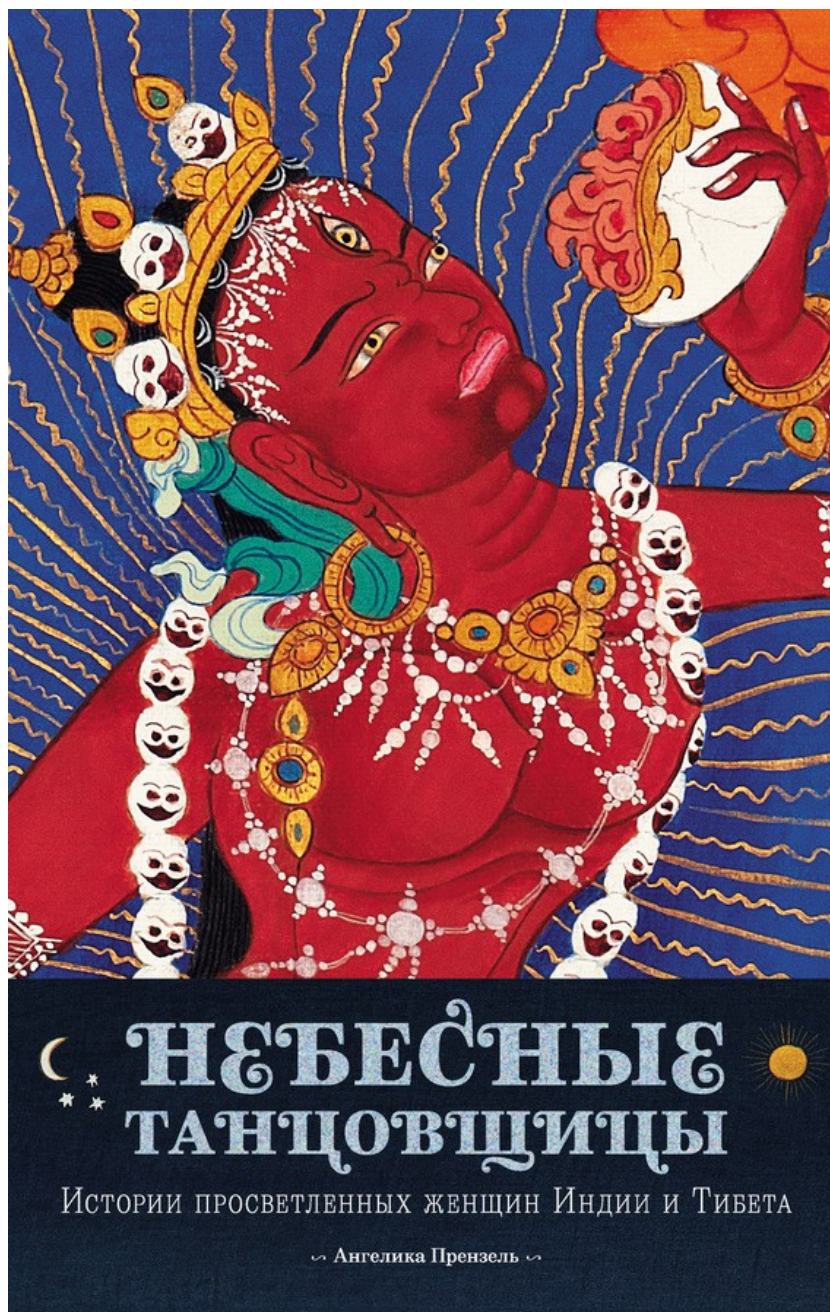


Ангелика Прензель

**Небесные танцовщицы
Истории просветленных женщин Индии и Тибета**



Аннотация

В книге «Небесные танцовщицы» приводятся жизнеописания одиннадцати женщин, оставивших важный след в истории буддизма. Героини повествований жили в Индии и Тибете в эпоху Средневековья, когда в этих культурах развивалась Ваджраяна, или

буддийский тантризм. Встречая искусных учителей, женщины приступали к практике и благодаря своей преданности и усердию постепенно достигали высоких уровней знания природы ума. Впоследствии они обучали соотечественников, писали философские труды и пособия по медитации; некоторые даже основали свои буддийские школы, существующие до наших дней.

Сборник составлен коллективом европейских авторов на основе средневековых тибетских источников и дополнен справочными материалами и глоссарием.

Ангелика Прензель

Небесные танцовщицы. Истории просветленных женщин Индии и Тибета

Наши Дакини Алмазного пути раскрывают свою силу. Это изумляет и впечатляет.

Лама Оле Нидал Имменхаузен, на закате 6 августа 2007 года

Angelika Prenzel

Dakinis: Lebensgeschichten weiblicher Buddhas

Copyright © 2007, Buddhistischer Verlag

Перевод с английского:

Виктория Егоренкова, Ольга Затолока, Ольга Горбат, Элина Лобацкая, Елена Леонтьева, Владимир Петров, Галина Бельченко

Изображения просветленных женщин для немецкого издания создал художник Дензонг Норбу. Он один из немногих современных мастеров живописи стиля Карма Гадри, разработанного Восьмым Кармапой Микьо Дордже (1507–1554). Дензонг Норбу является учеником Кармапы XVI, он проходил обучение вместе с четырьмя держателями традиции Карма Кагью.

Йеше Цогьял и пять основных форм Будд для вступительной статьи немецкой книги нарисовала Силке Келлер. С 1998 года она учится у Дензонга Норбу и Бруни Фейст-Крамер, ученицы Гега Ламы. Изображая Будд в состоянии радости, Силке опиралась на работу «Буддийская иконография» Локеша Чандры, Тенгьюр в версии монастыря Нартанг, издание «Ваджра-авали», а также «Основы тибетского искусства» Гега Ламы.

Редакция русского издания выражает глубокую признательность московской художнице Залине Тогузаевой, переработавшей оригинальные изображения для этой книги. Залина с 2004 года изучает буддийскую духовную живопись стиля Карма Гадри под руководством голландской художницы Марианн ван ден Хорст.

Элементы графики, тантрические символы, орнаменты и рисунки Будд и Бодхисаттв любезно предоставил издательству «Ориенталия» Роберт Бир, известный мастер тибетского и непальского искусства, автор нескольких фундаментальных трудов, посвященных буддийской символике, в т. ч. «Энциклопедии тибетских символов и орнаментов».

Елена Леонтьева, кандидат исторических наук

Предисловие

Всем известны жизнеописания людей, которым удалось достичь чего-то особенного. Такие истории повествуют о мотивации героев и об их ценностях, обходясь без сложной логической аргументации, правил и систем. Они позволяют нам соотносить прочитанное со

своим жизненным опытом и дарят вдохновение.

Каждое из одиннадцати жизнеописаний, представленных здесь, показывает, как буддийский взгляд и практика помогают использовать возникающие трудности для развития.

В этой книге повествуется о том, как мужчины и женщины, обмениваясь качествами, могут избавиться от всевозможных помех и достичь состояния Будды – бесконечного, безусловного счастья.

Изучая биографии практикующих женщин, узнаешь, что для каждой из них начальной точкой буддийской практики была встреча с настоящим учителем. Учителя передают освобождающий и просветляющий уровень знаний, потому что сами непрерывно переживают просветленные качества ума – бесстрашие, радость и активное сочувствие. Наставник, лама, своим примером показывает, как поучения Будды затрагивают все области жизни и как благодаря полному развитию тела, речи и ума становится возможным Просветление.

Для успешного применения поучений Карма Кагью, одной из четырех крупнейших традиций тибетского буддизма, особенно важно практиковать под руководством сведущего наставника. Так обеспечивается подлинная преемственность, непосредственная связь с жизнью – здесь и сейчас, – чего невозможно достичь путем интеллектуального обучения. Лама также помогает убедиться в том, что цель действительно достижима. Несомненно, это одна из причин, по которым все большее количество людей сегодня интересуется буддизмом Алмазного пути, и особенно Карма Кагью, очень практичной ветвью тибетского буддизма.



Ученики исторического Будды Шакьямуни (VI–V вв. до н. э.) составили собрание из 84 000 различных методов и советов на путь Просветлению, которые считаются прямыми словами Будды

Ученики исторического Будды Шакьямуни (VI–V вв. до н. э.) составили собрание из 84 000 различных методов и советов на пути к Просветлению, которые считаются прямыми словами Будды. Канон, составленный на тибетском языке, называется Кангюр, а свод комментариев, авторами которых являются индийские философы и мастера медитации, – Тенгюр. До сих пор на западные языки переведено совсем немного – примерно 10 % текстов; из этого видно, насколько мало (в количественном отношении) Запад знает о буддизме. Но есть и другой – качественный – подход к источникам.

В Германии в XIX и XX веках появлялись многочисленные буддийские кружки и сообщества. Они издавали журналы и книги, в которых велись дискуссии о поучениях Будды. Для авторов этих публикаций буддизм был продолжением их собственного интеллектуального мира – им не хватало непосредственного обмена опытом с подлинным учителем, который мог бы послужить примером того, как мудрость Будды пронизывает всю человеческую жизнь.

Основой для многих западных исследований буддизма являются работы Исаака Якоба Шмидта (1779–1847), изучившего монгольский и тибетский языки в немецких поселениях на юго-востоке России в тесном соседстве с калмыками и ставшего членом Российской академии наук в 1829 году. Философ и писатель Артур Шопенгауэр (1788–1860) интересовался взглядами Востока и, как и Эммануил Кант, обращался к трудам Шмидта. Неточный перевод главных терминов, таких как «нирвана» и «Просветление», привел к существенно неверному истолкованию цели буддизма. Шопенгауэр перевел санскритский термин с помощью немецкого слова «Erlöschen» («угасание») и объяснил это как «относительное ничто». У него не было доступа к переживанию того, что сансара и нирвана

обладают одной и той же основой и что «освобождение от страданий» означает пробуждение непрекращающейся радости. Благодаря публикациям Шопенгауэра буддизм пришел в немецкую философию, но все же неполная информация и неправильные трактовки привели к появлению и распространению ошибочных взглядов. В XIX веке благодаря британским колониям на Цейлоне – современная Шри-Ланка – и в Индонезии появились другие подходы к буддийским источникам. Сложилось специфическое представление о буддизме Тхеравады, который практикуется в этих странах, что впоследствии сформировало предвзятое отношение западного мира к буддизму на долгое время.

В XXI веке Запад открыл для себя подлинные источники трех буддийских колесниц – Малого пути (на санскрите *Хинаяна*, сегодня *Тхеравада*), Великого пути (*Махаяна*) и Алмазного пути (*Ваджраяна*), – а также тексты различных традиций внутри этих трех основных путей. Все они основаны на поучениях Будды, поддерживают и дополняют друг друга, но все же между ними есть различия. Поэтому поучения трех колесниц не следует путать. Важно точно знать, к какому из трех различных путей относится определенный текст и, соответственно, в чем его особенности.

Просветленные, чьи истории жизни здесь пересказываются, использовали методы буддизма Алмазной колесницы. Они жили в период между VII и XI веками в Индии и Тибете. Их биографии дают представление об условиях жизни в этих странах во времена распространения буддизма Ваджраяны.

В период поздней античности власть в Индии принадлежала немногочисленному высшему сословию землевладельцев. Каждый индеец от рождения относился к одной из множества каст, что определяло жесткое разделение по социальному признаку. Это налагало строгие ограничения на образ жизни людей, на все, что им позволялось говорить и делать. Более того: феодальное общество, регулируемое кастовой системой, было разделено и по признаку пола. Женщины находились в крайне невыгодном положении: только мужчины имели право наследовать имущество, и потому женщина воспринималась как собственность. Ее социальный статус не дотягивал до статуса мужчины самой низкой касты.



Своим поведением, нетрадиционным во многих отношениях, йогины помогали людям избавляться от концепций и создавали таким образом пространство для нового понимания и развития

При жизни и вскоре после ухода Будды Шакьямуни его поучения распространились по многим королевствам субконтинента. В некоторых странах уже во II веке нашей эры были большие монастырские университеты, и общество воспринимало буддизм с такой же открытостью, как и индуизм. Тем не менее буддизм Алмазного пути, берущий начало в прямых устных поучениях Будды, практиковала лишь горстка способных йогов. Знания и медитации передавались устно и тайно от учителя к ученику, и только начиная с V века они стали доступными для многих.

Мужчины и женщины, на внешнем уровне живущие обычной жизнью, посвящая свое время семье и деревенской жизни, практиковали Алмазный путь. Таких буддистов называют мирянами, чтобы показать, что на них не распространяются монашеские правила и ценности. Были и другие практикующие, которые не подчинялись общественным нормам, жили часто в лесах, иногда с несколькими партнерами, и также использовали средства Алмазного пути для получения полного доступа к качествам ума. Их называют осуществляющими Учение или йогинами (йогинями). Они предпочитали независимый образ жизни; многие из них по несколько лет медитировали в пещерах, а в деревню спускались лишь для того, чтобы

накопить средства на следующее отшельничество. Своим поведением, нетрадиционным во многих отношениях, йогины помогали людям избавляться от концепций и создавали таким образом пространство для нового понимания и развития.

