и вселенскую пустоту. Вы истаиваете в ясном свете, который здесь называется метафорическим ясным светом. Затем вы испытываете эти четыре экстаза и пустоты в обратном порядке, по мере того как

энергии и капли постепенно проходят через пупок, сердце, горло и мозг, где оргазмический экстаз сливаются с вселенской пустотой во второй раз. Эта схема суммирована в таблице 10.

Таблица 10

ДВИЖЕНИЕ ЭНЕРГИИ ЧЕРЕЗ ТОНКОЕ ТЕЛО

<i>Движение в тонком теле</i>	<i>Экстаз</i>	<i>Пустота</i>	<i>Обратное движение</i>
от мозга к горлу	экстаз	пустота	от гениталий к пупку
от горла к сердцу	высший	высшая	от пупка к сердцу
от сердца к пупку	интенсивный	великая	от сердца к горлу
от пупка к гениталиям	оргазмический	вселенская	от горла к мозгу

Возрадовавшись первым переживаниям оргазмического экстаза и вселенской пустоты ясного света, вы восходите через три стадии, испытывая восемь знаков — предрассветное небо и т. д. — в обратном порядке. Затем энергии расходятся из центрального канала и начинают циркулировать в плотном теле, которое вы ощущаете как перевоплощенное в ваше старое тело, входя в него с макушки.

Это достижение достаточно далеко от общего состояния будды, поскольку, хотя центральный канал и открывался, он все же был ограничен здесь и там, особенно в сердечном центре, который препятствовал внутреннему оргазмическому процессу проникновения капель и энергий и достижению интенсивности, необходимой для воплощения высшей мудрости общего состояния Будды. Поэтому вы приступаете к следую-

щей стадии, «повторение ваджры», преследуя цель распутать узел сердечного центра, через который правый и левый каналы сжимают центральную связь всей системы и удерживают сверхтонкий тело—ум.

Большинству исследователей этого вопроса кажется, что открытие центрального канала происходит один раз, так сказать, если уж он открыт, то открыт. Трудно здесь отличить индуистскую кундалини-йогу, даосскую энергетическую от буддийской тантрийской йоги. Открытие центрального канала подобно любой хирургической операции (скальпелем в этом случае служит критическая мудрость, связанная с творческим воображением) может быть более или менее завершенным. Есть многие экстатические переживания, различным образом влияющие на центральную нервную систему.

Практика «повторение ваджры» культивирует преодоление обычности времени, подобно тому как «очищение тела» развивает выход за рамки обычности пространства. Корень времени — это дыхание и поэтому энергии, «ветры», соединяются с мантрами, особенно мантрой ОМ А ХУМ, и ваджрами (алмазами) тела, речи и мысли. Другие энергии воспринимаются как божества и это культивируется особо тонкими медитативными методами, пока вы не станете живой мантрой ОМ А ХУМ, единственной в центре пустой вселенной. Когда концентрация завершается этим, нормальное дыхание прекращается и происходит описанный выше процесс растворения, отличающийся тем, что четыре экстаза и четыре пустоты появляются, когда энергии и капли в центральном канале проникают в самую сердцевину сердечного центра в определенной последовательности.

Открытие сердечного центра — это сложный процесс распутывания, очень опасный, если его форсируют. Поэтому «повторение ваджры» может занимать многие годы даже у самых способных йогов и йогини.

Цель достигается, когда все преграды в сердечном центре удалены и растворения могут привести к оргазмическому экстазу, охватывающему неразрушающую каплю (бинду) энергии-сознания в центре сердца. Тогда это называется «очищение ума», поскольку ум отделяется от любого переживания, не связанного с великим блаженством. Наитончайший ум становится умом великого блаженства, который есть предельная субъективность познания все еще метафорического ясного света вселенской пустоты или отсутствия индивидуального «я».

Достижение «очищения ума» — это более глубокая форма оргазмического экстаза, ясный свет самадхи вселенской пустоты. Затем вы возникаете в тонком магическом теле с признаками и знаками состояния будды. Магическое тело состоит из чистой нервной энергии, вспыхивающей из ясного света. Оно подобно телу Промежутка и телу, которое появляется у вас в сновидении, его зрение, слух и другие чувства похожи на испытываемое в Промежутке или во сне. Вы можете, если хотите, на благо живых существ реактивировать ваше обычное плотное тело, хотя непривычно это уже не произойдет. Впоследствии, засыпая, вы будете автоматически входить в ясный свет. В сновидении вы появляетесь в спящем Теле Блаженства, а когда возвращается тело сновидения и вы просыпаетесь, то испытываете его как спящее Тело Эманации. Если ввиду некоторых обстоятельств вы решите оставить ваше обычное тело, то вы используете процессы растворения и появления, чтобы достичь смерти Тела Истины, Промежутка Тела Блаженства и воплощения Тела Эманации.

Самопосвящение начинается с открытия сердечно-го узла в ходе «очищения ума», которое вводит в игру сверхтонкий комплекс тело—ум неразрушающей капли как высшей субъективности оргазмического экстаза для высшей объективности ясного света. Эта практика

обусловлена внутренним условием процесса растворения-сжатия и внешними условиями союза с супругой (юм). Дыхание замирает, появляются восемь знаков, испытываются прямой и обратный порядок четырех экстазов и четырех пустот. Теперь при появлении из ясного света тончайшая субъективность контролирует нервные энергии как лучи света пятицветной радуги пяти буддийских мудростей и формирует из них магическое тело. На этой стадии оно технически именуется «нечистым» и описывается пятью подобиями: тело сновидения, образ Ваджрасаттвы в зеркале, луна в воде, призрак и пузыри. В теле сновидения магическое тело существует как бы отдельно от плотного тела, выходит из него, но снова в негоозвращается. Оно подобно отражению Ваджрасаттвы в зеркале, где он появляется со 112 сверхчеловеческими признаками. Оно подобно отражению луны в воде, появляющемуся в любом водоеме, как магическое тело проявляет себя там, где живое существо нуждается в нем. Оно подобно призраку, ведь он кажется существующим, хотя на самом деле не существует. И оно подобно пузырям, появляющимся из ясного света.

Четвертая стадия, ясный свет, появляется после 6–18 месяцев практики третьей стадии, магического тела. Вы постоянно погружаетесь в ясный свет, возвращаясь к своему плотному телу, проповедуя живым существам, расширяя поле жизни в обществе и т. п. Глубина погружения увеличивается, и, наконец, вы достигаете подлинного объективного ясного света, а не метафорического. В нем ваша третья стадия магического тела растворяется как радуга в небе, достигая великого пути, который непосредственно устраняет заблуждения. Затем обычная серия экстазов и пустот. В момент выхода из объективного ясного света в обратный порядок интуиции неизбежного, вы становитесь святым, достигая чистого магического

тела, пути освобождения от эмоциональных омрачений и интеграции познающего.

Пятая стадия, интеграция, завершается после того, как практика дальнейшего погружения устраниет интеллектуальные омрачения, препятствие всезнания, которое даже высшим бодхисаттвам мешает в совершенстве понять все уровни причинности во внешних мирах живых существ и освоить искусство освобождения. Эта интеграция — соединение чистого магического тела, совершенства сострадания как оргазмического экстаза, с объективным ясным светом, совершенством мудрости как интуиции вселенской пустоты. Великий индийский философ и йог Нагарджуна так описывал интеграцию в тексте «Пять стадий»:

«Когда оставляют понятия сансарной жизни и нирваны и смотрят на них одинаково, это называется „интеграцией“. Знать пагубное и очищающее в отдельности и понимать их как одно и то же — значит знать интеграцию. Знать мудрость и сострадание как одно и действовать, понимая это, — значит достичь интеграции. Свобода от двух понятий: субъективного и объективного отсутствия индивидуального „я“ — это природа интеграции. Свободный от сосредоточенности и осторожности, имеющий постоянно спонтанный характер, йог действует так, как будто пребывает на стадии интеграции... Совершенно чистое божество и так называемое „несовершенство“... кто понимает, что они нераздельны, тот достиг интеграции... Поэтому йог, обитающий в таком месте, пребывает на стадии интеграции. Он видит реальность всезнания и именуется „сторонником разнообразия“. Будды, столь многочисленные как песчинки в Ганге, осознали это и, отринув бытие и ничто, достигли сущности Махамудры!.. Знающий это созерцатель поступает не колеблясь и достигает всего тайными методами, приобретая все совершенства. Пусть весь мир погрузится в самадхи

интеграции, благодаря заслугам, приобретенным про-
поведью этой высшей пятой стадии!»

Процессы йоги стадии завершения поразительны. Этот краткий очерк никогда не позволит вам практиковать их каким бы то ни было образом. Я описал это лишь для того, чтобы показать, какие имеются замечательные методы для подготовки к любой возможной случайности смерти, Промежутка и жизни. Это воодушевляет нас овладеть такими возможностями, если не в этой жизни, то в следующей.

«Естественное освобождение через понимание в Промежутке» не дает полных инструкций по стадии завершения, по крайней мере в обычном сборнике текстов. Огромный мир Великого Совершенства, описывающий возвышенные реальности четвертой и пятой стадий, указывается как цель. А только что умершему посвященному ламы читают краткое наставление, чтобы он практиковал уже освоенное учение и освободился в момент смерти, начиная с реальности Промежутка. Но «Книга Естественного освобождения» предназначена для тех, кто не способен достичь высот опытных психонавтов.

С другой стороны, есть способ, с помощью которого все аспекты стадии завершения становятся доступны читателям «Книги Естественного освобождения». Помимо прочего, Промежуток — это время посмертного кризиса, когда душа (очень тонкий комплекс тело—ум) находится в наиболее пластичном состоянии. Естественно, что искусство тантры во многом предназначено для работы с именно таким полностью трансформируемым тонким состоянием. Если хороший человек, имеющий сильную инерцию положительного эволюционного действия (кармы), не подготовлен к Промежутку, он может потерять большую часть своего эволюционного накопления, теряясь в темноте от страха. И в то же время дурной человек, имеющий большой запас отрицательной эволюции

(кармы), но хорошо подготовленный к Промежутку, может преодолеть огромные временные периоды и миновать малоприятные жизненные судьбы, смело устремившись к свету. Кроме того, малые достижения на тонком плане могут иметь сильное воздействие на грубом уровне. В Промежутке душа может непосредственно меняться просто с помощью творческого воображения, того, что буддисты называют «духовными генами», которые она несет в себе. В Промежутке человек временно обладает высокоразвитым разумом, сверхъестественной силой концентрации, особыми способностями к ясновидению и телепортации, пластичностью, чтобы реализовать свое воображение, и открытостью к радикальной трансформации с помощью мысли, видения или наставления. Вот почему странствующий в Промежутке может мгновенно освободиться просто понимая, где он находится, что это за реальность, где здесь союзники, а где — опасности.

так, не играет роли, сколь недоступными могут показаться стадия завершения и Великое Сoverшенство (Махамудра) тем, кто погружен в заботы обычной жизни. Оказавшись в кризисе Промежутка, было бы неплохо, по крайней мере, знать о нем из книг. Именно это имел в виду Учитель Падмасамбхава, создавая эту уникальную работу, которая, не оглядываясь на эзотерические ограничения, передает возможности стадии завершения обычным людям тибетского общества, подобно тому как тибетские ламы делают это сегодня для обычных людей глобального сообщества.

Трудно дать советы небуддийским йогам о том, как изучать стадию завершения и строить параллельные процессы, удовлетворяющие их собственным взглядам на мир. Конечно, во всех великих литературах и религиях есть эзотерические традиции, и все они имеют дело с основными реальностями жизни и смерти. Настоящий шаман знает о процессе растворения, о божественных помощниках и демонических помехах

и обычно находит основания для благожелательности и веры, своего рода Владыку Сострадания. Монахи во все времена переживали путешествия души, и некоторые из них смогли запечатлеть их в полезных сочинениях. Суфии и даосы дают наставления своим ученикам и поддерживают живые традиции. Тибетский опыт может быть полезен любому искателю из любой религиозной традиции благодаря систематически разработанным методам и удивительному прозрению.

Глава 4

ЛИТЕРАТУРА ПО «ЕСТЕСТВЕННОМУ ОСВОБОЖДЕНИЮ»

История текстов

Согласно самим текстам, «Книга Естественного освобождения через понимание в Промежутке» была написана великим йогом Падмасамбхавой, точнее — продиктована им его тибетской супруге, йогини Еше Цогьял. Вероятно, она была написана в конце VIII века. Падмасамбхава — это полулегендарная фигура, чья мифическая биография содержит некоторые эпизоды, похожие на жизнеописание Будды Шакьямуни, а также 84 великих йогов. Имя Падмасамбхавы — это одна из коренных мантр грозной формы Авалокитешвары, Хаягривы с лошадиной головой. (Грозные божества столь же сострадательны, но в манере «яростной любви».) Считается, что Падмасамбхава сошел с языка будды Амитабхи в западной Чистой земле как метеор, скользящий по радуге. Таков был ответ Амитабхи на призыв Бодхисаттвы Авалокитешвары сделать что-либо для земных существ в царстве Удияна, бывших на краю гибели из-за опечаленности своего царя, который не мог получить наследника. Метеор упал на землю и погрузился в озеро с лотосами в красивой долине на северо-западе Индии, там, где теперь Пакистан. На том месте вырос гигантский лотос, в котором в должное время появился красивый мальчик, сидящий среди радужного сияния, а когда

его спросили о происхождении, он сказал: «Мать моя — мудрость, отец — сострадание, я из страны Дхармы реальности».

Падмасамбхава — это нечто вроде тибетского супермена. Он учитель великих учителей. Он Тело Эманации будды, способный преподать учение о Промежутке, поскольку он сам прошел через него. Прожив в Индии несколько столетий и совершив много чудес, он отправился в Тибет по приглашению царя Трисонг Децена, чтобы помочь ему и индийскому монаху и философи Шантаракшите построить первый монастырь и укорениться в этой воинственной стране. В Тибете он укротил множество демонов, много проповедовал, в том числе Естественное освобождение и, наконец, удалился в собственный рай на земле — знаменитую Медную гору, которая находится не то в Африке, не то в Аравии. Согласно тибетской мифологии, он до сих пор живет там.

Предвидя великие гонения на буддизм в Тибете в IX веке, Падмасамбхава спрятал многочисленные тексты в разных местностях Тибета. Такова была и судьба «Книги Естественного освобождения». После возрождения буддизма в Тибете появились «искатели духовных сокровищ» (тиб. *тертон*), обладавшие особой силой ясновидения, включая рентгеноскопическое видение. Их часто считали перерождениями аспектов самого Подмасамбхавы или 25 его основных тантрийских учеников. Есть множество рассказов об их находках текстов в пещерах высоко в горах, под землей, на скалах и старых деревьях. Иногда они находили эти тексты-сокровища в собственной памяти, где Учитель в одной из их прошлых жизней запечатал тексты особым кодом в их духовных генах, а открывал в нужный момент в последующей жизни, по прошествии столетий. Эта традиция имела прецедент в древнем индийском буддизме, особенно среди великих йогов. Ведь даже все собрание сутр и тантр махаяны,

как считается, было найдено в I веке до н. э. великим Нагарджуной во дворце царя драконов (нагов) на дне Индийского океана!

В XIV веке известным открывателем сокровищ (тертоном) был Карма Лингпа. Некоторые считали его воплощением самого Падмасамбхавы. «Книгу Естественного освобождения» он нашел в пещере на горе Гамподар в Центральном Тибете. И в самом Тибете, и на Западе были многочисленные споры, касающиеся аутентичности подобных «находок». Подобные разногласия не слишком важны для нас, потому что лучший способ судить о подобном тексте — это его содержание, а не происхождение. Если содержание противоречит общему направлению буддийской традиции, если он кажется бессвязным и т. д., то его можно счесть грубой подделкой, а если его содержание соответствует интеллектуальной, психологической и духовной буддийской традиции, если изложение разумно, ясно, осмысленно и полезно, тогда его следует считать аутентичным буддийским учением, подлинным трактатом буддийской науки и заповедью буддийской веры. Раз это установлено, и если сама традиция признает авторство Падмасамбхавы, то и мы можем принять его.

Кем в действительности был Падмасамбхава, был ли он духовным Суперменом, жив ли он до сих пор и т. п. — нам нет нужды выносить суждение по этим вопросам религиозной веры, чтобы изучать и использовать этот текст. Естественно, современные люди не расположены принимать подобные рассказы за истину, хотя втайне большинство из нас все еще питает надежду.

Важнее понять, почему Карма Лингпа именно в то время открыл этот текст. XIV век был периодом большого духовного, церковного и общественного подъема в Тибете, вызванного многими известными ламами школ кадам, сакья, кагью и ньингма и завершившего-

гося в великом синтезе, достигнутом Ламой Чже Цзонхавой на рубеже XV века. Все эти ламы были сколастами, святыми и духовными исследователями, психонавтами. Считается, что многие из них достигли способности, которую мы можем назвать «люцидным (осознаваемым) умиранием». Они практиковали вышеописанную йогу стадии завершения при жизни, полностью нацеленной на просветление, и достигли успеха в полетах в предельный Ясный Свет, столь же опасных и значительных как полеты наших астронавтов на Луну. Поэтому, умирая, они часто являли остающимся чудесные знаки. Они сохраняли непрерывность сознания и использовали смерть как случай показать и подтвердить свое достижение Трех Тел состояния будды. И вершиной этого они сознательно выбирали перерождение из фундаментальной реальности ясного света, направляя слияние родительских генов в утробе тибетской матери. Они намекали своим последователям, где их искать. В раннем детстве, в новом перерождении, они требовали возвращения в свой монастырь, к своим ученикам, и жизнь за жизнью развивали способности к достижению просветления, учили тех, кому посчастливилось стать их учениками, способствовали движению народов Тибета, Гималаев, Монголии, Маньчжурии и Китая к полностью ориентированной на просветление человеческой цивилизации. Эти высокие ламы стали так известны и приняты обществом, что тибетцы привыкли к присутствию многих перерожденцев настолько, что отказывались признавать духовный авторитет любого ламы, не прошедшего три, семь или одиннадцать просветленных жизней. Эти ламы были наиболее сведущими в буддийских учениях, самыми харизматическими святыми, всеми уважаемыми народными вождями и любимыми наставниками.

Поэтому в XIV веке созрели условия для проповеди учения о переходе от смерти к новому рождению в

простой и ясной форме более широкой аудитории. Явление наличия Промежутка было известно давно, оно хорошо описано в обширном собрании сутр и комментаторской литературе, переведенной с санскрита в первые пять столетий тибетского буддизма. Приемы преодоления Промежутка, подобные тем, что изложены в «Книге Естественного освобождения», уже давно были доступны в пространной литературе тантр. Оригинальное собрание основных тантр и индийских комментариев к ним, написанных великими йогами, в целом составляет несколько сотен 2000-страничных томов (в английском переводе), переведенных с индийских языков. Богатая вторичная тибетская литература быстро превысила этот объем. Ведь ее создавали сотни тысяч тибетских схоластов и йогов, обитавших в тысячах больших и малых монастырей всех школ, возникших в эпоху возрождения буддизма в Тибете.

Потом пришла пора открывателю духовных сокровищ откопать еще одну жемчужину из легендарного наследия Рожденного в лотосе Учителя Падмасамбхавы. Вполне подходящая к сложившимся обстоятельствам обнаруженная книга использовала мандалу или очищенную вселенную Гухьягарбха-тантры (Тантры эзотерической квинтэссенции), одной из самых важных «старых» тантр (т. е. переведенных на тибетский в ранний период, в VIII–IX веках). Эта мандала преображает обычное человеческое окружение в совершенный мир возвышенного счастья, населенный собранием сотни мирных и грозных архетипических буддийских божеств, представляющих элементы человеческого психофизического существования в их полностью выявленной форме. Эти божества были формами, выражающими их полную свободу от любого принудительного переживания, полного счастья в своих избранных функциях и развитой способности разделить свое счастье со всеми другими, в соответствии с их способностями участвовать в подобном дележе. Они служат

моделями для цели человеческой эволюции и поэтому являются архетипами для просветленного пользования благами всех человеческих физических и духовных энергий. Эта мандала давно использовалась йогами для их творческих и трансцендентальных медитаций.

Особая заслуга этой работы в том, что она расширила доступ к миру мандалы подобных созерцательных архетипов. Обычный человек, не прошедший долгого, длиною в жизнь, обучения в монастыре, не имевший ни способностей, ни подготовки, ни возможности, ни средств, чтобы провести годы в созерцательной практике, мог теперь узнать собрание 100 божеств мандалы, представляющих его собственные сокровенные энергии, во время кризиса, когда он нуждался в них более всего — в момент смерти и во время посмертного перехода. Хотя это учение побуждало его и прямо, и косвенно не ждать этого критического события — ведь оно все равно произойдет и не посмотрит на посвящения и знания. Учение сообщало ему, что его способность понимать реальность, сила видения, возможность независимого выбора, ответственность за будущее благополучие и готовность к преображению получат девятнадцатую поддержку в Промежутке. Оно предлагало ему мгновенный доступ к высшим методам путешествия через промежуточное пространство, легкий и свободный. Оно позволяло ему, его семье и друзьям представить то, через что проходили психонавты, с чем они сталкивались и чего достигали. По крайней мере, это позволит ему и его близким укрепить веру в лам-психонавтов, быть более открытыми к получению их помощи и быть готовыми к их роли проводников и спутников в трудностях путешествия в Промежутке.

Естественно, что вновь найденный текст хорошо вписался в обстановку буддийского возрождения в Тибете. Его переписывали и перепечатывали и начиная

с XV века широко распространяли и много подражали. Создавались подражательные трактаты, уточнявшие те или иные стороны основного содержания, основываясь на устной традиции всех четырех школ. Возникли самые разнообразные сочинения. На популярном уровне бытовали тексты для амулетов со списками защитных молитв и диаграммами, схемами мандал. Их запечатывали в металлические ладанки, чтобы носить на шее или оставлять на покойнике. Были тексты-иконы, для почитания слова Будды. Были тексты защитных мантр, длинных и коротких, для запоминания и постоянного повторения. Для более высокого уровня существовали руководства к практикам переноса души, с инструкциями для сознательного оставления тела, а также схемы упрощенных архетипических мандал, сокращенные методы визуализации, для облегчения запоминания. Но были и более пространные наставления для созерцания, включавшие новые идеи и усложненные методы, уснащенные описаниями переживаний новых поколений йогов и других посвященных.

Разделы книги

Несмотря на то что за столетия этот текст был более или менее канонизирован, он, как это можно ожидать, существует в нескольких различных изводах, версиях. Само собрание текстов «Естественного освобождения» обычно содержит намек на то, что существует больше сочинений на эту тему, чем включено в известный сборник. Наилучшим образом составленное собрание текстов, с каким мне довелось столкнуться, имело следующее оглавление, где отдельные тексты обозначены буквами тибетского алфавита:

Указатель сочинений, касающихся «Естественного освобождения через понимание», взятый из

книги «Глубокое учение. Естественное освобождение через созерцание мирных и гневных божеств» (1 лист).

- КА. Молитва гуру-йоги Трех Тел будды из «Естественного освобождения без отказа от трех ядов» (3 листа).
- КХА. Молитва реальности Промежутка из «Естественного освобождения через понимание» (36 листов).
- ГА. Способ появления гневного божества Промежутка (21 лист).
- НГА. Молитва буддам и бодхисаттвам о помощи (3 листа).
- ЧА. Коренные строфы о шести Промежутках (3 листа).
- ЧХА. Молитвы об избавлении от затруднений в Промежутке (4 листа).
- ДЖА. Ориентация во время пребывания в Промежутке из «Великого освобождения через понимание» (35 листов).
- НЬЯ. Освобождение от изношенного. Естественное освобождение тела (24 листа).
- ТА. Молитва о прибежище от всех ужасов Промежутка (3 листа).
- ТХА. Практика дхармы. Естественное освобождение инстинктов (26 листов).
- ДА. Сто поклонений. Естественное освобождение от грехов и заблуждений (15 листов).
- НА. Множество мирных и гневных (божеств). Исповедание естественного освобождения (24 листа).
- ПА. Самоосвобождение через обнажающее внимание. Прямое введение в ригпа (15 листов).
- ПХА. Естественное освобождение через знаки. Изучение смерти (25 листов).
- БА. Обман смерти. Естественное освобождение от страха (11 листов).

- МА. Наставления по естественным формам добра и зла в промежуточном существовании (18 листов).
- ЦА. Дополнительный метод наставлений учения о естественной форме добра и зла в промежуточном существовании (8 листов).

Всего 275 листов, напечатанных в Индии по Шахатадаре, великому мНга сде, в первый день первого месяца 1985.

Из этих 275 листов наш основной текст здесь состоит из перевода 150 листов, 108 листов главной части текста и 42 листов предварительных молитв и дополнительных практик. 108 листов основного текста ранее переводили дважды: Кази Дава-Самдуп и В. И. Эванс-Венц, а позднее Чогъям Трунгпа Ринпоче и Франческа Фримантл. Два раздела, включенные здесь в часть третью «Практика дхармы. Естественное освобождение от инстинктов», прежде не переводили. «Естественное освобождение через непосредственное видение. Распознавание разума» сначала перевел В. И. Эванс-Венц, а затем Джон М. Рейнольдс. Поскольку этот текст содержит основные философские положения «Книги естественного освобождения», я перевел его с тибетского, используя свою терминологию и интерпретацию, чтобы основать на нем остальной мой перевод. Из оставшихся непереведенными в этом издании разделов главу «ПХА» о знаках смерти перевел Глен Мулин. Другие разделы, несомненно, будут переведены в будущем, когда ученые выработают новые методы исследований.

Сохраняя дух книги, которую Учитель Падмасамбхава предназначал для практической помощи всем людям, я постарался представить популярную, практическую версию «Книги Естественного освобождения». Я организовал текст таким образом, чтобы он был

наиболее полезен тем, кто сам находится в ситуации близкой смерти либо предполагает смерть кого-то из близких. Я разместил все важные молитвы в первом разделе (в том порядке, как они упомянуты в предваряющем разделе о реальности Промежутка), поскольку согласно наставлениям их в любом случае следует читать в начальном периоде. Затем я представляю Промежутки: момент смерти, реальность и промежуточное существование, четко отличающиеся разделы, которые действительно следует читать вслух при похороннике. Разделы перевода расположены в следующем порядке:

Раздел предварительных молитв

Гуру-йога Трех Тел
 О помощи будд и бодхисаттв
 Избавление от испытаний в Промежутке
 Прибежище от всех ужасов Промежутка
 Коренные строфы о шести Промежутках

Путеводитель по Промежуткам

Вводная часть
 Промежуток момента смерти
 Промежуток реальности мирного божества
 Промежуток реальности гневного божества
 Промежуток существования

Дополнительные переводы

Практика дхармы. Естественное освобождение от инстинктов.
 Естественное освобождение через непосредственное видение. Распознавание разума

Оба тибетских издания, которыми я пользовался, отличаются многими недостатками, как это обычно

для популярных текстов. Часты опечатки, орфографические ошибки, имеются разнотечения в некоторых фрагментах двух текстов. Для полезного научного издания пришлось бы собрать множество вариантов «Книги Естественного освобождения» и подготовить критический текст. Я не занимался этим и не стал обременять это издание громоздкими сносками, дающими разнотечения. Мертвые и умирающие не склонны к таким научным тонкостям. Где это возможно, я использовал санскритские имена божеств, употребляя общепринятую фонетическую транскрипцию. Изначально эти имена давались на индийских языках, но затем тибетцы переводили их на свой язык, поскольку индоевропейские дифтонги и сочетания согласных трудны для их произношения. Английский — это индоевропейский язык, и индийские имена читаются гораздо легче.

Я уже привел объяснения основных концепций, какие, полагаю, вам понадобятся. Также я сопровождаю текст перевода своим комментарием, напечатанным более мелко. Незнакомые термины объясняются при первом упоминании или же помещены в словарь.

Заканчивая эту книгу, я был поражен дискуссией об эвтаназии для смертельно больных и престарелых, происходившей в Америке. Ясно, что «Книга Естественного освобождения» отвергает самоубийство, за исключением того случая, когда человек уже достиг освобождения или уверен, что сможет сделать это в Промежутке. Самоубийство — это негативное эволюционное действие, отнимающее жизнь. Для практикующего тантру — это убийство божества, потому что тело само по себе — это тело божества и обитель многочисленных микробожеств. С другой стороны, люди пытаются быть менее пассивными по отношению к своим страданиям, стараются овладеть контролем над своей жизнью и тем самым над смертью. Они, наконец, дорошли до понимания того, что и авторитеты

мало что знают и могут. Они начинают осознавать, что качество жизни важнее ее простой длительности, и они смело принимают собственные решения.

К сожалению, те, кто считают невозможным далее выносить болезнь и боль и могут использовать суицидное руководство или размышляют об этом, кажутся верят, что разрушение их мозга означает достижение «мгновенного освобождения», изображаемого как полное забвение. Для некоторых из них это может обернуться трагической ошибкой. Конечно же, это привычно счастливые жизнерадостные люди, добрые, щедрые, способные уйти без особых проблем. Они могут узреть яркий свет и растаять в нем, несмотря на удивление, связанное с отсутствием забвения, и даже без формальной подготовки. Но есть также и те, кто напряжен и скован, пытается любой ценой сохранить контроль, если им было гарантировано ничто, кто очень привязан к своему телу, имуществу, личности, удобствам. Эти люди, действительно, будут страдать в водовороте Промежутка, и у них будет мало шансов выбраться из него благоприятно, используя колесо возможностей, не говоря уже о достижении освобождения.

Поэтому я надеюсь, что по крайней мере некоторые из этих людей или их близкие, друзья найдут эту «Великую книгу Естественного освобождения через понимание в Промежутке» и попытаются использовать ее, хотя бы помня о «если» Паскаля. Надеюсь, что это сочинение будет благотворно для них. Если оно поможет даже одному человеку, цель Учителя Падмасамбхавы и его последователей будет исполнена и мои усилия будут не напрасны.

Пусть все живые существа получат благословение
Трех Драгоценостей!

Пусть земля пребывает в мире и останется прекрасной!

Пусть все существа будут счастливы!

Пусть всех ждет удача!

Часть II

РУКОВОДСТВО

К ПУТЕШЕСТВИЮ

*Великая книга
Естественного освобождения
через понимание в Промежутке*

*Весь сборник драгоценных текстов,
скрытый Падмасамбхавой в Тибете в VIII веке,
носит название «Естественное освобождение
через созерцание мирных и гневных будд».*

*В этот сборник входит и вышеназванная книга,
состоящая из ряда текстов, переведенных
для данного издания.*

*Книгу сочинил Падмасамбхава
(великий йог из Удияны),
а записала его супруга Еше Цогьял.
Скрытый клад нашел на горе Гамподар
и обнародовал великий искатель сокровищ
Карма Лингпа.*

Глава 5

МОЛИТВЫ ПРОМЕЖУТКА

В следующих пяти молитвах содержится основа всей «Книги Естественного освобождения». Это сущность программы всего процесса. Их следует выучить наизусть и читать в разные моменты, пока даются более пространные наставления. Первая, «Гуру-йога Трех Тел», представляет собой медитацию об идеальном процессе трансформации, описанном в «Книге». Она показывает этот идеал через личность духовного учителя, которого практикующий хорошо знает и почитает. Другие четыре молитвы составляют комплект, часто упоминаемый во всей «Книге». «Молитва о помощи» — это прямой прозаический призыв к Трем Драгоценностям, Будде, Дхарме и Сангхе, распространить их спасительное сострадание на того, кто умирает или находится в Промежутке. «Молитва об избавлении» следует переживаниям в реальности Промежутка, содержит просьбу о превращении всех элементов обычного существования в средства освобождения. «Молитва о прибежище» продолжает взывать к просветленным существам о помощи и защите. Акцент делается не столько на освобождении, сколько на прибежище в будущих жизнях. Это больше соответствует промежуточному существованию, когда труднее достичь полного освобождения, а заботятся об обеспечении благоприятного перерождения. «Коренные строны шести Промежутков» — краткая сводка этих шести

Промежутков, а их созерцание трансформирует весь цикл времени в колесницу просветления.

Если вы используете эту книгу для того, кто находится в процессе умирания или уже вступил в Промежуток, то лучше читать «Гуру-йогу Трех Тел» и «Молитву о помощи», чтобы создать благоприятную обстановку, а затем переходить к самой промежуточной реальности, вставляя отдельные строфы других молитв в контексте общих наставлений. Во всех разделах книги жирным шрифтом напечатан сам перевод, который следует читать вслух умирающему или находящемуся в Промежутке. Дополнительный материал напечатан двумя шрифтами: более крупным перевод тибетского текста, содержащего оригинальные наставления и комментарии, а более мелким — комментарий и инструкции переводчика.

Молитва Гуру-йоги Трех Тел

Я поставил на первое место эту особую молитву, озаглавленную «Естественное освобождение без отказа от трех ядов». Первой она идет и в оригинальном сборнике, поскольку точнее и лучше всего устанавливает контекст, в котором вы нуждаетесь, чтобы использовать естественное освобождение. Важность отношений с личным учителем невозможно переоценить, необходимо доверять человеку, представляющему вам высшую реальность и силу космоса, как бы вы не определяли это.

«Гуру-йога» — это медитация с визуализацией, призывающей присутствие духовного учителя, который посвятил вас в священное царство избранной вами формы состояния будды. Призвав учителя и обеспечив его присутствие, вы представляете, что он сливается с вами неразделимо, и вы становитесь учителем, буддой, авторитетом. Затем вы посыпаете ваше благословение всем существам в качестве буддийского учителя, давшего вам свое благословение. Поскольку большинство из нас не имеют посвящения, мы можем считать таким учителем Падмасамбхаву, автора этой «Книги». Три Тела будды — это способ помыслить о непостижимости совершенного будды, выражаящейся в единстве просветленного существа с высшей реальностью, блаженством и способностью воплощения ради блага других. Следует представлять учителя воплощением этих трех аспектов беспределенного, чтобы развивать в себе чувство благоговения в присутствии учителя. Нужно представить его мысленным взором в воображаемом пространстве перед вами, сидящим на драгоценном царствен-

ном троне божественных пропорций, окруженно-го собранием будд, божеств, дакини и других мо-гущественных, мудрых и любящих существ. Если ваш личный наставник — близкий вам человек, жрец или святой любой религии, или же врач, целитель, шаман, то представьте его.

Три яда — жадность, ненависть и неведение — это три изначальные пагубные склонности, вовле-кающие непросветленного в отягченный страда-ниями жизненный цикл. Освобождение, происходя-щее без их устраниния, — это истинно естествен-ная мгновенная трансформация по учению Великого Совершенства (Махамудры).

ОМ АВ КАА ААХ!

ОМ — это мантрический или магический тво-рящий звук, резонирующий с трансценденталь-ным единством и поэтому использующийся в на-чале мантр для призываия к проявлению транс-цендентального или божественного. «АВ КАА ААХ» более необычны. «АВ» указывает на пустоту, от-сутствие строгой идентичности во всех вещах и таким образом их податливость для творческого порыва великого сострадания. «КАА» представля-ет звук космического творчества «А», исходящий из «К», начального положения, поскольку соглас-ная «к» первая в тибетском алфавите. «ААХ» — мантра просветленной речи.

**Горячо молюсь с глубоким благоговением
Нерожденному, неизменному Телу Истины Учителя
В совершенном дворце всепроникающего Царства
Истины!
Освободившись от смущающего неведения,
Я свободно принимаю совершенное благословение
Тела Истины**

Как самовозникающую, естественную изначальную мудрость!

Здесь вы сосредоточиваетесь на единстве вашего учителя с абсолютной реальностью, чувствуя себя соединенным с ней через его присутствие. В тот момент, когда вы вспоминаете бесконечность предельного, вы почувствуете переполняющий вас поток милости от вашей неразделимости с этим предельным, осознавая, что невозможно не ощутить это единство неотразимого бесконечного присутствия. Вы мгновенно чувствуете себя свободным, и даже ментальная склонность к неведению ощущается естественно трансформированной в чувство присутствия абсолюта и нет необходимости от нее избавляться. Вы представляете синий сверкающий сапфировый «ХУМ» в сердце вашего учителя. От него исходит синий свет, наполняющий ваш сердечный центр живой мудростью свободы. Последовательность визуализации связана с получением посвящения мудрой интуиции, практикой стадии завершения, прозрачностью ясного света, моментом смерти, мыслию и Телом Истины.

**Горячо молюсь с глубоким благоговением
Бессмертному великому Телу Блаженства Учителя
В сияющем дворце чистой мудрости всеобщего
блаженства!**

**Освободившись от вожделения и сильных желаний
Я свободно принимаю поток благословения Тела
Блаженства**

**Как самопроизвольное освобождение скрытой
мудрости всеобщего блаженства!**

Вы сосредоточиваетесь на нескончаемом чувстве блаженства вашего учителя, отмечая его улыбку, любящий взгляд. Мгновенно вы ощущаете поток радости и блаженства от вашего единения с пре-

дельным, выраженным как ваша индивидуальная свобода и счастье, свободные от любого возбуждения страсти или стремления к предполагаемому счастью вовне. Представляете яркий рубиново-красный «ААХ» в горловом центре вашего учителя, излучающий сияющие лучи рубинового света. Эти лучи светят над вами и входят в ваш соответствующий центр, благословляя вашу речь живой просветленной мудростью. Эта визуализация связана с получением тайного посвящения, достижением магического тела, Промежутком, речью и Телом Блаженства.

**Горячо молюсь с глубоким благоговением
Святому самосотворенному Телу Эманации Учителя
В безупречном и совершенном лотосовом дворце!
Освободившись от слушающих и отвращающих
заблуждений,
Я свободно принимаю поток благословения Тела
Эманации,
Как самоочевидное просветление скрытой мудрости!**

Здесь вы сосредоточиваетесь на безграничной творческой способности вашего учителя эманировать активные воплощения просветления для сострадательного взаимодействия с другими существами. Мгновенно вы ощущаете свое участие в действиях Лотосной Семьи по проявлению четких воплощений свободного творения, без какого-либо возбуждения или раздражения от безобразия и неподатливости жизненных форм. Вы представляете блестящий алмазный «ОМ» в головном центре учителя, излучающий ослепительные лучи белого света, наполняющие ваш мозговой центр. Эта визуализация связана с получением посвящения со- суда, практикой стадии творения, жизнью, телом и Телом Блаженства.

Горячо молюсь с глубоким благоговением
Неразделимому великому блаженству Трех Тел
Учителя
Во дворце внутреннего видения изначального
ясного света!
Освободившись от смущающей субъект-объектной
двойственности,
Я свободно принимаю великое блаженство
благословения Трех Тел,
Как изначальную мудрую самопроизвольность
Трех Тел!

Теперь вы учитель, и перед вашим мысленным взором бесконечное множество существ, ищущих счастья и вашей помощи. Вы видите их блаженство от ощущения единства с бесконечной прозрачностью высшей реальности. Яркий рубиново-красный «ААХ» на вашем горловом центре мягко вспыхивает сияющим красным светом, проникающим в их горла, усиливая счастье, поэтому их переполняет желание выражить свое блаженство. От них исходит бесконечное возвышенное выражение любви и радости, посылающее обратно в «ААХ» на вашем горле лучи света, что делает его неистощимо могущественным.

Призываю сострадание к заблудшим существам,
Блуждающим в сансаре, с двойственными мыслями
и ненавистью,
Не знающим, что их мысль как свободнорожденное
Тело Эманации.
Пусть все они достигнут Тела Эманации!

Теперь вы учитель, и перед вашим мысленным взором бесконечное множество существ, что смотрят на вас со всевозрастающим блаженством. Вы замечаете, что поток их блаженства направлен на

других многочисленных существ, чувствующих себя исключенными из реальности Великого Совершенства. Алмазный белый «ОМ» на вашем головном центре мягко вспыхивает сияющим белым светом, что входит в их головы, усиливая блаженство, и таким образом переполняя их желанием проявить его в физической форме, которая может взаимодействовать с бесконечным множеством существ. Неисчислимые Тела Эманации исходят из сети алмазных лучей, направляясь к живым существам, радуя и освобождая их. Обратный поток их счастья возвращается белым светом, делая ваш алмазный «ОМ» неистощимо могущественным.

**Призываю сострадание ко всем существам, еще не ставшим буддами,
Попавшим в ловушку привычного присутствия под покровом объективного,
Не знающим, что их мысль подобна неразделимости Трех Тел.
Пусть все они достигнут Трех Тел состояния будды!**

Здесь вы сосредоточиваетесь на том, как ваш учитель и вы сами неразделимо сливаетесь с Телами Абсолюта, Блаженства и Эманации в спонтанности Великого Совершенства. Мгновенно вы чувствуете в себе полноту и совершенство, соединяясь с бесконечностью буддийского рая и освобождаясь от любого чувства двойственности между собой и внешней объективной вселенной. Вы представляете алмазный, рубиновый и сапфировый свет, исходящий из ОМ А ХУМ на головном, горловом и сердечном центрах учителя и наполняющий три ваших центра белым, красным и синим светом и блаженством. Затем учитель растворяется в лучах света, которые входят в вас, и вы с ним становитесь неразделимы. Эта визуализация связана с получе-

нием четвертого посвящения, достижением стадии интеграции, практикой Великого Совершенства, неделимостью реальности смерть—Промежуток—жизнь, тело—речь—мысль и Трех Тел.