В традиции Алмазного пути известны имена 84 самых выдающихся мастеров – их называют махасиддхами. Обладая необычайными способностями, они умели совершать чудеса, посредством которых воздействовали на людей, меняли их способ восприятия и показывали эффективность поучений Будды. В феодально-кастовом, патриархальном обществе, которое строго ограничивало жизнь граждан, их свободу слова и самовыражения, такие мастера создавали группы практикующих без иерархической структуры, основанные на взаимной поддержке и уважении.

Приход буддизма в Тибет и перевод источников осуществлялись двумя большими волнами – в VIII и XI веках, когда мастера Гуру Ринпоче (на санскрите *Падмасамбхава*), Марпа (1012–1097) и некоторые другие приносили поучения из Индии. Своим постижением они напрямую демонстрировали действенность Учения Будды. Очень сильная связь Марпы и Миларепы (1040–1123) является одним из лучших примеров того, как вдохновение, поддержка и защита, возникающие в результате непосредственного взаимообмена между учителем и учеником, могут служить развитию практикующего.

Главный ученик Миларепы Гампопа (1079–1153) принял монашеские обеты в XII веке и основал много монастырей. Они играли роль общеобразовательных школ, университетов, административных и правовых центров и были первыми заведениями, где оказывалась врачебная помощь.

Все же большинство людей жили в семьях и деревенских сообществах. Они финансировали монастыри и каждый день выполняли короткие медитации. Сексуальность считалась важным, естественным свойством человека, и мужчины и женщины одинаково наслаждались своей свободой. В случаях разрыва брака и дочери и сыновья сохраняли свое право наследования, даже если у родителей рождались другие дети от новых партнеров. В большинстве случаев один мальчик в каждом поколении становился монахом. Так в семье появлялся хотя бы один грамотный человек, у всей родни устанавливалась связь с местным мастером медитации, и, кроме того, одним претендентом на наследство было меньше.

Главный ученик Гампопы Кармапа Дюсум Кхьенпа (1110–1193) стал первым сознательно перерождающимся ламой. Шестнадцать поколений Кармап передавали поучения традиции Карма Кагью по непрерывной линии преемственности до наших дней.

На сегодняшний день на Западе, в Европе, основано лишь несколько монастырей, в основном во Франции. Гораздо большее количество практикующих собирается в центрах мирского и йогического буддизма, основанных Ламой Оле Нидалом и Ханной Нидал от имени Гьялвы Кармапы XVI, начиная с 1973 года. Под духовным руководством Семнадцатого Кармапы Тхае Дордже на основе личной инициативы людей и их добровольной работы было создано более 600 центров медитации по всему миру. Теперь они стали международным сообществом практикующих буддистов. В разных странах на государственном уровне центры зарегистрированы как некоммерческие структуры, религиозные организации или благотворительные фонды. В этих группах собираются самостоятельные и зрелые люди разных возрастов и профессий. Они вместе изучают буддизм Алмазного пути, медитируют и обмениваются опытом, чтобы приносить вневременный смысл в свои и чужие жизни.

Мирыне и йогины, чьи яркие истории дошли до нас, предстают людьми внутренне свободными, готовыми нести ответственность за себя и окружающих. Они достигали вневременного счастья, основываясь на законе причинно-следственной связи (на санскрите *карма*), и активно использовали достигнутую независимость для принесения пользы другим. Наивысшей и основополагающей ценностью в буддизме Алмазного пути является развитие каждого существа. Субъективно переживаемое счастье рассматривается не как личная цель, а как фундамент – опираясь на него, человек может поддерживать других и помогать в раскрытии их внутреннего потенциала. На этом основан обет Бодхисаттвы, в котором

выражено намерение совершенствовать тело, речь и ум для блага других. Из приведенных жизнеописаний видно, насколько разными бывают пути к Просветлению и способы проявления сочувственной активности.



Наивысшей и основополагающей ценностью в буддизме Алмазного пути является развитие каждого существа

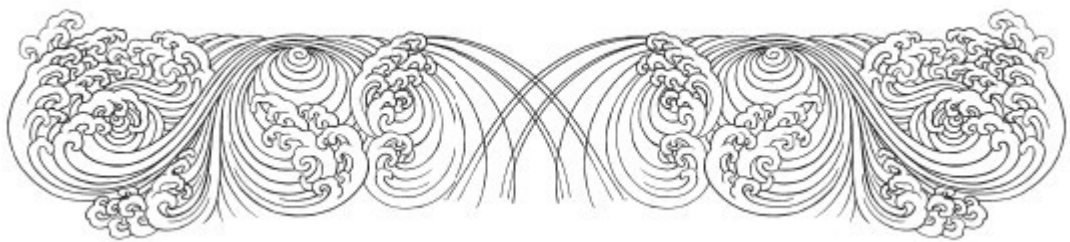
История Тары показывает, как можно смело преодолеть все страхи и какое тогда возникает пространство для отстаивания своих идеалов.

Мудрость изготовительницы стрел, женщины низкого сословия, вдохновила ее мужа Сараху на такую большую открытость, что он смог распознать истинный смысл того, каким все является.

Лакшминкара, принцесса из буддийского королевства, предпочла притвориться сумасшедшей, вместо того чтобы из политических соображений выйти замуж за грубого и жестокого иноземца. Позже она так вдохновила своего царственного тестя, что тот развернул широкую деятельность, создавая в королевстве благоприятные условия для буддийского Учения.

Мандарава, принцесса из буддийского королевства Захор в Индии, вместе с супругом Падмасамбхавой способствовала активному распространению буддизма Алмазного пути далеко за пределы страны. Она была отважной женщиной, способной справляться с разнообразными трудностями на пути.

Тибетка Йеше Цогьял считается защитницей своей линии передачи Ньингма. Родившись в хорошо образованной тибетской семье, в юности она стала женой императора Тибета, а позже – ученицей и супругой Падмасамбхавы. Эта «дикая» йогиня сыграла ключевую роль в распространении Алмазного пути по всему Тибету и стала впечатляющим примером того, как можно использовать всевозможные жизненные трудности для развития.



Обет Бодхисаттвы

Обещание достичь Просветления и помочь всем существам прийти к этой же цели; оно дается всеми буддистами, практикующими высшие колесницы – Великую и Алмазную. Тогда каждый шаг на пути развития человека посвящается благу всех живущих.

История жизни Манибхадры интересна тем, что внешне эта женщина отлично соответствовала требованиям общества и при этом незаметно медитировала, развивала свой ум и обрела внутреннюю зрелость. Резкий звук, произведенный разбившимся кувшином, на мгновение остановил поток ее впечатлений, и в ней тут же пробудилось понимание, возник глубокий опыт истинной природы ума.

Сестры Мекхала и Канакхала вышли замуж за состоятельных мужчин, но не были

счастливы в браке. Они встретили тантрического учителя и получили поучения. Ко времени следующей встречи со своим гуру, которая состоялась через двенадцать лет, они приобрели глубокое понимание того, что все явления свободны от собственного независимого существования, хотя и проявляются в бесконечном множестве. Благодаря своему постижению сестры совершили необычайное подношение учителю: отсекали свои головы, а затем вернули их на место.

Нигума полностью раскрыла свои просветленные качества всего за одну неделю йогической практики. После этого она посвятила своих учеников-мужчин в особые медитации и велела распространять их только в Тибете после XIII века, когда появятся подходящие условия для этого. Медитации, которые она передала, практикуются в линии преемственности Карма Кагью до наших дней, хотя Нигума (вместе с Сукхасиддхи) считается основательницей линии преемственности Шангпа Кагью.

Сукхасиддхи впервые получила передачу Дхармы в 61 год. Она была скромного происхождения, но сумела достичь больших успехов в торговле. Сукхасиддхи обладала таким потенциалом преданности, радости и сочувствия, что с совершенной однонаправленностью открылась благословению поучений. Это ее настолько преобразило, что изменился не только ее взгляд, но и тело: оно полностью очистилось, и йогиня обрела совершенства – сиддхи. Благодаря ее влиянию восприятие мира у ее учеников кардинально менялось, и они освобождались от предвзятых идей о реальности явлений. С тех пор она появлялась в теле белолицей шестнадцатилетней девушки с длинными распущенными волосами и передавала своим ученикам-йогином те знания, которые они впоследствии несли в мир. Эти поучения сохраняются и в наши дни в традициях Шан-гпа Кагью и Карма Кагью.

Гелонгма Палмо, дочь короля Уддияны, считается основоположницей практики на тысячерукого Бодхисаттву Любящие Глаза (на санскрите *Авалокитешвара*). Эта медитация помогла ей победить тяжелую форму проказы и полностью исцелить свое тело. Будучи монахиней, она жила с мужчинами, за что ее однажды начали осуждать. В ответ Гелонгма Палмо показала свою власть над всеми концепциями: отрубив себе голову, она пролетела по воздуху и затем вернула голову на место. С того времени медитация на Любящие Глаза является важной практикой во многих линиях преемственности, включая Карма Кагью.

Мачиг Лабдрён жила в Тибете и была матерью, женой и мастером медитации одновременно. Она основала практику Чод, которую можно использовать для лечения 424 видов болезней и 84 000 психических расстройств. Эта практика непосредственно ведет к узнаванию природы ума. Она также является особой формой

Великой печати (на санскрите *махамудра*, по-тибетски *чагчен*) и применяется в тибетском буддизме по сей день.

Жизнеописания этих йогинь показывают, что в сообществах Алмазного пути женщин не только глубоко уважали – более того, они сами были примерами, учителями и защитницами поучений Будды. Благодаря особой устной передаче они получали доступ к Учению Будды, независимо от своего материального и социального положения. С другой стороны, сама Дхарма предусматривает абсолютное равенство мужчин и женщин.

Целью буддийской медитации Алмазного пути является пробуждение всех изначальных возможностей ума. Мужской аспект ассоциируется с искусными средствами, сочувствием и активностью, женский – с глубокой мудростью, способностью проникновения в суть и пространством. Каждый человек обладает и теми и другими качествами, и только если все они раскрываются, осуществляется полное развитие.



пути женщин не только глубоко уважали – более того, они сами были примерами, учителями защитницами поучений Будды

Поэтому дискриминирующее отношение к противоположному полу блокировало бы наш рост. Этот факт заслуживает внимания. Равноправие мужчин и женщин свойственно как буддийским традициям, так и другим религиям мира – но не всем. Даже в XXI веке эта тема не утратила своей актуальности, и часто появляется информация о дискриминации по религиозным причинам. Например, на Ближнем Востоке утверждения женщины принимаются во внимание, только если она может предоставить четырех свидетелей, способных подтвердить ее правоту; девочкам уродуют половые органы; неверных жен побивают камнями или сжигают.

Идеи не падают с неба просто так. В большинстве случаев они уже витают в воздухе, прежде чем кто-нибудь облечет их в форму – так было и с подготовкой размещенных здесь статей. Все, кто работал над этой книгой, знают друг друга много лет и связаны дружбой благодаря активности в мирских центрах линии преемственности Карма Кагью. Все составители сборника – опытные ученицы Ламы Оле Нидала и его жены Ханны, обладающие жизненным опытом и навыками медитации, необходимыми для передачи буддийских знаний в чистом и доступном виде. Они читают лекции по всему миру.

Просветленных женщин объединяет, кроме прочего, одно обстоятельство: все они однажды вступили на путь и не теряли времени на пустые размышления. Сочетая подлинное знание о природе ума и практику медитации в повседневной жизни, активно проявляя себя в мире, они раскрыли вневременные, неразрушимые качества своего ума и тем самым повлияли на многих людей. Цели достигнет только тот, кто идет по пути. Пусть эта книга вдохновит вас на это.

*Ангелика Прензель
Кёльн, август 2007*

Введение

Жизненный путь махасиддхов можно охарактеризовать как поиск вневременного счастья. Для его достижения люди руководствуются интуицией и используют методы, подобные тем, которые дал исторический Будда Шакьямуни Гаутама около 2500 лет назад. Его Учение впервые нацелило людей на исследование внутреннего и внешнего мира. Такой поиск неизбежно приводит к открытию ума – того, что все воспринимает. Только ум неизменно и истинно присутствует, хотя и не обладает вещественной природой. Он неразрушим и безграничен, подобен пространству по своей природе, в то время как все воспринимаемое – внутренние состояния и внешние явления – постоянно меняется. Только воспринимающий – сам ум – одинаков всегда и везде. Распознавание природы ума, Просветление, ведет к бесстрашию, безграничному сочувствию, мудрости и радости, дает неограниченную возможность действовать на благо других.



Будда Акшобхья в союзе с Будда-Лочаной

Потенциалом Просветления обладают все существа. К этой совершенной природе не нужно ничего добавлять – Будда советует, наоборот, удалить все мешающее, чтобы покоиться в изначальном состоянии ума.

Мы можем приблизиться к такому уровню, применяя поучения Будды и тем самым обретая понимание природы ума. Медитация помогает преобразовать абстрактные знания в опыт. По мере того как видение и практика меняют наше восприятие, личный рост становится основой для осмысленной жизни. Буддийский путь – это постоянно углубляющееся переживание внутреннего богатства и радости, которое не меняется после достижения Просветления.

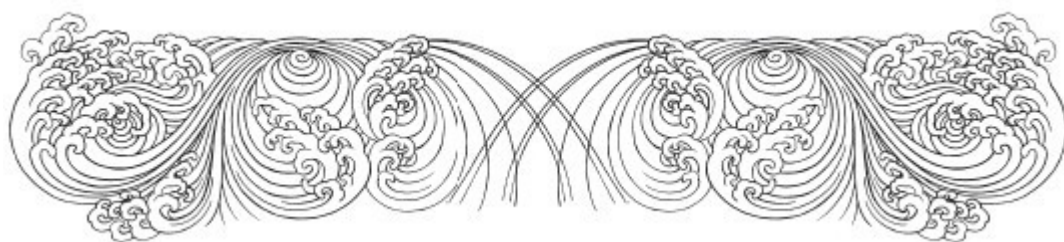


Природа всех явлений свободна от независимого реального существования и поэтому пуста

Все поучения Будды включают три основных пути и дают людям разные возможности, позволяя найти методы, наиболее подходящие им в конкретных обстоятельствах. Модель трех поворотов Колеса Дхармы описывает различные циклы поучений и показывает, как на их основе буддизм развивался, превращаясь в мировую религию.

Когда Будда впервые повернул Колесо Дхармы, он объяснил Четыре благородные истины. Они показывают положение человека в круговороте обусловленного существования, раскрывают причины этого положения, утверждают возможность освободиться от страданий и предлагают путь освобождения.

Повернув Колесо Дхармы во второй раз, Будда показал, что внутренние состояния существ, так же как и внешний мир, неустанно меняются и не наделены истинным, независимым существованием. Природа всех явлений свободна от независимого реального существования и поэтому пуста. Эта высочайшая, освобождающая мудрость объясняется в текстах Праджняпарамиты.



Четыре благородные истины

- 1) Существует страдание.
- 2) У страдания есть причина.
- 3) Страдание можно навсегда прекратить.
- 4) Есть путь к прекращению страданий.

При третьем повороте Будда дал поучения о природе Будды – потенциале Просветления, которым обладают все живущие. В этом контексте он сказал, что ум любого существа уже содержит все совершенные качества и требуется лишь удалить препятствия, отделяющие нас от постоянного переживания истинной природы.



При работе с методами Алмазного пути в качестве инструмента для реализации нашего потенциала используется все – каждое проявление воли, каждая эмоция, каждое направление мысли

Три поворота Колеса Дхармы часто ассоциируются с различными традициями,

возникшими в буддизме после смерти Будды Шакьямуни. Первый поворот является основой буддизма Тхеравады (Путь старейших), который с точки зрения Махаяны называется Малой колесницей или Хинаяной. В наши дни эта традиция практикуется в основном в южных буддийских странах, например, на Шри-Ланке (Цейлон), в Мьянме (Бирма), Таиланде, Лаосе и Камбодже. Здесь особое значение придается правильному поведению и освобождению из цикла обусловленного существования путем осознания нереальности «я».

Второй и третий повороты Колеса Дхармы являются основой для Великой колесницы, или Великого пути. Многие источники, кроме того, подразделяют Великую колесницу на Сутры и Тантры. Как пишет в своей «Сокровищнице знаний» Первый Дзамгён Конгтрул Лодрё Тхае (1813–1900), мастер Буддагухья и Кармапа XVI называли Великую колесницу колесницей Сутры, а Тантру выделяли в Алмазную колесницу (на санскрите *Ваджраяна*), иногда называемую также колесницей Мантры (на санскрите *Мантраяна*).

В наши дни Алмазная колесница (Алмазный путь) распространена в основном в странах северного буддизма: гималайских регионах, включая Тибет, Ладакх, Непал, Сикким, Бутан, а также в Монголии, у сибирских племен, бурят и тувинцев, а также калмыков в европейской части России. Великая колесница сегодня практикуется в основном в Китае, Японии, Вьетнаме, Корее, Сингапуре, Гонконге, а также во многих странах западного мира, как и буддизм Алмазного пути.

Практикуя Ваджраяну, мы открываемся Будде за счет способности ощущать вневременную природу ума. Качества Просветления переживаются как нечто изначально присущее уму, благодаря чему их можно раскрыть. Доверительное внутреннее отношение позволяет практикующим видеть Будду как зеркало собственного ума. Обнаруживая Просветление в самих себе, они также воспринимают все явления как Чистую страну. Такой взгляд удерживается не только во время медитации, когда сливаешься с Буддой в одно целое, но и в повседневной жизни. Для этого необходим настрой, называемый чистым видением. Практикующий развивает его вплоть до Просветления – состояния, когда больше нет разделения на того, кто действует, объект действия и само действие. При работе с методами Алмазного пути в качестве инструмента для реализации нашего потенциала используется все – каждое проявление воли, каждая эмоция, каждое направление мысли. Такой взгляд находится за пределами привычных понятий о хорошем и плохом, чистом и грязном, духовном и материальном и т. д. Поскольку каждое существо обладает просветленной природой, все могут быть Буддами, независимо от пола, происхождения, социального статуса, материальных возможностей и культурной среды.

Методы Алмазного пути сохранились в виде непрерывной линии передачи от учителя к ученику вплоть до наших дней. Они ведут к Просветлению посредством ступенчатого пути (по-тибетски *лам рим*). Прежде всего выполняется начальная тренировка ума (Четыре основополагающих упражнения). После ее окончания есть три пути раскрытия природы ума: «путь глубинного видения», «путь преданности» и «путь искусных средств».

На «пути глубинного видения» практикующие постигают свой ум, работая с его способностью осознавать. Это осуществляется благодаря медитациям успокоения ума (по-тибетски *шинэ*, на санскрите *шаматха*) и проникновения в суть (по-тибетски *лхагтонг*, на санскрите *vipashyana*), которые применяются и в Великом пути.

Во время медитации шинэ ум приводится в состояние покоя с помощью концентрации на дыхании или другом объекте, который может быть внешним, воображаемым или абстрактным. Так человек учится позволять уму покоиться однонаправленно и без отвлечений.



Будда Ратнасамбхава в союзе с Мамаки

Во время медитации проникновения в суть удерживается понимание недвойственности воспринимающего осознания и воспринимаемого объекта от мгновения к мгновению.

Путь преданности дает возможность использовать повседневные обстоятельства для того, чтобы узнавать совершенную природу ума здесь и сейчас. Посредством медитации на Учителя, который представляет Будду, и постоянного отождествления с ним (по-тибетски этот метод называется *ламе налджор*, на санскрите *гуру-йога*), мы раскрываем неличностные качества, которые всегда были с нами. Эта медитация очень широко используется в традиции Карма Кагью. В комментариях махасиддхов Индрабодхи, Сарахи и Тилопы к поучениям Будды медитация на учителя объясняется как сущностный и быстрый доступ к Просветлению, включающий все прочие пути.

В целом рекомендуется распознавать в Учителе просветленные качества, например, изучая историю его жизни. При этом возникают доверие, открытость и радость, помогающие непосредственно заглядывать в природу ума. С одной стороны, это происходит благодаря

медитациям, в которых мы сливаемся с качествами и энергиями Будд. С другой стороны, в так называемой фазе постмедитации очень полезен вдохновляющий взаимообмен с опытным Учителем. Квалифицированный наставник всегда поощряет учеников к тому, чтобы они становились зрелыми, независимыми и задавали критические вопросы. В своих поучениях он затрагивает все сферы жизни людей, чтобы вести их к Просветлению как можно быстрее. Его позитивный пример помогает ученикам внутренне открыться, и благодаря его убежденности они обнаруживают свою силу, позволяющую развиваться на всех уровнях.

Поскольку у каждого человека свои взгляды и интересы, Будда проявляется в разных формах: женских, мужских, умиротворяющих, обогащающих, очаровывающих или защищающих. Они называются Будда-аспектами (по-тибетски *Йидам*). На пути искусных средств мы отождествляемся с ними во время медитации и в повседневной жизни. Так можно реализовать свой просветленный потенциал. Выбор подходящего Будда-аспекта для отождествления зависит от психологических характеристик практикующего. Во время медитации, представляя определенную форму Будды и концентрируясь на ее позе, качествах или цвете, мы переживаем обратную связь. Появляется ощущение единства, и качества этого Будда-аспекта раскрываются в нас. Каждый Йидам относится к одному из пяти Будда-семейств, которые объединяются в форме Будды Держателя Алмаза (на санскрите *Ваджрадхара*). Важно понимать, что, медитируя на одну Будда-форму, можно реализовать их все, поскольку они являются лишь различными гранями одного и того же просветленного начала. Эти Будда-семейства взаимосвязаны и вместе образуют поле силы, которое называется мандала. Полезно рассматривать их как взаимодействие различных, но равных элементов, собранных в одно целое. В традиции Карма Кагью самыми важными Будда-аспектами считаются Высшее Блаженство (на санскрите *Чакрасамвара*) и Красная Мудрость (на санскрите *Ваджраварахи*).

В буддизме Алмазного пути различные Будда-аспекты соответствуют определенным классам буддийской Тантры. Тантра (можно перевести с санскрита как «вплетение») предполагает более комплексное воздействие медитации по сравнению с умозрительной Сутрой («связующая нить»). Разницу между этими системами легко понять, если представить себе, чем отличается сплошная ткань от ткани с заплаткой. Заплата, пришитая нитью, обветшает и отпадет, а основу ткани невозможно отделить от самой ткани.



В Алмазном пути женский аспект символизирует пространство, мудрость и понимание пустоты, а мужской – движущую силу, радость и активность на благо всех существ

Тело, речь, ум, качества и активности Будда-аспекта, на которого мы медитируем, «вплетаются» в наши внутренние переживания во время различных фаз медитации, и это ведет к развитию на всех уровнях.

Все тантры подразделяются на четыре класса. Это крийя-тантра, к которой относится, в частности, тысячерукий Сахасрабуджа-Авалокитешвара; чарья-тантра, в которую входит Амиताюс; йога-тантра, включающая аспект Ваджрасаттвы; и ануттарайога-тантра – в ней важными формами являются уже упомянутые Высшая Радость и Красная Мудрость в союзе. Ануттарайога-тантра служит основой для особой медитации, в которой при соединении с реальным или воображаемым партнером мужские и женские энергии сливаются, так что ум может переживать собственную природу вне ограничений и двойственности.

Вершиной трех путей является практика Великой печати (на санскрите *Махамудра*), посредством которой субъект, объект и действие переживаются как одно целое. В поучениях

о Махамудре объясняется, как обрести спонтанное постижение и состояние абсолютного осознания и безграничной радости, пройдя четыре стадии, называемые «однаправленность», «неискусственность», «единый вкус» и «не-медитация». Здесь мы не сосредотачиваемся на глубоком анализе причинности, но вкладываем всю энергию в цель – действуем, как Будды, до тех пор пока не привыкнем воспринимать явления с позиции чистого видения и переживать мир и всех существ как самоосвобождающуюся игру пространства.

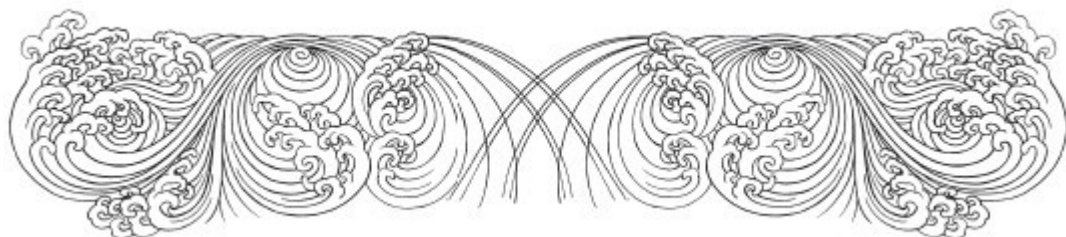
В Алмазном пути женский аспект символизирует пространство, мудрость и понимание пустоты, а мужской – движущую силу, радость и активность на благо всех существ. Мужские и женские качества характеризуют природу ума. Это его различные грани: к примеру, форма и пустота неразрывно связаны между собой, как две стороны одной монеты. Все мы обладаем мудростью и активностью; они являются сущностью ума и имеют одинаковую природу.