**Призываю сострадание к испытывающим мучения сознательным существам,
Блуждающим в сансаре, омраченным неведением,
Не знающим, что их мысль бесконечна как Тело
Истины.
Пусть все они достигнут Тела Истины!**

Теперь вы сами стали Учителем и больше не нуждаетесь в благословении и милости для себя. Перед вашим мысленным взором множество существ, ищущих счастья и вашей помощи. Прежде всего вы видите, что в глубине они едины с бесконечной прозрачностью высшей реальности. Синий сапфировый «ХУМ» на вашем сердечном центре мягко вспыхивает синим светом, который озаряет их сердца, давая им почувствовать единство с высшей реальностью. Испытываемое ими от этого благословения счастье возвращается в «ХУМ» синим светом, делая его неистощимо могущественным.

**Призываю сострадание к сознательным существам,
опутанным страстями,
Блуждающим в сансаре, подверженным похоти и
пристрастиям,
Не знающим, что их сознание подобно великому
Телу Блаженства.
Пусть все они достигнут Тела Блаженства!**

Теперь вы Учитель, и перед вашим мысленным взором бесконечное множество существ, смотрящих на вас и охваченных неизмеримым счастьем. Вы замечаете, что их блаженство сливается с чув-

ством единения с вами и всеми существами высшей реальности. Их лучи благословения, направленные к вам, становятся столь же могущественны, сколь ваши, направленные к ним. Вы чувствуете бесконечно расширяющееся блаженство взаимопроникновения, подобное сиянию синих, красных и белых лучей, окутывающих ваш вечный союз, превращающийся в ОМ АХ ХУМ, тело, речь и мысль Просветленных. Вы празднуете непостижимость совершенной интеграции вашего синего высшего нерожденного изначального единства, красного всеохватывающего артистизма речи и алмазного белого взаимоотражающего и индивидуализирующего проявления.

«Привычное присутствие» — это глубочайший уровень концептуализации неведения, которое поддерживает чувство «бытия здесь и сейчас» как чего-то конечного, отделенного от непостижимого бытия будды, и пагубные объективные инстинкты самосохранения. Оно блокирует осознание изначальной неотделимости блаженства-мудрости от вечной реальности просветления.

Молитва буддам и бодхисаттвам о помощи

Эта молитва первой из четырех часто упоминается в литературе по естественному освобождению. Ее можно использовать, когда вы сталкиваетесь со своей или чужой смертью либо вообще при усилении духовной практики памятования о смерти. Части, читаемые вслух, выделены жирным шрифтом. Первый слог «ОМ» — это мантрический звук, действующий как призыв всех бесчисленных будд и бодхисаттв со всей бесконечной вселенной.

ОМ

Это следует совершать в момент собственной смерти или смерти кого-либо иного. Это молитва буддам и бодхисаттвам о помощи. Сначала следует сделать подношения Трем Драгоценностям либо на самом деле, либо воображаемые. Держите в руках благовония и произносите выразительно.

Здесь вы вываете к буддам и бодхисаттвам как к героическим спасителям, живущим только ради освобождения всех существ от страдания. Вы призываете самых известных бодхисаттв, достигших больших высот, близких к состоянию будды и имеющих ту же силу для вмешательства, что боги и дакини. Некоторые из них, такие как Авалокитешвара, Владыка сострадания, или Тара, богиня чудес, в действительности уже будды, но они поклялись помогать живым существам, являясь в качестве бодхисаттв.

Три Драгоценности — Будда, Дхарма и Сангха — это драгоценный Учитель, Учение и Община, дающие прибежище от непросветленного жизненного цикла (сансары) и ее ужасов, поэтому их считают величайшими ценностями для страдающих существ.

Поскольку эти молитвы читаются для конкретного человека и в особой ситуации, то нужно вставить его имя и соответствующие местоимения. Я использовал, просто для разнообразия, местоимения женского рода.

О, будды и бодхисаттвы десяти направлений, состра-дающие, всезнающие, всевидящие, любящие, вы прибе-жище живых существ! Силой вашего сострадания, яви-тесь в это место! Примите эти подношения, реальные и воображаемые! О, сострадающие и обладающие непо-стижимой мудростью всезнания, вершащие волшебные деяния с любовью, обладающие силой даровать прибе-жище! О, сострадающие, эта женщина Имярек уходит за пределы этого мира, покидает его, отправляется в великий путь. Нет у нее ни друзей, ни прибежища, ни защитника, ни помощников. Она испытывает страда-ния. Ее восприятие этой жизни уменьшается. Она всту-пает в царство иной жизни, входит в густую тьму, пада-ет в великую бездну, теряется в непроходимом лесу. Влекомая силой кармы, попадает в бесбрежную пусты-ню, погружается в огромный океан. Ветер кармы несет ее туда, где нет земли, где поле битвы. Ее схватил вели-кий демон, ужасают посланцы Ямы. Она бредет без сил от одного кармического существования к другому. При-шло время ей уйти, одной и без друзей. Так пусть же ваше сострадание дарует прибежище этой беспомощ-ной по имени Имярек! Защитите ее! Будьте ей помо-щниками! Спасите от великой тьмы Промежутка! Укрой-те от яростного ветра кармы! Спасите от ужасов Ямы! Избавьте от великих и долгих испытаний Промежутка!

О, милостивые, не сдерживайте вашего сострадания! Помогите ей! Не дайте ей упасть в три ужасающих состояния! Не пренебрегайте своими древними клятвами! Даруйте вашу сострадательную силу! О, будды и бодхисаттвы, окутайте эту Имярек вашим состраданием и могуществом! Пожалейте ее! Не отдавайте ее силам отрицательной кармы! Искренне молю, чтобы вы, Три Драгоценности, спасли ее от страданий Промежутка!

Вам и другим следует прочесть это трижды с искренней верой. Затем вы должны использовать молитвы «Избавление от испытаний в Промежутке» и «Прибежище от всех ужасов Промежутка».

Эта «Молитва о помощи» не прекратится, доколе не опустеет сансара. САМАЯ!

«Посланцы Ямы» — это призрачные приспешники Ямы, индийского и тибетского бога смерти. Считается, что эти устрашающие создания, часто с головами индийских буйволов, приходят за душой в момент смерти и увлекают ее в преисподнюю, где правит Яма. Там проходит суд, взвешиваются добрые и дурные поступки, и определяется, в каком из шести царств будет следующая жизнь.

Сансара — это жизненный цикл, состояние существования любого не до конца просветленного существа. Она опустеет только тогда, когда освободятся и станут буддами все существа, но поскольку число существ безгранично, это продлится бесконечно долго, если мыслить линейным образом. Ввиду того, что просветление — это реализация бесконечного времени и предельной нереальности во всех моментах времени, сансара опустошает себя в реализации каждого просветленного. Это нельзя рассматривать буквально.

«САМАЯ» на санскрите буквально значит «клятва». Это слово часто произносится после текста, считающегося эзотерическим, или для того, чтобы выразить решимость, как ее печать.

Молитва об избавлении от испытаний Промежутка

Это молитва почти сливается с двумя последующими в одну. В ней суммируются элементы существования, персонифицируемые в виде божеств: пяти семей будд, мирные и гневные божества. Она призывает к избавлению, сосредоточиваясь на преображении пяти ядов: неведения, страсти, гнева, гордости и зависти. Эти строфы строятся в последовательности переживаний промежуточной реальности. Молитву читают вслух для существ Промежутка, упомянутых в тексте. Человеку, готовящемуся к этому переходу, следует хорошо их запомнить.

**Поклоняюсь собранию Учителей, Идамов и Дакини!
О, наставьте меня на пути своей великой любовью!**

**Когда блуждаю я в сансаре, влекомый явными
грехами,
Пусть Учителя устной традиции выведут меня на
путь**

**Неколебимого света знания, мысли и медитации!
И пусть собрание Дакини удержит меня на этом пути,
Извавив от опасных испытаний Промежутка,
И приведет к совершенному состоянию будды!**

**Когда блуждаю я в сансаре, влекомый глубоким
неведением,
Пусть Владыка Вайрочана выведет меня на путь
Ясного света мудрости совершенной реальности!
Пусть его юм будда Дхатвишвари удержит меня на
этом пути,**

**Избавив от опасных испытаний Промежутка,
И приведет к совершенному состоянию будды!**

**Когда блуждаю я в сансаре, влекомый сильной
ненавистью,
Пусть Владыка Ваджрасаттва выведет меня на путь
Ясного света зеркалоподобной мудрости!
Пусть его юм Буддхалочана удержит меня на этом
пути,
Избавив от опасных испытаний Промежутка,
И приведет к совершенному состоянию будды!**

**Когда я блуждаю в сансаре, ведомый сильной
гордостью,
Пусть Владыка Ратнасамбхава выведет меня на путь
Ясного света равномерной мудрости!
Пусть его юм Будда Мамаки удержит меня на этом
пути,
Избавив от опасных испытаний Промежутка,
И приведет к совершенному состоянию будды!**

**Когда я блуждаю в сансаре, ведомый сильной страстью,
Пусть Владыка Амитабха выведет меня на путь
Ясного света различающей мудрости!
Пусть его юм Будда Пандаравасини удержит меня
на этом пути,
Избавив от опасных испытаний Промежутка,
И приведет к совершенному состоянию будды!**

**Когда я блуждаю в сансаре, ведомый сильной
завистью,
Пусть Владыка Амогхасиддхи выведет меня на путь
Ясного света всесовершающей мудрости!
Пусть его юм Будда Самаятара удержит меня на
этом пути,
Избавив от опасных испытаний Промежутка,
И приведет к совершенному состоянию будды!**

Следующий стих цитируется в тексте о промежуточной реальности, но не включен в те версии этой молитвы, с которыми я до сих пор сталкивался. Он сводит вместе пять ядов, будд, их юмы и пять мудростей.

**Когда я блуждаю в сансаре, ведомый пятью
сильными ядами,
Пусть Победители (дхьяни-будды) пяти семей
выведут меня на путь
Ясного света соединения четырех мудростей!
Пусть пять их юмов удержат меня на этом пути,
Избавив от нечистого света шести царств
И от опасных испытаний Промежутка!
Пусть они приведут меня в пять высших чистых
земель!**

**Когда я блуждаю в сансаре, влекомый сильными
инстинктами,
Пусть Видьядхары выведут меня на путь
Ясного света вместерожденной мудрости!
Пусть множество их лучших юмов Дакини
поддержат меня сзади,
Избавив от опасных испытаний Промежутка,
И приведут к совершенному состоянию будды!**

Видьядхара на санскрите буквально значит «держатель знания», а я бы перевел как «герой-ученый». В древней Индии и Тибете ученые не носили белых халатов, а их лаборатории находились в сокровенных областях ума, доступных лишь овладевшим всеми умственными способностями, но они стали носителями важнейших знаний той нематериалистической цивилизации.

Тибетское выражение *lhan skyes* (санскр. *сахадж*) буквально означает «вместерожденность». Часто оно переводится как «врожденный» или «при-

родный», но это слишком общие термины. Оно относится к тому великому блаженству исчезновения привычек к самости, что возникает при реализации отсутствия индивидуального «я». А блаженство — это мирская метафора сексуального наслаждения, поэтому я бы предложил также перевод «оргазмичность», что поначалу может шокировать, но это точно соответствует цели для этого обычного перехода жизнь-и-смерть, трансцендируя тотальность оргазмичного блаженства непостижимой мудростью отсутствия индивидуального «я».

**Когда я блуждаю в сансаре, влекомый видениями,
Пусть множество мирных и гневных божеств
выведет меня на путь**

**Ясного света, покоряющего ужасающие видения
ненависти и страха!**

**Пусть богини-дакини удержат меня на этом пути,
Избавив от опасных испытаний Промежутка,
И приведут к совершененному состоянию будды!**

**Да будет так! Пусть элементы пространства не станут
врагами**

И увижу я царство сапфирового будды!

Пусть элементы воды не станут врагами

И увижу я царство алмазного будды!

Пусть элементы земли не станут врагами

И увижу я царство золотого будды!

Пусть элементы огня не станут врагами

И увижу я царство рубинового будды!

Пусть элементы ветра не станут врагами

И увижу я царство изумрудного будды!

Пусть элементы радуги не станут врагами

И увижу я царство радужного будды!

Пусть звуки, свет и лучи не станут врагами

**И увижу я величественное царство мирных и
гневных владык!**

Пусть узнаю я все звуки как свои собственные!
Пусть узнаю я всякий свет как свой собственный!
Пусть узнаю я все лучи как свои собственные!
Пусть узнаю я реальность Промежутка как
собственную!
Пусть реализую я царство Трех Тел будды!

Молитва о Прибежище от всех ужасов Промежутка

Эта молитва — общий призыв к разным божествам с просьбой об убежище и помощи в смертельном переходе. Она не следует за образами видений в реальности промежутка, но скорее проигрывает элементы, вовлеченные в этот процесс, готовит человека к трудным переживаниям и укрепляет чувство прибежища, распространяя его на будущую жизнь во всех ситуациях. Людям, готовящимся к смерти, лучше всего запомнить ее наизусть.

**Да будет так! Когда истощатся силы моей жизни,
А близкие не смогут помочь мне за гранью этого
мира,**

**И должен буду я один скитаться в Промежутке,
Пусть мирные и гневные будды проявят силу своего
сострадания**

И рассеют плотный туман мрачного неведения!

**Теперь скитаюсь я один, вдали от моих близких,
А все мои видения — это лишь пустые образы,
Пусть будды проявят силу своего сострадания
И остановят страх и ненавистные ужасы
Промежутка!**

**Когда воссияют пять цветов радуги алмазной
мудрости,**

Пусть смело и бесстрашно признаю я их своими!

**Когда возникнут образы мирных и гневных Владык,
Пусть без страха узнаю я Промежуток!**

Теперь, когда страдаю я от сил дурной кармы,
Пусть великие Идамы рассеют это страдание!
Когда реальность рушится под громовыми ударами,
Пусть все они станут мантрой ОМ МАНИ ПАДМЕ
ХУМ!

Когда меня, не имеющего прибежища, влечет сила
кармы,

Пусть мирные и гневные Владыки рассеют мое
страдание!

Когда страдаю я из-за кармических пристрастий,
Пусть ясный свет блаженной самадхи воссияет надо
мной!

Когда призраком рождаюсь я в существовании
промежутка,

Пусть не исполняются злые пророчества порочных
дьяволов!

Когда силой мысли я появляюсь где-либо,
Пусть исчезнут страхи, созданные дурной кармой!

Когда страшно рычат дикие жертвенные существа,
Пусть станет это звуком Дхармы — ОМ МАНИ
ПАДМЕ ХУМ!

Когда влачусь я под снегом, дождем, ветром и
тьмою,

Пусть явится мне божественное видение алмазной
мудрости!

Пусть все существа, оказавшиеся в Промежутке,
Избегнут соперничества и переродятся в высоких
мирах!

Когда я голоден и мучаюсь жаждой от сильных
влечений,

Пусть не страдаю я от настоящих голода, жажды,
жара и хлада!

**Когда вижу обнимающихся отца и мать моей будущей жизни,
Пусть увижу в них яб-юм самих Владык сострадания!**

**Тогда, ради спасения других, свободно и сознательно выбирая свое рождение,
Пусть обрету я лучшее тело, отмеченное благоприятными знаками!**

Это место в молитве относится к практике визуализации родительской пары, которую все существа Промежутка видят в процессе перерождения в тела млекопитающих, как Владыки сострадания Авалокитешвары и его юм, буддийскую богиню Тару. Выражение «яб-юм», что по-тибетски значит «отец-мать», обычно используется в тантрийском контексте по отношению к паре буддийских божеств в позе сексуального объятия.

**Обретая для себя прекраснейшую телесную жизнь,
Хочу, чтобы все видящие и слышащие меня быстро освободились!**

**Не преследуемый никакой дурной кармой,
Пусть я следую и развиваю все имеющиеся у меня заслуги!**

**Где бы ни родился я в любой будущей жизни,
Пусть снова встречу там своего Идама!
Говоря о моменте рождения и понимая его,
Пусть сохраню воспоминания о своих прошлых жизнях!**

**Знание великое и малое, среднее и разнообразное
Пусть получу я, просто слушая и наблюдая!
Пусть удача сопутствует мне в той стране, где я явлюсь,
И пусть все существа будут наделены счастьем!**

О мирные и гневные боги-победители, как ваши тела,
Свита, долгая жизнь и чистые земли,
Ваши превосходные благоприятные знаки величия,
Так я и все другие пусть просто станут подобными
вам!

Нескончаемым состраданием всех мирных и гневных
божеств,
Силой истины реальности совершенства
И благословением достижений целеустремленных
тантристов
Пусть свершится все, о чем я молился!

Коренные строфы шести Промежутков

Эта молитва — сводка шести Промежутков. Каждая строфа дает картину прозрения и показывает, что есть ключи к успешной переориентации любого существа от продолжения сансарного Промежутка к освобождению и просветлению.

Теперь, когда настал для меня Промежуток жизни,
Оставлю лень, ведь жизнь коротка,
Без колебаний вступаю на путь знания,
 размышления и медитации,
Опираясь на восприятие и ум,
Я реализую Три Тела просветления!
Получив на этот раз человеческое тело,
Не время оставаться на пути соблазнов.

Теперь, когда настал для меня Промежуток
сновидения,
Не стану спать как труп бесчувственный,
Без колебаний вступаю внимательно в переживание
реальности.
Осознавая сновидение, буду радоваться изменениям
ясного света.
Не стану спать бессмысленно как животное,
А буду возвращивать практику слияния сна и
реализации!

Теперь, когда настал для меня Промежуток медитации,
Отрину множество соблазнов и ошибок,
Углублюсь в сосредоточение, не расслабляясь
 и не отвлекаясь,
И прочно утверждаюсь на стадиях созидания
и завершения!

Бросивший дела, погруженный в медитацию,
Я не подвержен власти ошибочных влечений!

Теперь, когда настал для меня Промежуток смерти,
Оставил рассеянность жадного ко всему ума,
Без колебаний вступаю в переживание ясности
наставлений

И двигаюсь в нерожденное пространство внутреннего
осознания.

Теряя это созданное тело из плоти и крови,
Осознаю его как непостоянную иллюзию!

Теперь, когда настала для меня сама реальность
Промежутка,

Избавлюсь от призраков, рожденных бессознательным
ужасом,

Узнаю все предметы как порождения моего
собственного ума

И приму их как примеры восприятия в Промежутке.
Подойдя к этому моменту, приблизившись
к последнему рубежу,

Да не устрашусь своих собственных видений
мирных и гневных божеств!

Теперь, когда настало для меня существование
в Промежутке,

Поддержу силы сосредоточенного ума

И усилю поток положительной кармы.

Затворив двери чрева, запомню, как был внезапно
изменен.

Теперь важны мужество и положительное восприятие.
Отрину зависть и буду созерцать все супружеские
пары

Как моего духовного наставника, «отца и мать».

«С рассеянным умом, никогда не помышляя:
„Смерть близка!“

**Порабощенный бессмысленными делами мирской
жизни,**

**Придешь к концу с пустыми руками — вот трагическая
ошибка.**

**Признание неизбежности смерти — вот святое учение
богов.**

**Так не станешь ли ты теперь следовать божественной
истине?»**

Это слова великих посвященных.

**Если не сохранишь в памяти заветы Учителя,
Не станешь ли тем, кто обманывает себя?**

Глава 6

ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО ПРОМЕЖУТКАМ

Молитва реальности Промежутка

**О Амитабха, безграничный свет Тела Истины,
О мирное и гневное Тело Блаженства божеств Лотоса,
О Падмасамбхава, воплощенный спаситель живых
существ,
Поклоняюсь Трем Телам в Духовных Учителях!**

Амитабха на санскрите означает «безграничный свет». Он будда Западного рая, известного как Сукхаважи, и Владыка семьи Лотоса тантрийских архетипических божеств (Идамов). В этом обращении его связывают с Телом Истины, тем аспектом состояния будды, что отождествляется с высшей реальностью. Сами божества Лотоса связаны с Телом Блаженства, субъективной трансцендентальной мудростью как аспектом состояния будды, а Падмасамбхава представляет воплощенное Тело Эманации. Так, практикующий вначале приветствует духовных учителей как воплощение Трех Тел состояния будды. На это место современный человек должен поставить призыв к той троичности, двоичности или единству, которые он считает наиболее священными и которые помогают ему чувствовать себя защищенным.

Это «Великое Естественное освобождение через понимание» — искусство, освобождающее практикующих со средними способностями, когда они проходят через промежуточное состояние.

ВВЕДЕНИЕ

Применяя практические наставления, обучающие искусству освобождения существ, обязательно освобождаются те, кто обладает высшими способностями. Если же нет, то им следует практиковать *Естественное освобождение через перенос души* в Промежуток момента смерти.

«Перенос души» (тиб. *пхо-ба*) — это созерцательная практика, с помощью которой опытный йог может произвольно оставить свое тело, выбросив свое тончайшее сознание через макушку и отправив его в буддийский рай, т. е. чистую землю. Он обучается этому, получив посвящение, а затем практикуя это искусство в течение долгих уединений, тренируя сознание и тонкие нервные энергии. *Естественное освобождение* с помощью этой практики связано с нашим текстом, но обычно не публикуется, поскольку опасно для практикующих без посвящения.

Практикующие со средними способностями непременно освобождаются через это. Если же нет, то им следует устремиться к применению «Великого Естественного освобождения через понимание» во время пребывания в реальности Промежутка.

Дойдя до этого, вы сначала должны рассмотреть ситуацию с помощью систематического анализа смерти, согласно «Естественному освобождению через признаки смерти».

Этот текст опубликован в нашей книге. Он дает знания о приметах, знаках, толковании снов и медицинских догадках, помогающих человеку предсказать опасность смерти в особых ситуациях.

Когда признаки смерти совершенно ясны, вам следует использовать *Естественное освобождение через перенос души*. Если перенос успешен, нет нужды читать эту «Книгу Естественного освобождения». Но если перенос не был успешен, нужно, сидя рядом с умершим, читать эту «Книгу» ясно и четко. Если тело унесли, следует сидеть на постели или сиденьи покойного. Нужно, призвав силу истины, обратиться к душе покойного и, представив его сидящим перед вами и слушающим, читать эту «Книгу». Будет очень скверно, если в это время близкие и родственники покойного станут плакать и причитать. Их следует успокоить. Если тело все еще на месте, то когда прекращается внешнее дыхание, а внутреннее по прежнему сохраняется, учитель покойного или же ученик либо доверенное лицо, близкий родственник, друг должен читать эту «Книгу», приблизив губы к уху покойного, но не касаясь его.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ «КНИГИ ЕСТЕСТВЕННОГО ОСВОБОЖДЕНИЯ»

Нет необходимости читать вслух покойнику многочисленные инструкции, предназначенные читателям «Книги». Поэтому следует громко читать лишь те разделы, что выделены жирным шрифтом. Инструкции объяснят вам, как и когда их читать.

Вам следует совершить обильные подношения Трем Драгоценностям. Если вы не можете себе этого позволить, нужно сделать символические подношения,

а затем визуализируйте бесконечные жертвы. Затем следует три или семь раз читать молитву «Буддам и бодхисаттвам о помощи». Потом нужно точно и мелодично читать молитвы «Прибежище от всех ужасов Промежутка» и «Избавление от испытаний Промежутка», а также «Коренные строфы шести Промежутков». Затем вам следует семь раз или три раза, или сколько позволяют условия читать эту великую «Книгу».

«Три Драгоценности» — это Будда, его Учение и святая Община. Текст рекомендует устроить алтарь с иконой или статуэткой Будды и буддийской книгой, представляющей учение. Для подношений воды, благовоний, светильника и т. д. используются небольшие чаши. Если этих предметов нет, визуализируйте алтарь с подношением целых вселенных, полных прекрасных вещей, всем просветленным. Если вы и покойный принадлежали к разным религиям, то поставьте соответствующую икону, символ или текст и представьте жертвоприношения, традиционные для этой религии. Если же покойный не исповедовал никакой религии, подумайте о благоприятной для него обстановке и символически украсьте ее таким образом, чтобы порадовать и привлечь покойного. Упомянутые молитвы напечатаны в главе 5.

РАСПОЗНАНИЕ ЯСНОГО СВЕТА В ПРОМЕЖУТКЕ МОМЕНТА СМЕРТИ

- Ясный свет — это неописуемая прозрачность, свет, исходящий отовсюду, сияющий ярче солнца и луны, но также за пределами мрака и тьмы. Этот текст использует термин «Промежуток» (бардо) несколько странным образом. Этот раздел называется «Молитва реальности Промежутка». «Промежуток

момента смерти» — один из шести основных и считается отличным от «реальности Промежутка». В Промежутке момента смерти имеются два: Промежуток «реальности ясного света» смерти, а второй неназываемый. Первый имеет место, когда сознание покойного все еще находится в центральном канале тонкой нервной системы, а второй — когда сознание покинуло тело не через макушку, а через какое-то другое отверстие. Поэтому я назвал их «Промежуток момента смерти реальности ясного света центрального канала» и «Промежуток момента смерти реальности ясного света вне тела». Оба Промежутка происходят вскоре после прекращения дыхания, а первый непосредственно после остановки дыхания. Это исключительно важный момент, когда вы хотите вмешаться, чтобы помочь покойному совершить успешный смертельный переход, в идеале к состоянию освобождения сознания или в положительное царство, ориентированное на просветление, такое как буддийский рай, чистую землю. В момент смерти каждое существо, особенно человек, имеет идеальную возможность найти подлинную свободу от дурных привычек, омрачений и заблуждений. Поэтому в тибетской культуре считается важным помочь близкому человеку в процессе смерти избежать отвлечений и таких пугающих мест, как палата интенсивной терапии в больнице и организовать обстановку, где помощники могут остаться при теле покойного хотя бы на несколько часов.

Ясный свет реальности центрального канала

Слово «Промежуток» используется здесь, по крайней мере, в трех смыслах, что вызывает некоторую путаницу. Основной смысл — это весь период

между смертью и перерождением. Оно используется в техническом смысле в йоге Промежутка, где насчитывается шесть основных промежутков: жизнь, сновидение, медитация, момент смерти, реальность и существование. Последние три — это Промежуток в обычном смысле. А в этом тексте оно используется в смысле «фаза Промежутка», где переживания в особом периоде в одном из шести Промежутков сами называются Промежутком. Так в Промежутке момента смерти есть два Промежутка ясного света, а в Промежутке реальности есть Промежутки мирных и гневных божеств, каждый из которых снова распадается на периоды по несколько дней. Я упростил это, использовав для третьего типа Промежутка понятие «промежуточная фаза» и опуская иногда случайные употребления этого термина.

Учение о Естественном освобождении следует использовать со всеми типами людей: с теми, кто хорошо понимает, но еще не узнал ясный свет; с теми, кто узнал, но еще не соединил это познание с практикой, и даже с обычными эгоцентричными индивидами, не знаящими наставлений. Узнав объективный ясный свет, они достигнут нерожденного Тела Истины, восходя по прямому пути без прохождения через любой Промежуток.

Здесь отмечается сила этого учения. В промежуточном состоянии сознание столь гибко, что простое понимание реальности может трансформировать всю структуру неведения и освобождение может произойти мгновенно.

Как использовать учение о Естественном освобождении? Лучше всего, если вы приведете (к постели умирающего) его коренного учителя, у которого он

получал наставления. Если это невозможно, то его могут заменить духовные братья или сестры. Если и они не могут прийти, то это может сделать учитель той же духовной линии преемственности. Если же и его нет, то любой человек, способный прочесть этот текст точно и четко, должен читать его много раз. Когда в результате этого покойному напомнят наставления учителя, он, несомненно, узнает ясный свет и будет мгновенно освобожден.

В тибетском языке редко используются местоимения в подобных инструкциях, поскольку третье лицо выражается глагольной формой без признаков рода. Хотя верно, что в Тибете большинство духовных учителей, лам, мужчины, но все же изредка попадаются и женщины. Если я буду постоянно использовать местоимения мужского рода, это представит тибетское общество более сексистским, чем на самом деле. Смерть охватывает всех без различия пола. Если употреблять оба местоимения, «он и она», это затруднит чтение. Поэтому я использую местоимения «он» и «она» поочередно.

А теперь о том, когда читать эту книгу. После прекращения внешнего дыхания жизненные ветры растворяются в мудрости центрального канала и возникает четкое сознание несозданного ясного света. Именно тогда и следует читать эти наставления, до того как ветры вернутся назад через правый и левый каналы и неизбежно возникнут видения Промежутка. После прекращения внешнего дыхания внутреннее дыхание остается (в центральном канале) в течение времени, достаточного на еду.

Затем наставления применяют таким образом. Лучше всего, если осуществлен выброс души, когда дыхание еще не прекратилось. Если это не произошло, следует сказать:

О, благородный (имярек)! Настало время для тебя искать путь. Как только прекратится твое дыхание, объективный ясный свет первого Промежутка возникнет для тебя, как рассказывал тебе раньше твой учитель. Твое внешнее дыхание останавливается и ты увидишь, что все существующее подобно бездонному безоблачному небу, а чистое сознание — прозрачному пространству, не имеющему ни границ, ни центра. В этот момент познай себя, ты должен сохранить это переживание. Я снова буду описывать это тебе в нужный момент.

Здесь просто дана обычная инструкция к распознаванию ясного света. В главе 8, в сочинении «Самоосвобождение через обнаженное внимание», дано гораздо более полное описание. Сознание чисто и лишено содержания, бесконечно и свободно от всех структур, от всех моментов субъективности или чувства объективности. Трудности распознавания исходят от привычного чувства субъективной перспективы, чувства страха утраты привычной опоры. Поэтому инструкция настаивает, чтобы покойный отождествил себя с бесконечной прозрачностью, распознал ее как свою неэгоистическую сущность.

До того как прекратится внешнее дыхание, следует повторить это в ухо умирающего много раз, чтобы оно прочно запечатлелось в его уме. Затем как раз в момент остановки внешнего дыхания положите его в позу льва, на правый бок, и прижмите шейные артерии. Прижимайте их сильно, прекращая пульсацию в двух сонных каналах (на шее). Тогда ветры войдут в центральный канал и не смогут вернуться, а его душа непременно выйдет вверх через отверстие Брахмы.

Ясно, что правильно определить момент прекращения дыхания — очень трудное дело, требующее

опыта и навыка, и это не может выполнить любой человек. «Отверстие Брахмы» расположено на макушке. Душа, содержащаяся в тонкоэнергетической жизненной капле, выходит через него, осознав наставления, тем же способом, как в практике выбрасывания души.

Затем следует опять читать описание. Этот момент называется «первый промежуток реальности ясного света». Безошибочная реализация Тела Истины возникает в это время у всех существ. Далее, пока внутреннее дыхание пребывает в срединном канале, где ветры растворяются, внешнее дыхание прекращается. Обычные люди называют это «потерей сознания». Продолжительность его неопределенна, зависит от жизненных свойств человека, степени развития его первых ветров и каналов. Это может продолжаться долгое время для тех, кто много занимался практикой, пребывал в спокойствии и сосредоточении или обладает сильно развитыми каналами. Для таких людей вы должны читать это описание многократно, чтобы увеличить его решимость, пока лимфа не начнет сочиться из разных отверстий тела. Для великих грешников и тех, у кого блокированы каналы, это время длится не дольше щелчка пальцами. А у некоторых равно времени, затрачиваемому на еду. Поскольку большинство философских и йогических сочинений утверждает, что умершие остаются без сознания четыре с половиной дня, они обычно будут оставаться (с сознанием в центральном канале и вокруг него) так это время, а вам следует продолжать читать описание ясного света для них.

Делать это надо так. Если умирающий может сам распознавать признаки, он должен сделать это заранее, а если не может, то рядом должен быть его учитель или ученик, или духовный брат, или сочувст-

вующий. Им следует произносить признаки в порядке их появления.

Мираж, что ты видишь, — это признак растворения земли в воде. Огненные мухи — признак растворения огня в ветре. Пламя светильника — признак растворения ветра в сознании. Небо, залитое лунным светом, — признак растворения сознания в свечении, а солнечным — свечения в сиянии. Темное небо — признак растворения сияния в неизбежности. Предрассветное небо — признак растворения неизбежности в ясном свете.

В тексте упомянут только «знак миража и т. д.». Я восстановил полное описание восьми субъективных признаков восьми растворений, поскольку эти знаки так важны для покойника. Они дают ему чувство ориентации в новом и странном мире незнакомого опыта.

Когда появление этих признаков близится к завершению, следует напомнить покойному его представления о духе просветления. Если умерший был духовным учителем, следует мягко сказать:

Досточтимый учитель! Действуй согласно духовным концепциям не колеблясь.

Я перевожу санскритское слово «бодхичитта» как «дух просветления», а «бодхичиттотпада» как «духовная концепция». Этот духовный подход к жизни отличает бодхисаттву, мессианистического героя, живущего ради спасения других от страдания. Это клятвенное обязательство стать полностью просветленным, чтобы спасать живые существа и вести их к счастью. Для бодхисаттвы это логическое следствие любви и сострадания, соединенное с мудростью понимания реальной ситуации

и бесконечных горизонтов взаимосвязанности личности и других существ. Тибетская психология paradoxально считает, что такой бескорыстный подход является лучшей гарантией хорошей судьбы для личности. Поэтому исключительно важно напомнить покойному в этот момент о его духовных концепциях.

Если покойный — брат по вере либо кто-то другой, назовите его по имени и скажите следующее:

**О, благородный! Тебе приблизился к так называемой «смерти», то должен вести себя согласно своей концепции духа просветления. Тебе следует так понимать свой дух просветления: «Увы! Настал час смерти. Теперь я приму эту смерть и научу свой дух созерцанием концепции духа просветления любви и сострадания. Ради спасения всего пространства живых существ я должен достичь совершенного состояния будды». А особенно тебе следует думать так: «Теперь ради спасения живых существ я распознаю ясный свет смерти как Тело Истины. Переживая его, я достигну высшего за-
вершения Великой Печати и исполню цели всех су-
ществ. Если я не достигну этого, то, находясь в Про-
ежутке, я распознаю Промежуток. Я реализую этот Промежуток как Великую Печать Тела Интеграции и
исполню цели всех бесконечных пространств, полных
ивых существ». Поэтому, никогда не теряя силы воли
этой духовной концепции, тебе следует помнить о выполнении наставлений, которые ты практиковал раньше.**

Слово «махамудра» я перевожу как «Великая Печать». Это выражение относится к высшей реальности, которая как возлюбленный, переживающий пустоту как всеобщий ментальный и физический союз между собой, как оргазмическим блаженством, и охваченной страстью супругой,

бесконечно расширяющейся внутренней мудростью вселенской пустоты. Подобно выражению «Великое совершенство», оно относится к пределу, достигаемому самыми выдающимися последователями тантрийской созерцательной практики.

Это следует четко шептать у самого уха покойника. Таким образом, не теряя ни мгновенья, вам следует молиться, чтобы покойный завершил эту практику.

Затем, когда внешнее дыхание прекратилось, нужно уверенно надавить на сонную артерию (на шее) и сказать следующее. Сначала то, что говорят духовному учителю или человеку подобного положения.

Досточтимый учитель! Сейчас явится для тебя объективный ясный свет. Распознай его! Включи его в свои переживания.

Остальным следует описывать его так:

О, благородный (имярек), внимай! Сейчас явится для тебя чистый ясный свет. Распознай его! О, благородный, теперь твое сознание — это естественное ясное осознание пустоты, оно присутствует в ясной пустоте без какой-либо субстанциональной объективности, знака или цвета — чистая реальность, Мать, Всеблагой Будда! Твое не имеющее формы, пустое по природе сознание и твой ум, сияющий и исполненный блаженства, нераздельны. Это осознание — Отец, Всеблагой Будда! Просто это присутствие неразделимости вашей несубстанциональной пустоты и живого яркого присутствия вашего осознания, это Тело Истины будды. Теперь ваше сознание пребывает в массе света неразделимости ясности и пустоты. Вы свободны от рождения или смерти, это будда Неизменного Света. Достаточно просто знать это. Осознавая свой ум как чистую природу

будды, пойми, что состояние будды есть твое собственное сознание, и ты пребудешь во внутренней реализации всех будд.

Санскритское имя Самантабхадра передано как «Всеблагой Будда», имеющий мужскую и женскую формы. Всеблагой Будда — это знаменитый небесный бодхисаттва из «Сутры цветочной гирлянды», Самантабхадра, достигший столь глубокого самадхи, что мог бесконечно умножать все свои добродеяния в микро- и макрокосмосах, например, сознательно уменьшаясь в субатомных телах и в то же время пребывая в обычной вселенной. Будда Самантабхадра, Отец и Мать, представляет непознаваемое высшее измерение, Тело Истины, переживание которого — это вечный блаженный союз блаженства сознания и прозрачной реальности пустоты. Данная здесь идентификация напоминает формулировки из посвящения Слова, «Великого четвертого посвящения», считающегося высшим из эзотерических посвящений Аनуттара-йога-танtry. Природа его реальности не создана, не достижима никаким усилием, потому что никогда не теряется, изначальна присутствует в просветленном сознании. Его реализация не может быть постепенной. Можно мгновенно освободиться простым пониманием этой идентичности.

Это следует повторять от трех до семи раз, четко и правильно. При первом повторении покойный вспомнит прежние наставления своего духовного учителя. При втором — распознает свое непосредственное осознание как ясный свет. При третьем, распознавая свою природу, он станет Телом Истины, свободным от единения и разделения, и освободится. Распознавая таким образом первый ясный свет, покойный достигнет освобождения.

Реальность ясного света вне тела

Однако, если есть сомнения и не узнан первый ясный свет, появится «второй ясный свет». Что касается его длительности, то это чуть дольше времени, потребного на еду, а начинается после прекращения внешнего дыхания. В зависимости от хороших или плохих импульсов эволюции, ветер идет либо в правый, либо в левый канал и выходит через одно из отверстий тела. Затем сознание растворяется в чистом пути Промежутка. Опять же, хотя написано, что длится это «время, потребное на еду», но зависит от характера каналов покойного и степени их развития.

В этот момент покойный чувствует, что его сознание покидает тело, но он не понимает, что происходит, и волнуется: «Умер я или нет?» Он по-прежнему чувствует связь с близкими, слышит их рыдания. До того, как возникнут его интенсивные эволюционные галлюцинации и страх смерти охватит его, вам следует опять использовать наставления. Есть несколько вариантов: для практикующих стадию завершения и для тех, кто на стадии созидания. Первых вы три раза называете по имени, а затем повторяете данное выше направление к ясному свету. Для вторых нужно читать тексты по практике медитации и визуализации избранного ими Идама. Затем молитесь так:

Помните, что вы все еще находитесь у постели умершего, чье сознание покинуло тело и свободно витает по комнате. Этот период начинается примерно через полчаса после полной остановки дыхания и продолжается несколько дней. В тибетской культуре считается желательным не трогать тело несколько дней, хотя в теплом климате это невозможно из-за разложения. Часто рассказывают, что высокие посвященные ламы остаются нетленными в течение нескольких дней. Практикующий

стадию завершения развивает энергетические каналы тонкой нервной системы, распускает узлы и близко знакомится с тонкими внутренними и внешними состояниями. Поэтому он непосредственно опознает ясный свет. Практикующий стадию созидания развивает большой опыт визуализации, хорошо знаком с образами архетипических божеств их мандал и окружения, ветрами, каналами и каплями сознания. Поэтому наставления должны вернуть его к архетипическим божествам, с которыми он чувствует себя в безопасности.

О, благородный, созерцай своего Идама! Не отвлекайся! Сосредоточься на своем Идаме! Созерцай его нереальным, подобно отражению луны в воде! Не представляй его материальным!

Если покойный был обычным человеком, наставляй его так:

Созерцай Владыку Великого Сострадания!