Открываясь Будде-мужчине и Будде-женщине, соединенным в любовном объятии (такие формы известны исключительно в буддизме Алмазного пути), мы учимся чувствовать себя неотделимыми от других и преодолевать разграничение между внешним и внутренним. Так мы укрепляем способность ума воспринимать привычный поток умственных и телесных впечатлений как нечто единое, что обычно невозможно из-за двойственных концепций. Узнавание природы ума – целостный процесс; для достижения полного Просветления необходимо преодолеть любое двойственное мышление. Следовательно, пренебрежительное отношение к противоположному полу становится помехой в развитии.

В буддизме Алмазного пути обнаженная танцующая женщина, называемая Дакиней, символизирует способность ума интуитивно проникать в природу явлений. В Древней Индии слово «Дакиня» несло такой же смысл, как в средневековой Европе «ведьма». В тибетском переводе это слово звучит как «кхандро»; здесь слог «кха» означает пространство, небо, олицетворение пустоты; «дро» – это движение или прогулка. Дословно это переводится как «идущая в пространстве»; более художественный перевод – «танцующая в небе». В текстах и изображениях небо является символом пустоты, пространственной природы, дающей возможность всему проявляться. Традиционно Дакини сидят, стоят или танцуют. Это указывает на их роль в мире; с духовной точки зрения они одновременно пребывают как в круговороте смерти и перерождений (сансара), так и в состоянии освобождения из этого цикла (нирвана). Танец символизирует искусное спонтанное владение явлениями. «Пребывание в пространстве» – это непринужденное выражение природы ума, а нагота – распознавание истины как она есть.

На абсолютном, или просветленном, уровне мудрость означает совершенную способность проводить различия между сутью вещей и способом их проявления. На относительном, или непросветленном, уровне это понимание взаимосвязи всего. С точки зрения буддизма Алмазного пути мудрость присутствует всегда.

Но мы еще не полностью раскрыли свой потенциал, а потому воспринимаем вещи лично и страдаем. На пути к Просветлению неприятные состояния ума распознаются как пять мудростей, связанных с пятью семействами Будд. Отождествление с умиротворяющими, обогащающими, очаровывающими и защищающими формами стимулирует внутреннее развитие.



Великая печать

Система наивысших поучений Будды. Махамудра большей частью практикуется внутри линий преемственности Кагью и ведет к непосредственному переживанию природы ума. Великая печать охватывает основу, путь и плод. Основа – это природа Будды, свойственная всем существам. Путь включает средства ее раскрытия, в плод – само состояние Будды. С доверием к собственной просветленной сути человек практикует эти средства, чтобы постичь единство воспринимающего, воспринимаемого и процесса восприятия. В результате практики Великой печати ум становится полностью пробужденным. Просветление скрепляется «печатью совершенства».

Этот процесс может быть очень приятным и воодушевляющим, но иногда он переворачивает все мировоззрение, разрушает глубоко укоренившиеся привычки и мыслительные схемы. Вопрос всегда в том, насколько практикующий готов принять эти изменения и использовать их для роста на всех уровнях. На пути к Просветлению состояния ума, ведущие к страданию, распознаются как просветленные качества. Например, злость рассматривается не как мешающая эмоция или что-то «деструктивное», но как потенциальная мудрость.

Защищающие Будда-аспекты символизируют энергии, столь же необходимые и полезные для Просветления, как и все остальные. Разрушаются именно жесткие идеи, блокирующие целостное развитие. Именно иллюзорное эго практикующего чувствует себя атакованным и задетым. Для того чтобы преодолеть самообман в виде «я», необходимо осознать одинаковую важность защищающих, обогащающих, очаровывающих и умиротворяющих энергий. Это очень способствует практике медитации.

Кхьюнгпо Налджор писал, что Дакини – воплощение мудрости – в конечном счете суть не что иное, как сам ум. Это часть нашей природы, указывающая верные решения, которые подчас выглядят неприятными. Например, гневные Будда-аспекты женского пола на самом деле вовсе не выражают агрессию: это символ трансформации вредных состояний, таких как злость, гордость, привязанность, ревность или неведение.



Будда Амитабха в союзе с Пандаравасини

Если мы учимся просто сохранять осознанность каждое мгновение, когда вокруг происходят всевозможные события, рассматривать все ситуации без концепций и свободно действовать в предложенных обстоятельствах – тогда ненависть и гнев трансформируются в ясное осознание. Оно называется зеркало-подобной мудростью, потому что каждое переживание воспринимается как отражение в зеркале.

Если осознать, что ни одна вещь, ни одно событие не бывает независимым, обособленным, что все внешние и внутренние явления возникают из бесчисленных условий, постоянно меняются, растворяются, исчезают в пространстве и становятся чем-то другим, то переживается уравнивающая мудрость. Ощущается богатство возможностей, и больше не нужно никакого разделения на лучшее и худшее. Растворяется все, что связано с исключительной гордостью.

Если отдельные процессы воспринимаются как особенные и неповторимые части единого целого, это различающая мудрость. Она возникает в результате преобразования привязанности и алчности – нескончаемых попыток найти что-то лучшее, более приятное, значительное или важное, чтобы чувствовать себя на своем месте.

Всесвершающая мудрость основана на опыте и означает способность использовать каждую ситуацию на пути для пользы других. Ее часто называют мудростью опыта. Она возникает при трансформации ревности. Сомнительная идея, что у нас есть на этот мир особые права, которые необходимо бдительно оберегать, ставит нас в такое положение, когда мы втайне неустанно размышляем о будущем или цепляемся за то, что уже прошло. Мудрость опыта сравнивают с мечом, отсекающим все лишнее; она приводит к необходимой ясности, убирает все мешающее и охраняет самое важное.

Если мы глубоко понимаем, что ни от чего не отделены, так как пространство и энергия связаны всегда и всюду, то растворяется неведение и запутанность. Становится возможным состояние за пределами всего личностного, самовозникающий непосредственный опыт, переживание возможностей пространства и растущее осознание. Мы открываемся всепроникающей мудрости, подобной пространству.



Женское начало как основополагающее качество пространства – это Дакия без телесной формы, но оно также проявляется как женщина на физическом уровне

Женское начало как основополагающее качество пространства – это Дакия без телесной формы, но оно также проявляется как женщина на физическом уровне. Именно так мы понимаем термин «Дакия» при описании женщины – подруги на пути к Просветлению.

В Тибете высокорезализованные женщины считались Бодхисаттвами, сознательно принимающими человеческую форму, чтобы ученики могли встретиться с ними. Как люди из плоти и крови, они развиваются и вдохновляют других, помогая им на пути. Живые Будды не привязаны к миру явлений, в отличие от обычных людей, и поэтому считается, что Дакини могут летать в пространстве. Воплощаясь в качестве подруг на пути, они передают различные медитации, поощряют к практике, оберегают Учение Будды и тем или иным способом проявляют умиротворяющую, обогащающую, очаровывающую и защищающую активность для блага всех существ. Эти четыре вида активности являются также действиями Будды. Они считаются выражением мужского начала – радости, силы, энергии.

Умиротворяющая активность проявляется как способность доставлять удовольствие, давать тепло и чувство близости и таким образом открывать новые переживания.

Обогащающая активность – это умение видеть возможности и качества, тем самым показывая богатство жизни. Она создает взаимосвязи между людьми, обогащая пространство.

Очаровывающая активность выражается как искусство глубоко затрагивать людей, пробуждать их внутреннюю силу и давать новые возможности для развития. Видя в ком-то другом просветленные качества, человек очень быстро открывается и начинает следовать вдохновляющему примеру.

Наконец, защищающая активность позволяет действовать невозмутимо и пробуждать в других чувство уверенности. Ее носители способны помогать и защищать, даже когда все остальные уже сдались.

Часто Дакинями называют обычных женщин: они могут поддерживать и направлять нас в повседневной жизни, как Дакини во время медитации. Они живо участвуют во всем

происходящем и приносят в каждую ситуацию неличностную мудрость.



Будда Амогасиддхи в союзе с Самая-Тарой

Мирные Дакини изображаются сидящими, стоящими или танцующими на лунном диске, который символизирует чистоту методов Алмазного пути. На них драгоценные украшения, означающие Пять или Шесть освобождающих действий (на санскрите *парамиты*) на пути к Просветлению. Ожерелья – это щедрость, браслеты на руках и ногах – осознанное поведение, а серьги – терпение. Украшения в волосах означают радостное усилие, а пояс – медитацию. Дакини сами по себе являются выражением мудрости, поэтому у них нет специального атрибута, который указывал бы на шестую парамиту. Освобождающие действия ведут к высшему пониманию только тогда, когда их осуществление сочетается с развитием глубокой мудрости. Украшения Дакинь напоминают

о том, что чем больше мы развиваем любовь, сочувствие, сопричастную радость и равносность (так называемые Четыре неизмеримых) на благо нам и другим, тем естественнее они проявляются во всем нашем поведении.

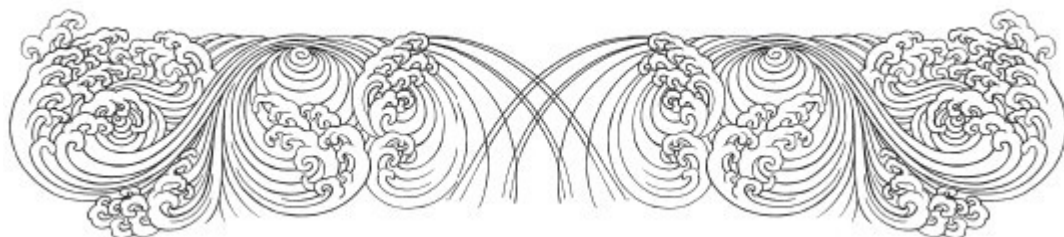
Щедрость прежде всего предполагает, что мы без ожиданий делимся материальными вещами, а также дарим силу и радость. Это создает доверие и открытость, и каждый опыт становится обогащающим. Осознанное поведение позволяет не создавать причин для страданий и стараться быть полезными другим существам. Так человеческий взаимообмен поддерживается на достойном уровне, и все растет. Терпение помогает преодолевать все виды трудностей; это важная внутренняя защита, ведь терпеливого человека, который остается расслабленным, невозможно задеть. Четвертая парамита – энтузиазм. Если мы дарим другим и себе все самое лучшее, то каждое усилие становится радостным. Во время медитации с помощью правильной концентрации можно испытать на опыте, как возникают и снова исчезают мысли и чувства. Это освобождает необходимое пространство и дает свободу переживать явления такими, как они есть. И когда в итоге распознается неразделимость действующего, объекта действия и самого действия, в полной мере раскрывается мудрость.



Терпение помогает преодолевать все виды трудностей; это важная внутренняя защита, ведь терпеливого человека, который остается расслабленным, невозможно задеть

Мощно защищающие Дакини стоят или танцуют на солнечном диске, символизирующем чистоту проникновения в суть. Их тела покрыты пеплом. Пять видов украшений иногда сделаны из кости и соединены золотыми стержнями. Бедра Дакинь прикрыты шкурами животных или человеческой кожей.

Если на голове у Будды-женщины мы видим корону, то ее пять драгоценностей соответствуют пяти семействам Будд, с их разными Будда-аспектами, по-разному выражающими один и тот же просветленный принцип. Чистая сущность каждого семейства представлена главным Буддой в мужской форме, а его спутница символизирует один из пяти очищенных элементов. Дакини воплощают ранее упоминавшуюся трансформацию соответствующих мешающих состояний ума в мудрость.



Четыре неизмеримых

Четыре качества Просветления, связанные с четырьмя пожеланиями, развивающими сочувственное отношение ко всем существам.

1) ЛЮБОВЬ:

«Пусть у всех существ будет счастье и причины счастья».

2) СОЧУВСТВИЕ:

«Пусть все существа будут свободны от страданий и их причин».

3) СОПРИЧАСТНАЯ РАДОСТЬ:

«Пусть все существа будут неотделимы от истинного счастья, которое вне страданий».

4) РАВНОСТНОСТЬ:

«Пусть все существа покоятся в великой равности, без привязанности и неприязни».

Центральное место в семействе Алмаза занимает Будда Непокколебимый (на санскрите *Акишобхья*), представляющий чистую сущность форм, и его подруга Гьема, символизирующая очищенный элемент воды. Будда, Рожденный из Драгоценности (на санскрите *Ратнасамбхава*), в центре семейства Драгоценности показывает чистую сущность эмоций, а его возлюбленная Дакия Мамаки проявляет очищенный элемент земли. Чистую сущность различия показывает Будда Безграничного Света (на санскрите *Амитабха*) в центре семейства Лотоса. Его спутница Кармо символизирует очищенный элемент огня. Будда Значимое Сверхшение (на санскрите *Амогасиддхи*) относится к семейству Действия и является выражением сущности активности ума. Его супруга Дамциг Дролма означает очищенный элемент ветра. В центре семейства Будды находится Будда Лучезарный (на санскрите *Вайрочана*), показывающий чистую сущность осознания, а его возлюбленная Йонгцунгма представляет очищенный элемент пространства. Каждому семейству Будд соответствует свой цвет, направление, время года и другие аспекты из мира явлений.

Активность Дакинй напрямую связана с медитациями на женские и мужские формы Будд в союзе. Будда учил этим особым Тантрам в трех местах: в Шравасти, Вайшали и Амаравати. Учитель Пема Карпо (1527–1592) в своих «Тибетских записках» повествует об одном из таких мест, расположенных в Уддияне, на северо-западе поздней Древней Индии. Источники рассказывают, что Будда посетил Уддияну по приглашению великого короля Индрабодхи I. Тот попросил таких наставлений на пути к Просветлению, которые позволили бы не отречься от мира и продолжать царствовать на благо своего народа. Сначала Будда дал королю поучения о том, как не создавать причин страданий; сегодня это называется Малым путем. Но для Индрабодхи этого было недостаточно, поскольку ему, как правителю страны, часто приходилось принимать непопулярные решения, чтобы защищать свой народ. Кроме того, он не хотел жить без прямого взаимообмена с женщиной. Поэтому Будда прикрыл завесой умы монахов, которые их сопровождали, и научил Индра-бодхи особой медитации, известной только в Алмазном пути. В это время король сначала отождествился с формой Будды, а затем слился со своей партнершей, представляя ее как Будду-женщину. Так он полностью открылся, и стало возможным совершенное проникновение в суть.

Династия Индрабодхи насчитывала восемь королей, носивших одинаковые имена, и просуществовала около 1200 лет, начиная с 500 г. до н. э. до 700 г. н. э. Трое из правителей считаются реализованными мастерами. Они построили буддийское королевство, что помогало сохранять поучения Будды, особенно касающиеся природы ума. Говорят, что в годы правления этих трех королей методы Алмазного пути практиковались в государстве повсеместно.

Китайский паломник Хьен Цян пересек Уддияну около 630 г. н. э. по пути в Индию. Благодаря его записям в наши дни можно получить живое представление об этой стране, где жизнь была пронизана знаниями буддизма Алмазного пути и медитациями на формы Будд в союзе. Путешественник описал страну, которая на расстоянии окружена скалистыми заснеженными горными вершинами. В долинах он часто видел позолоченные крыши храмов и залов для медитаций. Люди, получившие специальное образование, сохраняли там огромные архивы с рукописями, содержащими все знания человечества. Здесь он посещал уникальные места уединения и особо почитаемые сообщества мудрых женщин, посвятивших себя развитию всех качеств ума.



Многие встречные говорили о волшебном месте – загадочном цветочном саде мудрого и сочувственного Будды

В городах купцы без устали расхваливали свои товары, показывая богатство Азии: шелк из Китая, мягкий кашемир из Киннаура, рубины и изумруды из Южной Индии и Цейлона, лучезарный белый жемчуг из легендарного островного государства Бахрейн, самые лучшие медные изделия из Гималаев, оранжевый шафран из соседнего Кашмира, большой выбор специй из Индонезии и искусная резьба по дереву из Непала. Из Персии ввозились ценные деревянные мозаики, изысканные украшения и искусная поэзия. Лекарственные средства и ляпис-лазурь импортировались из Бактрии, а из Греции – знания о более далеких западных странах.

В дневниках Хьен Цяна описываются водопады Уддияны, вода которых стремится из ледяных озер высоко в горах; долины с девственными водоемами, переполненными рыбой, и пышные зеленые луга, изобилующие дикими цветами. Многие встречные говорили о волшебном месте – загадочном цветочном саде мудрого и сочувственного Будды. Земля там богата золотом и другими ценными металлами и благословлена тучными стадами и деревьями, сгибающимися под тяжестью спелых плодов. На холмах Хьен Цян видел густые леса, а в долинах колосющиеся поля. Погода круглый год радовала мягкостью и теплом. Жители этой страны были приветливы, внимательно заботились друг о друге, и видно было, что эти уравновешенные люди лишь изредка участвовали в военных действиях. Они строили общества, открытые другим культурам и, как выразился Хьен Цян, «любили впитывать знания и способности».



Дакини появляются в местах перемен, в промежутке между неосознаваемыми осознаваемым, во время сумерек, когда свет исходит из двух источников

Благодаря рассказам китайских путешественников мы знаем названия различных долин и областей Уддияны: Хурмудзу, Рукма, Сикхадхара, Дханьякоша и другие. Различные административные округа управлялись аристократическими вассалами под верховным правлением высочайшего монарха, которого называли не иначе как Великий Индрабодхи. Считается, что Уддияна находилась на территории нынешнего северного Пакистана, к северу от Пешавара, на границе с Афганистаном, в долинах Дир, Пангкора, Бунир, Бижавар, Читрал и Сват. Хьен Цян упоминал, что столицей был город Мангалакош, нынешний Минорга, где, согласно непальским источникам, в IX веке был расположен большой королевский зал для медитаций, построенный в честь Будды Алмаз в Руке (на санскрите *Ваджрапани*).

На сегодняшний день археологи все еще не могут систематизировать большую часть свидетельств о жизни королевства и его окрестностей, поскольку оно давно было разрушено и сохранились только немногочисленные документы. Одно из исключений – остатки 53– и 35-метровых статуй Будд Бамиана в районе Кабула, к западу от Пешавара, высеченных в откосе скалы. Они были частью огромного монастырского комплекса, построенного в пещерах между III и VI веками; в марте 2001 года их умышленно взорвали вандалы. В 2003

ЮНЕСКО провозгласило эти статуи частью мирового культурного наследия. Группа ученых из Страсбургского университета под руководством профессора Земарьяли Тарзи считает, что в земле долины Бамиана находится третья статуя, изображающая спящего Будду, длиной более 300 метров. Исследователи располагают сведениями, что в VIII веке эту статую специально засыпали грунтом для защиты от мусульманских завоевателей. Согласно британским средствам массовой информации, Тарзи заявил, что этот Будда мог бы стать «восьмым чудом света и самой большой статуей в мире».

Несмотря на то что королевство Индрабодхи давно исчезло, Уддияна до сих пор хорошо известна среди тибетцев как «страна Дакинъ», мир необычайной красоты и независимых женщин. Первый Индрабодхи был учеником Будды и получил от него многочисленные тантрические поучения. Лакшминкара, сестра другого, средневекового короля Индрабодхи, получила при дворе углубленное буддийское образование и распространяла поучения Дхармы по всей стране и за ее пределами. Многие мастера медитации из Индии посещали Уддияну с целью научиться практике на формы Будд в союзе. Одна история, относящаяся ко II веку, повествует о том, как великий ученый Нагарджуна обнаружил буддийские тантры рядом со ступой на озере Дханья-коша. Нагарджуна вернулся в Индию и давал поучения каждому, кто был для них открыт. Говорят, что у последнего из трех королей Индрабодхи учился мастер медитации Гуру Ринпоче. Сначала он жил с принцессой Мандаравой из буддийского королевства Захор, а в VIII веке вместе со своей тибетской женой Йеше Цогьял распространял поучения на ее родине, в Стране снегов.

Герои многих жизнеописаний встречаются Дакинъ, находясь в поворотной точке развития: концептуальный подход к поучениям Будды показал свою несостоятельность, и требуется прямое проникновение в суть, обретаемое путем непосредственного опыта. В этом контексте многие источники упоминают о так называемых смутных мирах и соответствующем смутном языке. Дакини появляются в местах перемен, в промежутке между неосознаваемым и осознаваемым, во время сумерек, когда свет исходит из двух источников. Здесь имеется в виду сфера оттенков, когда мир отбрасывает много различных серых теней и действует правило «и то и другое». Мастер медитации Миларепа назвал устные поучения линии передачи Карма Кагью «дыханием Дакинъ».



Будда Вайрочана в союзе с Дхатвишвари

Так называемые сокровища Дхармы (по-тибетски *термы*) тоже связывают с Дакинями. Примером тому служат тексты, которые Йеше Цогьял и Гуру Ринпоче укрыли в разных местах Тибета. Позже их нашли открыватели сокровищ на благо других поколений и перевели на тибетский язык.

	ВАДЖРА Семейство Алмаза	РАТНА Семейство Драгоценности
СЕМЕЙСТВА БУДД		
ПРИМЕР Будды этого семейства <i>санскр. / тиб. / русск.</i>	Акшобхья Микьёпа Непоколебимый	Ратнасамбхава Ринчен Джунгден Рожденный из Драгоценности
ЖЕСТ	касание земли	дарение
ЦВЕТ	голубой	желтый
АТТРИБУТ <i>санскр.</i>	Ваджра Алмазный скипетр	Ратна Драгоценность
ПАРТНЕРША <i>санскр. / тиб.</i>	Будда-Лочана Гьема	Мамаки Мамаки
МУДРОСТЬ	Зеркалоподобная мудрость	Мудрость равностности
ОЧИЩАЕМАЯ ЭМОЦИЯ	гнев	гордость
СЕМЕННОЙ СЛОГ	Хунг	Трам

ПАДМА Семейство Лотоса	КАРМА Семейство Действия	ТАТХАГАТА Семейство Будды
		
Амитабха	Амогасиддхи	Вайрочана
Опаме	Доньё Друбпа	Нампар Нангдзе
Безграничный Свет	Значимое Свершение	Лучезарный
медитация	защита	обучение
красный	зеленый	белый
Падма	Виша-ваджра	Дхармачакра
Лотос	Меч (Двойной Дордже)	Колесо Учения
Пандаравасини	Самайя-Тара	Дхатвишвари
Кармо	Дамциг Дролма	Йонгцугма
Различающая мудрость	Мудрость опыта	Всепронизывающая мудрость
привязанность	ревность и зависть	неведение
Шри	А	Ом

Минуя определенные иероглифы или целые символы, они образовывали особую систему кодирования, полное значение которого невозможно было раскрыть без прямой передачи от учителя.

Кроме того, существуют термы, укрытые внутри различных элементов. Также известны так называемые сокровища ума. Это поучения от Гуру Ринпоче и Кармап, заложенные в умы особенно способных учеников, чтобы они смогли вспомнить их в дальнейших перерождениях, когда эти знания будут необходимы. Передачи, выполненные исключительно в форме предвидения, как это, например, упоминалось в жизнеописаниях просветленных женщин, тоже считаются термами.

Ангелика Прензель



Биографии будд-женщин

Тара Принцесса по имени Луна Мудрости

Эдита Бергер

Давным-давно, до начала этой эры, когда Будда Дундубхишвара (Стук Барабана) учил пути Освобождения и Просветления, жила принцесса по имени Йеше Дава (Луна Мудрости). Еще в юности она очень продвинулась на духовном пути. Йеше Дава практиковала безмерную щедрость, постоянно приглашая в свой дворец Будду и множество монахов из его свиты. Они радовались великой заслуге и позитивным впечатлениям, которые она накопила практикой щедрости, и один монах посоветовал ей делать сильные пожелания, чтобы в следующих жизнях рождаться мужчиной. Так она могла бы быстрее достичь полного Просветления.



Белая Тара

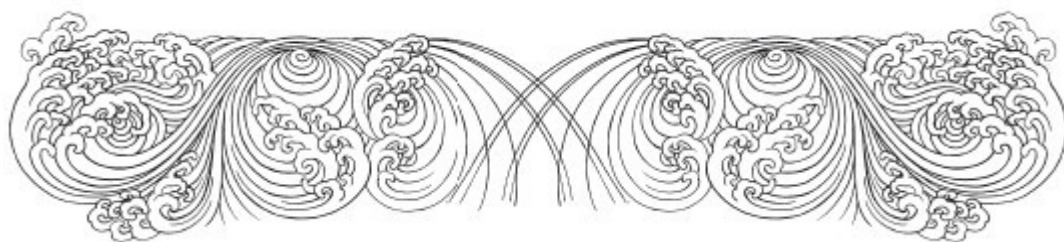
Однако Йеше Дава ответила монаху: «Тот, кто разделяет путь на мужской и женский, на свой и чужой, развил различающую мудрость, но не осознал, что все явления, возникающие в уме, одинаково открыты, чисты и безграничны. Он придерживается двойственного воззрения на реальность и не понял, что природа Будды свойственна всем существам. Как ты, называющий себя практиком Дхармы, можешь так говорить?»



Тот, кто разделяет путь на мужской и женский, на свой и чужой, развил различающую мудрость, но не осознал, что все явления, возникающие в уме, одинаково открыты, чисты и безграничны

Конечно, Йеше Дава не последовала совету монаха – совсем наоборот, она пожелала всегда рождаться в женском теле и помогать существам, пока они не преодолеют отождествление с двойственностью. Каждый день она давала обет не есть, пока не приведет определенное число существ к свободе. Так Луна Мудрости обрела Просветление. Она непрерывно освобождала существ, и за это ее называли быстрой освободительницей.