Обычным здесь называют того, кто не занимался систематически какой-либо практикой визуализации или трансформации в измененные состояния физических энергий или сознания. Однако просто жизнь в определенной культуре заменяет эти практики, развивая воображение. Если человек религиозен, то долгая связь с определенным божеством, спасителем или пророком превращает их для него в своего рода Идамы, архетипические божества. Если же он нерелигиозен, то национальные символы, политические лидеры или другие люди могут превратиться для него в архетипы, а места — в мандалы. Текст призывает Владыку Великого Сострадания, бодхисаттву Авалокитешвару, наиболее близкое сердцу каждого тибетца

божество, заботящееся о всех живых существах, помогающее им избавиться от страданий и достичь счастья. Здесь вы можете призывать Иисуса, Моисея, Мухаммада, Кришну или Вакан Танка, Одина, Зевса или Великую Мать в любом из ее многочисленных образов. Все эти архетипы святости, воплощения сострадания и образы высшей реальности служат для того, чтобы сознание души почувствовало себя в безопасности, связанным с милосердной высшей святостью. Это необходимо для того, чтобы оно не пугалось галлюцинаций и неожиданностей, а двигалось к положительной судьбе. Считается также, что воображаемая фигура любого из этих великих спасителей служит иконой, на которой сознание может сконцентрироваться и сделать душу восприимчивой к активному состраданию самих этих существ.

Несомненно, что даже те, кто никогда не осознавали Промежутка, получив наставления, смогут это сделать. Тот, кто при жизни получал от учителя поучения о Промежутке, но получил слабое представление об этом на практике, сам не сможет осознать Промежуток. Ему помогут либо духовный учитель, либо близкий, либо друг. А для тех, кто может переродиться в ужасных состояниях, кто прежде знакомился с учением и обретал путь, но затем утратил свои обеты или нарушил свои основные клятвенные обязательства, такие наставления особенно необходимы.

Последствия нарушения клятв и обетов тем, кто достиг некоторого уровня продвижения по пути, очень печальны. Происходит это не из-за традиции наказаний. Скорей это результат того, что вступивший на путь начинает до некоторой степени приобретать уровень свободы от внутренних инстинктивных влечений и становится более

открытым. Его потенциальная жизненная энергия из-за этого становится более податливой и текучей, по мере того как открываются все пути к состоянию будды и эволюционному совершенству. Если они затем резко обворачиваются в сторону зла, «темной стороны», то их горизонт расширяется, включая исключительно отрицательные адские состояния, и они могут оказаться в большой опасности.

Если покойный преуспел в понимании первого Промежутка, это прекрасно. Если же нет, то сознание пробуждается во втором Промежутке, когда взывают к реальности, и тогда он освобожден. Здесь, во втором Промежутке, получая наставления, его сознание, ранее не уверенное в смерти, неожиданно становится ясным. Это называется состоянием «нечистого магического тела». В это время, если наставления продолжаются, материнская и сыновняя реальности встречаются и эволюция теряет свою власть над ним. Как лучи солнца рассеивают тьму, так ясный свет на пути покоряет силу эволюции, и человек освобождается.

Вы помните, что магическое тело — это сознательно созданное тело, подобное телу сновидения, тонкое энергетическое тело, возникающее на третьей ступени стадии совершенства. Здесь, ввиду могущества этого учения, созданное эволюцией тонкое тело промежуточного состояния трансформировано мгновенной ясностью понимания в нечистое магическое тело третьей стадии. Подобное интенсивное ускорение эволюции в сторону состояния будды возможно из-за большой пластичности и трансформируемости души и ее тонкого воплощения в промежуточном состоянии. «Материнская реальность» — это объективный ясный свет, фактическая прозрачность высшей реальности, непо-

средственно испытываемая за пределом субъект-объектной дихотомии и называемая «материнской», поскольку она есть матрица любой возможности. «Сыновняя реальность» — это мнимый ясный свет, прозрачность все еще проходящая через концептуальность, нацеленную на точное умственное понимание, но по-прежнему сохраняющая инстинктивное чувство субъективности и объективности. Это тот уровень переживания ясного света, что соответствует присутствию нечистого магического тела. Когда он превращается в «материнский» ясный свет, магическое тело очищается, а высший союз между «отцовским» магическим телом и «материнским» ясным светом становится непревзойденной Интеграцией, Великой Печатью, Великим Совершенством, эволюционным завершением, т. е. состоянием будды.

Еще раз перед ментальным телом неожиданно возникает то, что называется «вторым Промежутком», а сознание блуждает в пределах слышимости. Если наставления даны в это время, то цель будет достигнута. В этот момент эволюционные галлюцинации еще не возникли, и покойный способен к любой трансформации. Даже если он не признал объективный ясный свет, он все же может осознать ясный свет второго Промежутка и достичь освобождения.

Промежуток реальности мирного божества

Каждый день промежуточного периода начинается с предположения, что следует продолжать чтение «Книги», поскольку покойный еще не освобожден. Каждый предыдущий раздел заканчивается утверждением, что покойный освободится, поняв предшествующие наставления. Опытный лама или духовный наставник, обладающий ясновидением, легко может управлять и отслеживать развитие души покойного. Остальные же должны продолжать чтение, предпочитая сделать лишнее, чем ошибиться и не дать покойному нужной возможности.

Если покойный еще не достиг освобождения, то появляется «третья фаза» реальности Промежутка, на которой возникают эволюционные галлюцинации. Поэтому так важно в это время читать эти великие наставления, дающие силу и благо. В это время близкие покойника будут плакать и печалиться, ему не оставляют больше его долю пищи, одежду его снимают, а постель убирают. Он может видеть близких, а они его нет. Он слышит, как они зовут его, но сам не может позвать их. Он должен удалиться, и сердце его погружается в отчаяние. Слышатся разные звуки, появляется свет, лучи, и он чувствует страх, ужас и панику. Тут вы должны использовать эти великие наставления о реальности Промежутка. Вам следует назвать покойного по имени, ясно и четко произнести следующее:

О, благородный, слушай внимательно, не отвлекайся. Есть шесть видов Промежутка: Промежуток естест-

венной жизни, Промежуток сновидений, Промежуток созерцания, Промежуток момента смерти, Промежуток реальности и Промежуток внезапно появляющегося существования.

О, благородный, три Промежутка возникнут для тебя: момента смерти, реальности и существования. До вчерашнего дня в Промежутке момента смерти явился ясный свет. Но ты не узнал его, и поэтому тебе приходится блуждать здесь. Теперь явятся для тебя Промежутки реальности и существования. Ты должен безошибочно узнать их, когда я опишу их.

О, благородный, сейчас наступило то, что называется «смертью». Ты уходишь за пределы этого мира. Ты не один, смерть приходит ко всем. Не цепляйся за жизнь из-за привязанности к миру или из-за слабости. Цепляясь за жизнь из-за малодушия, ты все равно не сможешь остаться здесь, и тебя не ждет ничего, кроме блужданий в этом жизненном цикле. Оставь привязанность! Оставь малодушие! Помни о Трех Драгоценностях.

О, сын благородных родителей! Какой бы ужасной не показалась тебе реальность Промежутка, не забывай следующие слова. Храни в памяти смысл этих слов. В них ключи к познанию.

Увы! Теперь, когда передо мной реальность
Промежутка,
Отброшу галлюцинации, рожденные инстинктивным
страхом,
Осознаю все объекты как видения моего собственного
ума,
Пойму их как образы, возникающие в Промежутке,
. В этот решающий момент не устршусь
Моих собственных видений мирных и грозных
божеств!

Это строфа из «Коренных строф шести Промежутков». Здесь покойный вступает в призрачный

мир Промежутка и еще не привык к его иллюзорным чувствам. Для его повышенной чувствительности свет и звуки могут иметь пугающую интенсивность. Кроме того, глубокие инстинкты могут легко и быстро всплывать из подсознания и окрашивать любое переживание либо страхом, либо радостью. Наши инстинкты так обусловлены страхом и ожиданием боли, что мы легко склонны к паранойе. Это ужасающее состояние в Промежутке само может создать подавляющие образы. Если мы поддаемся таким страхам, то становимся все более и более беззащитными, наша чувствительность снижается, и мы неизбежно погружаемся в океан отрицательных образов. Таким образом, эта строфа напоминает нам о насущной необходимости не поддаваться страхам, одолевать их и оставаться открытыми происходящему.

Тебе следует выразительно повторять эти стихи и запомнить их смысл. Не забывай их, ибо это ключ к распознаванию любых устрашающих видений как созданий собственного воображения.

О, благородный! Когда твой ум покидал тело, ты не мог не видеть проблески чистой реальности, ослепительно яркой, сияющей, лучезарной, внушающей благоговейный страх, подобной весеннему миражу с непрерывно струящимся потоком. Не пугайся этого! Не страшись! Это то, что называется твоим «инстинктивным ментальным телом», не материальным из плоти и крови. Пусть любые звуки, свечения и лучи появятся вокруг тебя, они не нанесут тебе вреда. Ты не умрешь. Достаточно признать в них свои собственные чувства и восприятия. Пойми, что это Промежуток.

О, благородный! Если ты не осознаешь, что это твои собственные восприятия, образы, созданные при жизни во время медитаций и молитв, ты будешь пугаться этих звуков, свечений и лучей, в том случае, если не узнаешь

мудрых наставлений. Если ты не овладеешь этим главным ключом к учениям, то будешь блуждать в этом жизненном цикле.

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ

В тексте в этом месте нет подобного заголовка, аналогичные подзаголовки появляются только со Второго дня. Я добавил его для ясности, чтобы читатель мог лучше ориентироваться в предложенном материале. Далее говорится о том, что покойный был без сознания четыре с половиной дня, а точнее, 108 часов. Точность этого промежутка времени не играет роли, поскольку плодотворно было бы читать наставления о Промежутке в течение 49 дней с момента смерти.

Следуя предложенной очередности дней, вы попадаете в мандалу, связанную вселенную, структурированную буддийскими мудростями. Вы призываете эти пять мудростей, персонифицированных пятью владыками семейств буддийских божеств, Вайрочаной и др. Каждый из них появляется с качествами и атрибутами, соотнесенными с элементами и процессами обычной вселенной, полной страдания, и представляет их трансмутацию в область буддийского рая, реальность чистой земли, где любовь, сострадание, блаженство и мудрость являются доминирующими энергиями жизни. Сходным образом, каждая манифестация параллельна образам шести областей сансары: небесам, адам, мирам титанов (асуров), людей, животных и прет. Это происходит, чтобы помочь душам найти воплощение не в этих обычных жизненных состояниях, а привести их в более идеальное, ориентированное на просветление окружения, где они легче отыщут путь к освобождению. Читая этот перечень, просто попытайтесь представить общие

цвета, свечения и качества каждого архетипа. Не старайтесь запомнить каждую деталь в определенном порядке, потому что это отвлекает от главного. Те, кому не нравятся буддийские образы, могут подставить на их место любые иные фигуры и символы.

О, благородный! Четыре с половиной дня ты ничего не осознавал, а теперь пробудился с вопросом: «Что случилось со мной?» Пойми, что ты в Промежутке! Теперь, поскольку жизненный цикл замутнен, все вещи являются как свечения и божества. Все пространство заполнено лазурным светом. Вот из центральной земли будд, называемой Всенаполняющей Каплей, появляется перед тобой Владыка Вайрочана, белого цвета, сидящий на львином троне, держащий в руке колесо с восемью спицами, в объятиях своей супруги Акаша Дхатвишвари. Естественная чистота скандхи сознания, синий цвет мудрости Совершенства Реальности, чистый, ясный и ослепительный, исходит из сердечного центра божественной пары Вайрочаны, и трудно твоим глазам вынести его. Одновременно мягкий белый свет богов засияет перед тобой и проникнет в тебя вместе с ярким синим светом. В это время под воздействием отрицательной эволюции ты испугаешься и ужаснешься этого яркого синего света мудрости Совершенства Реальности и побежишь от него. А мягкий белый свет богов понравится тебе, и ты пойдешь за ним. Но ты не должен ужасаться этого синего света, прекрасного, сияющего, ослепительного. Не бойся его! Это луч света Трансцендентального Владыки, мудрости Совершенства Реальности. Положись на него с верой и благоговением. Сделай это ответом на свою молитву, думая так: «Это луч света сострадания Владыки Вайрочаны, я должен найти в нем прибежище!» Этим путем Владыка Вайрочана приходит, чтобы проводить тебя через опасности Промежутка. Это луч света сострадания Вайро-

чаны. Пусть не привлекает тебя мягкий белый свет богов. Если привяжешься к нему, то будешь втянут в блуждания по области богов и продолжишь кружиться в шести царствах обусловленного существования. Это будет для тебя препятствием и задержкой на пути к свободе. Не смотри на него, будь предан сияющему и проникающему синему свету, всю силу воли обрати к Вайрочане и повторяй за мной эту молитву:

**Когда блуждаю я в сансаре, влекомый глубоким
неведением,**

**Пусть Владыка Вайрочана выведет меня на путь
Ясного света мудрости совершенства-реальности!**

**Пусть Супруга его будда Дхатвишвари защитит меня
на пути,**

Избавит от опасностей Промежутка

И приведет к совершенному состоянию будды!

Молясь так с глубокой преданностью, ты растворяешься в радужном свете в сердце Вайрочаны с супругой и входишь в центральную чистую землю Гханавьюха, Плотная Масса, и достигаешь состояния будды в Теле Совершенного Блаженства!

Представленная здесь космология — это мандала Пяти будд, связанная с обычной вселенной как набор буддийских чистых земель, вселенных, выстроенных из энергий просветления. Одна из них находится в центре, а другая — по четырем направлениям. Здесь процитирован стих из «Молитвы об избавлении от испытаний Промежутка». Если вы представите фигуру Иисуса в сопровождении множества ангелов, этого будет достаточно для сохранения чувства центра и типа мудрости. Важно то, что этот архетип должен быть трансмутацией процесса сознания и склонности к неведению. В этот момент необходимо обратить свои устрем-

ления к небесам в ожидании вступления в землю будд, обратить внимание на цвета свечения.

ВТОРОЙ ДЕНЬ

Может случиться, что, несмотря на наставления, покойный из-за своей подверженности греху гнева пугается ослепительного света и хочет укрыться от него. Он хоть и молится, но совершает ошибку. Тогда во второй день Ваджрасаттва и множество окружающих его божество появятся перед ним вместе с отрицательными эволюционными импульсами, влекущими в ад, чтобы сопровождать его в разных направлениях. Здесь, называя усопшего по имени, вы должны так наставлять его:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Во второй день перед тобой явится белый свет, что является чистотой элемента воды. В это время из синей восточной чистоты земли Абхирати, Интенсивного Блаженства, явится перед тобой синий Владыка Ваджрасаттва Акшобхья, сидящий на слоне, с пятиконечной ваджрой в руке, в объятиях своей супруги Будхалочаны и в сопровождении бодхисаттв Кшитигарбхи и Майтреи, а также женских бодхисаттв Ласы и Пушки — всего шесть архетипических божеств. Белый свет Зерцалоподобной мудрости, чистота скандхи форм, белый и ослепительный, яркий и чистый, исходит из сердца Ваджрасаттвы и его супруги, пронизывающий, невыносимый для глаз. В то же время мягкий дымчатый свет адов засияет перед тобой вместе со светом мудрости. Тогда под влиянием паники, испугавшись яркого белого света, ты побежишь от него. А мягкий дымчатый свет ада понравится тебе и ты пойдешь за ним. Но ты не должен ужасаться этого белого света, ослепительного, сияющего как ясный свет мудрости. Положись на него с верой и благоговением! Молись и взращивай свою любовь к нему,

думая: «Это свет сострадания Владыки Ваджрасаттвы! Я найду в нем прибежище!» Это сияние Владыки Ваджрасаттвы нисходит на тебя, чтобы провести через ужасы Промежутка. Это луч света сострадания Ваджрасаттвы, поверь в него! Да не привлечет тебя мягкий дымчатый свет ада! О! Это путь избавления от грехов, накопленных твоей сильной злобой! Если поддашься ему, падешь в ад, а оказавшись там, будешь терпеть невыносимые страдания, и неизвестно, когда сможешь выйти оттуда. Это будет для тебя препятствием и задержкой на пути к освобождению. Не смотри на него и избегай всякой ненависти! Не привязывайся к этому свету! Не будь слабым! Верь в ослепительно яркий белый свет! Направь всю силу воли к Владыке Ваджрасаттве и читай такую молитву:

Увы! Когда блуждаю я в сансаре, влекомый сильной ненавистью,
 Пусть Владыка Ваджрасаттва выведет меня на путь Ясного света Зерцалоподобной мудрости!
 Пусть Супруга его Буддхалочана защитит меня на пути,
 Избавит меня от опасных испытаний Промежутка
 И приведет к совершенному состоянию будды!

Молясь так с глубокой верой, ты растворишься в радужном свете в сердце Владыки Ваджрасаттвы и пойдешь в его восточную чистую землю Абхирати и достигнешь состояния будды в Теле Совершенного Блаженства.

ТРЕТИЙ ДЕНЬ

Некоторые люди хотя и получили наставления, но из-за греховности и непомерной гордости опасаются крючка спасения на луче света сострадания и бегут от него. Тогда на третий день Владыка Ратнасамбхава, божества его круга и светлый путь в царство людей

приходят, чтобы проводить их. Здесь, называя покойного по имени, следует так наставлять его:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! В этот третий день появляется желтый свет, являющийся чистотой элемента земли. В это время из желтой южной чистотой земли Шримат появится желтый Владыка Ратнасамбхава, сидящий на прекрасном коне, несущий драгоценность, исполняющую желания, в объятиях своей супруги Мамаки, в сопровождении бодхисаттв Акашагарбхи и Самантабхадры и женских бодхисаттв Малы и Дхупы — всего шесть божеств, окруженных радугами, лучами и светом. Желтый свет Уравнивающей мудрости, чистота скандхи осознания, ослепительные, украшенные блестающими каплями и капельками, светят из сердца Ратнасамбхавы и проникают в твой сердечный центр так, что тебе невыносимо смотреть на них. В то же время мягкий голубой свет человеческого царства засияет перед тобой, проникая в твое сердце вместе со светом мудрости. В это время под влиянием гордости ты испугаешься сияющего, пронизывающего желтого света и побежишь от него. Тебе понравится тот мягкий голубой свет человеческого мира, он привлечет тебя. Не страшись этого яркого, ослепительного, чистого желтого света и знай, что он есть мудрость. Со смиренением положись на него, с искренней верой. Если пойешь, что он является сиянием твоего собственного ума, то нераздельно сольешься со всеми образами, лучами света и станешь буддой. Если же не осознаешь это как стественную энергию собственного сознания, тогда молись и взращивай свою любовь к этому, думая так: «Это и света сострадания Владыки Ратнасамбхавы! Ищу него прибежища!» Это световые крючки лучей сострадания Владыки Ратнасамбхавы, верь в них! Не соблазняйся мягким голубым светом человеческого мира, ибо то путь разложения от грехов, накопленных тобой из-за непомерной своей гордости! Если последуешь за ним,

то падешь в человеческое царство и испытываешь страдания рождения, болезни, старости и смерти, и не найдешь времени для освобождения от жизненного цикла. Это препятствие, заграждающее путь к освобождению. Не смотри на него и отвергни всякую гордость! Откажись от ее корней! Не привязывайся к ней! Не следуй ей! Верь в яркий, ослепительный желтый свет! Направь свою силу воли к Владыке Ратнасамбхаве и читай такую молитву:

Когда блуждаю я в сансаре, влекомый сильной
гордостью,
Пусть Владыка Ратнасамбхава выведет меня на путь
Ясного света Уравнивающей мудрости!
Пусть супруга его будда Мамаки хранит меня на
том пути,
Избавит меня от опасных испытаний Промежутка
И приведет к совершенному состоянию будды!

Молясь таким образом с глубокой верой, ты растворишься в радужном свете сердца Владыки Ратнасамбхавы и его супруги, попадешь в южную чистую землю Шримат и достигнешь состояния будды в Теле Блаженства.

Если покойный признал уравнивающую мудрость, то несомненно даже самый малосообразительный будет освобожден.

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ

Но есть люди дурной судьбы, нарушающие обеты и не устремившиеся к познанию реальности, несмотря на многократно полученные наставления. Подавленные страстью и грехами, они боятся звуков и света и бегут от них. Поэтому в четвертый день появятся Владыка Амитабха и божества его круга, а также тусклый свет пути страстей, рожденного жадностью царства прет, чтобы увлечь умершего в разные стороны.

Здесь, назвав покойного по имени, следует обратиться к нему с наставлением:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! В четвертый день воссияет красный свет, что есть чистота элемента огня. В это время из красного западного мира Сукхавати появляется перед тобой красный Владыка Амитабха, сидящий на павлиньем троне, с лотосом в руке, обнимая свою супругу Пандаравасини, сопровождаемый бодхисаттвами Авалокитешварой и Манджушири, а также женскими бодхисаттвами Гитой и Алокой — всего шесть буддийских божеств, окруженных радугой и светом. Красный свет Всеразличающей мудрости, чистота концептуальной скандхи, красный и пронизывающий, ослепительный и ясный, украшенный каплями и капельками, исходит от сердца Амитабхи и глубоко входит в твой сердечный центр, невыносимый для твоих глаз. Не бойся его! В то же время мягкий желтый свет царства прет светит перед тобой, проникая в твое сердце вместе со светом мудрости. Не привязывайся к нему! Преодолей влечение и слабость! В это время под влиянием яростных страстей ты испугаешься и устрашишься яркого, сияющего красного света и захочешь бежать от него. Тебе понравится тот мягкий желтый свет царства прет и ты потянемся к нему.

Но тогда ты должен бесстрастно признать этот сияющий, пронизывающий, ослепительный ясный свет мудрости. На него направь свой ум, расслабив сознание и ничего больше не испытывая. Снова возрадуйся ему с верой и благоговением! Если ты можешь признать это как естественную энергию своего собственного сознания, не веря, не молясь, ты нераздельно сольешься со всеми образами и лучами света и станешь буддой. Если же не признаешь в этом естественную энергию своего сознания, то молись с жаром, думая так: «Это луч света сострадания Владыки Амитабхи! Ищу прибежища в нем!» Это притягивающий крючок лучей света состра-

дания Владыки Амитабхи, поверь в него! Не беги от него! Он все равно не оставит тебя! Не бойся его! Не поддавайся тому мягкому желтому свету царства прет! Это путь инстинктов, определявших грехи, накопленные благодаря твоим страстным привязанностям! Если поддаться им, падешь в царство прет, будешь испытывать нестерпимые страдания от голода и жажды, и это станет препятствием на пути к освобождению. Не привязывайся к нему, откажись от него! Не следуй за ним! Верь в ослепительно яркий красный свет! Направь всю свою волю к Владыке Амитабхе и его супруге и сотвори такую молитву:

**Когда я блуждаю в сансаре, влекомый сильными
страстями,**

- Пусть Владыка Амитабха выведет меня на путь
Ясного света Всеразличающей мудрости!
Пусть его Супруга будда Пандавасини хранит меня
на пути,
Избавит меня от опасных испытаний Промежутка
И приведет к совершенному состоянию будды!**

**Молясь так с глубокой верой, ты растворишься в
радужном свете в сердце Владыки Амитабхи, попадешь
в западную чистую землю Сукхавати и достигнешь со-
стояния будды в Теле Блаженства.**

ПЯТЫЙ ДЕНЬ

Но есть люди, что под влиянием исключительно долгой связи с животными инстинктами, не подавленными, что зависит и от отрицательных эволюционных действий, все еще могут испытывать волнение и страх от звуков и света, и ускользнут от крючков световых лучей сострадания. Тогда в пятый день явится Владыка Амогхасиддхи и божества его круга в лучах света сострадания, чтобы повести за собой.

Здесь, называя покойного по имени, следует так наставлять его:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! В пятый день воссияет зеленый свет, что есть чистота элемента ветра. В это время из зеленой северной чистой земли Пракута появляется зеленый Владыка Амогхасиддхи, сидящий на орлином троне, держащий в руке вишваваджру, в объятиях своей супруги Самаятари, сопровождаемый бодхисаттвами Ваджрапани и Сарваниваранавишкамбхина, а также женскими бодхисаттвами Гандхой и Нартей — всего шесть буддийских божеств, окруженных радугой и светом. Зеленый свет Всезавершающей мудрости, чистота скандхи созидания, зеленый и пронизывающий, ослепительный и ясный, украшенный блестающими каплями и капельками, исходит от сердца Амогхасиддхи и глубоко входит в твой сердечный центр, невыносимый для твоих глаз. Не бойся его, зная, что это естественная сила мудрости твоего собственного сознания. Ощущи великое и полное беспристрастие, свободное от привязанности к близкому и отталкивания дальнего! В то же время мягкий, рожденный завистью красный свет царства титанов, светит перед тобой, проникая в твое сердце вместе со светом мудрости. Созерцай его, не испытывая ни притяжения, ни отталкивания. Если у тебя примитивный ум, не поддавайся ему! В это время под влиянием сильной зависти ты испугаешься и устрашишься этого сияющего, пронизывающего зеленого света и убежишь от него в панике. Ты радуешься и тянешься к этому мягкому красному свету царства титанов. Но к этому времени ты должен бесстрашно признать мудростью ярко зеленый, пронизывающий, ослепительный ясный свет. В нем успокоится твое сознание, переживая трансцендентальность ничто. И снова молись и возвращай свою любовь к нему, думая так: «Это луч света сострадания Владыки Амогхасиддхи! Ищу прибежища в нем!» Это притягиваю-

щий крючок лучей света сострадания Владыки Амогхасидхи, поверь в него! Не беги от него! Он все равно не оставит тебя! Не бойся его! Не поддавайся тому мягкому красному свету царства титанов! Это путь разрушения, рожденный отрицательными эволюционными действиями, накопленными через сильную зависть! Если поддашься ему, то падешь в царство титанов, будешь испытывать невыносимые страдания из-за бесконечной борьбы, и это станет препятствием на пути к освобождению. Не привязывайся к нему, откажись от своего влечения к нему! Не следуй за ним! Верь в ослепительно яркий зеленый свет! Направь всю свою волю к Владыке Амогхасидхи и его супруге и сотвори такую молитву:

**Когда блуждаю я в сансаре, влекомый сильной
завистью,**

**Пусть Владыка Амогхасидхи выведет меня на путь
Ясного света Всезавершающей мудрости!**

**Пусть его Супруга будда Самаятарах ранит меня
на пути,**

**Избавит меня от опасных испытаний Промежутка
И приведет к совершенному состоянию будды!**

Молясь так с глубокой верой, ты растворишься в радужном свете в сердце Владыки Амогхасидхи, попадешь в северную чистую землю Пракута и достигнешь состояния будды в Теле Совершенного Блаженства!

Когда вы, таким образом, многократно наставляете покойного, то каким бы слабым ни был его отклик, если он не признает одну мудрость, то признает другую. Невозможно не освободиться.

ШЕСТОЙ ДЕНЬ

Однако, даже если вы многократно наставляли покойного, то все же из-за долгой связи со множеством

влечений и малого опыта очищенного восприятия мудрости он отталкивается от ее признания, влекомый силой отрицательной эволюции, несмотря на ясные наставления. Не удерживаемый крючками световых лучей сострадания, он теряется, пугается лучей и света и уходит от них. Тогда на шестой день пять пар будд со своими свитами появляются все одновременно. Здесь, называя покойного по имени, следует так наставлять его:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Вплоть до вчерашнего дня одно за другим являлись видения пяти семей будд. Хотя их тебе четко описывали, под влиянием отрицательной эволюции ты пугался, и до сих пор пребываешь там, где был прежде. Если бы ты уже признал естественное сияние даже одной мудрости из пяти семей как свое собственное видение, то растворился бы в радужном свете в теле одного из пяти семей будд и достиг состояния будды в Теле Блаженства. Но, не распознав свет, ты все еще блуждаешь здесь. Теперь внимай, не отвлекаясь! Сейчас появятся видения всех пяти семей и соединенных с ними четырех мудростей, чтобы повести тебя по верному пути. Узнай их!

О, сын благородных родителей! Чистота четырех элементов является как четыре света. В центре будда Вайрочана с супругой, как описано выше, появляется из чистой земли Всепроникающей Капли. На востоке будда Ваджрасаттва с супругой и со свитой появляется из чистой земли Абхирати. На юге будда Ратнасамбхава с супругой и со свитой, как описано выше, появляется из чистой земли Шримат. На западе будда Амитабха с супругой и со свитой, как описано выше, появляется из богатой лотосами чистой земли Сукхавати. На севере будда Амогхасиддхи с супругой и со свитой, как описано выше, появляется из чистой земли Пракута. Все они окружены радужным светом.

О, сын благородных родителей! Вслед за ними появляются пары из пяти семей будд: грозные хранители врат Виджая, Ямантака, Хаягрива и Амертакундали, а также их супруги-богини Анкуша, Паша, Сихота и Гханта. Появляются шесть будд-владык: Индра Шатакрату, будда богов; Вемачитра, будда титанов; Шакьямуни, Будда людей; Симха, будда животных; Джваламукха, будда прет, и Дхармарааджа, будда адов. Появляется также Всеблагой Самантабхадра, Отец и Мать, общий предок всех будд. Всего 42 божества Тела Блаженства возникают из твоего собственного сердечного центра и появляются перед тобой. Узнай их как свое чистое видение!

О, благородный! Те чистые земли не где-то далеко, они пребывают в твоем сердце, в его центре и в четырех направлениях. Сейчас они выходят из твоего сердца и появляются перед тобой! Их образы не пришли откуда-то со стороны! Они изначально созданы как естественное проявление твоего собственного сознания. Поэтому ты должен знать, как понять их!

О, благородный! Эти божества ни большие, ни маленькие, пропорционально сложены, каждое имеет свои украшения, цвет, позу, трон и жест, каждое наполнено пятью мантрами и окружено пятицветным радужным сиянием. Мужские бодхисаттвы каждого семейства поддерживают мужскую часть, а женские бодхисаттвы — женскую. Все они со своими мандалами возникают одновременно, и все они — это твои архетипические божества, поэтому ты должен узнать их!

О, благородный! Из сердец пяти семейств в единении с четырьмя мудростями возникают в твоем сердечном центре лучи света, исключительно тонкие и чистые, подобно солнечным лучам, свитым в веревку.

Теперь из сердечного центра Вайрочаны является полоса ослепительно сияющих белых лучей света мудрости реальности-совершенства, связанная с твоим сердечным центром. В этой полосе световых лучей белые

капли сияют своими лучами, подобно обращенным к тебе зеркалам, очень чистым, ярким ослепительным светом, а каждая капля сама изначально украшена пятью другими каплями. Эта лучистая полоса, не имеющая предела и центра, украшена каплями и капельками.

В этом видении свет мудрости реальности-совершенства белый, тогда как ранее он был синий. Подобным образом свет Ваджрасаттвы-Акшобхьи переключается с белого на синий. Эта взаимозаменяемость двух цветов — любопытный факт. Мудрость реальности-совершенства иногда является трансмутацией ненависти, а зеркалоподобная мудрость — неведения, обычно же они соответственно связаны с процессами сознания и материи. А иногда они меняются местами.

Из сердца Ваджрасаттвы, зеркалоподобной мудрости, выходит полоса лучей синего цвета до вашего сердечного центра, а на ней сияющие синие капли, подобные бирюзовым чашам, обращенным к тебе. Они украшены другими каплями и капельками, сияющими над тобой.

Из сердца Ратнасамбхавы, мудрости равенства, выходит полоса лучей желтого цвета, сияющих над тобой, а на ней золотые капли, подобные золотым чашам, украшенным другими золотыми каплями и капельками, обращенными к тебе.

Из сердечного центра Амитабхи, всеразличающей мудрости, выходит полоса лучей красного цвета, сияющих над тобой, а на ней красные капли, подобные коралловым чашам, обращенным к тебе, наделенным сиянием глубокой мудрости, ярким и пронизывающим, и украшенным пятью естественными красными каплями. И все это в сиянии капель и капелек, без центра и предела. Они также соединены с твоим сердечным центром.

О, благородный! Все это возникает от твоего собственного сознания. Это образы не приходят извне. Поэтому не поддавайся им! Не бойся их! Расслабься в переживании неосознавания. При таком переживании все эти божества и лучи света растворятся в тебе и ты станешь буддой!

О, благородный! До тех пор пока мудрость твоего осознания несовершена, не воссияет зеленый свет все-завершающей мудрости.

О, благородный! Это так называемое видение соединения четырех мудростей — внутренний путь Ваджрасаттвы. В это время ты должен вспомнить наставления, прежде данные тебе твоим духовным учителем! Если помнишь их, сможешь поверить в эти видения, узнаешь реальность, как ребенок узнает мать, или будет это как встреча со старым другом, и ты забудешь все остальное. Признав эти видения как собственные творения, ты поверишь, что вступил на неизменный путь чистой реальности, и достигнешь самадхи непрерывности. Твое сознание растворится в теле великого покоя, ты станешь буддой в Теле Блаженства и никогда не вернешься назад.

О, благородный! Вместе со светом мудрости возникнут также нечистые обманные видения шести видов, а именно: мягкий белый свет богов, мягкий красный свет титанов, мягкий синий свет людей, мягкий зеленый свет животных, мягкий желтый свет прет и мягкий дымчатый свет адов. Эти шесть свечений сопровождают чистый свет мудрости. Поэтому не хватайся и не следуй за этими свечениями. Расслабься, переживая состояние невосприятия! Если испугаешься света мудрости и последуешь за шестью видами нечистых свечений жизненного цикла, попадешь в тело существа одного из шести видов и не достигнешь времени освобождения от великого океана страданий жизненного цикла, а будешь испытывать одни только трудности.

О, благородный! Если недостанет тебе наставлений, данных духовным наставником, и ты испугаешься явив-

шихся образов и света чистой мудрости, то последуешь за свечениями нечистого жизненного цикла. Не делай этого! Поверь в сияющий, пронизывающий свет чистой мудрости! Верь в него и думай так: «Эти лучи света мудрости сострадания Блаженных Владык пяти семейств пришли ко мне, чтобы удержать меня с состраданием. Я должен найти в них прибежище!» Не поддавайся, не увлекайся обманными свечениями шести царств, направь всю свою волю к божествам пяти семейств будд и читай такую молитву:

Когда блуждаю я в сансаре, влекомый пятью
сильными ядами,
Пусть Владыки Победители пяти семейств выведут
меня на путь
Ясного света соединения четырех мудростей!
Пусть пять Супруг высших будд хранят меня на этом
пути
И избавят от нечистых свечений шести царств!
Избавляя меня от опасных испытаний Промежутка,
Пусть приведут меня в пять высших чистых земель!

Молясь таким образом, покойный в лучшем случае признает в этих видениях собственные творения, растворится в недвойственности и станет буддой. Может быть, он узнает их с помощью глубокой веры и освободится, а в худшем случае силой искренней молитвы закроет двери перерождений в шести царствах, узнает приход соединения четырех мудростей и станет буддой на внутреннем пути Ваджрасаттвы. Получив ясные и подробные наставления, большинство живых существ скорей всего узнает реальность и будет освобождено.

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

Однако некоторые греховные люди без всякого влечения к Дхарме, обитающие в самых нецивилизован-

ных странах, а также те, кто отринул свои духовные обеты, будут введены в заблуждение эволюцией. Даже получив наставления, они не признают Царства Истины и будут по-прежнему блуждать во мраке. На седьмой день из Чистой Земли буддийских дакини придут божества Хранители Знания, но откроется также рожденный неведением свет пути животного царства. Тогда, назвав покойного по имени, вам следует дать ему такие наставления:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! В седьмой день появится радужное пятицветное сияние, чтобы очистить дурные наклонности погружением в реальность. Одновременно с ним из чистых земель Дакини придут, чтобы принять тебя, божества — Хранители Знания. В центре мандалы появится и засияет непрвзойденный Хранитель Знания эволюционного развития Падманартешвара, излучающий свет пяти цветов, в объятиях своей Супруги, Красной Дакини, с серповидным ножом и черепом, наполненным кровью, танцующие и указывающие на небо.

Хранители Знания — это великие посвященные, в том числе известные 84 йога классической Индии, ушедшие из человеческого мира в особые раи, связанные с тайными долинами в Гималаях, «чистые земли дакини». Хотя у них человеческие тела, они имеют многие атрибуты гневных божеств и связаны с речью. В левых руках они держат чаши из черепов, наполненные кровью демонов и другими телесными субстанциями, алхимически трансмутированными в эликсир бессмертия. В правых руках они держат серповидный нож с ваджрной рукояткой, символизирующий критическую мудрость, рассекающей на куски кости и плоть обычной жизни, чтобы превратить их в эликсир, — подобно тому как критическая мудрость рассекает

присущую всем образам субстанциональность и превращает их в эликсир освобождающей пустоты.

С восточной стороны этой мандалы появится Хранитель Знания стадии созерцания, в объятиях Белой Да-кини, белого цвета, с улыбкой на лице, с серповидным ножом и чашей-черепом, наполненной кровью. Он танцует и делает жест рукой, указывая на небо. С южной стороны этой мандалы появится в объятиях Желтой Да-кини Хранитель Знания, ведающий продолжительностью жизни, желтого цвета, улыбающийся, с серповидным ножом и черепом, наполненным кровью, танцующий и указывающий на небо. С запада мандалы появится в объятиях Красной Да-кини Хранитель Зна-ния Великой Печати, красного цвета, улыбающийся. Он танцует, держа серповидный нож и череп, наполнил кровью, и указывает рукой в небо. С северной стороны этой мандалы появится в объятиях Зеленой Да-кини Хранитель Знания по имени Саморазвивший-ся, зеленого цвета, с лицом наполовину улыбающимся, а наполовину гневным. Он танцует, держа серповид-ный нож и череп, наполненный кровью, а рукой делает жест, направленный в пространство.

Во внешнем круге, подле этих Хранителей Знания появятся, чтобы принять преданных обетам и наказать нарушителей клятв, сонмы да-кини: восьми мест крема-ции, четырех классов да-кини, трех святых мест, десяти святых обителей, двадцати четырех мест паломничества, а также герои, героини, небесные воители, со всеми защитниками, хранителями Дхармы. Они носят по шесть видов украшений из человеческих костей и держат в руках барабанчики из черепов, трубы из человеческих берцовых костей, ожерелья из черепов, стяги и зонты из человеческой кожи и распространяют дым благовоний, приготовленных из плоти. У них много дру-гих музыкальных инструментов, играя на которых они наполняют музыкой всю вселенную, заставляя вибри-

ровать и сотрясаться миры, раскальвая звуками твою голову и исполняя разнообразные танцы.

Собрание Хранителей Знания и Дакини состоит из героических искателей просветления, мужчин и женщин, совершивших фантастическую одиссею по мирам запределья и подсознания со всеми их страхами и препятствиями. Они украшают себя всякого рода устрашающими атрибутами, делая ожерелья из человеческих костей и кишок несгоревших трупов, музыкальные инструменты из черепов и берцовых костей, а также кожи человека и животных. Они мажут себя пеплом из погребальных костров. Часто они обитают на кладбищах или местах для кремации трупов, наводя на обычных людей ужас своим безразличием к смерти, украшениями и атрибутами. Если их правильно понять, они обеспечат безопасность и предоставят помочь практикующему или странствующему по Промежутку.

О, благородный! Спонтанно очистив влечения к реальности, сердца Пяти Владык Хранителей излучают свет пяти цветов вместерожденной мудрости, свивающийся в ослепительно переливающиеся, сверкающие, блещущие, чистые, восхитительные нити, слепящие твои глаза и проникающие в сердечный центр. В то же время вместе со светом мудрости появится мягкий зеленый свет животного царства. Под влиянием своих дурных наклонностей ты испугаешься этого пятицветного сияния и захочешь бежать от него, но тебя привлекет мягкий зеленый свет животного царства. Не бойся пятицветного сияния! Не страшись его! Узнай в нем свою свободу! Из этого сияния послышится естественное звучание учения, подобное тысяче громовых ударов. Будут слышны его раскаты, грандиозные, приводящие в ужас, подобные звукам грозной мантры. Не

бойся их! Не беги от них! Не страшись! Узнай эти звуки как выражения способностей твоего собственного сознания и восприятия. Не следуй за мягким зеленым светом животного царства. Не будь слабым! Если поддашься ему, окажешься в царстве животных, где преобладает неведение, и будешь бесконечно страдать, находясь в путах рабства и глупости. Сторонись этого мягкого свечения! Верь в чистый и яркий ослепительный пятицветный свет. Сосредоточь свою волю на одном — на сонме Владык Хранителей Знания. Устремись к ним с такой мыслью: «Эти божества Хранители Знания, Герои и Дакини пришли из чистых небес дакини, чтобы принять меня! О, ты должен знать, как существа, подобные мне, не накопили заслуг и мудрости. Мы не смогли понять лучи света сострадания этого множества божеств пяти семейств блаженных будд трех времен. Увы, мне подобным! Пусть Хранители Знания не дадут мне пасть еще ниже, но удержат меня световым крючком своего сострадания и поведут в чистые небеса дакини!»

Затем следует сотворить такую молитву:

О, взгляните на меня, божества — Хранители Знания!
Ведите меня по пути силой вашей великой любви.

Когда блуждаю я в сансаре, влекомый дурными склонностями,

Пусть Герои Хранители Знания ведут меня по пути Ясного света оргазмической мудрости!