Вот уже много веков духовно реализованные женщины считаются ее излучениями. Просветленные качества, возникающие из сочувствия, продолжают проявляться в различных формах. Ее энергия и активность воплощены в форме женщины-Будды по имени Тара, то есть Освободительница. Слово «Тара» близко санскритскому глаголу «плавать»: считается, что она переправляет существ через океан сансары.



Любящие Глаза

Авалокитешвара, или Любящие Глаза (по-тибетски Ченрезиг, буквально Тот, чьи глаза видят каждого) – один из самых знаменитых Бодхисаттв в буддизме Великой и Алмазной колесниц, олицетворение сочувствия и любящей доброты. В тибетском буддизме наиболее известны две его формы – четырехрукая и тысячерукая, но есть и двурукие. Он изображается белым, в драгоценных украшениях Состояния радости. Его мантра Ом Мани Пеме Хунг (санскритский вариант Ом Мани Падме Хум) известна каждому тибетцу; ее повторяют и в горе и в радости, пишут на камнях и молитвенных барабанчиках. В дальневосточных культурах Авалокитешвара представлен в женском облике – это Гуань Инь в Китае, Кван Ум в Корее, Каннон в Японии.



Авалокитешвара,
Бодхисаттва Любящие Глаза

Однажды Тара привела к Освобождению мужчину, и он стал великим Бодхисаттвой. Он был так благодарен ей, что повторил мантру Тары 10 миллионов раз для блага существ. Этот человек стал воплощением высшего сочувствия; он известен под именем Любящие Глаза.

Однажды Бодхисаттва Любящие Глаза понял, что, несмотря на все его усилия, огромное количество существ, захваченных круговоротом рождений, никак не уменьшается. Страдания существ были такими невыносимыми, что он разрыдался. Из этих слез появилось озеро, в котором выросли два прекрасных бутона лотоса. Когда они распустились, внутри оказались две Освободительницы – Белая и Зеленая. Они пообещали отныне помогать Авалокитешваре во всем.

Зеленая Освободительница способствует накоплению мудрости, растворяет страхи и переживания, исполняет желания. Она всегда готова вскочить и броситься на помощь страдающим существам. Таким образом, Тара осуществляет активность всех Будд. Помимо мандалы из двадцати одной формы энергии и света, среди которых встречаются и мирные, и защищающие, у Зеленой Освободительницы есть еще девять излучений.

Белая Освободительница помогает практикующим достигать высоких уровней в медитации. У нее есть дополнительные глаза мудрости на лбу, ступнях и ладонях. Семь глаз даруют Таре высшее знание и помогают видеть все страдания, пронизывающие вселенную. Она защищает от болезней и дарит долгую жизнь, проявляет умиротворяющую и

гармонизирующую материнскую активность. Известны около семи различных излучений Белой Тары. Она присутствует в мандале Зеленой Тары в качестве мирного аспекта мудрости и одновременно является независимым объектом медитации в своей специфической практике на ступенчатом пути.



Зеленая Тара

Один из многочисленных примеров того, как Тары работают на благо существ, – это история тибетского царя Сонгцена Гампо и двух его жен. Он жил в VII веке и считался воплощением Бодхисаттвы Любящие Глаза. Из политических соображений он взял в жены двух принцесс-буддисток – Вэнь Чен, племянницу китайского императора, и Бхрикути, дочь непальского царя Амсувармана. Они обе вдохновили Сонгцена Гампо своей преданностью Учению Будды и всячески поощряли деятельность мужа, нацеленную на распространение буддизма в Стране снегов. Светлокожая принцесса Вэнь Чен, которая, как и многие

азиатские дамы, заслонялась от солнца зонтиком, считалась Белой Освободительницей. Темнокожую непальскую принцессу называли излучением Зеленой Освободительницы.

С тех пор Тара считается в Тибете матерью всех Будд. Одна из ее эманаций – Освобождающая Совершенная Мудрость (на санскрите *Праджняпарамита*), женское воплощение Будды, олицетворяет природу ума и всех явлений, подобную пространству, и является формой энергии и света Состояния радости.

Источники

Beyer, Stephen: *The Cult of Tara, University of California Press, Berkeley (California), 1973.*

Das, Surya: *The Snow Lion's Turquoise Mane, Harper, San Francisco (California), 1992.*

Gendun Drub, Gyalwa: *Six Texts related to the Tara Tantra, Tibet House, New-Delhi, 1980.*

Padmasambhava: *Dakini teachings: Padmasambhava's oral instructions to Lady Tsogyal, Shambala, Boston (Massachusetts), 1990.*

Schumann, Hans Wolfgang: *Buddhistische Bilderwelt, Diederichs Verlag, Munchen, 2001.*

Taranatha, Jo-nan: *The Golden Rosary of Tara, Shang-Shung-Edizioni, Arcidosso, 1985.*

Taranatha, Jo-nan: *The Origin of the Tara Tantra, Library of Tibetan Works and Archives, Dharamsala, 1985.*

Tenga Rinpoche: *Kommentare zum Mandala-Ritual der Guner Tara, Kamalashila Institut, Wachendorf, 1985.*

Yeshe, Lama Thubten: *Die Grune Tara: Weibliche Weisheit, Diamant Verlag, Munchen, 1998.*

Призывание тары:

Ом

Быстрая героиня, активность всех

Победителей (Будд) (1)

[главная форма Зеленой Тары]

и Приятный Звук (2),

Дарительница высшей заслуги (3),

Победительница (4), Королева Курукулла (5),

Пугающая (6) и Никем не побежденная (7),

Та, что превосходит остальных (8)

и Тара из рожи сандаловых деревьев (9),

Победительница трех миров (10),

Королева, дающая богатство (11),

Дарительница благоприятных условий (12),

Сокрушительница врагов (13),

Благородная с устрашающим выражением лица (14),

Умиротворяющая (15), Излучающая сияние (16),

Безграничная укротительница (17)

и Великая пава (18),

Непобедимая королева (19) и Горная йогиня

(20) и Сверкающая (21).

Двадцать одна благородная тара,

мы почитаем

и восхваляем вас!

Кратко: Дайте свое благословение, чтобы Тара постоянно сопровождала нас во всех перерождениях и чтобы мы были неотделимы от ее природы. Пусть все неблагоприятные

условия, болезни, мешающие эмоции, вредные поступки и препятствия будут устранены. Пусть наша жизнь будет яркой и наша проницательность увеличивается!

ОМ ТАРЕ TUTТАРЕ ТУРЕ СОХ А

—

Тибетский текст призывания двадцати одной тары:

Ом

Гьял кюн трин ле ньюр ма па мо (1) данг

Янг чен ма (2) данг сё нам чог тер ма (3)

Нам пар гьял ма (4) лха мо риг дже ма (5)

Джиг дже ма (6) данг шен джи ми

тхуб ма (7)

Шен ле гьял (8) данг сенг денг наг дрёл ма (9)

Джиг тен сум гьял (10) лха мо нор

тер ма (11)

Та ши дён дже (12) дра пунг джом дзе ма (13)

Пхаг ма тро ньер чен (14) данг раб ши ма (15)

Бар ве о чен (16) паг ме нён ма данг (17)

Ма джа чен мо (18) ми пхам гьял мо данг (19)

Ри трё ма (20) данг о зер чен ма (21) сог

Пхаг ма ньи шу ца чиг чаг цал то

Дор на це раб кюн ту дже цюн ме

Таг ту драл ва ме пар дже сунг не

Гал чен не дён диг дриб кюн ши шинг

Це пал ше раб гье пар джиг джи лоб

ОМ ТАРЕ TUTТАРЕ ТУРЕ СОХ А

—

Призывание составлено Мипамом Тулку в благоприятный день года Земляной Змеи. Пусть это принесет пользу!



Изготовительница стрел

Михаэла Фрицгес

В некоторых источниках говорится, что изготовительница стрел и девушка, варившая

карри из редиса, – это одно и то же лицо.

Другие утверждают, что это разные женщины. Иногда приходится слышать, что история о поварихе, готовившей карри, – это сказка из разряда тех, что рассказывают по ночам у костра, и такой героини не существовало. Тут все неопределенно.



Изготовительница стрел,
супруга йогина Сарахи

Много столетий назад поучения Будды распространялись по всей Индии, но в обществе по-прежнему господствовала индуистская кастовая система. Люди делились на сословия. Человек, рожденный внутри той или иной касты, оставался в ней всю жизнь.

Однажды в семье изготовителя стрел, относящейся к одному из самых низких сословий, родилась дочь. В соответствии с общественными нормами того времени происхождение сулило ей общение и брак только с представителем своей касты, однако у

девочки было иное мнение на сей счет.

Когда ей исполнилось пятнадцать, она встретила буддийского учителя Рахулабхадру. Он принадлежал к высшему сословию – был очень образованным брахманом – и пользовался большим почтением. В юности он начал практиковать буддизм и несколько раз встречался с Дакинями мудрости. Затем он решил отправиться в знаменитый университет Наланда и для этого принял монашеские обеты. Он так глубоко погрузился в буддийскую науку, что даже стал настоятелем Наланды, в которой одновременно учились 10 000 монахов.

Внезапно Рахулабхадра оставил эту должность. Потеряв интерес к накоплению интеллектуальных знаний, он хотел получить практический опыт учения.

Он уехал из университета и путешествовал по Индии как йогин. Однажды на рынке он заметил юную девушку, которая искусно и сосредоточенно делала стрелы, сияя изяществом. Она показалась Рахулабхадру очень необычной, и ему захотелось с ней встретиться.

Первые слова, с которыми обратилась к йогину изготовительница стрел, были такие: «Суть поучений

Будды можно понять с помощью символов и действий, а не слов и книг». Рахулабхадра сразу понял, что нашел выдающегося учителя и позвал ее с собой.

Разница в их социальном положении была настолько велика, что общество не могло даже вообразить каких-либо взаимоотношений между ними. Само собой, как только они соединились, разразился настоящий скандал. Окружающие пришли в ужас. Никто не понимал, почему прославленный и высоко почитаемый ученый бросил все ради брака с девушкой из низшего сословия. Ее поведение казалось людям оскорбительным, и в деревне ее презирали.



Суть поучений Будды можно понять с помощью символов и действий, а не слов и книг

Однако ни изготовительницу стрел, ни ее супруга ничуть не волновало мнение общества. Невзирая на презрение и осуждение, они жили вместе и никому не позволяли себя разлучить. Единственное, чтобы не тревожить людей, Рахулабхадра и юная изготовительница стрел покинули привычную среду и отправились странствовать по различным удаленным местам, практикуя йогу сексуального союза.

Их совместная практика не основывалась на привязанности. Это было настоящее партнерство уровня Алмазного пути. Девушка научила Рахулабхадру искусству изготовления стрел, чем они и зарабатывали на жизнь. С тех пор Рахулабхадра стал известен как Сараха – изготовитель стрел. Его имя в дословном переводе означает «Тот, кто выпустил стрелу».

Однажды Сараха попросил свою спутницу приготовить ему карри из редиски. Она выполнила просьбу, с любовью приготовив мужу его любимое блюдо. Но когда она накрыла на стол, Сараха уже не реагировал на ее слова и прикосновения. Она увидела, что он погрузился в глубокую медитацию, и не хотела его беспокоить, ожидая завершения.

Все это время она, как обычно, заботилась о доме, зарабатывала на жизнь и медитировала. Наконец, спустя двенадцать лет, Сараха вышел из медитативного погружения и сразу спросил: «А где же карри из редиски?»

Изготовительница стрел скептически произнесла: «Ты просидел в медитации двенадцать лет – и первое, о чем ты спрашиваешь, это карри из редиски, которое я готовила столько лет назад. На что, по твоему, похоже сейчас твое карри? Его давно нет. Разве это медитация – когда ты так крепко держишься за последнюю мысль? Разве ради этого ты

двенадцать лет сидел без движения?»

Сараху так впечатлили ее слова, что он решил удалиться в горы и там в уединении продолжать практику.

«Какой в этом смысл? – продолжала жена. – Отшельничество в горах не означает настоящего погружения в медитацию. Внешнего покоя и одиночества недостаточно для постижения природы ума. Вместо того чтобы закрываться от чувственных впечатлений и попусту терять время, нужно отпустить все двойственные концепции, предубеждения и идеи узкого, негибкого ума».

Слова сияющей мудрости, сказанные бесстрашной подругой, встряхнули и пробудили Сараху. Вскоре он сумел освободить ум от жестких идей и веры в объективно существующую реальность. Он обрел опыт неразделимости пространства и блаженства, постиг природу ума и раскрыл в себе высшее знание Великой печати.