Пусть их Супруги Дакини защитят меня на моем пути,
Избавят от опасных испытаний Промежутка
И приведут меня к совершенному состоянию будды!

Когда ты молишься с глубокой верой, то растворишься в радужном свете в сердечном центре собрания божеств Хранителей Знания и несомненно переродишься в совершенном царстве дакини.

Когда любой духовный друг получил такие наставления, он несомненно узнает царство истины и осво-

бодится. Даже имеющие дурные наклонности непременно смогут достичь освобождения. На этом завершается часть наставлений «Великой книги Естественного освобождения через понимание в Промежутке» о ясном свете в Промежутке момента смерти и описание реальности Промежутка мирных божеств.

САМАЯ ГЬЯ ГЬЯ ГЬЯ

Реальность Промежутка гневных божеств

Гневные божества — это в действительности те же самые пять архетипических будд (дхьяни-будд): Вайрочана, Акшобхья, Ратнасамбхава, Амитабха и Амогхасидхи, появляющиеся в своей устрашающей форме — Херука. Это санскритский термин для фигуры мощного агрессивного героя, вероятно, напоминающего Геркулеса. Дхьяни-будды принимают такой вид, чтобы заняться подсознанием человека в Промежутке. К этому моменту человек, не способный принять приглашения мирных будд к освобождению или жизни в чистых землях, готов утратить сознательный контроль и пасть жертвой подсознательных влечений похоти и агрессии. Именно поэтому он начинает испытывать страх. В этом испытании будды принимают ужасный вид, чтобы насильственно пробиться к сознанию человека и предложить ему надежное сопровождение через миры, которых он неожиданно стал бояться. Будды Херука в течение нескольких следующих дней принимают цвета различных мудростей, имеют три лица, шесть рук и четыре ноги.

Если вы плохо знакомы с такими гневными божествами или имеете сильное тяготение к другой религии, вам следует изучить гневных ангелов этой традиции (а они имеются во всех религиях). В христианстве это херувимы и серафимы, которых вы можете призывать в эти дни.

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ

Теперь возникает реальность Промежутка гневного божества. Предыдущая часть, где говорилось о Промежутке мирного божества, описывала опасные испытания, которым подвергался покойный на семи стадиях прохождения через Промежуток. Наставления, которые читают ему на каждой ступени, даются для того, чтобы помочь ему преодолеть эти опасные испытания и достичь освобождения. Хотя многие и освободятся, но поскольку живых существ очень много, а отрицательная эволюция имеет большую силу, грехи и ошибки естественно глубоки, дурные наклонности укоренились, то огромное колесо сансары не останавливается, но и не увеличивает скорость движения. Хоть и многие получат эти наставления, но не все существа освободятся, а некоторые продолжат путь вниз.

Тогда вслед за появлением мирных божеств и хранителей знания с дакинями, приходивших, чтобы радушно принять покойного, придут пятьдесят восемь божеств Херука, окруженных пламенем, гневных, пьющих кровь, изменивших свой вид из-за изменения центра тела покойного, из которого они исходят. Но они не похожи на мирных божеств. Это Промежуток гневных божеств, и поскольку здесь покойные охвачены страхом и ужасом, им становится еще труднее распознать их. Сознание, не свободившееся от пут зависимости, переходит много раз из одного обморочного состояния в другое. Но если достигается какая-то степень узнавания, освободиться легче именно на этой ступени. Если спросят почему, ответим: так как появляется свет, вызывающий страх и ужас, сознание сосредоточено на одном. Если на этой ступени покойный не получит наставления, слушание учения не принесет пользы, даже если оно неисчерпаемо, как океан. Бывает и так, что даже привыкшие к соблюде-

нию дисциплины настоятели монастырей и великие учителя философии ошибаются на этой ступени и, не познав ее, пускаются в блуждание по жизненному циклу. Если такое происходит с учеными людьми, чего можно ждать от обыкновенных мирян? Охваченные страхом и ужасом, они стремятся уйти от этих видений и падают, как в пропасть в ужасные состояния, где проводят жизнь в страданиях.

Но даже самый меньший из меньших, практикующих тантрийскую йогу, увидев божеств Херука, узнает в них своих архетипических божеств и встретится с ними как со старыми знакомыми. Он вверит себя им и, соединившись с ними, достигнет состояния будды. Если он при жизни медитировал на образы божеств Херука и исполнял посвященные им ритуалы, делал подношения, писал образы, создавал скульптуры, то, увидев эти божества, узнает их и освободится. И это ключевой момент.

Но когда в человеческом мире умирают соблюдавшие дисциплину настоятели монастырей и учителя философии, если они не получили наставлений, основанных на этих учениях, то какими бы усердными они ни были в религиозной практике и каким бы глубоким ни было изложение ими учений при жизни, у костра во время их кремации не будет явлено никаких знамений, таких как радужное сияние, телесные драгоценности и реликвии. Это потому, что тантры никогда не достигали их ума при жизни. Они высказывались о тантрах с пренебрежением и никогда не созерцали тантрических божеств. Поэтому, увидев этих божеств в Промежутке, они не узнают их. Видя их впервые, воспринимают их как врагов, и так как в них возникает чувство неприязни, они, вследствие этого, переходят в состояние, в котором страдают. Поэтому независимо от того, насколько святым был блюститель дисциплины или философ, но если он недостаточно занимался внутренней практикой тантры,

то не возникнут ни драгоценности, ни реликвии, ни радужный свет. Однако даже к меньшему из меньших тантрийских практиков, как бы ни был он груб, ленив, невежлив, как бы, казалось, не нарушил обеты, был неловок во всех своих поступках и даже, может быть, неспособен успешно применить на практике полученное учение, пусть никто не относится с пренебрежением или сомнением и пусть всякий почтает учение тантры. Только таким путем достигается освобождение на этой ступени. Даже если действия, совершенные таким тантристом во время жизни на земле, были не совсем безупречны, его смерть, тем не менее, будет отмечена каким-либо знаком: радужным сиянием, обретением реликвий, изображений на костных останках. И это потому, что учение тантры дает исключительно большое благословение.

Те из последователей тантры, что имеют средний уровень, и те, о которых говорилось выше, кто медитировал на стадии созидания, кто повторял сущностные манtry, не станут блуждать в этой реальности Промежутка. Как только у них прекратится дыхание, их пригласят в чистые небеса Дакинь герои, Дакини и Хранители Знания. Знаки появятся в чистом небе. Воздух будет напоен сладостным ароматом благовоний, раздастся музыка и появятся радуги и лучи света, а из погребального костра будут извлечены kostяные драгоценности, реликвии и образы.

Считается, что духовная энергия тантр так велика, что просто положительное отношение к этому учению рождает у практикующего особую святость. Когда после смерти таких йогов кремируют, в Тибете обычно говорят о странных жемчужообразных драгоценностях, обнаруживаемых в пепле, а иногда об изображениях будд, бодхисаттв и архетипических божеств.

Поэтому для блюстителей дисциплины, философов, тантристов, нарушивших обеты, и для всех обычных людей нет метода лучше, чем это Естественное освобождение. Но знаменитые созерцатели, практиковавшие Великую Печать, или Великое Совершенство, достигнут Тела Истины, узнавая ясный свет Промежутка момента смерти, и им нет нужды читать эту книгу. Если кто-то узнает ясный свет в реальности Промежутка, когда возникают видения мирных и гневных божеств, тот достигает Тела Блаженства. Если узнают свет в существовании Промежутка, то достигают Тела Эманации и рождаются в высоких состояниях. Приобщаясь к этому учению, достигают блага эволюционного толчка к переживанию последнего рождения.

Поскольку просветленные будды проживают бесчисленные жизни, откликаясь на страдания живых существ, это не значит, что после освобождения жизни больше не будет. Смысл в том, что никто не вернется к непросветленной жизни в страданиях, обусловленной неведением и дурными склонностями.

Поэтому Естественное освобождение — это учение для достижения состояния будды без медитации. Оно служит достижению освобождения через простое понимание. Это учение ведет великих грешников к тайному пути и моментально проводит различие. Это глубокое учение мгновенно приводит к совершенному состоянию будды. Не может живое существо, открывшее его для себя, впасть в ужасное состояния. Вам следует читать его, а также «Освобождение при помощи ношения». Соединение этих двух подобно наполнению золотой мандалы для подношений кусками бирюзы.

«Освобождение при помощи ношения, или Естественное освобождение тела» входит в оригинальный текст и насчитывает 21 лист. Она содержит мантры ста божеств этой системы. Эти мантры записывают и кладут в амулеты, надеваемые на труп, чтобы покойный не попал в какое-либо ужасное состояние.

А теперь, разъяснив великую необходимость «Естественного освобождения», перейдем к наставлениям относительно появления гневных божеств Промежутка. Назвав покойного по имени, обращаются к нему с наставлением.

Как и прежде, вы читаете следующие наставления, сидя рядом с трупом, если он не вынесен, или в месте, хорошо знакомом покойному, или же в своем доме, представив умершего рядом с собой:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Так как ты не смог узнать свет мирного Промежутка, ты должен блуждать здесь. Теперь, в восьмой день, появятся гневные божества Херука. Не отвлекайся! Узнай их! О, благородный! Великий, прославленный будда Херука появляется перед тобой, темно-бордового цвета, с тремя лицами, шестью руками и четырьмя ногами, занимающими устойчивое положение. Его правое лицо белого цвета, левое — красное, а среднее — темно-бордовое. Тело его излучает сияние. Его глаза числом девять широко открыты, и взгляд их страшен. Его брови подергиваются, подобно вспышкам молнии. Выступающие вперед блестящие зубы сжаты. Он издает рык и смеется: «а-ла-ла» и «ха-ха-ха», а также свистит: «шу-уу». Его ярко-оранжевые волосы стоят дыбом и излучают сияние. На головах его надеты украшения из человеческих черепов, дисков луны и солнца. Тело его украшено черными змеями и гирляндой из свежеотрубленных голов.

В первой руке справа он держит колесо, во второй — меч, в третьей — алебарду. В первой руке слева он держит колокольчик, во второй — лемех плуга, в третьей — чашу из черепа. Его Супруга будда Кродхишвари обнимает его тело, обхватив правой рукой за шею, а левой подносит ему чашу из черепа, наполненную кровью. Она издает языком лязгающий звук, а рык ее подобен грому. От них обоих исходит пламя мудрости, вырывающееся из каждой поры их тел, а в каждом языке пламени пылающая ваджра. Они стоят в героической позе на троне, поддерживаемом Гарудами. Так они появляются перед тобой, порождения твоего собственного ума! Не бойся их! Не поддавайся страху! Узнай в них образы твоего собственного сознания! Он твой Идам, поэтому не паникуй! В действительности они — это Владыка Вайрочана, Отец и Мать, поэтому не бойся. Как только узнаешь их, будешь освобожден!

Это архетипическое божество — будда Херука — украшено обычным образом для гневных божеств. Корона из черепов символизирует, что он преодолел пять ядов: похоть, ненависть, неведение, гордость и зависть. Гирлянда из отрубленных голов — что он преодолел все собственные ментальные дурные наклонности и злые помыслы. Его соединение с Кродхишвари (букв. «Богиня жестокости») символизирует союз сострадания и мудрости. Напиток из крови в чаше-черепе — способность высшей реальности и мудрости трансмутировать кровь демона неведения в эликсир совершенной свободы с ее блаженной умиротворенностью и сострадательным динанизмом. Кроме того, кровь — это символ женской трансцендентальной мудрости, а то, что Херука пьет ее, символизирует мудрость как источник энергии сострадания. Змеи в ожерелье Херуки, в головной ленте, ручных и ножных браслетах — символы подавле-

ния змеиных сил земли. Атрибуты в руках символизируют различные реализации и концентрации, какие он может проявить, чтобы помочь живым существам избавиться от уз и заблуждений. Ваджра — громовик, молния, алмаз, субстанция могущественнейшей во вселенной силы, превращающей мудрость в любовь. Пламя, излучаемое этими божествами, исходящее от их волос и бровей, имеет ваджраную интенсивность, подобно управляемой молнии, жару доменной печи, содержимому взрыва сверхновой. Ваджра — это высочайший символ сострадания как высшей силы. Иногда это пяти- или девятиконечный скипетр с той же символикой. Похожие на орлов птицы Гаруды, поддерживающие их трон, символизируют дальновидную мудрость, покоряющую все отрицательное. Как только происходит отождествление с этим ужающим образом и растворение в нем, обеспечивается безопасное преодоление любых вообразимых эволюционных трудностей.

Когда читают это, покойный узнает их как свое архетипическое божество, неразделимо растворится в них и станет буддой в Теле Блаженства.

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ

Если покойный почувствовал страх и ненависть и бежал, не узнав их, тогда на девятый день Херука из Ваджрного семейства будд придет за ним. Назвав покойного по имени, так следует наставлять его:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Теперь на девятый день Владыка Ваджра Херука предстанет перед тобой, порожденный твоим собственным умом. Он темно-синего цвета, трехликий, с шестью руками и четырьмя расставленными ногами. Его центральное лицо

темно-синее, правое — белое, а левое — красное. Его первая правая рука держит ваджру, средняя — чашу из черепа, а третья — лемех плуга. Его Супруга будда Ваджра Кродхишвари обнимает его тело, ее правая рука обхватывает его за шею, а левой она поит его кровью из чаши-черепа. Так они являются перед тобой, выйдя из твоего собственного ума! Не бойся их! Не пугайся! Не испытывай к ним враждебности! Узнай в них образы своего сознания! Это твое архетипическое божество, поэтому не паникуй! В действительности они — это Владыка Ваджрасаттва, Отец и Мать, так поверь в них! Как только узнаешь их, ты будешь освобожден!

Когда ты читаешь это, покойный узнает их как свое архетипическое божество, неотделимо растворится в них и станет буддой в Теле Блаженства.

ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

Однако, если покойный не осознает их истинной природы, что происходит вследствие омрачения ума от тяжких ошибок и заблуждений, и убежит от них в страхе и ужасе, тогда в десятый день появится, чтобы принять его, Херука семейства Драгоценостей. В это время, назвав умершего по имени, читают ему наставления:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Теперь в десятый день из твоего ума выйдет Владыка Ратна Херука из семейства Драгоценостей. Он темно-желтого цвета, трехликий, имеет шесть рук и четыре расставленных ноги, центральное лицо темно-желтое, правое — белое, а левое — красное. Его первая правая рука держит драгоценность, средняя — жезл «кхатвангу», а третья — дубинку; его первая левая рука — колокольчик, средняя — чашу из черепа, а третья — трезубец. Его Супруга будда Ратна Кродхишвари обнимает

его тело, ее правая рука держит его за шею, а левой она подносит ему кровь из своей чаши-черепа. Так они появляются перед тобой, возникая из южной части твоего собственного мозга! Не бойся их! Не страшись! Не испытывай к ним неприязни! Узнай их как образы своего собственного сознания! Это твое архетипическое божество, поэтому не паникуй! В действительности это Владыка Ратнасамбхава, Отец и Мать, верь в них! Как только узнаешь их, будешь освобожден!

Жезл «кхатванга» — это символ овладения центральным каналом йогической нервной системы. Это восьмигранный стержень, на нижнем конце которого половина ваджры, а выше — сосуд бессмертия, три отрубленные головы, символизирующие победу над похотью, ненавистью и неведением. Венчает все это трезубец.

Когда ты читаешь это, покойный узнает их как свое архетипическое божество, неотделимо растворяется в них и станет буддой в Теле Блаженства.

ОДИННАДЦАТЫЙ ДЕНЬ

Если, столкнувшись с этими божествами, покойный теряется из-за своих дурных влечений, испытывает страх и ненависть, бежит, не признав в них свое архетипическое божество, а приняв их за Владыку Смерти, то на одиннадцатый день появится Херука из Лотосного семейства будд. Назвав умершего по имени, читают ему такое наставление:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Теперь в одиннадцатый день из твоего ума выйдет Владыка Падма Херука из Лотосного семейства. Он темно-красного цвета, трехликий, имеет шесть рук и четыре расставленных ноги, центральное лицо темно-красное, пра-

вое — белое, левое — синее. Его первая правая рука держит лотос, средняя — жезл «кхатвангу», а третья — прут; его первая левая рука держит колокольчик, средняя — чашу-череп, наполненную кровью, а третья — барабанчик. Его Супруга будда Падма Кродхишвари обнимает его тело, ее правая рука держит его за шею, а левой она подносит ему кровь из своей чаши-черепа. Так они появляются перед тобой, стоящие в сексуальном объятии, возникая из твоего собственного мозга! Не бойся их! Не страшись! Не испытывай к ним неприязни! Узнай их как образы своего собственного сознания! Это твое архетипическое божество, поэтому не паникуй! В действительности — это Владыка Амитабха, Отец и Мать, верь в них! Как только узнаешь их, будешь освобожден!

Когда читаешь это, покойный узнает их как свое архетипическое божество, неотделимо растворится в них и станет буддой в Теле Блаженства.

ДВЕНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ

Если, столкнувшись с этими божествами, покойный теряется из-за своих дурных влечений, испытывает страх и ненависть, бежит, не признав в них свое архетипическое божество, а приняв их за Владыку Смерти, то на двенадцатый день появится Херука из семейства будд Кармы и богиня Гаури, вампиры Пи-шачи и богини Ишвари, чтобы сопровождать его. Если он не узнает их, то ужаснется. Поэтому, назвав покойного по имени, читают ему такое наставление:

Богини Гаури, Ишвари и вампиры-пишачи — это разные типы гневных женских божеств. Они будут описаны ниже в самом тексте. Их можно рассматривать как исключительно глубоко подавленные элементы вашей собственной психики,

ужасающие, потому что их отрицают. При такой встрече в Промежутке, когда нельзя уйти от темной стороны реальности, у покойного нет времени настаивать на своем благообразном образе. Поэтому встреча с этими женскими фуриями, изначальными силами природы, исключительно важна, и необходимо преодолеть свое первоначальное отвращение.

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Теперь в двенадцатый день из твоего ума выйдет Владыка Карма Херука из семейства будд Кармы. Он темно-зеленого цвета, трехликий, имеет шесть рук и четыре расставленных ноги, центральное лицо темно-зеленое, правое — белое, левое — красное. Его первая правая рука держит меч, средняя — жезл «кхатвангу», а третья — прут; его первая левая рука держит колокольчик, средняя — чашу-череп, а третья — лемех плуга. Его Супруга будда Карма Кродхишвари обнимает его тело, ее правая рука держит его за шею, а левой она подносит ему кровь из своей чаши-черепа. Так они появляются перед тобой, стоящие в сексуальном объятии, возникшая из твоего собственного мозга! Не бойся их! Не страшись! Не испытывай к ним неприязни! Узнай их как образы своего собственного сознания! Это твое архетипическое божество, поэтому не паникуй! В действительности это Владыка Амогхасиддхи, Отец и Мать, верь в них! Как только узнаешь их, будешь освобожден!

Когда ты читаешь это, покойный узнает их как свое архетипическое божество, неотделимо растворяется в них и станет буддой.

Когда с помощью наставлений духовного учителя ты признаешь в этих божествах собственные видения, создания своего сознания, тогда будешь освобожден. Ведь человек не испытывает страха, увидев чучело льва, а если примет его за настоящего льва, испугается.

Но когда объяснят ему, что это чучело, страх исчезнет. Также и здесь, когда множество божеств Херука с огромными телами и могучими членами заполнят все пространство, то это, естественно, вызовет страх и ужас. Но как только ты получишь наставления, ты сможешь признать их как собственные видения или свои архетипические божества. Ясный свет, что прежде возникал в медитации, и тот ясный свет, что возникает теперь, сливаются воедино как мать и дитя, и ты мгновенно освобождаешься в естественной ясности своего сознания, что подобно встрече со старым другом, поскольку в таком состоянии сознания естественно освобождается все, что возникает. Если ты не получил этого наставления, то хоть ты и добрый человек, но отвернешься от этих гневных божеств и будешь дальше блуждать в жизненном цикле.

Затем из твоего мозга появятся восемь гневных богинь Гаури и восемь вампиров Пишачи с головами животных. Назвав покойного по имени, прочти ему такое наставление:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Восемь богинь Гаури возникнут из твоего мозга и появятся перед тобой! Не бойся их! Из восточной части твоего мозга появляется на восточной стороне белая Гаури, в правой руке держащая труп как дубину, а в левой — заполненную кровью чашу из черепа. Не бойся ее! С юга появляется желтая Гаури с луком и стрелой; с запада — красная Прамоха со знаменем с изображением крокодила; с севера — черная Ветали с ваджрай и чашей-черепом с кровью; с юго-востока — оранжевая Пуккаси, держащая в правой руке кишки, а левой отправляющая их в рот; с юго-запада — темно-зеленая Гхасмари, в ее левой руке чаша-череп с кровью, а в правой ваджра, которой она размешивает кровь, а затем пьет ее; с северо-запада — бледно-желтая Чандали, с трупом на плечах, в правой руке сердце, а левой ест труп; с северо-восто-

ка — темно-синяя Шмашани, поедающая безголовое тело, — все эти восемь богинь Гаури из святых земель возникают из твоего мозга и окружают пять божеств Херука! Не бойся их!

У этих богинь Гаури человеческие головы и лица, за исключением третьего глаза поперек лба; у них по две руки и ноги. Они появляются в самом ужасающем виде, вы не сможете как следует визуализировать их, если они не внушают ужас. Считается, что они приходят из святых земель восьми сторон света, поскольку ассоциируются со священными местами кремации и кладбищами, а также местами силы на земле.

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! После этого явятся тебе восемь вампиров Пишачи из святых земель! С востока — темно-красная львоголовая Симхасья, со скрещенными на груди руками, держащая во рту труп и трясущая гривой; с юга — красная тигроловая Вьягхрасья, с опущенными скрещенными руками, с выпученными глазами и торчащими клыками; с запада — черная шакалоголовая Шригаласья с бритвой в правой руке, а в левой — кишка, которую она ест; с севера — темно-синяя волкоголовая Шванасья с выпученными глазами, поднимающая двумя руками ко рту труп; с юго-востока — светло-желтая грифоголовая Гридхрасья, с трупом на плече и скелетом в руке; с юго-запада — темно-красная с головой коршуна Канкхасья, с трупом через плечо; с северо-запада — черная с головой ворона Канасья, с мечом в правой руке, поедающая сердца и легкие; с северо-востока — темно-синяя с головой совы Улукасья, поедающая плоть, с ваджрай в правой руке и мечом в левой — все эти вампиры святых земель, Пишачи, выходят из твоего мозга и окружают пять божеств Херука! Не бойся их! Признай все, что является, созданиями собственного воображения!

У этих вампиров головы животных, по две руки и ноги. Они отвратительные каннибалы.

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Четыре богини Привратницы выйдут из твоего мозга и явятся тебе, так узнай же их! С восточной стороны твоего мозга на восток от тебя появится белая лошадиноголовая Анкуша, с железным крюком в правой руке и с чашей-черепом с кровью в левой. С юга — желтая свиноголовая Паша, с арканом; с запада — красная львиноголовая Шернкхала, с железной цепью; с севера — зеленая змеиноголовая Гханта, с колокольчиком — все эти богини Привратницы выйдут из твоего мозга и появятся перед тобой! Признай в них свои архетипические божества!

О, благородный! За кругом этих тридцати гневных богинь Херука выходят из твоего мозга и являются тебе двадцать восемь богинь Ишвари с разными головами и атрибутами. Не бойся их, но признай их созданиями собственного воображения! В этот критический момент вспомни о наставлениях своего духовного учителя!

30 гневных божеств Херука — это 10 Отцов и Матерей Херука, восемь Гаури, восемь Пишачей и четыре богини Привратницы. Богинь Ишвари ниже называют также Йогини, указывая, что они божества тонких царств внутреннего опыта продвинутых адептов. Они богини индийского пантэона, многие из них — женские формы известных божеств, таких как Браhma, Индра, Кумара и т. д. Человеку другой культуры нужно включить в рассмотрение грозных ангелов своей религии, как духовных существ, пребывающих в его психике. Головы животных указывают, что они представляют силы природного мира. Примирияясь с ними, вы входите в сбалансированное состояние, воспринимая свой культурный духовный мир и природное окружение.

О, благородный! С востока — темно-красная яколовая Ракшаси с ваджрой; оранжевая змееголовая Брахми с лотосом; темно-зеленая леопардоголовая Махешвари с трезубцем; синяя обезьяноголовая Лобха с колесом; красная с головой мула Кумари с дротиком; белая медвежьеголовая Индраги с арканом из кишши — эти шесть восточных Йогини выходят из твоего мозга и появляются перед тобой! Не бойся их!

О, благородный! С юга — желтая с головой летучей мыши Ваджра с бритвой; красная крокодилоголовая Шанти с сосудом; красная с головой скорпиона Амерта с лотосом; белая с головой коршуна Чандра с ваджрой; темно-зеленая лисоголовая Гада с дубинкой; желто-черная тигроголовая Ракшаси с чашей-черепом, полной крови, — эти шесть южных Йогини выходят из твоего мозга и появляются перед тобой! Не бойся их!

С запада — темно-зеленая грифоголовая Бхакшаси с жезлом; красная лошадиноголовая Рати с человеческим торсом; белая с головой Гаруды Махабали с булавой; красная собакоголовая Ракшаси с ваджрым лезвием; красная с головой урода Кама, прицеливающаяся стрелой из лука; красно-зеленая с головой оленя Васуракша с сосудом — эти шесть западных Йогини выходят из твоего мозга и появляются перед тобой! Не бойся их!

О, благородный! С севера — синяя волкоголовая Ваяви, со знаменем; красная с головой козерога Нарини с заостренным колом; черная свиноголовая Варахи, держащая аркан с крючками; красная с головой вороны Рати, держащая кожу ребенка; зелено-черная слоноголовая Маханаси со свежим трупом, пьющая кровь из чаши-черепа; синяя змееголовая Варуни со змеей-арканом — эти шесть северных Йогини выходят из твоего мозга и появляются перед тобой! Не бойся их!

О, благородный! Четыре Йогини-Привратницы выйдут из твоего мозга и появятся перед тобой! С востока — белая, с головой кукушки Ваджра с железным крюком; с юга — желтая с головой козы Ваджра с арканом;

с запада — красная львиноголовая Ваджра с железной цепью; с севера — зелено-черная змееголовая Ваджра с колокольчиком — эти четыре Йогини Врат выйдут из твоего мозга и появятся перед тобой! Все эти двадцать восемь богинь естественно возникают от творчества саморожденных тел гневных Херука, поэтому ты должен признать их мудростью будд!

О, благородный! Тело Истины возникает из пустоты как мирные божества! Узнай его! Тело Блаженства возникает из ясности, как гневные божества! Узнай его! В то время, когда 58 божеств Херука выходят из твоего мозга и появляются перед тобой, если ты знаешь, что все возникшее возникло из естественной энергии твоего сознания, ты мгновенно станешь недвойственен с Телом Херука и будешь буддой!

Концепция неразделимых ясности-пустоты параллельна непостижимой недвойственности высшего Тела Истины и относительного Тела Блаженства будд. Пустота — это не темное ничто, чисто отрицательная зона. Мы не должны так думать, позволяя нашему уму воображать что-то относящееся к невообразимому абсолюту. Пустота — это пустота внутренней реальности всего, включая саму пустоту. Это как раз та форма абсолюта, которая не предполагает никакого рода псевдоотносительного абсолюта, она не может быть получена способом бесконечной сети относительностей. Поэтому она является креативностью ясности, света, бесконечной отчетливости, а последняя, в свою очередь, способна к относительности, потому что свободна от внутренних реальностей. Креативность и свобода, ясность и пустота недвойственны. Пустая сторона недвойственности связана с Телом Истины, присутствием абсолюта как тела в просветлении; присутствии эмпирическом, бесконечном и спокойном. А сторона ясности в недвойст-

венности связана с Телом Блаженства, присутствием в просветлении относительного сознания абсолюта через освобождающий экстаз; присутствии эмпирическом, бесконечном и оргазмически экстазийном. Присутствие Тела Истины обнаруживается для человеческого сознания в виде спокойных архетипических божеств, а Тело Блаженства — в виде гневных. И оба эти аспекта совершенного просветления полностью неотделимы от вашего природного ума и чувствительности. Если вы признаете их как вашу сущностную природу, то свобода — ваша, и просветление достигнуто в состоянии будды.

О, благородный! Если ты не признаешь их сейчас и будешь в страхе бежать от них, страдания твои будут продолжаться. Если нет этого знания, то ты воспримешь всех божеств Херука как Владыку Смерти, Яму, и устрашишься его. Ты станешь ненавидеть их, паниковать и терять сознание! Твои собственные видения станут дьяволами и ты будешь блуждать в сансаре.

Вы уже встречались с Ямой, Владыкой Смерти и подземного мира, судящим добрые и дурные поступки покойного и определяющим его дальнейшую судьбу. Его слуги приходят за душой умирающего, и увидеть Яму — значит воспринимать смерть как чуждое, враждебное существо, угрожающее отнять жизнь и определить посмертную судьбу. Поэтому покойный, отказывающийся признать силу собственного сознания и неспособный включить все подавленное воображение своего подсознания, воспринимает гневных божеств как враждебных существ, смертельных врагов, и поэтому пугается. Следовательно, чтобы эффективно помочь умирающему, недостаточно подготовить его к мирным образам. Если индийские и тибетские

божества кажутся слишком странными и экзотическими, то потребуются местные образы херувимов или серафимов, животных тотемов или шаманских духов природы, чтобы подготовить умирающего к страшным образам, которые будет рождать его собственный ум.

О, благородный! Тела самых больших мирных и гневных божеств занимают собой все пространство, высоки как гора Шумеру, ось земли. Наименьшие ростом равны восемнадцати таким, как ты, поставленным друг на друга. Не бойся их! Если все явления, имеющие формы божеств и излучающие свет, будут восприняты тобой как видения твоего собственного ума, то в момент осознания этой истины ты достигнешь состояния будды!

О, сын мой! То, что ты видишь и воспринимаешь, все эти ужасающие видения — все это твои собственные образы! Узнай ясный свет как естественную энергию твоего сознания! Если узнаешь, то, несомненно, станешь буддой сразу же! Появится так называемое «мгновенное совершенное состояние будды»! Помни об этом!

О, благородный! Если сейчас не узнаешь этот свет и отдашься страху, все мирные божества примут форму хранителей Махакал! Все гневные божества превратятся в Яму Дхармаджру! Твои собственные видения станут дьяволами и ты будешь блуждать в сансаре!

Даже мирные божества появляются как демонические хранители, мрачные и пугающие, а гневные божества являются как боги смерти.

О, благородный! Если не узнаешь своих собственных видений, хотя изучал ты все писания сутр и тантр, в течение калыпы практиковал Дхарму, ты не станешь буддой! А если узнаешь свои видения по одному слову, одному намеку, то станешь буддой! Если не узнаешь

своих видений, то в момент смерти, в Промежутке, реальность проявится в образе Ямы Дхармаджи, Владыки Смерти! Божества Ямы Дхармаджи заполнят все пространство, вырастут как огромные горы, наполняя весь мир. У этих тел верхние зубы воинствуют в нижнюю губу, а глаза у них стеклянные. Волосы связаны в пучок на макушке. У них огромные животы и тонкие талии. Они держат в руках доски для наказаний и кричат: «Бей его!» и «Убей его!» Они лижут человеческий мозг, пьют кровь, отрывают у трупов головы и вырывают сердца. Такими они возникают, заполняя мир.

Такими боги смерти, Ямы, представляются умирающему из-за его чувства вины, причем не только из-за совершенных дурных поступков, но также благодаря всем отрицательным и злым помыслам, которые он подавлял.

О, благородный! Когда возникнут подобные видения, не пугайся! Не испытывай страха! У тебя есть ментальное тело, сотканное из побуждений. Оно не умирает, даже если будет пробито насеквоздь или разрублено на куски. Поскольку в действительности ты есть форма пустоты, не нужно гневаться при ранениях! Яма, Владыка Смерти, — это лишь порождение естественной энергии твоего сознания, лишенное субстанциональности. Пустота не может навредить пустоте!

Тела Владыки Смерти также созданы силой твоего ума, нет в них субстанции. Мирные и гневные божества, Херуки, божества с головами животных, радужный свет и божества свиты Ямы не существуют в действительности. Они лишь внешнее выражение сил твоего ума! Как только поймешь это, освободишься от страха и ужаса, растворишься в недвойственности и станешь буддой! Если узнаешь их, ты должен ощутить глубокую веру и подумать: «Они мои архетипические божества!

Они пришли проводить меня через испытания Промежутка! Я найду у них прибежище!»

Вспомни о Трех Драгоценностях! Помни, кто твое архетипическое божество! Назови его по имени! Молись ему: «Я блуждаю, потерявшись в Промежутке! Будь моим спасителем! Поддержи меня своим состраданием, о драгоценное божество!» Назови по имени своего духовного учителя и молись так: «Я блуждаю, потерявшись в Промежутке! Будь моим спасителем! Ради сострадания не дай мне уйти!» Верь божествам Херука и молись им:

Когда блуждаю я в сансаре, влекомый сильными
влечениями,

Пусть множество мирных и гневных Владык выведут
меня на путь

Ясного света, покоряющего ужасные видения
ненависти и страха!

Пусть гневная богиня Ишвари защитит меня на этом
пути,

Избавит меня от опасных испытаний Промежутка
И приведет к совершенному состоянию будды!

Теперь блуждаю я один, вдали от своих близких,
А видения мои — пустые образы,

Пусть будды проявят силу своего сострадания
И остановят вызванные ненавистью и страхом ужасы

Промежутка!

Когда засияют пять видов света мудрости,
Пусть храбро и бесстрашно узнаю в них себя я!

Когда возникнут мирные и гневные формы Владык,
Пусть твердо и бесстрашно узнаю я Промежуток!

Когда страдаю я от сил дурной кармы,
Пусть Идамы рассеют эти страдания!

Когда реальность рушится под тысячью громовых
ударов,

**Пусть все они превратятся в мантру ОМ МАНИ
ПАДМЕ ХУМ!**

Когда влекомый кармой я не вижу выхода,
Пусть Сострадательный Владыка даст мне
прибежище!

Когда страдаю я из-за кармических влечений,
Пусть воссияет ясный свет блаженного самадхи!
Пусть пять великих элементов не будут мне врагами.
Пусть я увижу чистые земли пяти семейств будд!

Так молись с глубоким благоговением и верой! Это исключительно важно, ибо тогда твой страх исчезнет и ты непременно станешь буддой в Теле Блаженства! Будь непоколебим!

Эти наставления следует читать от трех до семи раз. Как бы ни были велики грехи, отрицательны эволюционные силы, невозможно покойному не освободиться! Если же, несмотря на все меры, принятые на этих ступенях, свет не узнан, то необходимо пройти третий Промежуток — Промежуток существования. Подробное наставление о нем дано ниже.

Какой бы ни была практика, длительной или кратковременной, в момент смерти возникают вводящие в заблуждение иллюзии и страхи, и поэтому здесь необходима эта «Книга». Те, кто медитировал, познают истину, как только разъединяются тело и душа. Важно обрести это знание еще при жизни. Кто познал свет реальности в своем сознании и приобрел опыт, обладают большими возможностями в Промежутке момента смерти, когда появляется ясный свет. Также медитация во время земной жизни на божествах Тантры на стадиях творения и завершения будет служить большой поддержкой, когда появятся в реальности Промежутка мирные и гневные божества. Поэтому очень важно развивать свой ум вместе с этой «Великой

Книгой». Тебе следует практиковать ее! Нужно читать ее! Заучивать наизусть! Ты должен понимать ее! Закрепить в памяти и читать три раза в день! Слова и их смысл должны быть совершенно понятны! Ты не должен забыть их, даже если сто убийц погонятся за тобой!

Учение называется «Великое естественное освобождение через понимание в Промежутке». Ведь даже те, кто совершил пять непростительных грехов, обязательно будут освобождены, если будут слушать его. Поэтому читайте его там, где собирается множество людей, широко распространяйте его. Тот, кто хоть раз слышал его, пусть даже не поняв, вспомнит его слово в слово в Промежутке, так как ум становится там в девять раз острее. Поэтому его нужно донести до всех людей при их жизни. Его следует читать у изголовья всех больных. Его нужно читать над каждым умершим и распространять повсюду.

Воистину счастливы те, кто встретился с этим учением. Кроме тех, кто накопил много заслуг и освободился от многих заблуждений, остальным очень трудно узнать его, а тем кто узнал, трудно понять его. Но освобождение будет достигнуто, если просто поверить в это учение, услышав его. Поэтому прими это учение как драгоценность небывалую. Это квинтэссенция всех учений.

Наставление для существования в Промежутке

С глубоким почтением поклоняюсь божественному собранию Духовных Учителей, Идамов и Даини!
Молю освободить меня в Промежутке!

Уже была преподана реальность Промежутка из «Книги Естественного освобождения». Теперь для существования в Промежутке следует совершать такое моление:

Существование в Промежутке наступает, когда человек не принял приглашения пяти мудростей либо в мирной, либо в гневной форме оставить обычный жизненный цикл и войти в безграничную жизнь просветления. Оно называется «существованием», потому что стремление к обычному существованию почти неизбежно определило, что оно будет единственным, таковым. Но по-прежнему можно достичь освобождения, и проводник все еще напоминает об этой возможности. Но следует также говорить и о качестве будущей жизни. Если еще одно обычное существование неизбежно, то оно, по крайней мере, должно быть хорошим, в благоприятных обстоятельствах, в приятном окружении, с хорошей возможностью изучать и практиковать Дхарму, т. е. развиваться эволюционно.

ОСНОВНОЕ ВВЕДЕНИЕ

Ты уже много раз получал наставления о реальности Промежутка, и люди с большим опытом и положительным эволюционным импульсом уже узнали

свет. Но все же те, кто практиковал мало и отягощен грехами, охвачены страхом, влекомы дурной эволюцией, с трудом узнают свет. Поэтому с десятого дня тебе следует совершать эту молитву о существовании Промежутка. Тебе следует совершить подношения Трем Драгоценностям. Нужно читать молитву «О помощи» буддам и бодхисаттвам. Затем, семь раз назвав покойного по имени, следует произнести следующее:

О, благородный! Слушай внимательно и запоминай!
Призрачно рождение тела в аду, на небесах и в Промежутке. Но когда в реальности Промежутка возникли образы мирных и гневных божеств, ты не узнал их. Поэтому через пять с половиной дней тебя охватывает ужас. Когда очнулся, твое сознание стало более ясным, и ты сразу же обрел нечто подобное своему прежнему телу. Как сказано в Тантре:

«Обретя плотскую форму, напоминающую прежнюю, обладая всеми органами чувств и способностью проходить через все преграды благодаря эволюционным магическим силам, он видит с помощью чистого ясновидения подобных себе существ».

Тантру не удалось определить, но можно предположить, что это одна из тантр «Гухьягарбхи». Цитируется авторитетный источник, и приведенный отрывок представляет собой комментарий. Очевидно, что это классическое описание воплощения в промежуточном состоянии.

Здесь «прежняя» означает, что ты возникаешь во плоти и крови, и это особое тело обусловлено влечениями прежней жизни. Если оно сияет, имеет благоприятные телесные признаки и метки мифического героя, то это твое воображение может так трансформи-

ровать тело, а в промежутке оно называется «ментальным телом».

Это тело Промежутка состоит из тонкой энергии, подобно голографическому изображению. Поэтому воображение поддерживает его. Если есть стабильное и сосредоточенное воображение, то можно менять тело силой мысли. Если жизненные влечения сформированы глубокой идентификацией с мифическим архетипом, то можно легко превратиться в него в Промежутке. Это цель практики визуализации на стадии созидания с использованием различных архетипических божеств. Это тренировка воображения для того, чтобы можно было совершать жизненно важные действия в контексте промежуточного состояния.

В это время, если ты родился божеством, то будут видения небес. Если ты станешь титаном, человеком, животным, претой или адским существом, у тебя будут видения того царства, в котором ты родишься. «Прежняя» здесь означает, что четыре с половиной дня назад ты ощущал себя в теле из плоти своей предыдущей жизни с его привычными влечениями. «Обретя» употреблено здесь потому, что перед тобой появится видение места твоего будущего рождения. И следовательно, в этом предложении выражение «форма, напоминающая прежнюю» означает только что оставленное земное тело.

Поэтому в это время не смотри на видения, возникающие перед тобой. Старайся отстраниться от них. Не привязывайся к ним! Не будь слабым. Если из-за твоей слабости ты будешь привлечен ими, тебе придется пройти через шесть царств и испытать страдания. До вчерашнего дня перед тобой возникали видения реальности Промежутка, но ты не узнал их. Поэтому теперь тебе придется блуждать здесь. Так, если сейчас ты не

колеблясь сможешь развить силу опознания, то наставления духовного учителя могут открыть твоё осознание ясного света, чистой, полной жизни пустоты. Войди в него, расслабься в переживании непривязанности, недеяния! Не входи в лоно, и ты освободишься.

Если не узнаешь свет, то представь на своей макушке духовного учителя или Идама и исполнись благоговением и глубокой верой. Это так важно! Делай это, не колеблясь, снова и снова!

Так ты должен сказать. Если в этот момент покойный узнает свет, он не будет блуждать в шести царствах, а освободится.

СИЛЫ И ПРОБЛЕМЫ СУЩЕСТВА ПРОМЕЖУТКА

Если сила отрицательной эволюции все еще затрудняет узнавание света, то следует снова произнести следующее:

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! «Обладает всеми органами чувств и способностью проходить через все преграды» означает, что даже если ты был при жизни слепым, глухим и хромым, теперь в Промежутке твои глаза будут видеть формы, а уши воспринимать звуки и все твои другие органы будут неповрежденными, очень чувствительными и полностью развитыми, поэтому говорится о «всех органах чувств». Признай это как знак того, что ты умер и бродишь в Промежутке! Помни о наставлениях!

О, благородный! «Проходить через все преграды» означает, что то тело, которое ты имеешь сейчас, — это ментальное тело, твоё сознание свободно от воплощения и тебе недостает плотного тела. Поэтому сейчас ты можешь проходить беспрепятственно сквозь любые стены, дома, землю, скалы, даже сквозь центр мира, гору

Меру; за исключением материнской утробы и ваджрного трона в Бодхгае. Это признак того, что ты блуждаешь в существовании Промежутка, так помни же наставления своего духовного учителя! Молись Владыке Великого Сострадания!

Существо Промежутка не может пройти через материнскую утробу, поскольку это место, где ему суждено принять перерождение. Через гору оно может пройти, а через эту тонкую мембрану нет. Ваджрный трон в Бодхгае — это место, где высшие будды Тела Эманации достигают просветления в этом мире, считается, что это место имеет особую физическую плотность, а также особую святость. Поэтому существо Промежутка не может пройти сквозь него.

О, благородный! «Эволюционные магические силы» означают, что ты действительно обладаешь способностью совершать чудеса, которая, однако, не была приобретена тобой с помощью самадхи, но является результатом действия эволюционной силы. Ты можешь в одно мгновение пересечь четыре материки, находящиеся вокруг горы Меру, или перенестись туда, куда пожелаешь. Ты обладаешь способностью достичь любого места за то время, когда можно только согнуть или разогнуть руку. Но эти магические силы не так уж чудесны, если они особо не нужны тебе, игнорируй их! Не желай способности создавать иллюзорные образы и изменять форму. Нет такой магической силы, которую ты, пожелав иметь, не сможешь приобрести. Сейчас ты можешь совершать эти действия беспрепятственно. Ты должен признать это как знак существования Промежутка! Тебе следует молиться твоему духовному учителю!

В промежуточном состоянии человек естественно обладает сверхnormalными способностями.

Однако они не должны стать отвлекающим моментом от основной задачи Промежутка — возможности достичь освобождения от импульсивной жизни с помощью контроля над природой реальности; или, по крайней мере, возможности достичь новой жизни, благоприятной для таких достижений, избегая любых ужасающих состояний или жизни, лишенной свободы и возможностей.

О, благородный! «Видит с помощью чистого ясновидения подобных себе существ» означает, что существа одного вида могут видеть друг друга в Промежутке. Например, те сущности, которым предопределено родиться богами, будут видеть друг друга. Не засматривайся на них, когда увидишь, но созерцай Владыку Великого Сострадания!

«С помощью чистого ясновидения» означает, что боги, рождаясь чистыми благодаря приобретенным заслугам, видны только тем, кто практикует созерцание. Их видят не всегда, а лишь в состоянии сосредоточения на их образах. Даже отвлекаясь во время созерцания, их не видят.

Если ясновидящего заставить воспринимать всех окружающих существ Промежутка, то у него ни на что другое не останется времени. Через Промежуток непрерывно проходит огромное число умерших существ всех видов, а их тонкие воплощения могут легко проходить через плотные объекты или пребывать в одном пространстве с другими. Поэтому обладающий природным или развитым ясновидением может видеть их повсюду. То, что во многих культурах называют «духами», четко подходит под описание блуждающих в промежуточном состоянии (поэтому слово «прета», о рожденных в этом ужасном виде, не следует переводить как «голодный дух»).

О, благородный! Обладатель этого тела будет видеть знакомые места на земле и родственников, там находящихся, так, как люди видят других людей во сне. Ты видишь близких и друзей и обращаешься к ним, но не получаешь ответа. Затем, видя их и свою семью плачущими, ты говоришь себе: «Вот я умер, что же мне делать?» Ты чувствуешь сильную боль, как рыба, выброшенная на горячий песок. Но если ты будешь предаваться горю и чувствовать себя несчастным, это не принесет тебе пользы. Если у тебя есть духовный учитель, молись ему. Или молись сострадательному архетипическому божеству. Не привязывайся к своим близким, это бесполезно! Молись Сострающим! Не печалься, не бойся!

О, благородный! Влекомый сильным ветром эволюции, твой ум беспомощен и нестабилен, скачет на лошади дыхания, как перышко, несущееся по ветру, крутящееся и пляшущее. Ты скажешь плачущим: «Не плачьте! Я здесь!» Они не заметят, и ты поймешь, что умер, почувствуешь великую растерянность. Не поддавайся этой боли! Там царит постоянный сумрак, серый, как предрассветное осеннее небо, ни день, ни ночь. Такой вид промежутка может длиться одну, две, три, до семи недель, до сорока девяти дней. Говорят, что большинство людей страдают в существовании Промежутка двадцать один день, но из-за различных эволюционных историй это не всегда так.

Эти разнотечения в определении срока — своего рода утешение. Представляется, что время Промежутка момента смерти равно четырем с половиной дням бессознательного состояния для обычных людей, хотя продвинутые практикующие могут прощлевать его неопределенно долго. Затем упомянуты двенадцать дней реальности Промежутка. Если добавить двадцать один день существования Промежутка, то получается всего тридцать семь с

половиной дней. Но есть традиционное число сорок девять дней, упомянутое в разных буддийских источниках. Конечный срок, т. е. срок реальности пробуждения, не может быть передан с точностью опытом Промежутка.

Теперь начинаются переживания Промежутка существования. Появление грозных божеств в реальности Промежутка было вторжениями божеств сострадания на уровень сознания человека, где размещались первичные импульсы. В этих зонах бытия возникают сильные эмоции. Теперь убежденность человека в субстанциональности реальности и его привязанность к обычному омраченному наведением жизненному стилю столь постоянна, что следующее рождение в царстве обычного существования представляется неизбежным. Естественно, что этот рубеж сопровождается проигрыванием в психике наиболее драматических и ужасных переживаний.

О, благородный! В это время сильный красный ветер эволюции, с трудом переносимый, будет толкать тебя сзади, вызывая страх. Не бойся его! Это твоя собственная галлюцинация! Непроницаемая кромешная тьма будет все время перед тобой, и из нее будут доноситься приводящие в ужас крики «Бей! Бей!» и «Убивай! Убивай!» Ты увидишь ужасных диких зверей. Не бойся их! Большие грешники будут видеть орды пожирающих плоть демонов, вооруженных различными видами оружия. Они будут выкрикивать «Бей! Убивай!» и другие слова, вызывающие страх. Они набросятся на тебя, и как бы соревнуясь друг с другом, каждый будет стараться схватить тебя. Будет идти дождь, снег, опустится тьма, и будет дуть ураганный ветер. Привидится тебе, что тебя преследуют толпы людей. Будут слышны звуки, напоминающие обвал, лавину, наводнение, лесной пожар и ураган. В панике ты ужаснешься и станешь

метаться из стороны в сторону, пытаясь убежать, но все дороги приведут к трем странным зияющим пропастям — белой, черной и красной, и будет казаться, что вот-вот свалишься туда.

О, благородный! Это не настоящие пропасти. Это похоть, ненависть и неведение. Ты должен признать это, как момент существования Промежутка. Обратись к Владыке Великого Сострадания и молись с жаром: «О, Владыка великого Сострадания! Духовный учитель! Три Драгоценности! Помогите мне (имярек) избежать падения в ужасные состояния! Не оставьте меня!»

Те, кто накопил заслуги и посвятил себя искреннему служению Джарме, будут сполна вкушать блаженство и покой. Но тот, кто омрачен неведением, не имеет многих добродетелей, но и больших грехов, не испытывает ни счастья, ни состраданий, чувствует лишь безразличие и отупление.

О, благородный! В каком бы состоянии ты ни был и каким бы восхитительным ни было блаженство, не радуйся ему, а поднеси это драгоценному духовному учителю! Оставь все привязанности! Если даже не будешь испытывать удовольствие или боль, а только безразличие, сосредоточься на Великой Печати, свободный как от концентрации, так и от отвлечений. Это особенно важно.

О, благородный! В это время ты немного сможешь отдохнуть у мостов, в храмах, хижинах и у разных ступ, но ты не сможешь остаться там надолго, так как твой ум лишен тела. Из-за того, что ты нигде не сможешь задержаться, тебя будут часто охватывать беспокойство, раздражение и страх. Временами твоё сознание будет притупленным, неустойчивым и непоследовательным. Тогда тебя осенит мысль: «Вот я умер! Что же мне делать?» Сердце твое похолодеет и ослабеет. Ты почувствуешь гнев и безмерное страдание. Тебе придется странствовать и нигде ты не сможешь остановиться.

Поэтому не беспокойся об этом и позволь своему уму отдохнуть.

С этих пор никакой другой пищей ты не сможешь питаться, кроме той, которая посвящена тебе. А в друзьях нельзя быть уверенным. Эти признаки свидетельствуют о странствиях твоего ментального тела в существовании Промежутка. Переживаемые в это время радость и печаль зависят от твоей эволюции. Когда ты увидишь свои земли, друзей, близких и свой труп, ты подумаешь: «Сейчас я умер, что же мне делать?» И в это время твое ментальное тело будет сильно подавлено.

Это руководство подразумевает магические свойства пищи, ритуально посвященной покойному. Эта пища дает недавно умершему и находящемуся в промежуточном состоянии чувство насыщения. Руководство напоминает покойному, что у него ментальное тело, плод чистого воображения. Его ощущения голода, слабости и подавленности чисто ментальные.

Ты думаешь: «Как хорошо было бы иметь новое тело!» Потом будут видения о поисках какого-нибудь тела. Если бы даже ты смог войти в свое мертвое тело девять раз подряд, то не сможешь там остаться, так как за время твоего пребывания в реальности Промежутка тело замерзнет, если ты умер зимой, или разложится, если ты умер летом, или твои родственники сожгут его, зароют в землю или отадут на съедение птицам и зверям. Не найдя места, куда войти, ты опечалишься, и покажется, что тебя вталкивают в трещины и расселины скал и камней. Так страдают в существовании Промежутка. Даже если ты ищешь тело, ты не получишь ничего, кроме страданий. Оставь мысль о теле! Веди себя так, чтобы не отступить от этого решения!

Кто получил такие наставления, достигнет освобождения в этом Промежутке.

ВСТРЕЧА С ВЛАДЫКОЙ СМЕРТИ

Если сила отрицательной эволюции велика и покойный не узнал свет реальности, несмотря на полученные наставления, следует снова назвать его по имени и сказать следующее:

О, благородный (имярек)! Слушай меня! Причиной твоих страданий сейчас являются твои собственные эволюционные действия. Ничем другим они не вызваны. Это твоя эволюция, поэтому усерднее молись Трем Драгоценностям. Они могут защитить тебя. Если не можешься им, не знаешь как созерцать Великую Печать, не созерцаешь архетипическое божество, то твой природный ангел посчитает твои добродетели с помощью белых камней, а природный демон — твои грехи с помощью черных камней.

Это относится к популярному в буддийском мире и, вероятно, очень древнему верованию, что у каждого человека есть родившиеся вместе с ним личный ангел и личный демон, подталкивающие его соответственно к добру или злу. После смерти они превращаются в информаторов и подсчитывают добрые и злые поступки на суде Ямы, Владыки Смерти.

Тогда ты испугаешься, разгневаешься, обеспокоишься. Дрожа от страха, станешь лгать, говоря: «Я не совершил грехов». Но тогда Яма, Судья Мертвых, скажет: «Я посмотрю в зеркало эволюции!» Когда посмотрит он в зеркало эволюции, то увидит, что в нем ясно отражены все сотворенные тобой добрые и злые дела. Ложь не

поможет тебе. Яма наденет веревку тебе на шею и утащит. Он отрубит тебе голову, вырвет сердце, вытянет кишечки, слизнет мозг, выпьет кровь, съест твою плоть и сгрызет твои кости, но ты не сможешь умереть. Даже если твое тело разрубят на куски, оно вновь оживет. Когда его будут разрубать снова и снова, ты будешь испытывать невыносимую боль.

Поэтому, когда будут подсчитывать белые камни, не бойся, не паникуй, не лги! Не страшись Ямы! Твое тело ментально, поэтому даже если его убьют и разрежут, ты не умрешь. На самом деле твоя форма пуста, поэтому ничего не бойся. Божества из окружения Ямы — это твои галлюцинации и формы их пусты. Твое ментальное тело создано из инстинктов и пусто. Пустота не может навредить пустоте. Ты должен признать, что это всего лишь твои галлюцинации. Нет никаких внешних, реально существующих Ямы, ангела, демона или духа смерти с головой буйвола и т. п. Ты должен признать, что все это Промежуток!

Здесь содержится два уровня доводов. Первый — относительный, о том, что ментальное тело Промежутка не имеет плоти, крови, нервов и поэтому не может быть повреждено, как плотное тело реальности. Второй более глубокий и дает уверенность на высшем уровне. В недвойственной реальности, где форма или материя пуста, а пустота является формой, все вещи кажутся таковыми из-за воспринимающего их привычного воображения. Все переживания подобны сновидению, ни одно не имеет внутренней субстанциональности, и поэтому освободившийся человек может формировать свое окружение и переживания так же легко, как видящий сон представляет себя в ночном кошмаре. Все это необходимо для того, чтобы сновидец осознал, что видит сон, и сделал его лучше или, что проще, проснулся.

Созерцай самадхи Великой Печати!

Здесь рекомендуется медитация высшей недвойственности формы и пустоты в виде неотделимости пустоты и блаженства.

Если ты не знаешь, как медитировать, посмотри внимательно на то, что пугает тебя, и увидишь пустоту, которая есть отсутствие объективного статуса. Это Естественное Тело Истины. А эта пустота не просто уничтожение всего. Истинная природа пустоты внушает благоговейный страх, и когда ты предстаешь перед ней, твой ум становится ясным и светлым. Пустота — это блаженный ум Тела Блаженства. Пустота и ясность неразделимы, актуальность пустоты — это ясность, а актуальность ясности — это пустота. Это есть состояние изначального неизмененного ума. Это Мудрость Тела Истины спонтанно и беспрепятственно возникает повсюду. И это есть Сострадающее Тело Эманации.

Эта краткая инструкция к пониманию и медитации на Великое Совершенство, или Великую Печать. В обычной реальности было бы бесмысленно инструктировать человека, охваченного ужасом, в таком возвышенном духе. Однако наставляющий чувствует, что стоит проповедовать это существу Промежутка, поскольку его сознание столь подвижно и подвержено изменениям, что всегда есть шанс, что это существо мгновенно шагнет прямо в предельную актуальность собственной реальности. Что касается Четырех Тел состояния будды, то они получаются из Трех Тел, разделением Тела Истины на субъективный, мудрый и объективный или естественный аспекты.

О, благородный! Слушай, не отвлекаясь! Узнай это! Ты непременно станешь буддой, совершенством Четы-

рех Тел. Будь сосредоточен! Здесь граница между буддой и обычным существом. Настало время сказать об этом: «Мгновенно создается отличие, мгновенно достигается совершенное просветление».

До вчерашнего дня ты все отвлекался, ты не узнал того, что возникало в Промежутке, и был охвачен страхом. Если ты снова не сможешь сосредоточиться, нить сострадания оборвется и ты попадешь в места, где нет никакой свободы, так будь же внимателен!

Здесь первый раз упоминается «обрыв нити сострадания». Теперь наставник пытается возвратить к сознанию существа Промежутка, которое до сих пор отказывалось очнуться от включения в обычные жизненные импульсы. Вероятно, оно бессознательно полагается на сострадание просветленных существ, которые спасут его, что бы он не делал. Поэтому наставник указывает, что связь с просветленными может быть утрачена из-за постоянного омрачения со стороны существа Промежутка.

Получив такие наставления, даже те, кто раньше не узнал свет реальности, теперь узнают его и будут освобождены. Если покойный был дурным человеком и не знает, как это понять, нужно снова сказать ему:

О, благородный! Если ты не знаешь, как медитировать, то вспоминай и молись Будде, Дхарме, Сангхе и Владыкам Сострадания. Созерцай все ужасы и видения как Владыку Сострадания или свое архетипическое божество. Вспомни свое имя, данное при посвящении, а также имя духовного учителя, от которого ты получал посвящения в человеческом мире; сообщи их Яме, Владыке Истины! Ты не пострадаешь, даже если низвергнешься в пропасть, поэтому забудь о страхе и ненависти!

Когда произнесено это наставление, все еще не
освободившиеся освободятся.

РАССТАВАНИЕ С ПРЕДЫДУЩЕЙ ЖИЗНЬЮ

Возможно, что покойный не узнает свет и не будет освобожден, и поскольку важно быть настойчивым, то снова назови покойного по имени и скажи следующее:

Нынешние видения будут вовлекать тебя в трудности меняющихся состояний удовольствия и боли, как резкие броски из катапульты. Поэтому не погружайся ни в какие видения любви или ненависти! Если возникнут видения высоких состояний, где ты должен будешь родиться, если оставленные родственники начнут совершать жертвоприношения с убийством живых существ, чтобы посвятить их Владыке Смерти, у тебя появятся нечистые видения и начнешь испытывать сильный гнев.

В некоторых религиях приносят в жертву животных, считая, что так можно умилостивить грозное божество, представив замену близкому человеку, которому угрожает болезнь или опасность. У некоторых народов принесение в жертву животного богу-защитнику рассматривается как положительное воздействие на судьбу умершего родственника. Буддизм всегда осуждал такую практику, считая, что жертвоприношение производит противоположное действие. Помимо вреда, наносимого животному, жертвователь берет на себя грех убийства и приносит еще больший вред предполагаемому получателю выгоды, вызывая у него отрицательные эмоции. В Тибете некоторые последователи отдельных разновидностей религии бон или

члены пограничных племен, до сих пор следующие анимистическим представлениям, могут совершать такие жертвоприношения животных.

Под воздействием этого ты переродишься в аду. Поэтому, какие бы действия не совершали живущие, не гневайся, но созерцай любовь! Если ты испытываешь привязанность к оставленному имуществу или, увидев, что им завладели другие, испытываешь привязанность к этим вещам из-за своей слабости, или сердишься на своих наследников, это чувство так повлияет на тебя, что если ты должен родиться в высоких мирах, вместо этого родишься в аду или в царстве прет. Поэтому, если ты привязан к оставленному имуществу, ты все равно не сможешь им пользоваться, и оно не нужно тебе. Отринь любовь и привязанность к оставленному имуществу! Полностью отбрось их! Будь решителен! Кто бы не пользовался твоими вещами, оставь корысть! Изгони их из своего ума! Собери всю волю, чтобы поднести их духовному учителю и Трем Драгоценностям, и пребывай в состоянии непривязанности, освободившись от желаний.

Когда совершают посмертные ритуалы, такие как поднесение жертвенной пищи или другие для очищения от опасностей ужасных состояний, а ты с помощью тонкого эволюционного ясновидения сможешь увидеть, что исполнители ритуалов сонны, неаккуратны, отвлекаются и нарушают свои обеты и клятвы, действуют невнимательно, ты заметишь у них недостаток веры, сомнения, дурные действия, вызванные страхом, нечистой практикой и подумаешь тогда: «Увы! Эти люди обманывают меня. Они действительно меня обманывают!» Ты поддашься отчаянию, возмутишься. Потеряешь положительный настрой, лишишься иллюзий, станешь циничным, и в итоге ты попадешь в ужасные состояния. Все это не только не поможет, но причинит вред. Даже если покинутые тобой родственники выпол-

няют религиозные обряды неправильно, думай о них с чистой преданностью, сохраняя чистоту отношений: «Наверное, это мои видения несовершены! Как может быть таким учение Будды? Я словно вижу в зеркале изъяны своего лица, и это ощущение растерянности вызвано силой моих нечистых видений. Тела совершающих ритуалы — это Сангха, их речь — Святая Дхарма, а их ум — подлинный Будда, поэтому в них я нахожу прибежище».

Благодаря этому все, что происходит в покинутом тобой месте, вновь станет для тебя полезным. Не забывай: очень важно иметь чистое отношение. Если тебе суждено родиться в одном из ужасных состояний, то увидев в это мгновение, что твои родственники там, в оставленном тобой месте, совершают правильные ритуалы и что вместе с ними совершают обряды духовные учителя с чистыми телом, речью и мыслю, ты испытаешь большую радость. Именно она станет причиной твоего рождения в высших состояниях, хотя ты и должен был родиться в одном из низших миров. Значит, все это будет для тебя большим благом. Очень важно не иметь нечистого отношения, но вместо этого веру, чистоту и не оставиши места для отрицательного восприятия.

О, благородный! Поскольку твое нынешнее сознание очень нестабильно, летуче и подвижно, а добродетельные или греховные восприятия очень сильны, не думай ни о какой недобродетельной эволюции и помни собственные блажие действия. Если практика добродетели не вошла для тебя в привычку, то придерживайся чистого отношения и будь предан. Молись своему архетипическому божеству и Владыке Сострадания! Собрав всю свою волю, произноси такую молитву:

Блуждаю я теперь один, без близких,
А все мои видения — это пустые образы,
Пусть будды проявят силу своего сострадания
И остановят пугающие ужасы Промежутка!

Страдаю я теперь от силы неблагой кармы,
Пусть мой Идам избавит меня от страданий!
Когда реальность сотрясается от тысяч громовых
ударов,
Пусть все они станут мантрой ОМ МАНИ ПАДМЕ
ХУМ!

Когда влекомый кармой я невижу выхода,
Пусть Владыки мирные и гневные рассеют мои
страдания!

Когда страдаю я из-за кармических влечений,
Пусть воссияет ясный свет блаженного самадхи!

Так совершай эту искреннюю молитву! Она непременно выведет тебя на путь. Твердо знай, что не будешь обманут.

Когда ты говоришь это, покойный должен осознать и узнать свет, достичь освобождения.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ТУСКЛЫХ СВЕЧЕНИЙ, ПРЕПЯТСТВУЮЩИХ ПЕРЕРОЖДЕНИЮ

Даже если это произнесено много раз, узнавание может быть затруднено из-за власти отрицательной эволюции. Великое благо повторять все сначала много раз. Назвав покойного по имени, вы должны сказать следующее:

О, благородный! Если ты до сих пор не понял что случилось, с этого момента тело, в котором ты пребывал в прошлой жизни, начнет растворяться и все яснее начнет появляться видение того тела, которое ты обретешь в будущем. Опечалившись ты и подумаешь: «Вот как я страдаю! Отправлюсь искать какое-нибудь тело!» Станешь ты метаться из стороны в сторону. Тут появятся

шесть свечений шести царств, но особенно будет ярким тот свет, в котором ты должен родиться из-за своей эволюции.

О, благородный! Слушай меня! Что такое эти шесть свечений? Возникнет тусклый белый свет богов, а также красный свет титанов, синий свет людей, зеленый свет животных, желтый свет прет и тускло-дымчатый свет адов — все они будут светить. Это шесть свечений. Поэтому цвет твоего тела будет соответствовать свету царства твоего перерождения.

О, благородный! Теперь особенно важна сущность наставлений. Созерцай тот свет, что возникнет, как Владыку Великого Сострадания! Когда этот свет возникает, придерживайся такой мысли: «Это Владыка Великого Сострадания». Это исключительно важный ключ наставлений. Это решающий момент, чтобы воспрепятствовать перерождению.

В этот момент в сознании покойного возникает одно из тусклых свечений, указывающих на царство, где он переродится. Хитрость здесь в том, чтобы не принять это свечение, не идти за ним, а отождествить его с бодхисаттвой Авалокитешварой, Владыкой Великого Сострадания (Иисус для христиан, Кришна для индусов, Пророк для мусульман, самый любимый человек для неверующих).

И снова созерцай долго и внимательно свое архетипическое божество, оно появится как магическая иллюзия, лишенная внутренней реальности. Оно называется «чистое Магическое Тело». Затем оно мгновенно растворяется, и ты ненадолго остаешься в невыразимом состоянии нераздельности ясного света и пустоты. Снова созерцай это как архетипическое божество! И снова ясный свет! Так медитируй поочередно, то на божество, то на ясный свет. Затем растворится и ум, начиная с

краев. Куда проникает сознание, туда позволь проникнуть Телу Истины. Оставайся свободным в состоянии недеяния, в состоянии Тела Истины, свободном от самости.

Приравнивая тусклое свечение одного из царств к Владыке Сострадания, здесь покойного учат более возвышенному: созерцать недвойственность высшей интеграции магического тела и ясного света. Он созерцает форму архетипического божества как магическую иллюзию, как сновидение, затем растворяет этот образ в прозрачности и созерцает ее как божество. Затем он меняет их местами, переходя к их недвойственности. Наконец он растворяет интеграцию своего субъективного осознания божества и прозрачности, созерцая недвойственность безжизненного пространства и сознания, пустоты и ясности. Затем он пребывает в непостижимой интеграции Тела Истины как интеграции пустоты и сознания, магического тела и ясного света. Тело Истины ничего не порождает, не создает, потому что оно уже есть все, актуальная реальность всего в любом возможном состоянии. Подмасамбхава снова ведет даже самое обычное существо Промежутка к наивысшей из возможных медитаций, показывая, что самым серьезным образом относится к тому, что сознание человека в Промежутке в девять раз более активно, чем его обычное грубое сознание в предыдущей жизни.

В этом состоянии перерождение предотвращается и достигается просветление.

ЗАКРЫВАНИЕ ДВЕРЕЙ В ЛОНО

Те, чья практика была слабой и неопытной, кто до сих пор не узнал свет, этого не поймут и, поддавшись

заблуждению, поспешат и по ошибке войдут в лоно. Поэтому очень важны наставления по закрытию входа в лоно. Назови покойного по имени и скажи так:

О, благородный! Если ты не понял того, что было сказано до сих пор, то сейчас благодаря своей эволюции у тебя возникает впечатление, что ты движешься вверх, вниз, на одном уровне или вниз головой. В этот миг созерцай Владыку Великого Сострадания! Помни о нем! Как говорилось прежде, появятся видения вихря, ветра, снегопада, града, тьмы и полчищ преследующих тебя людей. Ты бросишься бежать, поскольку те, кто не накопил заслуг, воображают, что бегут от места страдания, а те кто накопил, — что они достигли места благодеяния. В это время, о благородный, тебе явятся все знаки континента и места, где ты родишься. В наставлениях содержатся многочисленные и очень глубокие сведения относительно этого момента. Слушай и не отвлекайся! Хоть ты и не узнал свободу, пользуясь ключом наставлений, здесь даже самый неопытный сможет узнать свободу, если воспользуется этими ключами, так слушай же!

Сейчас чрезвычайно важен действенный способ закрытия входа в лоно. Есть два метода сделать это: остановить того, кто готов войти, или закрыть вход в лоно.

«Закрытие входа в лоно» относится к использованию искусства Естественного Освобождения — спокойное сосредоточение на присутствии архетипа или божества-покровителя, неотделимого от естественной прозрачности всех вещей — как способа вмешательства в механические процессы предполагаемого перерождения.

О, благородный (имярек)! Отчетливо представь свое архетипическое божество, кем бы оно ни было, как магическое видение, лишенное внутренней реальности,

как отражение луны в воде. Если ты не уверен в своем архетипическом божестве, то четко представь Авалокитешвару, думая: «Он Владыка Великого Сострадания!» Затем архетип исчезает, растворяясь от края к центру, и тогда без единого объекта сознания пребывай в состоянии нераздельности пустоты и ясности. Это глубокий ключ. Будды сказали, что, используя его, существо не входит в лоно. Созерцай так!

Если созерцание архетипа не остановило тебя и ты готов войти в лоно, то вот глубокие наставления по закрытию лона. Так слушай! Повторяй за мной следующие строки из «Коренных строф шести Промежутков»!

Теперь, когда я вошел в существование Промежутка,
Я сосредоточу на одном всю свою волю
И усердно увеличу импульс положительной эволюции;
Закрывая вход в лоно, вспомню способ испытать
отвращение.

Главное сейчас — это решимость и положительное восприятие.

Отбросив ревность, я буду созерцать все пары
Как своего Духовного Учителя, Отца и Мать.

Повторяй это громко и четко, запоминай. Важно размышлять над смыслом этих слов и применять их в практике. Стока «теперь, когда я вошел в существование Промежутка» означает, что в этот момент ты блуждаешь в нем. Посмотрев на воду, ты не увидишь своего отражения, твоё тело не отбрасывает тени, ведь у тебя нет тела из плоти и крови. Твоё ментальное тело блуждает в существовании Промежутка. Сейчас для тебя самое важное — сосредоточить на одном всю свою волю. Это подобно узде, сдерживающей коня. Все, на чем ты сосредоточишься, станет конкретным, поэтому не направляй свой ум на дурные дела. Вспомни Дхарму, наставления, мантры, посвящения, полученные в царстве людей и связанные с этой «Великой книгой

Естественного освобождения через понимание в Промежутке», и оживи результаты всех добрых эволюционных действий. Это очень важно! Не забудь это! Не отвлекайся! Это черта, отделяющая от вознесения вверх и низвержения вниз, это момент, когда, поддавшись лени лишь на один миг, навсегда погрязнешь в страдании. Сохраняя же сосредоточение, собрав волю, вечно пребудешь в счастье. Уверенно поддержи результат добрых действий.

Теперь настало время закрыть вход в лоно! Как сказано в «Коренных строфах»: «Закрывая вход в лоно, вспомни способ испытать отвращение». Это время пришло. Ты должен закрыть эти двери. Есть пять способов сделать это, запомни их как следует.

О, благородный! В это время у тебя возникнут видения пар, занимающихся любовью. Когда ты их увидишь, не входи между ними, но будь внимателен. Созерцай мужчину и женщину как учителя с супругой, Отца и Мать. Мысленно простершись перед ними, сделай воображаемое подношение! Ощущи почтение и преданность! Если сосредоточишься на этих мыслях со всей твердостью, собрав все свои силы, вход в лоно непременно будет закрыт. Но если даже, поступив так, ты не сможешь закрыть его и все равно будешь стремиться войти, созерцай учителя в союзе с супругой как свое архетипическое божество или как Владыку Великого Сострадания в союзе с супругой, Отца и Мать. Затем с великой преданностью проси у них духовных достижений и мысленно сделай им подношения. Так ты закроешь вход в лоно. Если же тебе это не удается и ты все равно будешь стремиться войти, есть третье учение: наставления, устраниющие желание и отвращение. Есть четыре способа рождения: из яйца, из чрева, чудесное рождение и рождение от тепла и влажности. Рождение из яйца и из чрева похожи. Как уже было сказано ранее, тебе предстоит увидеть существа мужского и женского пола, занятых любовью. В этот момент в силу

привязанности и отвращения ты войдешь в лоно и потому можешь родиться лошадью, собакой, человеком и т. п. Если тебе предстоит родиться существом мужского пола, у тебя возникнет ощущение принадлежности к этому полу, ревность и сильная ненависть к отцу и привязанность к матери. Если же предстоит родиться существом женского пола, то будешь ощущать принадлежность к нему, и в тебе возникнут зависть и сильная ревность к матери, страсть и привязанность к отцу. Обусловленный этим, ты пойдешь по пути в лоно. Ты испытаешь оргазмическое блаженство, когда сольются белая и красная капли, и от этого состояния счастья сознание исчезнет. Твое тело пройдет через стадии эмбриона, такие как: кремообразное, желатинообразное и т. д. Наконец, ты будешь рожден из материнской утробы. Ты откроешь глаза и обнаружишь, что стал щенком. Теперь ты уже не мужчина, как прежде, а собака. Ты будешь терпеть страдания в собачьей конуре, в свинарнике или в муравейнике, или в клубке червей, либо родишься теленком, козленком или ягненком. Нет возврата из тупости и невежества нового состояния, а значит, тебе придется выносить всевозможные страдания. Так, перерождаясь в адах, в царстве прет, блуждая по кругу шести царств бытия, ты будешь терзаем неизмеримыми страданиями, одинаково сильными и страшными. Увы, увы! Это поистине страшно. Те, кто лишен святых наставлений духовного учителя, низвергнутся в бездну жизненного цикла, их будут мучить невыносимые и бесконечные страдания. Поэтому слушай то, что я скажу! Держи в памяти мои наставления:

Закрывая вход в лоно, вспомни способ избежать отвращения.

Главное сейчас — это решимость и положительное восприятие.

Отбросив ревность, я буду созерцать все пары
Как своего Духовного Учителя, Отца и Мать.

Как и прежде, если тебе предстоит родиться мужчиной, ты испытываешь влечение к матери и ненависть к отцу, если женщиной — любовь к отцу и ненависть к матери, и ты почувствуешь, что в тебе появляется ревность. Есть глубокое наставление для этого момента.

О, благородный! Когда возникает страсть и ненависть, размышляй так: «Увы! Такое создание отрицательной эволюции, как я, будет блуждать в жизненном цикле под влиянием страсти и ненависти. Если я и дальше буду настаивать на страсти и ненависти, то продлю свои бесконечные блуждания в океане несчастий. Теперь я должен полностью отбросить похоть и неприязнь. Увы! Никогда больше не буду я следовать страсти и ненависти, но постараюсь сохранить глубокую сосредоточенность ума». Тантры утверждают, что эта медитация закрывает вход в лоно.

О, благородный! Не отвлекайся! Собери всю свою волю и однозначно сосредоточь свой ум! Если же и теперь вход в лоно не закрылся и ты вот-вот войдешь в него, то закрой его наставлением о нереальности магической иллюзии. Размышляй так: «Мужское и женское, отец и мать, буря и ураган, гром, ужасающие видения — все феномены естественно подобны магическим иллюзиям. Как бы они не возникли, они нереальны. Все вещи неистинны и ложны. Подобны миражу. Непостоянны. Не вечны. Зачем же тянуться к ним? Зачем страшиться и ненавидеть их? Это значит видеть ничто как нечто. Все это ничто иное, как видения моего ума. Сам ум иллюзорен и не существует изначально. Так куда же и откуда они идут? В прошлом я этого не понял и считал существующим то, что не существует, реальным то, что таковым не было. Я принимал иллюзию за истину, поэтому я и блуждаю до сих пор в жизненном цикле. Если я и сейчас не пойму, что все это — иллюзия, то буду и далее блуждать в жизненном цикле, погрязая в трясине всевозможных страданий. Все это подобно сну, иллюзии, эху, миражу, отражению, оптической иллюзии,

отражению луны в воде. Лишено даже мгновенного истинного состояния, определенно нереально и ложно».

«Истинным состоянием» называется такое, что существует посредством внутренней реальности. Если бы вещи не были пусты, если бы они существовали благодаря фиксированной, абсолютной, подлинной сущности, то она могла быть обнаружена пытливым сознанием искателей истины, и эти вещи обладали бы «истинным состоянием». Непреднамеренная привычка всех существ — считать, что вещи имеют такой статус. Когда мы видим какую-то вещь, нам кажется, что она существует сама по себе, как независимо установленная вещь-в-себе. Это привычное восприятие называется нашей «истинной привычкой». Она эквивалентна нашему незнанию, корню омраченного существования. Ключевое прозрение Будды заключается в том, что все вещи лишены такого истинного состояния, а привычка ведет нас к заблуждению. Переживание этого называется мудростью и является противоядием от нашего обреченного погружения в жизнь. Свобода от «истинных привычек» не означает, что наше сознание уничтожается. Оно лишь становится менее жадным, менее доминирующими, позволяя вещам быть относительными, текучими, подобными сновидению; оно не сковывает их заранее установленными жесткими категориями. Это самое возвышенное учение. Хотя оно не сложно, но все же представляет эмоциональный вызов, избавляя привычное восприятие истинного состояния вещей от страха уничтожения. Падмасамбхава вновь использует здесь возвышенное учение для существ Промежутка, полагаясь на их исключительную восприимчивость, девяностократно усиленный разум и уникальную возможность.

Размышляя так и сосредоточившись на этой единственной мысли, ты все поймешь и, если удержишь в уме ее смысл, избавишься от глубоко укоренившейся привычки к самости. Если ты искренне понимаешь космическую нереальность, вход в лоно, безусловно, будет закрыт.

Если же ты, следуя этим наставлениям, еще не освободился от истинной привычки, вход не будет закрыт, но тогда есть один глубокий метод.

О, благородный! Ты следовал наставлениям, но не смог закрыть вход в лоно, теперь воспользуйся пятым способом — созерцай ясный свет. Вот как нужно медитировать: «Все вещи — это мой собственный ум. Этот ум есть пустота, свободная от созидания и разрушения». Направь свой ум таким образом — просто и без ухищрений, как вода вливается в воду. Позволь уму покойиться в его собственном истоке, собственном состоянии. Дай ему расслабиться, и тебе обязательно удастся закрыть вход для каждого из четырех видов рождения. Так размышляй, все больше усиливая сосредоточение, пока вход не закроется.

До сих пор ты получал много подлинных и глубоких наставлений, помогающих закрыть вход в лоно. Не может быть, чтобы человек, каковы бы ни были его способности — высшие, средние или низшие, — их не понял. Сознание покойного в Промежутке имеет космическую форму ясновидения, поэтому оно слышит все, что ему говорят. Даже глухие и слепые обладают всеми чувствами и могут все понять. Объятые страхом, они не отвлекаясь слушают все, что им говорят. Их сознание не опирается на плотное тело, им легко управлять и вести куда пожелаешь. Разум становится в девять раз понятливее, и если человек при жизни по причине своей эволюции был глуп, сознание его все более проясняется. В Промежутке существа имеют способности и условия, необходимые для

практики любого учения, и этот метод помоици покойным приносит большую пользу. А потому очень важно, чтобы «Книга Великого освобождения» читалась исправно в течение сорока девяти дней. Если покойный не освободится посредством одного метода, то воспользуется другим. Вот почему так много разных наставлений.

ВЫБОР ХОРОШЕГО ВХОДА

И все же есть множество существ, которые не имеют большого опыта в практике добродетели и с самого начала предрасположены к дурному, а многочисленные грехи и глубокое невежество не услышали предыдущие наставления и не освободились. Если вход в лоно так и не был закрыт, то теперь следует дать им наставления по выбору благого входа. Сначала читают молитву о помоици буддам и бодхисаттвам, принимают прибежище в Трех Драгоценностях и вызывают дух просветления. Затем, трижды назвав покойного по имени, произносят следующее:

О благородный (имярек)! Слушай меня, покойный! Хотя ранее тебе были объяснены многие методы, ты их не понял. Теперь, если вход в лоно не закрыт, настал момент принять новое тело. Существует много разных подлинных и глубоких наставлений о выборе лона. Запомни их! Собери как следует волю, слушай и поптайся понять!

Инструкции по выбору лона полны аллюзий с древней буддийской космологией, в которой планета состоит из четырех основных континентов, расположенных вокруг осевой горы, и восьми малых континентов. Все это находится в океане, окруженном кольцом железных гор. Царство прет и ад

находятся глубоко под горой, а многие небесные царства высоко на склонах горы. Эту картину можно соотнести с современной космологией круглой планеты, считая земную ось осевой горой, а континенты, разбросанные по глобусу, — ее окружением. Можно счесть Видеху, восточный континент древней космологии, Океанией, включая Японию, Филиппины, Индонезию, Микронезию и Полинезию, вплоть до Новой Зеландии и Австралии; Джамбудвину, южный континент, считать Азией в целом, хотя иногда это название относят только к Индийскому субконтиненту; западную Годанию — Средним Востоком, Европой и Африкой; а северную Куру — древними Америками. Все это рассматривалось в древности как бы из центра, из Индии, в те времена места мирного, где жизнь была долгой и благополучной, но где было мало возможностей для достижения конечного освобождения.

О, благородный! Теперь возникнут признаки и черты континента, где ты родишься. Узнай их! Ты должен выбрать себе континент по приметам. Если тебе предстоит родиться на востоке в Видехе, ты увидишь озеро с утками и селезнями. Тогда вспомни метод испытания отвращения. Если родишься там, найдешь полное благополучие, но это континент, на котором Дхарма не распространяется. Не ходи туда. Если тебе предстоит родиться в южной Джамбудвипе, то увидишь красивые и привлекательные дома. Если хочешь, пойди туда. Если предстоит родиться в западной Годании, увидишь озеро с конями и кобылицами. Вернись назад. Не ходи туда, это нечистый континент, хотя там большие богатства. Дхарма там не распространяется, не ходи! Если собираешься родиться в северной Куру, увидишь озеро с деревьями на берегах, с коровами и быками. Узнав по приметам место своего возможного рождения, не ходи

туда. Хотя жизнь там долгая и много добра, Дхарма там тоже не распространяется. Не ходи туда!