Так изготовительница стрел открыла Сарахе подлинную сущность реальности, передав ему способность видеть истину. Вдохновленный, Сараха сочинил много духовных песен, выражающих его реализацию.

В одной из песен говорится:

*«Не медитируй,
Ни от чего не отрекайся,
Живи дома
С женой.*

*Если полное наслаждение
Тебя не освобождает,*

*То, спрашивает тебя Сараха,
Как же ты обретишь свободу?»*

В другой есть такие слова:

*«Величественная и днем и ночью,
Она творит
Тройственный мир.*

*Это и есть ум, что обрел совершенство.
Узнай врожденный магический дар
Этой йогини!»*

Пара продолжала заниматься своим ремеслом и помогать другим на буддийском пути. Однажды на большом собрании, в присутствии королевской семьи, Сараха учил о природе вещей, исполняя свои песни. Он пел, паря в небе в союзе с супругой, изготовительницей стрел, и давал передачу Великой печати. В тот день многие обрели постижение истинной реальности. Затем Сараха и его йогиня вместе растворились в свете, и ни у кого не осталось ни малейших сомнений в их просветленности.

Источники

Абхаядатта. Буддийские мастера-маги. М.: Опиен-талия, 2011.

Das, Surya: *The Snow Lion's Turquoise Mane*, Harper, San Francisco (California), 1992.

Dowman, Keith: *Masters of Mahamudra*, State University of New York Press, New York, 1985.

Jackson, Roger R. *Tantric Treasures*. Oxford: Oxford University Press, 2004.

- Nydahl, Lama Ole:** *Oral teachings, Marpa Course in Freiburg, Germany, November, 2002.*
- Schaeffer, Kurtis Rice:** *Tales of the Great Brahmin Poet-Saint Saraha, Doctorate Thesis, Harvard University, Cambridge (Massachusetts), May 2000.*
- Taranatha, Jo-nan:** *The Seven Instruction Lineages, Paljor Publications, New Delhi, 2002.*
- Шо Миранда.** *Страстное просветление: женщины в тантрическом буддизме. М., 2001.*



Лакшминкара

Карен Фройте

Лакшминкара входит в число 84 великих мастеров Древней Индии. Она была младшей сестрой второго из трех просветленных правителей Уддияны, носивших имя Индрабодхи. В те века это имя было популярным, и считается, что за 1200 лет в Индии и вокруг нее сменилось восемь королей, которых звали Индрабодхи. Трое из них правили в Уддияне и построили буддийское государство, где поучения Будды достигли расцвета.

Лакшминкара выросла в духе своего времени. Она жила и мыслила в соответствии с поучениями Алмазного пути. Обладая такими же правами, что и мужчины, она получила всестороннее буддийское образование от учителя по имени Камбала и практиковала медитацию, главным образом методы управления внутренними энергиями.



Лакшминкара
в форме просветленной Дакини

В те времена брак между детьми из разных благородных семей, заключаемый из политических соображений, был привычным явлением. Именно это и ожидало Лакшминкару: дабы укрепить добрососедские отношения с королем Джалендрой, правившим государством Ланкапури, Индрабодхи пообещал выдать сестру замуж за сына Джалендры. Когда состоялась помолвка, девочке было семь лет. Единственное, что разделяло два королевства, – это религия, ведь в Уддияне практиковали буддизм, а подданные Ланкапури поклонялись Брахме. Но ни один из двух правителей не усмотрел в этом помехи для их дружбы и будущего брака, который должен был породнить их страны.

Принцесса была еще слишком юна, чтобы покинуть дом, и родным удалось отсрочить свадьбу дочери до ее шестнадцатилетия.

Пока Лакшминкара была маленькой, ей казалось, что день свадьбы невообразимо далек. Но пришло назначенное время, и девушке предстояло выйти замуж за принца, который был намного старше ее и которого она видела всего раз в жизни – девять лет назад. Она храбро отнеслась к тому, что придется покинуть свою уютную родину, понимая, что это дипломатическая необходимость. Все, чего хотелось юной принцессе, – это продолжать свою практику, но бесстрашие, полученное вместе с буддийским воспитанием, заставляло ее

думать, что она справится с ролью жены незнакомца и сможет выносить и воспитать его детей. Она поступила в согласии со своей практикой, которая предписывала учиться и развиваться во всех жизненных ситуациях, извлекая из них все самое лучшее.

Поэтому однажды принцесса отправилась в страну будущего мужа. Ее сопровождали многочисленные друзья-буддисты, везшие ее новой семье богатое приданое и роскошные подарки.

Отъезд принцессы задержался, и в Ланкапури она прибыла на несколько дней позже, чем ожидалось. У ворот дворца Джалендры процессию встретили придворные астрологи. Они сообщили Лакшминкаре, что день ее прибытия крайне неблагоприятен, и попросили подождать у входа во дворец до следующего дня.

Лакшминкара надеялась встретить теплый прием, поэтому такое обращение показалась ей грубым и недостойным; ее это сильно расстроило. Принцесса отправилась гулять, но, когда увидела, как жил народ Ланкапури, ее печаль только углубилась – было очевидно, что местные жители никогда не слышали поучений Будды.

Внезапно вдалеке раздались звуки рожков, лай собак и стук лошадиных копыт, а спустя минуту мимо нее пронеслась королевская процессия, возвращавшаяся с охоты. Во главе ее скакал сурового вида мужчина в роскошном одеянии, запачканном кровью, а через седло его скакуна была переброшена туша убитого оленя.

Принцесса ужаснулась такому бесчеловечному обращению с животными. Кровь отхлынула от ее лица, и волосы стали дыбом, когда она поняла, что этот суровый мужчина – ее жених. Будучи буддисткой, она считала охоту жестоким занятием, недостойным благородного человека. Единственной ее мыслью было: «Вопреки моим обещаниям выйти замуж, я не смогу с этим смириться».

Поскольку ее брат дал согласие на женитьбу, она хорошо понимала, что больше не сможет вернуться домой. Ей предстояло найти свой удел в этой стране, но жизнь с принцем, который, по ее мнению, был грубым и кровожадным, полностью исключалась. Быстро приняв решение, девушка распахнула все сундуки, коробки и узлы с приданным и стала раздавать свое имущество сбежавшимся любопытным. Сняв с себя последние драгоценности, она отдала их слугам, чтобы те отвезли их обратно в Уддияну.

Когда принцессу наконец приняли во дворце, она заперлась в своей комнате и не выходила оттуда десять дней. После долгих раздумий она решила, что единственным спасением от этой мучительной жизни будет притвориться сумасшедшей. Лакшминкара разодрала на себе одежды, измазала тело маслом и сажеей, обрезала и взлохматила волосы. Теперь она выглядела совершенно безумной, хотя в глубине сердца ни на мгновение не теряла полной концентрации на своей медитационной практике.

Окружающим ее действия показались абсолютно непристойными, но правда заключалась в том, что Лакшминкара приняла Прибежище в природе своего ума. Ее ожидала беззаботная и обеспеченная жизнь, свободная от тяжелого труда, – но там не осталось бы места для медитации и Дхармы, а такую цену принцесса не могла заплатить.

Королевская семья, очень обеспокоенная состоянием Лакшминкары, позвала к ней лучших докторов и целителей. Однако не успели они ступить на порог ее комнаты, как в них полетели масляные лампы и гребни, а сама принцесса с дикими воплями набросилась на врачей, впиваясь в них ногтями и зубами.

Все это вызвало невиданный скандал, и семье жениха нужно было что-то предпринять. Приданое невесты пропало. Сама она, чумакая, с обрезанными и нечесаными волосами, потеряла все свое знатное величие. С таким странным поведением она никак не могла бы играть роль будущей королевы. Родственники жениха решили вопрос довольно быстро: нужно было найти новую принцессу, так как королевскому сыну не подобало жить с сумасшедшей.



Ее ожидала беззаботная и обеспеченная жизнь, свободная от тяжкого труда, – но там не осталось бы места для медитации и Дхармы, а такую цену принцесса не могла заплатить

Затея Лакшминкары удалась. По обычаям того времени только смертная казнь была более жестоким наказанием, чем изгнание из общества. Назад дороги не было, и принцесса это знала. Уйдя из дворца, она стала йогиней, обитала в лесах и медитировала.

Считается, что к тому времени Лакшминкара уже получила многочисленные передачи Алмазного пути. Поэтому она обладала необходимым пониманием и решительностью для того, чтобы провести остаток жизни без прямого контакта с внешним учителем. Уединенная медитация в лесах и на кладбищах – тяжелый путь для девушки с таким нежным воспитанием, однако Лакшминкара была непоколебима в своей решимости. Семь лет прожила она в отшельничестве, постоянно практикуя и углубляя опыт истинной реальности. А по истечении этого срока обрела йогические совершенства, ведь если решение достичь Просветления твердо, то практика не ограничена никакими внешними условиями и можно полностью узнать собственный ум.

Все эти годы ей преданно помогал чистильщик королевских уборных – неприкасаемый. А когда Лакшминкара постигла природу ума, она дала ему посвящение. Мужчина быстро достиг состояния Будды, и никто не знал о его успехе, кроме его наставницы.



На великолепном троне, украшенном драгоценными камнями, сидела Лакшминкара, а из ее тела излучался золотистый свет, заполнял всю пещеру

Спустя много лет король Джалендра, отец ее несостоявшегося жениха, в очередной раз отправился на охоту. Незаметно для себя он отбился от сопровождавших его придворных. Несколько часов кружил он по лесу в поисках свиты, но безуспешно. Наконец, до смерти устав, он спешил и прилег вздремнуть под кроной раскидистого дерева.

Когда он проснулся, на джунгли уже опустилась ночная мгла. С опаской пробираясь через заросли кустарников и ведя под уздцы коня, Джалендра увидел вдалеке странное свечение. Королем овладело любопытство: что бы это могло быть посреди дремучего леса? Подойдя поближе, он заметил, что таинственное сияние исходило из пещеры. Бесшумно подкравшись к входу, он заглянул внутрь и остолбенел.

На великолепном троне, украшенном драгоценными камнями, сидела Лакшминкара, а из ее тела излучался золотистый свет и заполнял всю пещеру. Йогиню окружали богини, всячески выражавшие свое благоговение перед ней. Глубокое искреннее доверие зародилось в сердце короля Джалендры, и он всю ночь простоял у входа в пещеру, наблюдая за происходившим внутри.

Наступил день, и короля нашли его товарищи-охотники, уже потерявшие всякую надежду отыскать своего повелителя в лесу. Джалендра вернулся к привычной жизни, но время от времени не мог удержаться и отправлялся вновь к чудесной пещере в джунглях.

Однажды, не в силах более скрывать своего присутствия, он вошел внутрь и простерся перед йогиней.

С большим сомнением отнеслась Лакшминкара к его пылу. Но король так трогательно говорил о своем доверии к ней как к Будде, так смиренно просил наставлений, что йогиня наконец уверилась в его искренности. Она спела ему небольшую песнь постижения:

*«Все существа в сансаре испытывают боль.
Здесь нет счастья, блаженства –
Только рождение, старость и смерть.
Даже боги это переживают.
Особенно мучительно существование в трех
низших мирах.
Никакая еда не утолит ваш голод,
И вас бросает то в холод, то в жар.
Но какая радость – достигать
Освобождения!»*

Затем Лакшминкара промолвила:

«Ты не можешь быть моим учеником. Твой Гуру – один из твоих чистильщиков уборных. Это мой ученик, который обрел постижение».

«Но как же я узнаю его? – спросил король. – У меня много уборщиков».

«Наблюдай за ними внимательно, – отвечала йогиня. – Доверься тому, кто, окончив работу, поделится едой с бедняками. Отправляйся к нему посреди ночи и проси наставлений. Освобождение – это не что-то умозрительное, оно проявляется во всех сферах жизни, особенно на практическом уровне!»

Король поступил в точности так, как посоветовала Лакшминкара. Вскоре он распознал в одном из уборщиков своего Гуру и пригласил его во дворец. Когда йогин вошел в тронный зал, король поднялся, взял его за руку и усадил на свой трон. Затем Джалендра простерся перед своим новым наставником и попросил поучений.



Красная Мудрость

Дакия Красная Мудрость (на санскрите Ваджраварахи, по-тибетски Дордже)

Памо, буквально Дева Алмазной Свиньи) – красная Будда-женщина, олицетворяющая изначальную мудрость и вдохновение. Она изображается почти обнаженной – на ней только украшения из черепов и костей. Красная Мудрость танцует на солнечном диске, подняв правую ногу. В левой руке она держит у сердца чашу из черепа с нектаром высшего блаженства, а в поднятой правой – кривой нож, которым отсекает всякие мелочные привязанности. У нее три глаза; третьим, вертикальным глазом мудрости, расположенным посередине лба, она видит истинную природу явлений. Ее прическу украшает голова свиньи, что символизирует преобразование глупости и запутанности в интуитивное высшее знание.