Если тебе предстоит родиться среди богов, ты уви-дишь храмы, строения из разнообразных драгоценных камней, очень приятные на вид, то можешь войти туда. Если тебе предстоит родиться среди титанов, ты уви-дишь густой лес, приятное место, и увидишь что-то вро-де вращающихся огненных кругов. Ни за что не входи туда, вспомни способ испытать отвращение. Если тебе предстоит родиться животным, ты увидишь пещеры, скалы, хижины. Не ходи туда! Если тебе предстоит вой-ти в мир прет, ты увидишь обломки деревьев, темные волны или ущелья, провалы между скалами либо уви-дишь все несколько мрачным. Если пойдешь туда и ро-дишься претой, испытаешь разнообразные муки голода и жажды. Ни в коем случае не ходи. Вспомни способ испытать отвращение. Найди мужество удержаться! Если же тебе предстоит переродиться в адах, ты услы-шишь песни отрицательной эволюции и почувствуешь себя беспомощным, то будешь вынужден туда войти. Появятся мрачная местность, черные дома и белые до-ма, остров мрака, красные дома и черные дороги. Если пойдешь туда, окажешься в преисподней и будешь стра-дать там от невыносимых жары и холода. Ты никогда не сможешь бежать оттуда. Приложи все силы, чтобы не попасть туда! Ни за что не ходи туда! Сказано: «За-крой двери лона и помни об отречении!» Настало вре-мя, когда это необходимо.

Кажется Падмасамбхава уже отказался от по-пыток избавить существо Промежутка от обычно-го жизненного цикла, отправив его в прозрачность ясного света, и согласился с его будущим переро-ждением. Когда он указывает покойному: «Не хо-ди туда!», имея в виду ужасные состояния, он взы-вает к решительному акту воли и мужества, когда умерший найдет в себе силы отвергнуть такую

ужасающую перспективу. Однако он вполне признает, что существо Промежутка подхвачено потоком привычных влечений и эволюционных сил и не сможет легко изменить направление своего движения без героических усилий.

О, благородный! Хотя ты можешь не захотеть двигаться, поскольку ты будешь совершенно беспомощен и палачи эволюции будут тебя преследовать, ты все же войдешь, не в силах сопротивляться. Палачи эволюции и убийцы потащат тебя вперед, тебе явятся видения тьмы, ураганов, бурь, огромных водоворотов, ужасных ударов грома, снега и дождя, града, снежных выног, которые обратят тебя в бегство. Убегая в панике, ты будешь искать убежище и почувствуешь себя в безопасности в упомянутых ранее красивых домах, пещерах, впадинах, в лесной глуши, в цветках лотоса. Спрятавшись там и опасаясь даже мысли о выходе, ты решишь не покидать это убежище и, пребывая в страхе, будешь испытывать сильную привязанность к этому месту. Ты будешь бояться встречи с ужасами Промежутка и, испуганный, будешь продолжать прятаться внутри, принимая тело, возможно, несчастное, и испытывая всевозможные страдания. Это знак того, что тебе мешают демоны и злые духи. На этот случай существуют глубокие и очень важные ключи наставлений, так держи их в памяти!

Чемчок Херука — это самое сильное архетипическое божество старых тантр времен Падмасамбхавы. Его наиболее сложная форма имеет много голов, рук и ног и представляет просветление в его ваджрной ипостаси и победу над вселенским злом. Хаягрива — это гневный, темно-красный вид Владыки Сострадания, Авалокитешвары, легко узнаваемый по маленькой зеленой лошадиной голове на его макушке. Ваджрапани — это темно-синий

гневный бодхисаттва, считающийся воплощением силы всех будд, имеющий много разных форм, использующихся практикующими при созерцании. Здесь этих самых могущественных архетипических божеств призывают, чтобы обеспечить шоковое вмешательство и замедлить движение существа Промежутка к перерождению; не для того, чтобы достичь освобождения, а найти короткий путь к смене направления и выбрать лучшее перерождение. Те, кто не имеет опыта работы с архетипическими божествами, могут в этот момент призывать самого могучего серафима или херувима, кого-то обладающего огромным могуществом, грозного и способного стать благодетельным защитником человека.

О, благородный! Божества царств созерцания порождаются силой самадхи. Большинство демонических типов, таких как преты, меняют свой облик в Промежутке, являя разные магические трансформации тел прет, демонов и голодных духов. Они являются тебе, превратившись именно в такие ментальные тела. Есть преты подземного мира, небесных царств — всего восемьдесят тысяч видов вредоносных сил, которые преобразили свое существо в такое ментальное тело и теперь блуждают. В такой момент лучше всего — удержать присутствие Великой Печати в состоянии пустоты. Если ты не можешь это сделать, постарайся воспринимать все как иллюзию. Если и это тебе не удастся, не создавай в уме никакой привязанности и созерцай великое сострадательное архетипическое божество и достигнешь просветления в Теле Блаженства в Промежутке.

«Царства созерцания» — это четыре бесформенные типы небес: бесконечное пространство, бесконечное сознание, абсолютное ничто и четвертое — за пределом сознания и бессознательного. В этих

царствах существо рождается божеством просто сосредоточением в самадхи. Даже низкие существа, такие как преты и разные типы демонов, достигают воплощения, изменения свой облик. Здесь Падмасамбхава предостерегает умершего от неосторожности при использовании воображения, понимая, что тот может стать тем, чем захочет. Он напоминает тем, кто практиковал Тантру архетипического божества, что нужно призывать его в этот решающий момент.

О, благородный! Если в силу эволюции ты вынужден войти в лоно, сейчас тебе будет дано объяснение, как выбирать вход, послушай! Входи не через любой вход. Если приближаются демонические палачи, а у тебя не хватает сил, чтобы сопротивляться, созерцай Хаягризу. Поскольку теперь ты вооружен тонким ясновидением, узнай одно за другим все места, возникающие перед тобой, сосредоточься, чтобы выбрать! Есть два метода: перенести сознание в чистые земли или выбрать лоно, чтобы родиться в нечистом жизненном цикле. Теперь тебе следует практиковать так:

Если ты принадлежишь к наиболее разумному типу людей, то соверши перенос души в царство дакини, рассуждая следующим образом и контролируя свои намерения: «Увы! В печали пребываю я на протяжении бесчисленных калын в болоте жизненного цикла, а ныне устал вновь и вновь выбирать дорогу перерождений. Многие до меня обрели просветление, а я еще не освободился! Отныне я буду испытывать тошноту, страх, отвращение к перерождению. Сейчас самое время бежать от него. Я хочу чудесным образом родиться в счастливом западном царстве чистой земли Сукхавати в присутствии будды Амитабхи, в цветке лотоса». Здесь важно сделать большое усилие, собрать всю свою волю на пути к чистому западному миру Сукхавати. В какую бы чистую землю ты не верил, будь то Сукхавати будды

Амитабхи; или Абхирати, блаженная земля Акшобхы; или Гханавьюха, чистая земля Вайрочаны; или Алакавати, земной рай Вайшраваны; или Поталака, земной рай Авалокитешвары; или светлый лотосный дворец Падмасамбхавы в Удияне, направь всю свою волю на желанное для тебя царство, и ты немедленно переродишься в той чистой земле. Если же ты хочешь оказаться перед Майтреей в небесах Тушита, думай так: «Поскольку пришло время приблизиться к стопам Владыки Дхармы Майтреи в небе Тушита, в этот момент Промежутка я сделаю так, чтобы пойти туда!» Ты чудесным образом переродишься в сердцевине лотоса в присутствии Майтреи.

Миры чистых земель — это вселенные, существующие в далеких измерениях, хотя существо Промежутка, обладая волшебной силой передвижения в своем ментальном теле, и по милости сострадания будд и бодхисаттв, может добраться до них со скоростью мысли. Сукхавати, Абхирати и Гханавьюха — это небесные буддийские миры. Самый известный из них — Сукхавати. В некоторых важных сутрах даются его подробные описания. Рождаются там из бутонов лотоса, имеют ангелоподобные тела без половых различий, потребляют энергию из атмосферы, не нуждаясь в пище и выделении. Земля из драгоценностей и необычайно красива, нет опасностей и несчастий. Будда всегда присутствует там, и все могут медитировать с чрезвычайной легкостью. Поэтому окружение идеально подходит к духовному развитию обитателей, с точки зрения роста мудрости. С другой стороны, наша собственная вселенная считается миром Будды Шакьямуни и называется Саха. В «Вималакирти-сутре» сказано, что она даже более пригодна для духовной эволюции, чем небесные буддийские миры, из-за неизбежности страдания

и присутствия учения. Существа нашего мира могут быстро развивать и сострадание, и мудрость, ибо чувствительность к страданию других требует для своего развития близости к этому страданию.

На земле тоже есть райские обители для просветления, поддерживаемые полем сострадания определенных бодхисаттв, божеств, архетипов или йогов. Вайшравана — это божество, ставшее буддийским при жизни Шакьямуни. Его царство, Алакавати, находится возле Северного полюса и известно своими богатствами (Вайшравана — это, вероятно, «Санта Клаус» популярного буддийского мифа. Поталака находится на западном побережье Южной Индии, скрытая на вершине священной горы. Это обиталище бодхисаттв Авалокитешвары и Тары со свитой. Удияна расположена где-то в Афганских горах и представляет собой резиденцию свиты Падмасамбхавы. Позднее в тибетском мифе она перенесена на Зангдог Пелри (Рай Медной горы), куда-то в юго-восточную Индию. А Майтрея, следующий будда, который сойдет на землю в будущем, обитает в Судхарме, известном Рае Учения, который находится на небе Тушита, «нормальном» небе царства страстных желаний, где состязаются боги удовольствий).

Буддийские йоги иногда отправляются в одну из этих чистых земель, чтобы отдохнуть от царств обычной жизни. Большей же частью они отказываются от подобных отпусков, потому что не хотят терять времени в своем эволюционном странствии к полному просветлению, когда они сами смогут создавать буддийский рай для спасения других. За один день в таком раю в обычных мирах могут пройти годы, а бодхисаттвы не могут бросать живых существ в их страданиях на столь долгое время.

Однако если ты не сумеешь это сделать и захочешь войти в лоно, то при необходимости есть еще метод выбора входа в лоно в нечистом перерождении. Слушай же! Как уже было сказано, благодаря способности ясновидения, ты выберешь место, в котором переродишься. Ступи на землю, где распространяется Дхарма. Необходима осторожность, ибо даже собравшись родиться в куче грязи и почувствовав зловонный запах, ты можешь испытать привязанность и тогда действительно родишься там. Поэтому, какие бы ни возникли образы, не привязывайся к ним, не испытывай ни влечения, ни отвращения. Затем выбирай хорошее лоно. Очень важно направить волю к такому намерению: «На благо всех живых существ я перерожжусь властелином мира или в семье брахманов, чтобы дать укрытие всем существам подобно тени огромного дерева, или стану сыном святого, йога или в роду незапятнанной линии преемственности учения, или в семье благочестивых родителей. Я приму тело, наделенное заслугами, способное совершать добро на благо всех живых существ, и буду совершать деяния ради них». С такой мыслью и желанием войди теперь в лоно. Благослови лоно, в которое входишь, как местопребывание божеств и призови будд десяти направлений, бодхисаттв, архетипических божеств и особенно Владыку Великого Сострадания, дабы они укрепили тебя. Проси, чтобы они дали тебе посвящение, и войди в лоно! Но даже в этом случае есть опасность ошибиться в выборе.

Лоно следует визуализировать как дворец мандалы, идеальное окружение для роста тела, ориентированного на просветление. По сути дела, все дворцы мандал или безмерные дворцы сознательно выстраиваются как лоно для архетипических божеств. Поэтому здесь ментально развитое и творческое существо Промежутка получает наставление по выстраиванию своего будущего лона, опти-

мально приспособленного для его роста. Вход в него должен рассматриваться как помазание на царство.

Под влиянием эволюции есть опасность принять плохое лоно за хорошее или хорошее за плохое. Поскольку в этот момент очень важен метод выбора, поступай так: если возникает видение входа в хорошее лоно, не привязывайся к нему; если возникает видение входа в плохое лоно, не отвергай его! Главный метод, глубокий и подлинный, — войти в великое состояние беспристрастности, вне привязанности и отвращения, где нет ни хорошего, ни плохого, ни принятия, ни отвержения. Но, за исключением немногих опытных в практике людей, остальные, даже при всем старании, будут испытывать трудности, расставаясь с болезнью неблагих эволюционных наклонностей. Вот подлинно глубокие ключевые наставления.

Смысл этого заключен в том, чтобы существо Промежутка входило в лоно, но не попадало под влияние эмоциональных пристрастий, похоти, ненависти или неведения. Это важно для сохранения бдительности по отношению к подлинной природе этого места, чтобы не совершить фатальной ошибки, приняв перерождение в ужасной жизненной форме.

ПРИНЯТИЕ ПРИБЕЖИЩА В ТРЕХ ДРАГОЦЕННОСТЯХ

Если человек, не способный освободиться от привязанностей и отвращения, собирается найти убежище среди существ низких, отягченных неблагими действиями, таких как животные, есть еще один способ вернуть его назад. Снова называя покойного по име-

ни, которое он носил при жизни, повторяют следующие слова до семи раз:

О, благородный! Раз ты не можешь выбрать вход в лоно, ты не способен пребывать вне привязанности и отвращения. Какие бы из названных видений не появились перед тобой, обратись к Трем Драгоценностям и найди в них прибежище. Молись Владыке Великого Сострадания! Вооруженный этими учениями, следуй с высоко поднятой головой! Пойми, что ты находишься в Промежутке! Оставь привязанность к своим близким, сыну, дочери, друзьям! Они уже ничем не могут тебе помочь. Войди теперь в синий свет человеческого царства и белый свет божественного! Войди в прекрасные дома из драгоценностей, войди в сады радостей!

Повторив это до семи раз, молись буддам и бодхисаттвам и семь раз читай «Молитву о прибежище от всех ужасов», «Коренные строфы шести Промежутков» и «Молитву об избавлении от испытаний Промежутка». Затем громко и четко читай «Освобождение ношением, Естественное Освобождение тела». Читай также «Практику Дхармы, Естественное Освобождение от влечений».

Все упомянутые здесь молитвы включены в часть II, главу 5. «Практика Дхармы» включена в главу 7, первой из дополнительных переводов. «Освобождение ношением» для данного издания не переводилось. Как упоминалось выше, в ней содержатся мантры, которые кладут в амулеты, одеваемые на мертвое тело, или читаемые вслух.

Если ты выполнишь эти практики должным образом, то йог или йогини, осуществившие высокие реализации, преуспеют в переносе души в момент смерти, им не придется блуждать в Промежутке, они осво-

бодятся на великом прямом пути. Люди менее искушенные узнают реальность ясного света после Промежутка момента смерти и достигнут просветления на великом прямом пути. Другие же, менее опытные, сумели, тем не менее, при жизни обрести непрерывность благих заслуг в силу качеств, соответствующих непрерывности их благих деяний и способностям, с помощью того или иного полученного ими наставления обретают просветление в Промежутке реальности мирных и гневных божеств. Существует много разных стадий, следующих одна за другой, но, чтобы освободиться, достаточно узнать лишь одну из них.

Однако те, у кого слабое эволюционное предназначение или отрицательный эволюционный импульс грехов и омрачений, могут снова уйти вниз в существование Промежутка. Поскольку существуют разные методы, позволяющие обрести понимание, уровни, подобные ступеням лестницы, человек в любом случае сможет узнать, прибегнув к одному или другому из них, и достичь, наконец, освобождения. Для тех, кто имеет слишком слабое предназначение и не узнал ясный свет, кто оказывается во власти страха, есть ряд способов закрыть вход в лоно или выбрать его. Если не удастся сделать это одним способом, можно попробовать другой. Сумев же сосредоточиться, любое существо обретает безмерные добрые качества более высоких стадий. Даже самые низкие существа с животными наклонностями могут выбраться из ужасных состояний, сумев найти убежище и применить метод взращивания отвращения, обретают желаемое состояние, то есть драгоценное человеческое воплощение. В следующей жизни они найдут учителя, который станет для них духовным другом, и получив от него учение, достигнут освобождения.

Если это учение доступно в существовании Промежутка, то наставления могут усилить воздействие положительной эволюции, как канавка для орошения

поля приводит на него воду. Невозможно, чтобы люди, даже отягченные грехами, не освободились с помощью этого учения. Это объясняется тем, что в Промежутке встреча с состраданием всех будд, а также мирных и гневных божеств, а также встреча с демонами и вредоносными силами происходит одновременно. Поэтому понимание этого учения в нужный момент может полностью изменить восприятие и привести покойного к освобождению. Кроме того, осуществить такую трансформацию легко, поскольку ментальное тело свободно от тела из плоти и крови. Даже если душа далеко забрела в Промежутке, то благодаря тонкому эволюционному ясновидению она в состоянии видеть и слышать, а потому приходит на зов. Обладая памятью и пониманием, она обретает способность мгновенно воспринимать, а это огромное благо. Это подобно ускоряющему механизму. Ментальное тело человека в обычной жизни похоже на огромное бревно, которое не сдвинуть и сотне людей, а в Промежутке это бревно плавает в воде и его легко доставить куда нужно. Также можно уподобить это поводьям, с помощью которых управляют лошадью.

Поэтому друзья покойного должны идти в его дом и, не потревожив тела, читать это Учение и молитвы до тех пор, пока из ноздрей умершего не покажутся кровь и гной. Из преданности этому Учению нельзя приносить в жертву животных ради блага умершего. Ни друзьям, ни родственникам нельзя плакать и причитать над трупом. Следует совершать как можно больше благочестивых поступков.

Помимо «Великой книги Естественного освобождения» следует также читать все связанные с ней учения, по завершении наставлений о пути, потому что все они превосходны. Нужно при жизни читать вслух и заучивать, проясняя для себя смысл слов и понятий, чтобы, оказавшись при смерти или заметив признаки приближения смерти, самому произносить слова этих

учений и размышлять о них, если позволит состояние здоровья. Если же это невозможно, следует поручить чтение текстов учения и молитв друзьям. Тогда покойный непременно освободится.

Это Учение не требует медитации и обширной практики. Эти глубокие наставления освобождают уже благодаря тому, что их слышат, читают и уважают. Они ведут по тайному пути даже великих грешников, если не забывать слова и их смысл, даже тогда, когда тебя преследует семь гончих. Даже будды прошлого, настоящего и будущего не смогли бы найти наставлений по достижению совершенного просветления в момент смерти лучших, чем эти.

Так заканчивается наставление о Промежутке для существ, обладающих телом, его глубочайшая сущность — «Великая книга Естественного освобождения через понимание в Промежутке».

ХАА ТХВА ТХВА ГЬЯ ГЬЯХ

Мы добрались до конца этого путешествия, надеясь, что помогли покойному достичь освобождения или, что более вероятно, достичь благоприятного перерождения, если умерший не занимался практикой преодоления Промежутка при жизни. В любом случае согласно мировоззрению «Книги Естественного освобождения» мы можем рассчитывать на дальнейшее взаимодействие с нашим родственником или другом. Если он достиг освобождения, он сознательно воплотится, чтобы помочь нам и другим «материнским существам» выбраться из наших кризисов и достичь радости свободы, мудрости и сострадающего взаимодействия. А если он достиг благоприятного перерождения, он окажется в тех же обстоятельствах, что и мы сами, или в условиях будущей жизни, и мы

продолжим развивать лучшее в наших отношениях, независимо от того, узнаем мы друг друга или нет.

Сосредоточиваясь на искусстве преодоления Промежутка, мы должны укреплять свою решимость готовиться к тем временам, когда оно понадобится нам самим. Нам следует отвести время, чтобы вместе с единомышленниками, «друзьями Дхармы» перечитывать это учение раз в месяц или чуть реже, ментально предлагая свою помощь тем, кто умер за этот промежуток времени, знали мы их или нет. Мы должны больше узнать о «Йоге трех тел учителя» и «Самоосвобождении через обнажающее внимание — прямое введение в ригпа». Если возможно, следует выучить наизусть молитвы или, по крайней мере, внимательно их читать. Нужно размышлять над текстом «Практика Дхармы», изучая семейства будд, развивая в себе чувство близости, даже сродства с архетипическими божествами, мирными и гневными. Нам следует больше читать буддийскую литературу, особенно «Джатаки» (рассказы о прошлых рождениях Будды), описания чистых земель и биографии просветленных святых. Если же мы исповедуем не буддизм, а иную религию, нам нужно изучить иконографию ее божеств, ангелов и святых, потому что подобные образы есть в любой религии. Следует развивать чувство близости к Великой Матери или Аврааму, Моисею, Иисусу, Мухаммаду, Конфуцию, Лао Цзы, Раме, Кришне, Шиве или их святым последователям. Если мы не верим ни во что нематериальное, нам все же стоит испытывать теплые чувства ко всем божественным и сверхчеловеческим существам, которые могут помочь нам не испугаться в том случае, если вместо ожидаемого небытия после смерти столкнемся с сохранением сознания и встретим кого-нибудь.

Кроме того, «Книга Естественного освобождения» нужна нам для того, чтобы мы не чувствовали себя подавленными, сталкиваясь со смертью. Если умирает близкий человек, нам следует превратить нашу скорбь в активную помощь, оставаясь веселыми и жизнерадостными, а не погружаясь в рыдания и причитания (эти чувства, помимо всего прочего, — культурно обусловленная, условная реакция). Испытывая подобные чувства, мы показываем оставшимся в живых свое чувство вины, боясь столкнуться лицом к лицу с собственным одиночеством. Мы можем принять свидетельство «Книги Естественного освобождения» о том, что наша скорбь лишь пугает и отвлекает душу покойного, мешает ему благополучно преодолевать Промежуток. Душа — это самый важный гость в момент смерти и на похоронах, она находится на самом решающем этапе своего жизненного цикла, а положительные или отрицательные воздействия определят ее судьбу на долгие годы в будущей жизни. Поэтому, имея дело со смертью, давайте будем уважать дух «Книги Естественного освобождения» и, по крайней мере, делать необходимое в нужное время. Пусть все пребывают в счастье и благополучии!

Часть III

ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ ПЕРЕВОДЫ

ПРАКТИКА ДХАРМЫ. ЕСТЕСТВЕННОЕ ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ВЛЕЧЕНИЙ

Искусство языка: тишина, открытие и молчание

Две следующие главы предназначены для тех, кто хочет предпринять долговременные систематические усилия для подготовки к практике промежуточного состояния.

Практика Дхармы — это созерцательная визуализация всего собрания ста мирных и гневных божеств, размещенных в теле созерцателя. Ее следует повторять почаще, пытаясь представить каждое божество, его облик, украшения, позу и т. п. С течением времени эти образы будут становиться все более близкими. При желании добиться значительного прогресса нужно отыскать опытного учителя, получить посвящение и дальнейшие наставления. Я полагаю, что этот метод может служить моделью для практикующего любой религиозной традиции, чтобы призвать божества, ангелов и символы, расположить их в определенном порядке по отношению к тонким структурам тела человека и чтобы глубже и отчетливее их представить.

Эта практика — систематическая визуализация, созерцание, нацеленное на развитие положительного отношения к мирным и гневным божествам учения Естественного освобождения. Ее смысл заключается в том, чтобы заменить отрицательные влечения к похоти, ненависти, неведению и т. д. на положительные устремления к щедрости, любви и мудрости, персонифицированные в образах архетипических божеств.

Человек, озабоченный проблемой смерти и желающий подготовиться к использованию «Книги Естественного освобождения» с наибольшим эффектом, должен регулярно заниматься этой визуализацией. Конечно, в идеале следует найти учителя, получить посвящение и подробные инструкции, чтобы созерцание проходило на должном уровне. Считая, что читатель всего этого еще не сделал, я включил в книгу этот метод, чтобы дать некоторое представление о том, как в дальнейшем нужно будет готовиться к использованию «Книги Естественного освобождения». Этот текст насыщен упоминаниями различных божеств, их облика и атрибутов. Если бы я комментировал символическое значение каждого из них, эта практика составила бы целую книгу. Поэтому здесь представлены только немногочисленные пояснения. Точное понимание всех подробностей придет в процессе вашего дальнейшего изучения данного предмета.

Благоговея, оказываю почтение

Всем достигшим освобождения в Промежутке,
Собранию ста священных семейств будд,
Собранию мирных всеблагих и гневных божеств Чемчока,
Пусть все живые существа пребывают в реальности Трех Тел!

Пусть обладающие благой кармой и имеющие Учителей,
Созерцают и повторяют, ничего не забывая,
Эту блестящую практику Дхармы, союза мирного и гневного!

Десять ветвей накопления заслуг

Все тибетские созерцательные практики начинаются с какой-то версии этих десяти ветвей: 1) прибежище, 2) призывание, 3) приглашение, 4) приветствие, 5) подношение, 6) исповедь, 7) восхваление, 8) испрашивание учения, 9) просьба присутствовать и

10) пожелание. Все эти деяния могут быть физически осуществлены в течение всех жизней практикующего. При созерцании практикующий повторяет их в своем воображении, чтобы внедрить подобный образ действий в поток сознания. Их повторяют в воображаемом присутствии всех божеств на обширном поле прибежища в пространстве, часто их представляют в виде драгоценных плодов, растущих на гигантском дереве, исполняющем желания, известном как «поле прибежища».

Представьте в пространстве перед собой поле Прибежища, Три Драгоценности и Сто Семейств буддийских божеств. Произносите следующие слова:

Прибежище

ОМ А ХУМ

Поклоняюсь и прошу дать Прибежище!

О, мирные и гневные блаженные Победители,

Три Драгоценности и Идамы,

Вместе с океаном дакини и клятвенным собранием,

В превосходных царствах в пределах пространства

Не оставьте меня до полного просветления!

ОМ А ХУМ — это семенная мантра, представляющая тело, речь и мысль просветленных существ. Все призываляемые здесь божества уже знакомы читателю, за исключением «клятвенных». Это главным образом «мирские» божества племен и отдельных местностей когда-то в прошлом укрупненные Буддой или великими йогами и поклявшиеся служить защитниками практикующих учения мудрости и сострадания.

Призыв

Из просторов и глубин царства реальности

Возникают тела мудрости, умения и сострадания.

Пусть благостные мирные и гневные божества трех времен
Явятся сюда ради спасения всех живых существ!

Приглашение

В чистой сфере свободы,
На драгоценных львиных и других тронах,
На дисках солнца и луны
Воссядьте с незамутненной великой радостью!

Божеств приглашают сесть на драгоценные троны, на сиденья солнца и луны, состоящие из лучающейся энергии.

Приветствие

В тайном месте Всеблагой Госпожи
Нерассеиваемое блаженство Всеблагого Владыки
Творит собрание мирных и гневных божеств.
Отцы и Матери со своими Детьми,
Всем им поклоняюсь!

Как способ восхваления просветленных божеств здесь просветленная вселенная видится содержащейся в капле семени божественного Отца, Всеблагого Будды, находящейся в совершенном равновесии в тайном месте Всеблагой матери, которые проявляют свою творческую силу в формах всех ста божеств мирного и гневного собрания.

Подношение

Побеждающему океану мирных и гневных блаженных Владык
Неизмеримые внешние, внутренние и тайные подношения,
Поставленные и представленные в уме,
Преподношу ради спасения всех! О, примите их!

Нужно представить в пространстве перед собой всю вселенную, наполненную огромными обликами подношений, сладкими водами, духами, благовониями, деликатесами, драгоценностями, одеяниями, светом, эликсирами и любыми прекрасными вещами, какие только можно вообразить. Внутреннее и тайное подношение — это ваши собственные эгоистические привычки тела и ума, жертвуемые просветленным.

Исповедание грехов

Раскаиваюсь, сожалею и искренне сознаюсь
В накопленных с безначальных времен под
воздействием трех ядов,
Своих грехах и помыслах тела, речи и мысли,
В собранных причинах пребывания в ужасных
состояниях!

Раскаяние и отделение от своих грехов считается важным методом уменьшения их эволюционного воздействия. Смысл в том, чтобы не предаваться вине, но увидеть совершенные ошибки и освободиться от них на всех уровнях.

Восхваление

С великой радостью приветствую
Все добрые дела, заслуги, дух просветления,
Успехи от заслуг и мудрости
В великом мире блаженства, видимом через
Царство Истины!

Это приветствие противоположно зависти. Это самый эффективный способ искусственно участвовать в добродетельных успехах других.

Испрашивание учений

Пусть Учителя, числом равным атомам во всех вселенных,
 Выйдут из самадхи ради спасения живых существ
 И повернут святое колесо Дхармы,
 Наполняя Царство учениями до краев пространства!

Просьба не удаляться в нирвану

Пока не освободится сансарный мир,
 Чудесным образом исполняя цели живых существ,
 Пусть все существующие будды-учителя
 Останутся здесь и не удаляются в нирвану!

Пожелание

Всей своей добродетелью, накопленной в трех временах,
 Пусть живые существа, наполняющие все пространство,
 Станут сосудами непревзойденной Махаяны
 И быстро достигнут состояния благостных будд,
 мирных и гневных!

Просветление, защита и очищение

**ОМ А ХУМ БОДХИЧИТТА МАХА
 СУКХА ДЖНЯНА ДХАРАТУ А**

Эта мантра предваряет следующую визуализацию просветленной вселенной. Ее ритуальный смысл таков: «Пусть телом, речью и мыслю всех будд (ОМ А ХУМ) поддержат (ДХАРАТУ) великую блаженную интуицию (МАХА СУКХА ДЖНЯНА), которая есть дух просветления (БОДХИЧИТТА), да будет так (А)!» Эта мантра сопровождается растворением поля прибежища в свете, а этот свет растворяется в вас.

ОМ РУЛУ РУЛУ ХУМ БХЙО ХУМ

Эта мантра призывает гневную защитницу Дхармы Шри Деви, устанавливающую защитный периметр вокруг места вашего созерцания. Теперь вы можете безопасно растворить свою обычную идентичность в пустоте и возникнуть из пустоты в виде архетипического божества. Предварительная, или первая, практика именуется очищением Ваджрасаттвы. Вы визуализируете себя в виде идама Ваджрасаттвы и читаете очищающую мантуру, известную как «стослоговая».

Очищение Ваджрасаттвы

Из несозданного мира чистой Истины,
 Во дворце бесконечной чистой капли,
 На драгоценном троне, сидениях из лотоса, солнца и луны,
 Мой ум из спонтанности естественной свободы
 Возникает как Ваджрасаттва, самосознающая яркая пустота;
 Белого цвета, двурукий, улыбающийся,
 В правой руке держит у сердца ваджр,
 А в левой у колена — колокольчик;
 В короне с совершенными буддами пяти семейств,
 Украшенный шелками и драгоценностями Тела Блаженства,
 Я сижу в ваджрном скрещении.
 У моего сердца сияет ваджрный слог ХУМ,
 Окруженный врачающимися по кругу ста буквами манты:

**ОМ ВАДЖРАСАТТВА САМАЯ —
 МАНУПАЛАЯ —
 ВАДЖРАСАТТВЕНОПАТИШТА — ДРИДХО
 МЕ БХАВА — СУТОШЬЙО МЕ БХАВА —
 СУПОШЬЙО МЕ БХАВА — АНУРАКТО МЕ
 БХАВА — САРВАСИДДХИ МЕ ПРАЯЧЧХА
 — САРВАКАРМА СУЧХАМЕ — ЧИТТАМ
 ШРИЯМ КУРУ ХУМ — ХА ХА ХА ХО —**

БХАГАВАН — САРВАТАТХАГАТА —
 ВАДЖРА МАМЕ МУНЧА —
 ВАДЖРИБХАВА — МАХАСАМАЯСАТТВА —
 А (ХУМ)

При чтении лучи света входят и выходят, я исполняю желания других живых существ и очищаю омрачения. Я должен, не отвлекаясь, как можно больше раз повторять эту квинтэссенцию ста святых семейств будд, чтобы очиститься от эмоциональных и интеллектуальных помрачений.

Эта мантра слишком длинная, чтобы перевести ее здесь. Она имеет много уровней смысла, от простой просьбы очистить от грехов и помрачений до призыва семенных сущностей ста божеств мандалы. В каждый сеанс созерцания вы повторяете ее минимум 21 раз, представляя сияющие буквы, вращающиеся в энергетическом колесе у вашего сердечного центра и излучающие очищающие радужные лучи ко всем существам, а затем втягивающие еще более яркие лучи обратно в буквы, потому что существа радуются, чувствуя себя очищенными.

Процесс визуализации

Очистив грехи и омрачения, вы должны призвать и созерцать собрание ста семейств мирных и гневных божеств в теле мандалы, произнося молитвы Промежутка.

Самосозидание

Затем я в образе Ваджрасаттвы во дворце моего духовного драгоценного сердца, что в капле пяти цветов

пяти энергий-сущностей, в мандале ясного сияния, имеющего пять мудростей, на сидениях из лотоса, солнца и луны, на тронах со львами, слонами, конями, павлинами и орлами, сияют 36 мирных будд в пустотных, ярких, радужных, лучистых телах.

По-прежнему представляя себя в образе Ваджрасатты, визуализируете мирных и гневных божеств, присутствующих во вселенной своего собственного тела. Ваше «духовное сердце» означает бесконечно расширившееся пространство в вашем центральном канале, проходящем вдоль позвоночника, на высоте легких, а не физического сердца, находящегося слева. Вы, Ваджрасатта, представляете свое тело, состоящим из света, а не из плоти, крови и костей.

Внутренняя мандала мирных божеств

Прежде чем представить пять будд с их супругами в центре и четырех направлениях от центра (восток впереди, юг справа, запад сзади, север слева), вы представляете изначального будду с супругой «в глубоком пространстве центра». Всеблагой Будда, Отец и Мать, не является одним из пяти будд, он персонифицирует квинтэссенцию Тела Истины всех будд, визуализируется в сердцевине души, отражая ваше единство со всеобщей конечной реальностью совершенной свободы с безначального времени.

ОМ А ХУМ

В глубинном пространстве капли в центре моего духовного сердца пребывает неизменно светлое Тело Истины, изначальный спаситель Всеблагой Самантабхадра, синего цвета, в нераздельном единстве с белым Царством Истины, Всеблагой Самантабхадри, в ваджр-

ной позе сидит на сиденьях из лотоса, солнца и луны. Этому великому общему предку будд трех времен я поклоняюсь, совершаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходят из жизни, то, оставив тело, когда появится чистый, ясный свет реальности, пусть Отец Самантабхадра ведет меня вперед и пусть Мать Самантабхадри поддержит меня сзади. Молю привести меня в состояние всеблагой неразделимости!

Когда ты молишься о спасение покойного, то подставь слова «покойный (имярек)» вместо «я и другие».

ОМ А ХУМ

Белый Вайрочана в объятии с Дхатвитвари держит колесо и колокольчик и сидит со скрещенными ногами в центре, яркий и пустотный. Поклоняюсь Владыке центрального семейства будд, совершаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда появляются видения реальности Промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди сильных соблазнов, пусть Владыка Вайрочана выведет меня на путь мудрости Царства Истины! Пусть высшая мать Дхатвишвари поддержит меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

С этого момента вы визуализируете пять будд с их супругами и бодхисаттвами-спутниками в центре и по четырем направлениям в пространстве вашего сердца. Следует представлять их согласно описаниям групп мирных божеств в реальности Промежутка, появляющихся с Первого по Пятый день.

ОМ А ХУМ

На восточном лепестке моего духовного сердца в светлом пространстве яркой зеркальной мудрости, синий Ваджрасаттва в объятиях Лочаны держит ваджр и колокольчик. Они сидят, скрестив ноги, яркие и пустотные. Справа стоит белый Кшитигарбха со стеблем и колокольчиком, слева — белый Майтрея с цветком дерева нага и колокольчиком. Перед ним танцует белая Ласья с зеркалом и колокольчиком, позади него белая Пушна с цветком. Этим шести членам ваджрного семейства поклоняюсь, совершаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди сильной ненависти, выходя на светлый путь яркой зеркальной мудрости, пусть Владыка Ваджрасаттва ведет меня по этому пути! Пусть высшая мать Буддхалочана поддерживает меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

На южном лепестке моего духовного сердца в светлом пространстве яркой мудрости равенства, желтый Ратнасамбхава в объятиях Мамаки держит драгоценность и колокольчик. Они сидят, скрестив ноги, яркие и пустотные. Справа стоит желтый Самантабхадра с гирляндой и колокольчиком, слева желтый Акашагарбха с мечом и колокольчиком. Перед ним танцует желтая Мала с четками, позади него желтая Дхупа с благовониями. Этим шести членам драгоценного семейства поклоняюсь, совершаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди сильной гордости, выходя на светлый

пусть яркой мудрости равенства, пусть Владыка Ратнасамбхава ведет меня по этому пути! Пусть высшая мать Мамаки поддерживает меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

На западном лепестке моего духовного сердца в светлом пространстве яркой всеразличающей мудрости, красный Амитабха в объятиях Пандаравасини держит лотос и колокольчик. Они сидят, скрестив ноги, яркие и пустотные. Справа стоит красный Авалокитешвара с лотосом и колокольчиком, слева красный Манджутири с мечом и колокольчиком. Перед ним танцует красная Гита с колесом, позади него красная Алока со светильником. Этим шести членам лотосного семейства поклоняюсь, совершаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди сильных страстей, выходя на светлый путь яркой всеразличающей мудрости, пусть Владыка Амитабха ведет меня по этому пути! Пусть высшая мать Пандаравасини поддерживает меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

На северном лепестке моего духовного сердца в светлом пространстве яркой всеисполняющей мудрости зеленый Амогхасиддхи в объятиях Тары держит вишваваджр и колокольчик. Они сидят, скрестив ноги, яркие и пустотные. Справа стоит зеленый Сарванаваранавишкамбин с книгой и колокольчиком, слева зеленый Ваджрапани с ваджром и колокольчиком.

Перед ним танцует зеленая Гандха с чашей-черепом, позади него зеленая Нартья с пищей. Этим шести членам действенного семейства поклоняюсь, совершаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди сильной зависти, выходя на светлый путь всеисполняющей мудрости, пусть Владыка Амогхасиддхи ведет меня по этому пути! Пусть высшая мать Тара поддерживает меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

В восточных воротах лепестка моего духовного сердца стоит белый Виджая в позе героя, в объятиях Анкуши, в южных воротах — желтый Яма с Пашей, в западных — красный Хаягрива со Спхотой, а в северных — Амритакундали с Гхантой. Восьми Хранителям Врат, Отцам и Матерям, поклоняюсь, совершаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди сильных влечений, выходя на светлый путь ярких четырех мудростей, пусть эти четыре гневных Хранителя ведут меня по этому пути! Пусть четыре великие Матери-Хранительницы поддерживают меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

В светлой глубине великого блаженного лотоса на моей макушке, в мандале ясного сияния яркой белой капли стоит будда богов, белый Индра с виной, да

отсчет он гордость, дверь к рождению среди богов. В светлой глубине моего затылка, в мандале ясного сияния яркой зеленой капли стоит будда асуров, зеленый Вемачитра с оружием, да отсчет он зависть, дверь к рождению среди асуров. В светлой глубине кристального пространства жизненного канала у моего сердца, в мандале ясного сияния яркой желтой капли стоит желтый Будда Шакьямуни с монашеским посохом, да отсчет он страсть, дверь к рождению среди людей. В светлой глубине узла у моего пупка, в мандале ясного сияния яркой синей капли стоит будда животных, синий Синха с книгой, да отсчет он неведение, дверь к рождению среди животных. В светлой глубине лотоса в моем тайном месте, в мандале ясного сияния яркой оранжевой капли стоит будда прет красный Джваламукха с ящиком, да отсчет он жадность, дверь к рождению среди прет. В светлой глубине колес из спутанных нервов на моих ступнях, в мандале ясного сияния яркой черной капли стоит будда ада, черный Дхармаджха с огненной водой, да отсчет он ненависть, дверь к рождению в аду.

Этим шести буддам, Телам Эманаций, завершающим устремления существ, я поклоняюсь, совершаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения существования Промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди сильных влечений, выходя на светлый путь ярких четырех мудростей, пусть эти три высших будды ведут меня по этому пути! Пусть три низших будды поддерживают меня сзади! Пусть они избавят меня от легкого пути шести нечистых царств! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ .

Сорок два мирных божества сияют лучами света спонтанной энергии чистого блеска, их тела мирные и

юные, мягкие, нежные, красивые, украшены знаками и отметинами. Этим мирным божествам ваджрного царства поклоняюсь, совершаю подношения, прошу Прибезища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди пяти сильных ядов, выходя на светлый путь ярких пяти мудростей, пусть мирные Отцы ведут меня по этому пути! Пусть Супруги-Матери поддерживают меня сзади! Пусть Хранители поддержат меня во всех пределах! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

Внутренняя мандала божества Хранителя знания

ОМ А ХУМ

Во время пребывания в Промежутке сорок два мирных божества во дворце духовного сердца моего тела пребывают в тела из пяти светов. Когда я ухожу из жизни, оставив тело, пусть мирные божества выйдут из моего сердца. Пусть они заполнят пространство передо мной. Владыки с Супругами, украшенные, с атрибутами пусть стоят бесчисленные в обширности радужного света. Их тела, яркие, пустотные, сплетенные из радужных лучей, с пятью мудростями светлого пути и пятью световыми каплями, излучающими звуки и лучи. Естественно прекрасные, чистые, сияющие, блещущие, звонкие — пусть они проникнут в мое сердце. Вместе со светом пяти мудростей явятся шесть нечистых светлых путей шести нечистых ошибочных обычных царств жизни. Когда они возникнут передо мной, пусть сострадательные Владыки собрания мирных божеств, чувствительные, сильные в любви, ведут меня по пути четырех мудростей. Пусть уведут меня с дороги в шесть нечистых царств!

В следующих семи параграфах вы завершаете визуализацию мирных божеств, сосредоточиваясь на пяти божествах Знания с их супругами, стоящих в центре и по четырем направлениям пространства вашего горлового центра. Их описания приведены в главке о Седьмом дне реальности Промежутка.

ОМ А ХУМ

Во дворце узла Тела Блаженства, в центре моего физического горла, в обширной сфере, погруженной в радуги и свет, в центре блаженного лотоса находится ясный, Великий кармический Хранитель Знания — красный Падманартешвара с пятью сияющими лучами света, пустота-блаженство, в объятиях красной Да-кини Мудрости, проявившейся в пространстве с ножом и чашей-черепом. Пусть тело Хранителя защитит всех живых существ!

ОМ А ХУМ

На восточном лепестке блаженного колеса в моем горле находится ясный, Обитающий на Земле Великий Хранитель Знания, белый Падманартешвара в объятиях белой, улыбающейся Да-кини, проявившейся в пространстве с ножом и чашей-черепом. Пусть мысль Хранителя защитит всех живых существ!

ОМ А ХУМ

На южном лепестке блаженного колеса в моем горле находится ясный, желтый Владыка жизни — Великий Хранитель Знания в объятиях желтой улыбающейся Да-кини, проявившейся в пространстве с ножом и чашей-черепом. Пусть совершенство Хранителя защитит всех живых существ!

ОМ А ХУМ

На западном лепестке блаженного колеса в моем горле находится ясный, красный Великой Печати

Великий Хранитель Знания в объятиях красной улыбающейся Дакини, проявившейся в пространстве с ножом и чашей-черепом. Пусть речь Хранителя защитит всех живых существ!

ОМ А ХУМ

На северном лепестке блаженного колеса в моем горле находится ясный, зеленый, Не Делающий Усилий Великий Хранитель Знания в объятиях зеленой, гневной, улыбающейся Дакини, проявившейся в пространстве с ножом и чашей-черепом. Пусть чудо Хранителя защитит всех живых существ!

ОМ А ХУМ

Я поклоняюсь всему собранию Героев—Хранителей Знания и Дакини, делаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди сильных влечений, выходя на светлый путь ясной оргазмической мудрости, пусть герои Хранители Знания ведут меня по этому пути! Пусть высшие матери Дакини поддерживают меня сзади! Пусть избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть унесут меня в чистые миры дакини!

ОМ А ХУМ

Во время пребывания в Промежутке Герои—Хранители Знания и Дакини во дворце на блаженном колесе моего горлового центра пребывают в телах, сотканных из пяти светов. Когда я и другие уходим из жизни, оставив тело, пусть божества Хранители Знания выйдут из моего горла и заполнят пространство передо мной. Пусть они играют и танцуют, сотрясая и наполняя энергией всю вселенную. Пусть с присущей им оргазмической мудростью светлого пути

сияющих пронизывающих лучей божества Хранители Знания будут сильны в своем сострадании, когда появится путь животного неведения. Пусть они отведут меня от этого пути! Пусть выведут меня на путь оргазмической мудрости! Пусть позаботятся, чтобы я узнал реальность Промежутка! Пусть дадут мне стать бодхисаттвой Хранителем Знания!

Внутренняя мандала гневных божеств

Далее вы визуализируете гневных божеств в центре и по четырем направлениям вашего мозгового центра. Вы начинаете с темно-коричневого Чемчок Херуки и его супруги Кродхишвари, представляющих гневную форму Всеблагого будды Самантабхадры, персонифицирующей всех гневных буддийских божеств. Описания этих божеств вы найдете в главе «Реальность Промежутка гневных божеств», дни с восьмого по двенадцатый.

ОМ А ХУМ

На макушке моего Ваджрасатты во дворце моего черепа, в сияющем пространстве радужной пламенной капли пребывают тела множества божеств Херука.

ОМ А ХУМ

На центральном лепестке обители моего черепа, в сияющем пространстве радужной пламенной капли стоит Всеблагой Чемчок Херука, трехликий, темно-коричневый, белый и красный, шестирукий: в правых трех — ваджра, кхатванга и маленький дротик, а в левых — колокольчик, окровавленное копье и аркан из кишок. Он пребывает в неразделимом блаженном единении с Кродхишвари. Пусть Владыка, Отец и Мать, ведет всех живых существ!

ОМ А ХУМ

На троне, на центральном лепестке обители моего черепа, в сияющем пространстве радужной пламенной капли стоит будда Вайрочана Херука, трехликий, темно-коричневый, белый и красный, шестирукий: в правых трех — колесо, топор и меч, а в левых — колокольчик, зеркало и окровавленное копье. Он пребывает в неразделимом блаженном единении с буддой Кродхи. Пусть семейство Блаженных Херука ведет всех живых существ!

ОМ А ХУМ

На троне, на восточном лепестке обители моего черепа, в сияющем пространстве радужной пламенной капли стоит Ваджрасаттва Ваджра Херука, трехликий, синий, белый и красный, шестирукий: в правых трех — ваджра, копье и топор, а в левых — колокольчик, окровавленное копье и зеркало. Он пребывает в неразделимом блаженном единении в Ваджра Кродхишвари. Пусть семейство Ваджрных Херука ведет всех живых существ!

ОМ А ХУМ

На троне, на южном лепестке обители моего черепа, в сияющем пространстве радужной пламенной капли стоит Ратнасамбхава Ратна Херука, трехликий, темно-желтый, белый и красный, шестирукий: в правых трех — драгоценность, кхатванга и дубинка, а в левых — колокольчик, окровавленное копье и трезубец. Он пребывает в неразделимом блаженном единении с Ратна Кродхишвари. Пусть семейство Ратна Херука ведет всех живых существ!

ОМ А ХУМ

На троне, на западном лепестке обители моего черепа, в сияющем пространстве радужной пламенной капли стоит Амитабха Падма Херука, трехликий,

темно-красный, белый и синий, шестирукий: в правых трех — лотос, кхатванга и прут, а в левых — колокольчик, окровавленное копье и дротик. Он пребывает в неразделимом блаженном единении с Падма Кродхишвари! Пусть семейство Падма Херука ведет всех живых существ!

ОМ А ХУМ

На троне, на северном лепестке обители моего черепа, в сияющем пространстве радужной пламенной капли стоит Амогхасиддхи Карма Херука, трехлкий, темно-зеленый, белый и красный, шестирукий: в правых трех — меч, кхатванга и дубинка, а в левых — колокольчик, окровавленное копье и зеркало. Он пребывает в неразделимом блаженном единении с Карма Кродхишвари. Пусть семейство Карма Херука ведет всех живых существ!

ОМ А ХУМ

Я поклоняюсь двенадцати Владыкам и Госпожам Херука, делаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда я блуждаю в жизненном цикле среди ложных воззрений, выходя на путь пяти чистых мудростей, пусть Яростные Цари Херука ведут меня по этому пути! Пусть Яростные Царственные богини поддерживают меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

В светлом пространстве восточного лепестка обители моего черепа стоит белая Гаури с дубиной-скелетом и чашей-черепом. В светлом пространстве южного лепестка обители моего черепа — желтая Гаури с луком, стрелой и колом. На западном лепестке —

красная Прамоха с победным знаменем морского чудовища. На северном лепестке — черная Ветали с ваджрой и чашей-черепом. На юго-восточном лепестке — оранжевая Пуккаси пожирает свежие внутренности. На юго-западном лепестке — темно-зеленая Гхасми потрясает ваджрой и чашей-черепом. На северо-западном лепестке — желтая Чандали поедает сердце и держит обезглавленный труп. На северо-восточном лепестке — темно-синяя Шмашани держит и поедает обезглавленный труп.

ОМ А ХУМ

Восьми богиням святых земель Гаури я поклоняюсь, делаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда блуждаю я в жизненном цикле среди ложных воззрений, выходя на светлый путь чистого звука, света и лучей, пусть четыре богини Гаури ведут меня по этому пути! Пусть четыре богини Пуккаси поддерживают меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

На внешнем восточном лепестке обители моего черепа темно-коричневая львиноголовая Симхасья держит у рта труп. На южном лепестке — красная тигровоголовая Вьягхрасья стоит со сложенными руками. На западном лепестке — черная шакалоголовая Шригаластья поедает внутренности. На северном — синяя волкоголовая Шванасья разрывает труп. На юго-восточном — бледно-желтая грифоголовая Гридхрасья поедает труп, переброшенный через плечо. На юго-западном — темно-красная коршуноголовая Канкхасья с содранной человеческой кожей. На северо-западном — черная с головой вороны Какасья с ча-

шней-черепом и ножом. На северо-восточном внешнем лепестке — голубая с головой совы Улукасья с ваджрай.

Этим восьми вампирам святых земель из рода Симха я поклоняюсь, делаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда блуждаю я в жизненном цикле среди ложных воззрений, выходя на светлый путь всех видений существ восьми святых мест, пусть четыре вампира Симха ведут меня по этому пути! Пусть четыре Гридхры поддерживают меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

На воротах восточного лепестка обители моего черепа стоит белая лошадиноголовая Анкуша со стрекалом и чашей-черепом. На южных воротах — желтая свиноголовая Паша с арканом и чашей-черепом; на западных — красная львиноголовая Шернкхала с цепью и чашей-черепом, на северных — зеленая змениноголовая Гханта с колокольчиком и чашей-черепом. Четырем мудрым Хранительницам Врат я поклоняюсь, делаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда блуждаю я в жизненном цикле среди ложных воззрений, чтобы закрыть двери ошибкам четырех типов перерождений, пусть они откроют двери четырем чистым волшебным действиям! Пусть Анкуша и Паша ведут меня по этому пути! Пусть Шернкхала и Гханта поддерживают меня сзади! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

В малых каналах вне восточных ворот обители моего черепа появляются шесть могущественных умировроящих Йогини: белая якоголовая Ракшаси с ваджрай, бледно-желтая змеиноголовая Брахми с лотосом, бледно-зеленая леопардоголовая Махешвари с трезубцем, бледно-голубая обезьяноголовая Лобха с колесом; розовая мулоголовая Кумари с пикой и белая медвежьеголовая Индрани с арканом из кишок. Пусть шесть Йогини, возникшие с востока, установят мир и завершат искоренение ужасов Промежутка!

ОМ А ХУМ

В малых каналах вне южных ворот обители моего черепа появляются шесть могущественных усиливающих Йогини: желтая с головой летучей мыши Ваджра с бритвой, оранжевая с головой морского чудовища Шанти с сосудом; оранжевая с головой скорпиона Амрита с лотосом, бледно-желтая с головой коршуна Чандра с ваджрай, желто-зеленая с головой лисицы Гада с прутом и желто-черная тигроголовая Ракшаси, пьющая кровь из чаши-черепа. Пусть шесть усиливающих Йогини, возникших с юга, завершат распространение мудрости в Промежутке!

ОМ А ХУМ

В малых каналах вне западных ворот обители моего черепа появляются шесть могущественных доминирующих Йогини: красно-зеленая с головой ястреба Бхакшаси с дубинкой, красная лошадиноголовая Рати с туловищем трупа, розовая с головой орла Махабали с прутом, красная собакоголовая Ракшаси с ваджрай, красная с головой удода Кама, стреляющая из лука, и красно-зеленая с головой оленя Васуракта с сосудом. Пусть шесть доминирующих Йогини, возникших с запада, завершат усиление свободы в Промежутке!

ОМ А ХУМ

В малых каналах вне северных ворот обители моего черепа появляются шесть могущественных разрушающих Йогини: сине-зеленая волкоголовая Ваяви, размахивающая знаменем; зелено-красная с головой козерога Нарини с пикой; темно-зеленая свиноголовая Варахи с арканом из клыков; зелено-красная с головой вороны Рати, размахивающая кожей ребенка; темно-зеленая слоноголовая Маханаси с человеческим трупом и сине-зеленая змеиноголовая Варуни со змеиным арканом. Пусть шесть ужасающих Йогини, возникших с севера, завершат разрушение ложных восприятий в Промежутке!

ОМ А ХУМ

В восточных воротах обители моего черепа белая с головой кукушки Ваджра держит стрекало, в южных воротах — желтая с головой козла Ваджра с арканом, в западных — красная львиноголовая Ваджра с цепью, в северных — зеленая змеиноголовая Ваджра с колокольчиком. Пусть эти четыре могущественные Хранительницы, совершающие эманации, завершат закрывание дверей к перерождению!

ОМ А ХУМ

Этим двадцати восьми могущественным Йогини я поклоняюсь, делаю подношения, прошу Прибежища и молюсь. Когда я и другие уходим из жизни, то, оставив тело, когда возникают видения реальности Промежутка, когда блуждаю я в жизненном цикле среди ложных воззрений, выходя на светлый путь ярких звуков, светов и лучей, пусть семь восточных богинь ведут меня по этому пути! Пусть семь южных богинь поддерживают меня сзади! Пусть семь западных богинь удержат меня по краям! Пусть семь северных, богинь разрушают и освобождают! Пусть

они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

Пребывая ныне в Промежутке, вижу, как на вершине обители моего черепа стоят шестьдесят божеств Херука, чьи тела созданы лучами пяти светов. Когда я и другие уходим из жизни, оставив тело, пусть божества Херука выходят из мозга, наполняя весь мир трех миллиардов вселенных. Владыки со свитой, украшенные, с атрибутами, ужасные в поведении, чьи гневные тела в пространстве звука, света и лучей, издают дикое рычание, сверкают яростью сострадания, украшены пеплом сожженных костей, кровью и жиром. Они одеты в окровавленные кожи, набедренные повязки из тигровых шкур, украшены гирляндами черепов и змей, окружены буйным пламенем, ревущим как тысяча громов: «ХА ХА ХУМ ПХАТ! Бей! Убивай!» Они двигаются, показывая разные головы и атрибуты, и потрясают миллиарды миров. Все эти звуки, лучи света и энергии ужасающие. Когда все они возникнут передо мной, пусть собрание сострадательных гневных божеств Херука не оставит меня своей милостью. Когда я блуждаю в жизненном цикле среди сильных влечений, грозных ужасных видений, вызывающих панику, пусть собрание гневных Херука ведет меня по пути! Пусть собрание гневных богинь поддерживает меня сзади! Пусть Богини Врат, Гаури и Симха,держивают меня по краям! Пусть восемь великих возносящих богинь унесут меня из святых мест! Пусть собрание богинь с головами животных устрашит препятствия! Пусть четыре великие Хранительницы врат закроют двери к перерождению! Пусть они избавят меня от испытаний ужасами Промежутка! Пусть приведут меня к совершенному состоянию будды!

ОМ А ХУМ

Когда покидаю я близких, блуждая в одиночестве, а предо мной возникают пустые формы, пусть будды явят силу своего сострадания и избавят меня от изнуряющих ужасов Промежутка! Когда явится светлый путь сияющей мудрости, пусть я признаю его как свою собственную реальность, храбро и бесстрашно! Когда возникнут мирные и устрашающие телесные формы, пусть я уверенно признаю реальность Промежутка! Если я испытываю страдания под воздействием отрицательной эволюции, пусть архетипическое божество устранит все несчастья! Если естественное звучание Реальности подобно рыку тысячи драконов, пусть станет оно звучанием махаянской Дхармы! Когда я следую эволюции, не имея Прибежища, пусть Великий Владыка Сострадания дарует Прибежище мне и другим! Когда страдают телесные влечения, пусть возникнет самадхи блаженства ясного света! Пусть я не принимаю как врагов царства пяти элементов, но вижу в них чистые обители пяти семейств будд! Силой благословения Учителей эзотерической традиции, состраданием могучих мирных и гневных божеств и моей собственной чистой высокой решимостью пусть совершится все, о чем я молился!

Было бы прекрасно, если бы перед использованием этого текста вы нашли опытного ламу, наставника, изучили какую-то основную вводную литературу и получили разрешение или посвящение на использование этих визуализаций. Если же это еще не осуществилось, но есть серьезное, уважительное и положительное отношение, то можно работать самостоятельно, чтобы лучше ознакомиться с божествами Промежутка и подготовиться к переживаниям пребывания в Промежутке. Ключом к успешному использованию «Практики

Дхармы» является постоянное повторение. Впервые прочитав ее и попытавшись представить ее образы, вы почувствуете глубокую растерянность. Это трудно визуализировать, имена и образы божеств незнакомы, ум отвлекается от ваших центров в сердце, горле и мозге, вы смущены, обеспокоены, сконфужены и, вероятно, рассержены. Расслабьтесь! Сделайте цветные копии изображений и поставьте их в приятном месте, где вам нравится медитировать. Решитесь спокойно перечитывать этот текст снова и снова. Считайте, что божества присутствуют там, замечаете вы их или нет. Ведь ваша грудная клетка на месте, а как часто вы пересчитываете свои ребра? Перечитывая каждый параграф, смотрите на соответствующую картинку и пытайтесь представить себя в светлом теле Ваджрасатты, содержащем этих божеств, каждое на своем месте. Каждая малая вспышка цвета, четкий образ формы — это уже прогресс. Продолжая заниматься, вы будете чувствовать себя в этой практике все больше и больше как дома, и, что более важно, будете привыкать к образам различных божеств. Не ставьте себе никаких четких целей. Не надейтесь ни на какие пиковые ощущения, фантастические видения и не привязывайтесь к ним, а если произошло что-то приятное, не заявляйте об этом. Пиковое переживание ожидает нас после смерти, в Промежутке, важно быть к этому готовым. Страйтесь заниматься практикой понемногу за раз. Секрет в том, чтобы остановить практику, пока вы ей еще наслаждаетесь. Не понуждайте себя делать как можно больше каждый раз, или же вы почувствуете невозможность снова приступить к занятиям. Если вы будете практиковать упорно и постоянно, то понемногу подготовите себя ко всему. Пострайтесь также запомнить или хотя бы познакомиться с молит-

вами Промежутка, изучайте все части Естественного освобождения и узнайте как можно больше о буддизме и тибетской цивилизации. Это приятно и благостно. Пусть это принесет счастье и благополучие всем!

Глава 8

САМООСВОБОЖДЕНИЕ ЧЕРЕЗ ОБНАЖАЮЩЕЕ ВНИМАНИЕ – ПРЯМОЕ ВВЕДЕНИЕ В РИГПА

«Обнажающее внимание» дает сводку философских и созерцательных учений Великого Совершенства, считающегося высшей тантрой в школе ньингма, и является основой учений «Книги Естественного освобождения». Я включил в книгу этот текст, хотя он уже не раз переводился, поскольку он очень красивый, а его изучение способствует пониманию всего учения Естественного освобождения. Мне очень нравится этот текст. Хотя он представляет высочайшее и наиболее сложное учение, это сочинение имеет особую ценность для обычного читателя, потому что облегчает доступность метафизических воззрений буддизма.

Это скорей философский текст, чем экспериментальный, как большая часть «Книги Естественного освобождения». Он рассматривает глубинную реальность, лежащую в основании Учения, делая возможным само освобождение. Он учит радикальной недвойственности, говорит о непосредственном и освобождающем присутствии высшей реальности здесь и сейчас, об актуальности мира, безопасности, благожелательности и блаженства. Это особенно целительно для нашей современной культуры, где некоторые новые интерпретации религии склонны обесценивать наш непосредственный жизненный опыт, а секуляризм сводит все к

бессмысленной материи. Изучение «Обнажающего внимания» поможет читателю понять наставления «Книги Естественного освобождения». Он передает чистую мудрость, в конечном счете необходимую при реализации подлинной свободы.

«Обнажающее внимание» — это освобождающая интуиция, непосредственное переживание. Оно может действовать, когда все попытки концептуализации, как сознательные, так и бессознательные, полностью устраниены. Центральный момент — это то, что любые божества являются естественной ясностью самого знания, видения (тиб. *rurna*, санскр. *видья*). Любое положительное осознание, любовь, доверие, стабильность, сила, чистота — все мощные силы вселенной — *сами по себе* являются чистым знанием, видением. А наша задача — убрать все омрачения, ложную запограммированность и позволить проявиться нашей естественной доброте, найти свою собственную природную безопасность в подлинной глубочайшей реальности.

Привет божествам Трех Тел естественно ясного Ригпа!

Будет проповедано: «Самоосвобождение через обнажающее внимание — Прямое Введение в Ригпа» из цикла «Сокровенного Учения о самосовершенстве в Изначальном состоянии Мирных и Гневных божеств».

О счастливые дети благородных семейств! Хорошо внимайте этому прямому введению в ваше собственное Ригпа.

Самая ДЖА! ДЖА! ДЖА!

Это выражение напоминает нам, что данное учение эзотерическое, охраняется клятвой и защищено Дакини. Причиной традиционного сохранения

учения в тайне является не стремление просветленных учителей к некоторой элитарности. Его сохраняли в тайне, поскольку необученные люди легко могли понять его неправильно, как призыв к отказу от усилий, направленных к свободе, к добродетели, этической строгости и духовному развитию. Когда грубый эгоист считает, что ему нет нужды ограничивать и контролировать свои влечения, такой человек становится опасным как для себя, так и для других. Однако после того как человек разовьет в себе отказ от слепых страстей, свободу от непроизвольной злобы, понимание относительности всех состояний личности, такое простое учение больше не нуждается в охране да-кини. Оно становится легкодоступным. В современном обществе, особенно в тех странах, где идеологии учат, что реальность — это зло и угроза или нечто нейтральное либо в конечном счете бессмысленное, образованные люди имеют право услышать это в высшей степени положительное учение.

Э МА ХО

И сансара, и нирвана охвачены природой ума,
Изначальным естеством — да не узнаём себя.
Непрерывен поток ясного Ригпа — да не видим лица.
Беспрепятственно возникновение — да никак
не поймем.

Потому, чтоб узнали мы свое лицо, Победоносцы трех времен проповедуют восемьдесят четыре тысячи врат в Дхарму и другие Учения, столько, что и мыслю не охватить. Ни о чем ином не проповедуют они, кроме как об узнавании собственного лица. Несть числа трактатам, как несть небу края, но суть одна — Три Завета о введении в Ригпа.

Вот это прямое введение, мгновенно ведущее в очевидное состояние Победоносцев.

Это простое учение о прямом введении — ко-
нечный пункт всех других учений всех будд. Их
непостижимое сострадание соответствует любому
многообразию и сложности испытываемых людь-
ми затруднений. Но главное в том, что все добро,
мудрость и мир присутствуют здесь и сейчас в ка-
ждом атоме и мгновении бытия.

КХЬЕ ХО! (Слушайте!)

О счастливые дети благородных семейств.

«Ум» — много о нем говорят, много болтают... Да либо вообще не понимают, либо превратно понимают, либо однобоко понимают. А как он есть на самом деле, не понимает никто. Потому и множатся всякие учения, столько, что не счесть.

Никто из обычных живых существ не понимает его, не видит своего лица, и потому все блуждает в трех мирах, бредет шестью дорогами, претерпевая многие страдания. Сколь горестно не знать свой ум!

Мы тратим жизнь на то, чтобы достичь определенных целей, стараясь узнать о том, что нам нужно для того, чтобы преуспеть в том, что считаем существенным для выживания. Но мы тратим бесчисленные жизни в страдании, теряя все снова и снова, и все только потому, что мы не осознаем свою подлинную природу. Мы считаем себя абсолютным жизненным центром, боремся против враждебного окружения, пытаясь продлить свое существование. Мы никогда не сознаем, что именно наш разум — это та сила, что удерживает вместе все вещи, что мы в сущности всегда едины с нашим высшим совершенством, нашей предельной возможной целью. Поэтому мы всегда боимся, боремся, страдаем и движемся в совершенно противоположном направлении.

Шраваки и пратьекабудды хотят понять его с точки зрения анатмана, а как он есть — не понимают. Да и остальные — каждый любит свое учение, свое писание и, попаввшись в их тенета, не видит Ясного Света.

Шраваки и пратьекабудды — это два вида святых буддизма хинаяны. Они освободились от определенного уровня ложного представления о «я» и достигли подлинного прозрения. Но оно не является полным. Их влечения все еще искажены, и они не могут растворить все плотные и тонкие структуры в прозрачности высшей реальности.

Шраваки и пратьекабудды ослеплены пристрастием к объекту и субъекту.

Мадхьямики ослеплены пристрастием к крайностям двух истин.

Практикующие крия- и йогатантру ослеплены пристрастием к заклинаниям и садханам.

Практикующие маха- и ануйогу ослеплены пристрастием к пространству и осознанию.

Ошибается тот, кто видит два в том, что недвойственno. Пока не поймешь, что недвойственное — это одно (и то же), не бывать тебе Буддой. Сансара и нирвана нераздельны в твоем же собственном уме. Не понимающий этого и следующий приятию и неприятию лишь блуждает в сансаре.

Падмасамбхава критикует хинаянистов за их дуализм субъекта и объекта, а махаянистов, предлагающих философию центризма, созданную Нагарджуной, — за преувеличенное подчеркивание либо относительной, либо высшей реальности, или даже сверхпристрастие к схеме двух реальностей. Он критикует тантристов-ритуалистов

за их дуалистический подход, разделяющий их самих и божеств, которых они призывают в своих ритуалах и визуализациях, но также высших тантрийских йогов за дуализм во взглядах на собственный ум и алмазное царство совершенства великих мандал или чистого окружения.

Поэтому оставь ту дхарму, что учит действию, и оставь ту, что учит недеянию. Вот наставление, как достичь самоосвобождения, узрев Ригпа в его обнаженности. Узрев великую естественную свободу всех дхарм, все будут совершенны в Великом Совершенстве!

Здесь он говорит о высших (*ати*) тантристах, сторонниках естественного освобождения, высшей позиции всех колесниц, занятых тончайшей практикой недеяния, достижения недвойственности радикальным погружением в непосредственность без дуалистических усилий. Таково учение Великого Совершенства.

Самая ДЖА! ДЖА! ДЖА!

Если это сверкающее осознание, которое называют умом, рассматривать как сущее, то оно не существует. Если рассмотреть как источник, то сансара и нирвана, и все разнообразие блаженства и страдания возникли из него. Если рассмотреть как объект желания, то одиннадцать колесниц стремятся к нему.

Ум существует как фундаментальное знание реальности, сущностной пустотной прозрачности, т. е. неколебимой силы множества вселенных. Но в другом смысле нельзя сказать, что он «существует», поскольку он есть ничто и можно сказать, что

он «не существует». Таково всеобщее единство высшей реальности. «Одннадцать колесниц» — это не обычные «девять колесниц». Помимо трех экзотерических, трех низших и трех высших тантр, Подмасамбхава включает в это число две небуддийские колесницы, стремящиеся к освобождению. Далее названы одиннадцать обозначений ума, использовавшиеся в разных течениях индийской мысли. Каждое из этих названий принадлежит отдельной колеснице.

Имен же ему столько, что и не счесть.
 Одни зовут природой ума, ум как таковой.
 Тиртики зовут атман, самость.
 Шраваки настаивают об анатмане, отсутствии Я.
 Читтаматрины называют его виджняна, сознание.
 Кто зовет Праджняпарамита, Запредельная Мудрость.
 Кто зовет Сугатагарбха, семя Сугаты.
 Кто зовет Махамудра, Великий Знак.
 Кто зовет однокое тигле, уникальная сфера.
 Кто зовет Дхармадхату, дхармовое пространство.
 Кто зовет Алая, основа всего.
 Кто зовет обычным осознанием.

Прямое введение в это (сверкающее осознание) содержит три темы.
 Прошлые мысли бесследно канули в шунью, (осталась лишь) ясность.
 Будущие мысли еще не возникли — неуклонное естественно ясное осознание.
 В настоящем же осознание естественно и безыскусно, ничего не измышляя, пребывает своим чередом. Если само на себя неприкрыто взглянет, взглянув, не увидит ничего, кроме ясности.

Эти «три темы» относятся к трехсложной де-конструкции трех времен (прошлое, настоящее и

будущее), освобождающей от овеществления прохождения времени, чтобы вступить в осознание безвременности.

Если пристально всмотреться в обнаженную очевидность Ригпа, — нетварная чистая шунья, подлинность недвойственности ясности и пустоты.

Не вечно, хотя и нетварно.

Не пресекается — всмотрись-ка в ясность.

Не одно — осознается и прояснено как много.

Не много — как разделишь, если вкус один.

Не в силу чего-то другого — естественное знание собственного естества.

Естественный порядок сущего — такова суть узнавания лица.

Эта строфа напоминает известные стихи в начале книги Нагарджуны «Мудрость» (Праджняпарамита), где он дает восемь определений высшей реальности.

Три Тела нераздельны и полны в единстве.

Нетварность — шуньята дхармакай.

Естественное сверкание шуньяты — ясность самбхогакай.

Ясность не знает преград — явленность нирманакай.

Три полны в единстве, и это есть сущность.

Здесь Падмасамбхава указывает, как Три Тела совершенного состояния будды присутствуют во всем и не могут быть исключены из ясного света, из бесконечной недвойственности вселенского совершенства. Непрерывность — это то свойство ригпа,

которое позволяет в явном восприятии, осознании через внимание удержать факт первичной отражательной способности нашего естества, то есть быть в состоянии присутствия.

Итак, проповедано о вхождении в эту практику узнавания своего лица.

Вот он, твой собственный сиюминутный ум, вот она, естественная неулучшающая ясность. Как же можно говорить о непонимании природы ума?!

Если нечего созерцать, зачем говорить, что созерцание не возникло?!

Если вот она, очевидность Ригпа, зачем говорить, что не можешь найти свои ум?!

Когда вот же он, непрерывный поток ясного Ригпа, зачем говорить, что ум не видит свое лицо?!

Если мысли возникают из твоего же ума, зачем говорить, что искал того, кто мыслит, и не нашел?!

И хоть у (умственной) активности и нет причин, зачем говорить, что она не возникает?!

Если достаточно, не пытаясь улучшать, оставить (все мысли) в (их) естественном состоянии, зачем говорить, что не можешь достичь этого?!

Если достаточно, не утруждаясь, оставить все как есть, зачем говорить, что нет для этого сил?!

Если нераздельность ясности, осознания и пустоты самосовершенна, зачем говорить, что, практикуя, не обрел сиддхи?!

Раз (это) самосовершенство возникло само по себе, без причин и условий, зачем говорить, что усердием ничего не добился?!

Если мысли освобождаются в самый момент своего возникновения, зачем говорить, что противоядия не помогли?!

Вот он, (твой) сиюминутный ум, зачем говорить, что не узнаёшь его.

Эти вопросы очень просты, хотя воздействие их глубоко. Подмасамбхава бросает вызов привычному образу мысли, когда мы отделяем себя от переживания и ответственности простого понимания нашей актуальности, и таким образом приглашает жить свободно согласно этому пониманию.

Воистину, природа ума пуста и не имеет основы.
Твой ум бессущностен и пуст, подобно небу.

Так или не так? Посмотри в свой ум.

Воистину, изначально ясна саморожденная Мудрость и свободна от шор воззрения «(все) пусто».

Она саморождена, как самородок сердца солнца.

Так или не так? Посмотри в свой ум.

Воистину, Мудрость Ригпа льется непрерывным потоком, подобно полноводной реке,
текущей без преград.

Так или не так? Посмотри в свой ум.

Воистину, мечущиеся мысли не ухватить, не упомнить.
Бессущностно это смятение, как порыв ветра.

Так или не так? Посмотри в свой ум.

Воистину, что ни является, является естественно.
Эти проявления возникают естественно,
как отражения в зеркале, что лишь украшают его.

Так или не так? Посмотри в свой ум.

Воистину, все характеристики (дхарм)
свободны в своем естественном состоянии.
Они возникают естественно и естественно свободны,
подобно облакам.

Так или не так? Посмотри в свой ум.

Сколько ни ищи, найдешь лишь ум.
Где найдешь созерцающего, иного, чем созерцание.

Сколько ни ищи, найдешь лишь ум.
Где найдешь практикующего, иного, чем сама практика.

Сколько ни ищи, найдешь лишь ум.
Где найдешь охраняющего обеты, иного, чем сами
обеты.

Сколько ни ищи, найдешь лишь ум.
Где найдешь реализующего иного, чем реализуемый
плод.

Смотри же, смотри же. Пристально смотри в свой ум.

Посмотри вверх на небо —
не найдешь, куда уходят мысли.

Посмотри внутрь в свой ум —
не найдешь, откуда приходят мысли.

Твой ум — тончайшая ясность
без возникновения (мыслей).

Твое Ригпа — это Ясный Свет и пустота,
то есть дхармакая.

Это как сверкание восходящего солнца
в безоблачном небе.

Хоть и не имеет формы,
но познается как ясность.

Понимание или непонимание этого — очень важно.

Удивительно! Этот нерожденный самовозникший
Ясный Свет — сын Ригпа, у которого нет ни отца,
ни матери. Удивительно! Никем не созданная
Саморожденная Мудрость.

Удивительно! Не подвержен рождению, не подвластен смерти.

Удивительно! Очевидная ясность, но нет смотрящего.

Удивительно! Скитался по сансаре, но не постигда дурная участь.

Удивительно! Видел Будду, но не достиг благой участи.

Удивительно! Есть везде, но не узнаёт лица.

Удивительно! Надеется на другой плод, иной, (чем он сам).

Удивительно! Тождественен себе, но претворяется в ином.

* * *

Э МА!

Сиюминутное Ригпа бессущностно и ясно.

И это есть вершина всех воззрений.

Оно безрассудно, всеохватно и ушло от всего.

И это есть вершина всех созерцаний.

Оно ничего не улучшает и полностью сообразно миру.

И это есть вершина всех практик.

Его нельзя завоевать, но оно изначально самосовершенно.

И это есть вершина всех плодов.

* * *

Теперь наставлю о четырех безошибочных колесницах.

Ясность сиюминутного осознания — это великая колесница безошибочного воззрения. Поскольку эта ясность безошибочна, то ее называют колесницей.

Ясность сиюминутного осознания — великая колесница безошибочного созерцания. Поскольку эта ясность безошибочна, то ее называют колесницей.

Ясность сиюминутной Мудрости — это великая колесница безошибочной практики. Поскольку эта ясность безошибочна, то ее называют колесницей.

Ясность сиюминутного осознания — это великая колесница безошибочного плода. Поскольку эта ясность безошибочна, то ее называют колесницей.

* * *

Теперь (наставлю) о четырех неколебимых, (известных как) «гвозди».

Ясность сиюминутного осознания — это великий неколебимый гвоздь воззрения. Поскольку (эта ясность) неколебима в трех временах, то ее называют гвоздем.

Ясность сиюминутного осознания — это великий неколебимый гвоздь созерцания. Поскольку (эта ясность) неколебима в трех временах, то ее называют гвоздем.

Ясность сиюминутного осознания — это великий неколебимый гвоздь практики. Поскольку (эта ясность) неколебима в трех временах, то ее называют гвоздем.

Ясность сиюминутного осознания — это великий неколебимый гвоздь плода. Поскольку (эта ясность) неколебима в трех временах, то ее называют гвоздем.

* * *

Теперь упадеша, наставляющая, что три времена едины.

Не действуй по прежним шаблонам,
Отбрось мысли о прошлом.

Не загадывай на будущее,
Хватит цепляться умом за фантазии.

Не хватайся за настоящее,
Покойся в безмятежности неба.

«Нет созерцания» —

значит, не созерцай ничего.

«Нет отвлечения» —

значит, не отвлекаясь, памятуй.

Так наставлю.

Не созерцая, не отвлекаясь, всмотрись (в свой ум), обнажая (его истинную природу). Естественное Ригпа, естественное осознание, естественная ясность возникнет, сверкая. Это и называется бодхичитта.

Это не-созерцание нельзя помыслить.

Это не-отвлечение — ясность сущности.

Пустота проявлений — самоосвобождение.

Пустота ясности — дхармакая.

Когда же станет очевидно,

Что этого не обретешь на пути Будды,

В тот самый миг узришь Ваджрасаттву.

* * *

Наставление, ведущее к истощению шести крайностей.

Много есть воззрений, не согласных друг с другом. Но твой ум, естественное Ригпа, есть самовозникшая Мудрость, где воззрение и придерживающийся воззрения недвойственны. Ищи того, кто держится воззрения — вот искал его и не нашел. В этот момент достиг прекращения воззрений. Нет больше воззрений — обрел себя.

Без воззрения и объекта воззрения, но не впадая в безразличие безначальной шуньи, сиюминутное осознание ясно. Таково воззрение Великого Совершенства.

Думать или не думать — какая разница.

Много есть созерцаний, не согласных друг с другом. Но твое естественное осознание безыскусно и непосредственно. Созерцание и созерцающий недвойственны. Ищи того, кто созерцает или не созерцает — вот искал его и не нашел. В этот момент достиг прекращения созерцания. Нет больше созерцания — обрел себя.

Без созерцания и объекта созерцания, но не впадая в помрачение, сонливость или возбуждение, ничего не улучшающее сиюминутное осознание ясно. Эта равнотность без улучшения и есть дхьяна.

Установка или неустановка ума — какая разница.

Много есть практик, не согласных друг с другом. Но Мудрость твоего Ригпа — это Уникальное Тигле. Исполнение практики и практикующий — недвойственны. Ищи того, кто практикует или не практикует — вот искал его и не нашел. В этот момент достиг прекращения практики. Нет больше практики — обрел себя.

Искони нет никакой практики, которую надо исполнять. Не попадая под власть кармических следов и ошибок, ничего не улучшающее сиюминутное осознание естественно ясно. Не исправляя, не портя, не принимая, не отвергая — таково исполнение практики совершенной чистоты.

Чистое или нечистое — какая разница.

Много есть плодов, не согласных друг с другом. Твое Ригпа, природа ума — спонтанное совершенство Трех Тел. Реализация плода и тот, кто реализует, недвойственны. Ищи того, кто реализует плод, —

вот искал его и не нашел. В этот момент достиг избавления от плода. Нет плода — обрел себя.

Каков бы ни был плод, нет нужды добиваться его. Не подвластное культивации (хорошего) и избавлению (от плохого), надежде (на нирвану) и страху (сансыры), сиюминутное осознание естественно ясно и самосовершенно. Три Тела совершенны в тебе самом — пойми!

Изначальный Будда — а разве есть иной плод.

* * *

Ригпа свободно от восьми крайностей: вечности, пресечения и т. д. Поскольку не склоняется ни к одной из них, то зовется мадхьяма — Срединный Путь.

Поскольку поток сознания непрерывен, то зовется Ригпа.

Поскольку шунья содержит зародыш Ригпа, то говорят о сугатагарбхе.

Поскольку Ригпа знает (истинную) сущность и это превосходит все остальное, то говорят о праджня-парамите.

Поскольку не достижимо рассудочным путем и изначально свободно от всех ограничений, то зовется махамудра.

Поскольку в соответствии с пониманием и непониманием возникают сансара и нирвана, и все страдание и блаженство, то говорят алая.

Поскольку это отчетливо ясное осознание совершенно обычно и не исключительно, то зовется обычным осознанием.

* * *

Хотя ему и дают много имен, тщательно продуманных и благозвучных, но по сути — это твое сиюмин-

нутное осознание. И если кто-то хочет найти что-то иное, это как если бы дома у него был слон, а он бродил бы всюду в поисках его следов.

Как нельзя аршином измерить вселенную, так нельзя достичь буддства, не поняв, (что все происходит) из ума. Если, не зная своего лица, будешь искать (свой) ум где-то вовне, ища что-то другое, как найдешь себя?!

Так, дурак, сбитый с толку спектаклем, потеряв себя в ярмарочной толпе, бродит, ищет себя, позабыв свое лицо, и ошибочно принимает других за себя самого.

Когда не видишь истинную сущность вещей и не понимаешь, что все явления происходят из ума, то продолжаешь скитаться в сансаре.

Когда не видишь, что твой ум и есть Будда, оскверняешь нирвану.

Когда понял, что сансара и нирвана — это всего лишь веденье и неведенье, в этот самый миг меж ними не станет различий.

Ошибка искать (сансару и нирвану) где-либо еще, кроме своего собственного ума, но и ошибка, и безошибочность имеют одну природу.

Поток сознания живых существ не разделен на (сансару и нирвану). Поэтому оставь природу ума, как она есть, не пытаясь ее улучшать, и достигнешь освобождения. Если не обнаружишь (корень) этой ошибки (деления на сансару и нирвану) в своем же уме, никогда не поймешь Дхармату.

Поэтому смотри на эти проявления, что возникают сами собой. Откуда пришли они? Где пребывают? Куда уходят?

Так птица — вспорхнет с пруда
и ни следа не останется на водной глади.

Так и эти проявления
естественно возникают из ума и освобождаются
в уме же.

Природу ума, всеведущую, всезнающую, пустую и ясную, можно сравнить с небом, где ясность и пустота нераздельны. Дхармата же есть претворение Саморожденной Мудрости в очевидную ясность. Однако (эта ясность), данная нам, как все явленное бытие, осознается лишь в нашем же уме. Это осознание (ясности) и есть природа ума. Как раз в силу ясности мы и уподобляем дхармату небу. Но уподобление дхарматы небу — это весьма однобокое сравнение. В природе ума всякая ясность сопровождается осознанием. Небо же есть лишь мертвая пустота без осознания. Таким образом, пример с небом не раскрывает природу ума.

Неколебимо пребывай в таком состоянии.

* * *

Все это разнообразие явленного есть лишь относительная истина. Ни единого (из этих явлений) на самом деле не существует, (они мгновенно) исчезают. Все явленное бытие — и сансара, и нирвана — есть единственно лишь природа ума, явленная себе же и зрящая себя же. Когда поток сознания изменяется в своем движении, то соответственно этим изменениям пред умом предстают явления, воспринимаемые как внешние. Таким образом, все есть не что иное, как ум, зрящий собственное явление.

Каждый из шести классов живых существ видит эти явления по-своему.

* * *

Тиртики рассматривают с точек зрения вечности и пресечения. Девять колесниц рассматривают сообща разно своим воззрениям. Все по-разному видят и по-разному объясняют и, цепляясь за различия, впадают в привязанность и ошибки.

Когда все явления, осознаваемые умом, возникают, но ты не цепляешься за эти злые явления, ты — Будда. Явление само по себе еще не ошибка, цепляться за него — вот в чем ошибка. Когда распознал в своем уме эти овеществляющие мысли, это и есть самоосвобождение.

Что бы ни являлось — это лишь проявления ума. Является неодушевленный мир-сосуд — это ум. Является сок шести классов живых существ — это ум. Является рай и блаженство богов и людей — это ум. Являются страдания трех дурных участей — это ум. Являются неведение и яд пяти клеш — это ум. Является Ригпа Саморожденной Мудрости — это ум. Являются благие мысли и нирвана — это ум. Являются препятствия, чинимые Марой и духами, — это ум. Является Идам и обретаются сиддхи и другие блага — это ум. Пребываешь в одноправленной концентрации без мыслей — это ум. Являются различные характеристики вещей — это ум. Является безатрибутная немножественность — это ум. Является недвойственность одного и много-го — это ум. Является «есть», «нет», «нереальное» — это ум.

Нет явлений, кроме как возникающих из ума. Нет явлений, которым природа ума воспрепятствовала бы возникнуть. Как вода в океане собирается в волны, так и эти явления возникают из ума и, недвойственные уму, освобождаются в уме же.

Какие имена ни давай, какие ярлыки ни цепляй, не существует ничего, единственно кроме ума. Но это единство не имеет ни основы, ни корня.

На него не может быть одностороннего воззрения.

Его нельзя рассматривать как сущее,
ибо оно нигде не осуществляется.

Его нельзя рассматривать как пустое,
ибо оно осознается и сверкает ясностью.

Его нельзя рассматривать как и то, и другое,
ибо ясность и пустота нераздельны.

Сиюминутное самоосознание отчетливо ясно.

События происходят, но нет осознания действующего лица (совершающего их). Хотя и нет у вещей самобытия, но они действительно воспринимаются в опыте. Если так практиковать — достигнешь освобождения.

Познание происходит с непосредственной опорой на органы чувств без вмешательства интеллекта.

* * *

Кунжут и молоко — оба являются причиной масла, но без выдавливания кунжута или пахтания молока масло не получишь. Так и все живые существа, хотя все поистине обладают потенциалом буддства, но если не будут практиковать, то буддства не достигнут.

Если будет практиковать, то даже пастух-кочевник достигнет освобождения. Хоть и не слыхал наставлений, но чувствует себя как дома в этом очевидном состоянии. Когда сам отведаешь сахару, нет нужды, чтоб кто-то описывал тебе его вкус.

Даже пандита может ошибаться, если у него нет этого прямого опыта. Хоть и поднаторел в толковании девяти колесниц, но это как распускать слухи о далеких местах, где никогда не был. Состояния будды даже на миг не коснется.

Когда понимаешь это, то и благо, и грехи освобождаются в естественное состояние. Когда не понимаешь этого, то хоть благо творишь, хоть грешишь — лишь копишь карму, скитаясь меж раем и адом. Но как только понял, что твой ум — это пустота и мудрость, не созреет больше ни хорошего, ни дурного. Как в небе не может забить родник, так в шунье не может реализоваться ни хорошее, ни дурное.

Таким образом, естественное осознание видит очевидное в его неприкрытии. Это самоосвобождение через обнажающее внимание весьма глубоко, потому освойтесь с этим естественным состоянием.

ЗАБ ДЖА!

Э МА!

Закончен текст «Самоосвобождение через обнажающее внимание — Прямое Введение в Ригпа».

На пользу живых существ грядущих поколений, коим выпадет жить в нечистую эпоху кали-юги, я составил все эти тантры, агамы и упадеши, по необходимости, в краткой форме. Хотя я и составил их сейчас, но укрыл в тайных кладах, как драгоценные сокровища — терма. Пусть будут найдены, когда приспешет их время.

Самая ДЖА! ДЖА! ДЖА!

* * *

Шастра о Прямом Введении в очевидность Ригпа, име-
нуемая «Самоосвобождение через обнажающее вни-
мание — Прямое Введение в Ригпа», составлена
Падмасамбхавой, Учителем из Уддияны.

Пусть не кончится, пока сансара не опустеет.

СЛОВАРЬ

А — мантра, мантрический семенной слог, символизирующий речь всех будд. Ассоциируется с Телом Блаженства, рубиновым цветом и горловым центром тантриста.

Авалокитешвара — «Владыка, принимающий мольбам страдающих существ» — в махаяне небесный бодхисаттва, просветленное существо, которое дало обет, достигнув просветления, не уходить в нирвану и не становится буддой, чтобы здесь, в сансаре из сострадания к живущим оказывать помощь на пути освобождения от страданий, архетип универсального сострадания. Ассоциируется с буддой Амитабхой как член лотосного семейства. В Центральной Азии особенно важны его живые воплощения, например, Его Святейшество Далай-лама. В гневной форме, такой как Хаягрива, с головой лошади на макушке, защищает от зла. (Падмасамбхава сам считался грозным проявлением А.) В женских обликах, таких как Белая Тара и Гуань-инь, а также Зеленая Тара, Шри Деви, почитается как богиня милосердия. В «Книге Естественного освобождения» (далее в словаре просто «Книга») А. часто называется Владыкой Сострадания.

Акшобхья — один из пяти архетипических мирных будд, глава ваджрного семейства, связан с восточным направлением и небесной страной Абхирати. В «Книге» представляет зеркальную мудрость, преображение яда невежества, синий цвет и скандху форм. Супруга А. — Буддхалочана, бодхисаттвы-спутники Кшитигарбха и Майтрея,

женские Бодхисаттвы (пуджа-деви) Ласья и Пушпа. В «Книге» иногда именуется Ваджрасаттвой как Владыка ваджрной семьи.

Амитабха — один из пяти архетипических мирных будд, глава лотосного семейства, связан с западным направлением и небесной страной Сукхавати. В «Книге» представляет мудрость различения, преображение яда страстей, красный цвет и скандху представлений. Супруга А. — Пандаравасини. В Азии особенно популярна «Сутра Чистой Земли», где простого человека учат полагаться на сострадание А. для достижения перерождения в его раю. Школа «Чистой земли» привлекает многих верующих в странах распространения махаяны.

Амогхасидхи — один из пяти архетипических мирных будд, глава семейства кармы, связан с северным направлением и небесной страной Пракута, называющейся также Кармасампат. В «Книге» А. представляет всеисполняющую мудрость, преображение яда зависти, зеленый цвет, скандху сил и влияний. Его супруга Тара, иногда ее называют Самаятара.

Архетипическое божество или будда (санскр. *иштадевата*, тиб. *идам*) — просветленное существо, избираемое тантристом моделью своей идеальной цели воплощенного просветления. К А. б. можно приблизиться в ходе ритуала, созерцания, но его можно принять созерцательной ролевой моделью в тех практиках, где йог отождествляется с божеством, становится им самим. А. б. превращается в идеал или архетипическую структуру просветления для практикующего.

Бодхисаттва — «существо, стремящееся к просветлению» — в махаяне, во-первых, класс небесных существ, достигших просветления, но продолжающих рождаться в сансаре, помогая другим освобождаться, во-вторых, особый класс монахов (и даже мирян), давших обет достигнуть просветления из сострадания к другим существам, а не для себя. Б. махаяны проходит последовательно 10 стадий духовного роста, на которых обретает 10 видов вла-

сти (над собственной жизнью, умом, поведением, осознанным будущим рождением, наклонностями, действиями, овладевает учением, сверхъестественными способностями, медитацией, знанием) и 10 видов силы — терпимость, интуицию, отречение, сосредоточение, добродетель, практику, а также врожденную, аналитическую, созерцательную и умственную силу. Иногда идеал Б. даже затмевал идеалы нирваны и состояния будды, поскольку именно Б. считались «делателями будд», остающимися в стороне от конечного освобождения.

Божество (санскр. *devata*) — буддологи XIX в. ошибочно считали буддизм «атеистической» религией, проецируя на него современный им секуляристский натурализм. На самом деле, не принимая идеи всемогущего Творца, буддисты верят в многочисленных Б., обитающих на 27 небесных слоях в царствах желаний, чистых форм и бесформенного. Там пребывают миллионы Б. самых разных рангов: от тех, кого можно сравнить с ангелами, серафимами и херувимами, до тончайших, виртуальных Б. царства бесформенного. В махаяне и тантризме будд и бодхисаттв рассматривают как таких Б. В подобном контексте в данной «Книге» будд называют Б. и наоборот.

Будда — букв. «проснувшийся, прозревший, просветленный, познавший запредельный свет»: 1) в буддизме высшее состояние духовного совершенствования; 2) титул древнеиндийского мудреца Шакьямуни после обретения им особого духовного опыта. Б. жил около 2500 лет назад. В текстах махаяны доктрина Б. получила значительное развитие. Здесь Б. — высший принцип единства всего сущего, он везде, всегда и во всем, в том числе в каждом из бесчисленных существ, которые в результате обретения Дхармы и духовного совершенствования во многих рождениях в конце концов станут буддами. В то же время Б. — это и есть все мироздание, которое рассматривается как Тело Истины (дхармакая). Любой род множественность является лишь иллюзией единого сущего. Позже вырабатывается учение о небесных странах пяти будд, куда можно попасть во время высшей

медитации. Все это изменило и расширило мифологию Б., тем не менее ранние предания о Шакьямуни сохранились и в этих ритуально-созерцательных комплексах в качестве подраздела земной истории Тела Эманации (нирмана^{ка}) Б., в котором он иллюзорно нисходит в нижние царства вселенной. Тексты Тантры дополнили эти доктрины идеей об Изначальном Будде (Ади-Будде) — мифологическом образе единства сущего, а также идеей мгновенного, как удар молнии (ваджра), просветления, после которого адепт становится буддой и которое возможно достичь уже в этой жизни с помощью определенных практик и средств. Б. — совершенно просветленное, всеведущее существо, достигшее духовных вершин естественным образом через развитие ума и сердца в длинной последовательности рождений.

Ваджра — «молния, громовник, оружие бога Индры, алмаз» — в буддизме символ мгновенного, как вспышка молнии, просветления, чисто световой, светлой и благодатной природы этого озарения ума. Термин также передает значение нерушимости буддийской Дхармы, прочной, как алмаз. Особое развитие эта символика получила в мифологии и ритуалах ваджраяны, многие персонажи которой — «носители или держатели» В. В мире различий В. обозначает мужскую духовность, состоящую в действенном сострадании, мастерском применении искусственных средств, а также в умении оказать духовную помощь другим существам. В Тантре В. — это символ неразрушимости, чистоты и превосходства тантрического учения. В. является атрибутом различных божеств мандал четырех классов тантр, а также ритуальным предметом, используемым в тантрийской практике.

Ваджрасаттва — одно из архетипических мирных буддийских божеств, иногда считается владыкой шестого семейства будд, а порой ассоциируется с Акшобхье. В Тантре рассматривается как архетипическая мужская форма, принятая Буддой, когда он давал эзотерические тантрийские учения. Поэтому В. можно называть любого будду Тантры.

Вайрочана — один из пяти архетипических мирных будд, глава семейства Будды, ассоциируется с центром, небесной страной Гханавьюха. В «Книге» В. представляет мудрость высшей реальности, преображение яда ненависти, белый цвет и скандху познания. Его супруга — Ваджра Дхатвишвари.

Великая печать (санскр. *махамудра*) — синоним полного просветления и достижения главной цели в практике высшей йоги.

Великое совершенство (тиб. *дзогчен*) — учение и практика высшего, девятого Пути в тибетской школе ньингмапа, как продолжение традиций тантрийской системы Ати-йоги в Ваджраяне. Истоки школы В. с. в Тибете восходят к миссионерской деятельности индийского мистика Тантры и автора данной «Книги» Падмасамбхавы, который, в свою очередь, считал родоначальником школы йога Гараб Дордже из страны Удияна. Учение основывается на идее единства преходящего и непреходящего миров, сансары и нирваны, кои суть природа Изначальной мудрости, иллюзорно порождаемой Телом Истины состояния Будды. Подлинный вид этой мудрости — пустотность. Излучение ею чистого света есть явление практикующим йогам второго Тела Будды — Тела Блаженства (самбхогакая), безграничное сострадание которого реализуется третьим Телом — Телом Эманации (нирманакая). Практика дзогчена предполагает принятие любой вещи безоценочно, вне двойственности рассудка, который либо одобряет, либо отрицает. Осуществляя дзогчен, мастера тантры намереваются достичь просветления уже в этой жизни. Считается, что высшие йоги после смерти способны обрести Радужное Тело — так они называют дематериализацию, выражющуюся в исчезновении тела. В Тибете В. с. оставалось фактически эзотерическим учением, в тайны которого посвящали немногих, даже из монахов ньингмы. Оно было мало известно и среди других последователей ваджраяны.

Внутреннее знание (санскр. *адхъятмавидья*) — традиция, сложившаяся в буддизме за последнее тысячелетие и

основанная на представлении, что самым мощным, тонким, но управляемым аспектом природы является ум, доступный изнутри живого существа, а не через грубые материальные энергии. Например, с этой точки зрения ключевым моментом в ядерной бомбе является человеческая ненависть, поэтому ее следует исследовать, понять и технологически контролировать, если мир хочет спастись от ядерной катастрофы.

Всеобщее благо — в «Книге» и вообще в учении школы ньингма будда Самантабхадра, изначальный Будда, близкий к абсолютной реальности вселенной. Имя указывает, что глубочайшая реальность всего — это свобода, являющаяся счастьем живых существ, а следовательно, тем, что они считают высшим благом. В махаяне Самантабхадра — это известный бодхисаттва, проявляющий себя одновременно во всех субатомных частицах всех вселенных, но пребывающий и в своем измерении.

Гелукпа — школа тибетского буддизма (монашеский орден), основанная Ламой Цзонхавой (1357–1419) в 1400 г. на основе школы кадампа, созданной Атишем (982–1054). Известна широким распространением монашества в Тибете, ученостью и многими великими перерожденцами. К ней принадлежат Далай-ламы. Создала теократическое правление в Тибете.

Герой (Хранитель Знания) (санскр. *vira*) — существо, достигшее совершенного состояния будды на пути высшей йоги (Анuttара-йога-тантры) и проявляющее себя как божество, чтобы помогать практикующим.

Гневные божества — в буддизме имеется несколько видов:
 1) гневные будды, проявляющие мудрость и сострадание тем способом, что необходим для преодоления привычного страха у эгоистически направленных существ;
 2) гневные бодхисаттвы — защитники духовных адептов; 3) ужасные, кровожадные божества и духи, сами одолевшие гнев и ненависть, но оставшиеся демоническими. В «Книге» — это, главным образом, первый вид,

хотя упоминается несколько бодхисаттв-защитников, таких как Махакала.

Гуру — букв. «тяжелый» — Учитель, духовный наставник.

Тиб. Лама, букв. «непревзойденный», что указывает на огромный авторитет, но не в смысле иерархического пре-
восходства.

Гухъясамаджа — тантрийская традиция, где особенно хорошо объяснены тонкости высшей йоги (Анuttара-Йога-
тантры), систематически изложены и организованы для изучения и практики.

Дакини — класс демонических женских божеств. В буддизме ваджраяны они хранят и передают знания о тантрийских практиках, входят в тантрийскую общину, а также покровительствуют йогам. Ваджрадакини, «Алмазная дакини», — женская форма состояния будды, женский эквивалент Херуки.

Душа — глубочайшая сущность живого существа, принимающая перерождения и в результате освобождающаяся. Буддийское учение об отсутствии индивидуального «я» часто считают подтверждением нигилистического и атеистического характера буддизма. Будда отрицал любую абсолютную, неизменную, субстанциональную душу, самость или эго, но относительная, меняющаяся, условная сущность или Д. всегда находилась в буддийской психологии. В данной «Книге» сверхтонкие тело—ум можно квалифицировать как Д. существа, проходящего через смерть, Промежуток и перерождение или достигающего освобождения.

Дхарма — Учение, Закон, Абсолют, истинная реальность, мельчайшая частица потока сознания, качество, объект познания и т. д. Многозначность слова неслучайна, это не только краеугольное понятие буддизма, но и главное: Будда есть благодаря Д., а вот сказать обратное неверно. При правильном постижении все в этом и любом другом мире оказывается Д. Термин происходит от санскритского корня «дхар» (держать, нести, утверждать) и бук-

вально означает «опора для чего бы то ни было». Слово «дхарма» приобрело смысл «религиозный закон общества» еще в буддийские времена. Д. — Закон, открытый Просветленным. Этот Закон является смысловым ядром вселенной, в соответствии с ним происходят все процессы вне и внутри человеческих судеб.

Жизнь (тиб. цзе) — «продолжительность жизни» или «время жизни», тиб. же-ба букв. значит «рождение», а хор-ба — сансара или «бесконечный цикл страдания». Выражением «жизнь Промежутка» переведено второе из этих слов, а «жизненный цикл» — третье.

Интеграция (санскр. юганаддха) — в Высшей йога-тантре так именуется состояние Будды, пятая и высочайшая ступень стадии завершения, указывающая, что относительное и безусловное, индивидуальное и всеобщее, тело и ум, блаженство и свобода, мужское и женское — все качества интегрированы в этом переживании полноты и завершенности.

Ишвари — букв. «богиня» — могущественное, сверхчеловеческое существо (божество), в облике которого просветленные являются на благо испытывающих страдание, особенно тех, кто находится в тонких царствах Промежутка.

Йог (санскр. махасиддха) — «великий совершенный провидец» — в Ваджраяне М. — это выдающийся мастер искусственных средств духовного освобождения, обладатель сверхъестественных сил и способностей, зачинатель новых тантрических ответвлений, совершенный йог. Считается, что М. достиг состояния недвойственности «Блаженства» и «Пустоты». О нем образно говорят, что «вся его речь есть мантра, след его ноги есть мандала, любой его жест есть мудра и весь его ум есть дхьяна».

Кагьюдпа — школа индо-тибетского буддизма Ваджраяны. В ней принято считать, что йогин Тилопа, будучи в состоянии медитативного транса, воспринял основные доктрины школы непосредственно от Ваджрадхары. Они ха-

рактеризуются тем, что акцент в учении переносится на практическую йогу и ритуально-мистические тайные обряды, в первую очередь Махамудры («Великой печати»).

Кадампа (тиб.) — «следование наставлением Учителя» — школа тибетского буддизма, основанная Атишем и его учеником Бронтонпой (1005–1064). Особое внимание уделяла строгому соблюдению монашеской дисциплины.

Калачакра (букв. «колесо времени») — одна из самых важных и разработанных тантрийских систем из цикла Ануттара-йога-тантры, обладающая множеством особых отличительных черт. Одна из любимейших систем у Далай-лам. Монастырь Намгьял во дворце Потала в Лхасе — прославленный центр этой тантры. К. — это своеобразная «эволюционная машина времени», вездесущая сила мудрости и сострадания в тесном контакте с планетарными существами во всех перепетиях их истории.

Кхатванга — особый жезл, атрибут некоторых буддийских божеств, дакини и высших йогов, символизирующий овладение тонкой нервной системой с ее внутренними каналами (нади), ветрами (прана) и каплями (бинду) для демонстрации просветления практикующим в тонких царствах сновидения, Промежутка и самадхи.

Лама (тиб. *blama*, «высший») — собирательное название учителя в тибетском буддизме, прошедшего обучение и обряды посвящения. По-видимому, равнозначно индийскому гуру. Строго говоря, Л. не обязательно монах или бодхисаттва, который из сострадания рождается вновь и вновь. И в прошлом, и ныне ими нередко являются миряне, в то же время далеко не все монахи суть Л.

Магическое тело — тонкое тело, созданное умом и воображением на третьей стадии завершения, ступени самопосвящения. Это высочайшая эзотерическая, сознательно сотворенная форма тонкого тела, переживаемая в обычной жизни человеком, видящим сон, или существом Промежутка в его тонких состояниях. М. т. существенно для технологии ускорения эволюционного процесса и

закрепления результата, достигнутого героическими действиями в течение многих жизней.

Майтрея (санскр.) — «Тот, кто есть Любовь» — просветленное существо, бодхисаттва, которого Шакьямуни назвал Буддой будущего мирового периода. Считается, что в настоящее время он пребывает на небе Тушита, откуда в свое время снизошел на землю и Шакьямуни.

Мандала (санскр.) — «круг, диск, кольцо» — в Ваджраяне «опора созерцания», дворец Идама с его окружением. По сути М. — это полифункциональная и «многосмысловая» картина, предстающая перед умом адепта. Символика М. соотносится с пятью частями «бытия» полностью и самостоятельно просветленного Будды: тело, речь, ум, отличительное свойство, деятельность. В великой М. божества изображаются в телесном облике и соответствуют «Телу цвета и формы» и телу из названных пяти частей. М. представляет божества в виде символических атрибутов, соответствующих уму в виде их «семян сокровенных речений», соответствующих речи. В М. располагаются божества, олицетворяющие подношение и другие ритуалы, соответствующие деятельности всех «Истинносущих» «ради блага всех живых существ».

Мантра (санскр.) — «сокровенное речение» — преимущественно санскритских слово- и звукосочетаний, особое и постоянное произнесение и воспроизведение в памяти которых стало обязательным компонентом практик медитации, а также обрядово-ритуальных действий. Задача М., нередко содержащей один слог (например, «А» или «ОМ»), состоит в том, чтобы способствовать визуализации образа духовного сосредоточения.

Махакала — (букв. «великое время») — гневное буддийское божество, защищающее практикующих на пути к просветлению. Миѳ о М. повествует, что он был могущественным демоном, имевшим особый дар от бога Браhma. Затем был покорен Бодхисаттвами Манджуши и Авалокитешварой и стал служить Дхарме.

Махаяна (санскр.) — «Великая колесница, Великий путь» — название второго направления в буддизме. В доктрине основной упор делается на учение о небесных и земных бодхисаттвах. Первые — это просветленные существа, которые обрели «просветление», но до того они дали обет оставаться в кругу рождений, чтобы помогать другим существам достичь этого состояния и нирваны. Земные бодхисаттвы — это монахи и миряне, стремящиеся к «просветлению» из сострадания к мукам ближнего. Бодхисаттва постоянно в «пути», накапливая добродетели и знания, постигая таинство пустотности. Это великая Пустота, которую возможно созерцать, и есть единственно подлинная реальность. В ней пребывает Будда — абсолютное единство сущего, неотличимое от Пустоты и неохватимое мыслью. Все остальное мыслимое, начиная с двойственности сансары и нирваны, является Иллюзией.

Меру — в буддийской и индийской космологии мифологическая гора — ось мира, вокруг которой на плоской земле, омываемой океаном, расположены четыре континента. Современный читатель, встречая этот образ в буддийских текстах, может соотнести М. с земной осью.

Нирвана (санскр.) — «недуновение, прекращение, успокоение» — 1) свобода от желаний, страданий, привязанностей, 2) освобождение от круга рождений особи, 3) состояние сознания, в котором дхармо-частицы пребывают в покое, 4) высшая цель устремлений верующих в раннем буддизме. Полное обретение Н. возможно только после смерти, когда скандхи распадаются окончательно, ибо их содержимое перестало возникать и исчезать. Собственно Н. непостижима мыслью и невыразима в слове, будучи абсолютной истиной непосредственного познания идей отсутствия самости и всеобъемлющего непостоянства.

Нож (санскр. *картари*) — изогнутый, кривой нож, известный, как «нож дакини», который она держит в правой руке и «применяет для разрезания на кусочки аорты

врагов Учения». К. символизирует Мудрость, «отсекающую» эмоциональные и интеллектуальные преграды духовного пути. В руках «гневных» Идамов и божеств — охранителей мужского пола «нож» есть искусное средство, или «метод духовных практик».

Ньингмапа (тиб., букв. «древняя, или старая, традиция переводов») — ваджраянская школа буддизма в Тибете, основанная в последний четверти VIII века Падмасамбхавой. Одно из главных мест в ней занимает фактическое обожествление Падмасамбхавы, т. е. причисление его к лицу будд.

ОМ — мантический слог, называемый «ваджрным телом всех будд». Призывает силу божественного и вселенского начала и поэтому ставится вначале большинства мантр.

ОМ А ХУМ — мантра, призывающая тело, речь и мысль всех будд, резонирующая с Телами Истины, Блаженства и Эманации и содержащая всеобщность просветленного присутствия.

ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ — мантра Авалокитешвары, бодхисаттвы вселенского сострадания, его священное сердце. Букв. значение — «ОМ драгоценность в лотосе ХУМ», где «драгоценность» — это сострадание, а «лотос» — мудрость высшей реальности. Эта манTRA чрезвычайно популярна в Тибете, ее высекают на горных склонах, на всех колесах — их вращение распространяет благословение манты — она на устах у всех в повседневной жизни. Тибетцы считают, что бодхисаттва печется об их благополучии, и постоянно повторяют эту манту, чтобы выразить свою преданность и благоговение Владыке Страдания. Они верят, что Он воплощается в их лидера, Его Святейшество Далай-ламу.

Отец — Мать (тиб. ЯБ-ЮМ) — иконографическая группа из двух персонажей: Идама и его Супруги, как символ Мудрости, тождества Блаженства и Пустоты.

Падмасамбхава — «Рожденный в лотосе [Будды Амитабхи]» — индийский йогин Ваджраяны VIII–IX вв., один из «отцов» буддизма в Тибете, основоположник школы ньингмалы и дзогчена, автор данной «Книги». В школе ньингма П. приписывается авторство собрания сочинений, превосходящих по объему «Слова Будды» и посвященных особому направлению, так называемой внутренней тантре — «Аннuttара-йога-тантре». Ее высший отдел — Ати-йога, или дзогчен, — обучал adeptов достижению буддства в течение одной жизни. Учение П. называют в Тибете «прямым путем». О целостности этой системы, а также о полноте охвата различных сторон жизни религиозного общества и личности можно судить и по тому, что индийский мастер не остановился на нравственных положениях Хинаяны и Махаяны, а внес значительные дополнения. В последних тоже нельзя не усмотреть искусной простоты и стремления к доступности, пониманию новых требований — пожеланий, что сыграло огромную роль в Тибете.

Посвящение (санскр. *абхишекха*) — ритуал, дающий права на особые знания, благословения, авторитет и ответственность. Высшая йога-тантра имеет четыре П.: сосуда, тайное, мудрой интуиции и слова, дающие силу тела, речи и мысли, а также интеграции всех трех для познания, практики и реализации всех уровней тантрийского пути.

Прета (санскр.) — «ненасытный дух», мучимый жаждой и голодом; в буддизме один из шести видов живых существ.

Пять мудростей (санскр. *панча-джняна*) — одно из важнейших учений махаяны и ваджраяны. Это (1) знание о том, как воспринимать [все] подобно зеркалу, (2) знание о том, как относиться ко всему равно, (3) знание о том, как исследовать, анализировать, (4) знание о том, как выполнять то, что необходимо сделать, (5) знание о том, как воспринимать законоучение в состоянии совершенной чистоты.

Пять семей(ств) — (санскр. *панча-готра, панча-кула*) — мифологические семьи, называемые Падма, Ваджра, Будда, Ратна, Карма. Им соответствуют тантрические практики, в которых пять омрачений или «ядов сознания»: страсть, ненависть, неведение, гордыня и зависть — преображаются в пять мудростей. Это «мудрость распознавания», «мудрость, подобная зеркалу», «мудрость основы сущего, или Абсолюта», «мудрость равновесия» и «мудрость, завершающая все деяния». Семьи «возвглавляют» пять истинносущих: Амитабха, Акшобхья, Вайрочана, Ратнасамбхава, Амогхасиддхи, — которые являются «Телом наслаждения».

Ратнасамбхава — один из пяти архетипических мирных будд, глава драгоценного семейства, ассоциируется с южным направлением, небесной страной Шримат. В «Книге» представляет мудрость равности, равного содержания, преображение скандхи чувств, устранение яда гордости и желтый цвет. Его супруга — Мамаки.

Сакьяпа — название школы буддизма в Тибете, происходящее от названия местечка и монастыря Сакья, основанного в 1073 г. Главная отличительная особенность школы состояла в проповеди доктрины «Путь—Плод». Она гласит, что цель пути (по круговороту рождений от страданий к освобождению) является внутренне присущей самому процессу пути и реализуется в каждом духовном шаге шествующего.

Самадхи — важное понятие буддийской и индийской философии, а также йогической медитационной практики. Обычно определяется как «однонаправленное состояние ума», относится также к творческим состояниям ума после просветления.

Самая (санскр. *обет, клятва*) — в «Книге» используется как заключительная мантра, означающая, что учение запечатано клятвой, и люди должны прибегать к нему только для духовных целей.

Сангха первоначально — община равных, не имеющих никакой собственности, нищенствующих, сообщество носителей Закона, хранителей знаний и мастерства.

Сканда (санскр.) — букв. «скопление» — группа того или иного вида дхармо-частиц потока сознания. Буддисты насчитывают пять групп, которые суть пять видов «прилипания» сознания к объектам сансары, как внешним, так и внутренним, например, к собственному эго. В первую группу входят частицы чувственного содержания потока сознания, в основном — это пять органов чувств и их объекты; вторая группа — ощущения приятного, неприятного и нейтрального; третья — представления, или знаково-понятийное содержание сознания; четвертая — кармические силы и влияния прежних действий; пятая — познание. Считается, что эти группы обусловливают существование «я» индивида, препятствующее познанию подлинной бессамостности, преходящести и окончательному освобождению.

Сострадание — это понятие выражалось несколькими терминами, и прежде всего каруна, карунья, крипа. С. присоединялось к списку шести совершенствований (парамита) седьмым пунктом. Здесь оно представляло начальное, базисное условие для всех стремящихся к просветлению. Идеальное С. к другим существам (вне зависимости от родства или близости) способен испытать только тот, кто искоренил привязанность к «я» и «мое». Такие существа уже называются бодхисаттвами. Образным воплощением абсолютного С. стал Авалокитешвара.

Тантра (санскр.) — «основа» [ткани Закона] — (1) название текста «Слова Будды» в ваджраяне, (2) название ритуально-культовых систем, подразделяемых, с одной стороны, на внешние и внутренние Т., с другой — на семейства тантрических текстов и соответствующих практик, сгруппированных вокруг отдельных мифологических персонажей, (3) общее название Ваджраяны и тантризма, в том числе индуистского.

Тантризм — термин западной науки. Когда этот термин применяют к буддизму, то говорят либо ваджраяна, либо буддийский Т., либо мантраяна, или Колесница мантр. Мантра есть важнейшее средство тантрических ритуалов и представляет собой многофункциональное священное высказывание, используемое и для того, чтобы призывать будд, бодхисаттв и других персонажей на медитативные «встречи».

Тара — бодхисаттва или будда активного сострадания, женское божество, пользующееся широкой популярностью у последователей махаяны. Как Бодхисаттва неотделима от Авалокитешвары, поскольку является его праджнай (супругой) и проявлением концентрированного сострадательного динамизма всех будд. В качестве будды выступает супругой Амогхасиддхи, одного из будд созерцания (дхьяни — будд). Проявления Тары бесчисленны, поскольку в ней нуждаются многие. Наиболее известны Белая Тара, дарующая защиту, долгую жизнь и мир, а также Зеленая Тара, устраняющая препятствия и спасающая живых существ в случае опасности.

Три Драгоценности (санскр. *триратна*) — это Будда, Дхарма, Сангха, они же — «три прибежища». В ваджраяне это — (1) «драгоценный Учитель Будда», а также будды, Идамы; (2) «драгоценное Учение»: учение будд и высших существ; (3) «драгоценная община» (санскр. *сангхаратна*).

Три Тела — название махаянской доктрины, гласящей, что единое вселенское и вездесущее Тело Будды постигается существами троеко. Во-первых, наиболее духовно подвигнутые адепты непосредственно познают непреходящую сущность Закона Будды. Это его Тело Истины. До подлинно оно постижимо только в состоянии «Просветления», кое и есть истинная природа, или пустота всех дхарм потока сознания. Во-вторых, мастера медитации и бодхисаттвы созерцают Тело Блаженства Будды, пребывающие как бы «размноженным» в небесных странах, или «чистых землях». Будды стран света отличаются

друг от друга атрибутами (изображением ритуально-культовых предметов), а также цветом. Всего основных цветов пять: белый, синий, красный, зеленый и желтый — соответственно пяти сторонам света. В-третьих, в прошлой, настоящей и будущей земной истории будды могут пребывать и как люди: рождаться, обретать «Проповедование», распространять законоучение, стариться и умирать, вернее возвращаться в нирвану. В этом случае говорится о Теле Эманации Будды, одним из примеров чего стал Будда Шакьямуни.

Тулку (рус. «перерожденец») — тибетское слово для обозначения Тела Эманации (санскр. *нирманака*). Так называют тибетских лам, в прошлых воплощениях достигших просветления и сознательно выбравших свое нынешнее рождение. Их считают «воплощенными Телами Эманации» (санскр. *джанма нирманака*).

Удияна — в буддийской мифологии страна в Северо-Западной Индии (вероятно, нынешний Пакистан или Афганистан), где родился Падмасамбхава, а ныне там рай дакини, невидимый обычным людям.

Чаша-череп (санскр. *капала*) — атрибут гневных идамов и дхармапал, символ Мудрости или Знания, которую держат в левой руке в паре с ритуальным ножом (картрика) или ваджрай в правой — символизирует союз Мудрости и искусственных средств, или метода духовных практик.

Чистая земля (санскр. *буддхакшетра*) — «земля или страна Будды» — понятие махаянской космологии и мифологии, согласно которой каждый из множества будд имеет собственный космический регион духовного влияния, страну своего небесного пребывания, своего рода рай, куда стремятся попасть (а не в нирвану) истово верующие в того или иного будду. Считается, что последнее возможно как в результате эволюционного рождения на этом небе за те или иные заслуги перед этим буддой, так и в процессе усердных медитативных упражнений, объектами созерцания в которых должны быть совершенство

будды, величие его небесной страны. Наиболее известными и «чистыми» небесными землями обладают пять будд ваджраяны, например, Ч. з. будды Амитабхи — это рай Сукхавати («страна счастья и блаженства»), имеющий красочные описания в сутрах и других буддийских текстах. Понятие разрабатывалось, отталкиваясь от ма-хаянского учения о том, что Будда не ушел в нирвану, а остался в своей Ч. з. ожидать приверженцев. Здесь он доступен созерцанию и безмолвно обучает Дхарме.

Эволюция (санскр. *карма*) — «действие, дело, поступок» — общеиндийское понятие, передающее идею неотвратимости последствий любого действия в настоящем и следующих рождениях особи. Под «действиями» разумеются как телесные действия, так и акты мышления, а также языкового общения. В буддизме Э. (карма) — это благие и неблагие побуждения, вместе с сопутствующими им проявлениями сознания, которые обусловливают то или иное будущее рождение индивида. Если соотношение благих и неблагих кармических последствий в совокупности определяет «качество жизни», то плод каждого конкретного действия оказывается на социальных условиях рождения, чертах характера и т. д. Главные корни неблагой кармы тянутся из трех пороков: алчности, ненависти и невежества. Благая карма питается корнями добродетели, которые противоположны названным. Далеко не все последствия действий образуют плод именно для следующего рождения. Некоторые из них, называемые «слабыми», дают знать о себе уже в настоящей жизни. И наоборот, результаты самых «сильных» поступков могут проявляться через несколько рождений. Совокупная Э. существует в буддизме творительной силой космических процессов.

Яды (санскр. *клеша*) — кардинальное понятие буддийской теории сознания, обозначающее те основные склонности и пристрастия особи, которые влекут нынешние и будущие ее беды. Состав клеш и их трактовка различались в школах буддизма. В текстах школ можно встретить

перечисления десятков помрачений. Но исходными являются: алчность, ненависть, невежество. Одна из главнейших задач буддийской практики состоит как раз в искоренении их из собственного сознания. Лучшим средством для этого считаются занятия медитацией (дхьяна).

Яма (санскр.) — имя бога смерти, владыки многочисленных адов. В ваджраяне Я. — один из «хранителей законоучения Будды», или дхарма-палы.

Библиография

- Тибетская книга мертвых* / Пер. Г. Шилова. СПб.: Шанг-Шунг, 1999.
- Тибетская книга мертвых* / Пер. О. Т. Тумановой. М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001.
- Тибетская книга мертвых* / Пер. В. Кучерявкина, Б. Останина. М.: ФОЛИО-АСТ, 2004.
- Мулин Г. Х. Смерть и умирание в тибетской традиции* / Пер. О. В. Альбедиля. СПб.: Евразия, 2001.
- Avedon J. F. In Exile from the Land of Snows.* N. Y., 1984.
- Cranston S., Williams C. Reincarnation: A New Horizon in Science, Religion and Society.* N. Y., 1984.
- Gyatso, Geshe Kelsang. The Clear Light of Bliss.* London, 1985.
- Gyatso, Tenzin, H. H. the Dalai Lama. Kindness, Clarity and Insight.* N. Y., 1984.
- Gyatso T. et al. Mind Science: An East-West Dialogue.* Boston, 1991.
- Lati Rinpoche, Hopkins J. Death, Intermediate State and Rebirth,* N.Y.,1985.
- Lodo, Lama. Bardo Teachings.* N. Y., 1987.
- Nyima Rinpoche, Chokyi. The Bardo Guidebook.* Kathmandu, 1991.
- Rangdrol T. N. The Mirror of Mindfulness.* Boston, 1989.
- Rhie M., Thurman R. Wisdom and Compassion: The Sacred Art of Tibet.* N. Y., 1991.
- Sogyal Rinpoche. The Tibetan Book of Dying.* San Francisco, 1992.

Как обращаться с буддийскими книгами

Дхарма — Учение Будды — чудодейственное лекарство, помогающее вам самим и всем живым существам избавиться от страданий. Ко всякой книге, содержащей Учение Будды (а даже одно слово дхармы или имя Будды делают книгу таковой) следует относиться уважительно, на каком бы языке она ни была написана. Избегайте класть книгу на пол или на стул. Не переступайте через книгу и не ставьте на нее какие-либо предметы — даже изображения Будды или божеств. Храните книги дхармы на алтаре или в другом почетном, чистом, и предпочтительно высоком месте.

Не выбрасывайте, подобно мусору, старые или ненужные книги, содержащие Учение Будды. Если возникла такая необходимость, лучше сожгите их — предание огню считается уважительным способом избавиться от пришедшего в негодность религиозного текста. Таким же образом рекомендуется с почтением относиться и к писаниям других духовных традиций.