В последующие годы люди из этого королевства с радостью видели множество перемен, поскольку король основал свое правление на понимании буддийских истин. Теперь Лакшминкара и ее ученики могли свободно практиковать Алмазный путь и трудиться для блага других. Они передавали медитацию на Красную Мудрость многим ученикам и так помогли целой стране встретиться с просветляющими энергиями.

В конце концов и Лакшминкара, и ее спутник, и король обрели радужное тело.



Мандарава Королева небесных танцовщиц

Макси Кукувец

Мандарава жила в Индии в VIII столетии. Она считается буддийским мастером, достигшим совершенства.

Она родилась в семье правителя страны Захор – маленького, но стратегически важного гималайского королевства. В семье кроме нее было еще четверо детей – она была самой младшей. Королю и королеве, которые практиковали буддизм, накануне ее рождения снились необычные сны. Множество благоприятных знаков указывало на предстоящее рождение необычного существа.



Мандарава,
индийская супруга Падмасамбхавы

Девочка с самых ранних дней проявляла удивительные способности. Она была честна, хороша собой и очень любознательна. В восемь лет благодаря собственным наблюдениям и размышлениям она поняла страдания рождения, старости, болезни и смерти в цикле существования, тем самым осознав закон причины и следствия. У нее возникло сильное желание освободить всех существ из этого цикла посредством благотворного влияния буддийской практики.



В восемь лет благодаря собственным наблюдениям и размышлениям она поняла страдания рождения, старости, болезни и смерти в цикле существования, тем самым осознав закон причины и следствия

Она умоляла родителей отпустить ее из дворца, желая практиковать с учителем, однако король не позволил принцессе уйти, ссылаясь на ее юный возраст. После долгих обсуждений ей позволили изучать буддийские писания во дворце, чем она и занималась с невероятной настойчивостью следующие несколько лет. Ее учителем стал Камалашри, известный своей мудростью, и Мандарава вскоре достигла необычайного успеха.

Она изучила множество текстов, получила все устные передачи Будды и, таким образом, стала буддийским ученым. Кроме того, ее очень интересовали другие

области знаний и изящных искусств – в то время это было вполне естественным для Индии. Она выучила несколько языков и диалектов, что позднее сослужило ей очень хорошую службу во время путешествий и жизни в других странах. Известный доктор Ратна стал ее учителем медицины, и под его руководством она обрела навыки великолепного лекаря.

Астрологии же Мандарава училась у девушки с необычными способностями, которую наняла учителем, несмотря на то что та была очень низкого происхождения. Впоследствии эта девушка стала одной из учениц Мандаравы и практиковала Учение Будды вместе с другими последователями.

После нескольких лет обучения Мандарава начала помогать существам множеством различных способов. Когда принцессе исполнилось тринадцать, ее сверхъестественные способности приобрели такую силу, что князь соседней области призвал ее на помощь, чтобы унять черного мага, который постоянно держал в страхе его подданных. Мандарава отправилась в Гауталу, где бесстрашно победила тирана. Когда она была там, ей выпала возможность дать одному великому буддийскому мастеру обет Бодхисаттвы – обещание работать во благо всех существ и помогать им, пока они не достигнут Освобождения и Просветления.

В эти дни она наставляла 300 девочек, приехавших вместе с ней. Она показывала, что нет никакого смысла цепляться за обусловленные явления, и учила не сосредотачиваться на собственной красоте, высоком положении в обществе, богатстве и счастливом браке без усилий, направленных на духовное развитие. Эти привязанности она назвала оковами, удерживающими всех в цикле существования. Все ее спутницы дали обет Бодхисаттвы и практиковали медитацию. Вдохновленные Мандаравой и указанным ею путем к Просветлению, они построили зал для медитаций.

Мандарава была убежденной буддисткой, и ее доверие к методам Будды было непоколебимо. Поэтому она попросила отца позволить ей стать монахиней. Король счел эту идею неприемлемой, приказав ей оставаться с матерью в качестве помощницы по дому. Поскольку Мандарава всегда сознательно старалась не расстраивать родителей и была очень послушна, она выполнила все это без возражений, практикуя по ночам.

Однажды внезапно умер ее брат, наследник престола. Это стало потрясением для родителей, причинило им огромные страдания. Мандарава успокаивала их, смягчая горе утраты поучениями о непостоянстве, неизбежности смерти, законе причины и следствия.

Однажды принцесса убедила отца прекратить войну с соседним королевством и тем самым избежать смертей и страданий в обеих странах. Ее доброта помогла королю уладить конфликт и восстановить мир.

В другой раз она интуитивно спасла мертвое тело совершенного буддийского мастера. Благодаря ее влиянию его останки были сохранены и помещены в буддийскую ступу, служившую многим для медитации.

Мандарава была столь убедительна в своей целеустремленности, что вдохновляла людей практиковать буддизм. Поэтому родители согласились не выдавать ее замуж и сами решили заняться медитацией, чтобы подданные видели хороший пример.

Прошло еще несколько лет; принцесса все больше сияла красотой. Очарованные ею

княжичи и королевичи из соседних стран уговаривали ее отца передумать и все-таки выдать дочь замуж. Чтобы сохранить мир, королю не оставалось ничего, кроме как пойти у них на поводу. Но, когда Мандараве предложили выбрать кандидата, она храбро отказалась, нарушив волю отца, и даже убежала прочь из города.

В конце концов король сдался и позволил ей стать монахиней. Одновременно с ней обеты приняли 500 служанок. Все вместе они поселились в построенном неподалеку новом дворце, полностью изолированном от окружения. Мандарава целиком посвятила себя учебе и практике медитации.



Однажды принцесса убедила отца прекратить войну с соседним королевством и тем самым избежать смертей и страданий в обеих странах

Когда пришло время получить учение Алмазного пути и найти коренного учителя, Мандараве приснился Будда, который назвал ее излучением Любящих Глаз и подробно рассказал, что в ближайшие дни она встретит его самого в теле великого мастера Гуру Ринпоче.

Так и случилось. Этот молодой мастер медитации произвел такое глубокое впечатление на Мандараву и ее учениц, что они пригласили его в свой дворец, а затем оказали все необходимые почести, хотя раньше ни один мужчина не появлялся в этих стенах. Он дал всей общине подробные поучения Алмазного пути и разных уровней буддийской тантры, и затем монахини неустанно их практиковали.

Естественно, вскоре пребывание Гуру Ринпоче в монастыре перестало быть тайной. По королевству поползла недобрая молва, которая в конце концов достигла ушей отца Мандаравы: «Твоя дочь живет с обычным бритоголовым мирянином». Услышав эти обвинения, казавшиеся ему совершенно несправедливыми, король был вне себя, он не поверил ничему. Он защищал дочь, которая, как он считал, жила в уединении с другими монахинями, полностью посвятив себя буддийскому пути.



По королевству поползла недобрая молва, которая в конце концов достигла ушей отца Мандаравы: «Твоя дочь живет с обычным бритоголовым мирянином»

Когда же король узнал правду, Гуру Ринпоче отнюдь не показался ему Буддой, хотя и был им. Охваченный смятением и гневом, правитель подумал, что этот молодой и красивый юноша – обычный проходимец, и придумал ужасающее наказание. Мандараву с двумя служанками бросили в темницу с намерением на 25 лет лишить их всякой связи с внешним миром. Гуру Ринпоче собрались сжечь на костре и все для этого приготовили. Просьбы министров о пересмотре решения были отклонены.

Но Гуру Ринпоче был великим мастером, достигшим полного Просветления, и огонь не мог причинить ему вреда. Гуру играл разными элементами, показывая невообразимые чудеса, а его тело тем временем горело.

Тогда король понял, какую ужасную ошибку совершил, пытаясь убить Будду, и его охватило глубочайшее раскаяние и отчаяние. Он немедленно стал почтительно простираться перед Гуру Ринпоче. Мандараву выпустили из темницы, и отец извинился перед ней,

глубоко сожалел о своих поступках.

В жизнеописании Гуру Ринпоче история о наказании рассказывается несколько иначе. Люди Захора хотели сжечь Мандараву и ее возлюбленного, привязав их к столбу. Однако костер странным образом полыхал девять дней. Когда любопытные подошли посмотреть, что осталось от казненных, пламя вспыхнуло с новой силой и перекинулось на королевский дворец. Масло, при помощи которого разжигали пламя, превратилось в воду, и, когда огонь погас, люди увидели, что Гуру Ринпоче и Мандарава, целые и невредимые, сидят на цветке лотоса посреди озера, а жар их даже не коснулся.

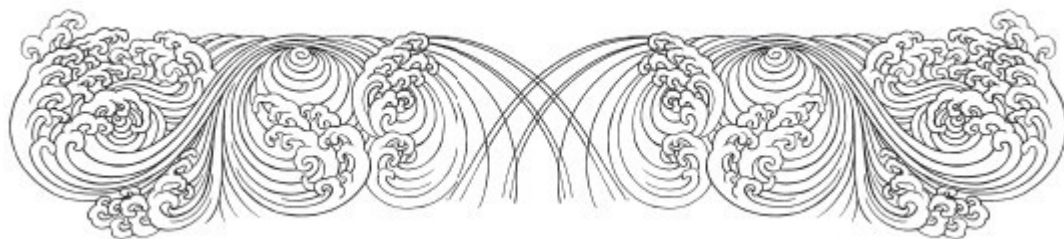
Гуру Ринпоче стал официальным буддийским мастером Захора, получил Мандараву в супруги и долго жил в этой стране. Он дал бесчисленные глубокие поучения и укрепил буддизм Алмазного пути. Многие люди обрели опыт медитации, двенадцать жителей Захора стали махасиддхами – «великими совершенными йогинами».

За годы интенсивной практики Алмазного пути и медитационных ретритов с Гуру Ринпоче Мандарава преодолела множество испытаний. Она отреклась от всех привилегий и роскоши царской жизни, а ее сверхъестественные способности развились еще больше. Вместе с Гуру Ринпоче она выполняла практику Будды Безграничной Жизни (на санскрите *Амитаюс*) – эта медитация устраняет препятствия, мешающие долголетию. Поэтому одним из ее имен было Богиня Долгой Жизни. Говорят, что, будучи супругой Гуру Ринпоче, Мандарава сумела продлить его жизнь на много лет, что позволило ему потом провести достаточно времени в Тибете.



Амитаюс,
Будда Безграничной Жизни

Мандарава и Гуру Ринпоче путешествовали по окрестным странам, и им удалось убедить в истинности учения Будды правителей вместе с подданными.



Амитаюс

Амитаюс (по-тибетски Цепаме, буквально Безграничная Жизнь) – один из трех Будд долголетия. Считается особой формой Амитабхи, Будды Безграничного Света. Изображается очень мощным, сидящим в позе лотоса. В сложенных руках он держит чашу с деревом долгой жизни. На красном теле Амитаюса видны драгоценные украшения, какие носят Бодхисаттвы: корона, серьги, ожерелья, браслеты и пояс.

Своими силами и способностями они побеждали черную магию, которая тогда была распространена, и привели на путь внутреннего развития множество людей. Мандарава с особым усердием побуждала к практике женщин, став коренным учителем для тысяч из них.

На протяжении многих лет они появлялись в разных странах и были вместе далеко не всегда. Мандарава, буддийский мастер и учитель, часто путешествовала одна в облике нищенки, посещая опасные места, а иногда подвергаясь и оскорблениям, и насилию. Поскольку эта йогиня была абсолютно бесстрашна и полна безграничного сочувствия ко всем существам, события такого рода не оказывали на нее никакого влияния. Мандарава умела при встрече впечатлять людей, даже агрессивных мужчин – так она давала тайные поучения, помогая им освободить ум от негативных тенденций.



Мандарава умела при встрече впечатлять людей, даже агрессивных мужчин – так она давала тайные поучения, помогая им освободить ум от негативных тенденций

Благодаря совершенству в определенных практиках медитации, она умирала даже очень запутанные и негативные нечеловеческие энергии. Она брала с этих существ обещания быть защитниками Дхармы. Кроме того, после нее остались многочисленные сущностные учения, спрятанные в виде скрытых сокровищ.

В Уддияне, на родине Гуру Ринпоче, они вместе прекратили интриги и мелочную ревность по отношению к буддизму при помощи великих чудес, а король этой страны, приемный отец Гуру Ринпоче, и его подданные стали буддистами. Следуя пожеланиям своего мастера, Мандарава провела 15 лет в таинственной стране Шам-бала, где привела множество существ к Освобождению.

Когда для Гуру Ринпоче настало время отправляться в Тибет, чтобы помочь императору Трисонгу Дэцену в укреплении Алмазного пути в этой снежной стране, Мандарава тоже попрощалась со своими учениками. Она дала завершающие серии глубоких поучений и наставлений, а затем сказала, что всегда будет рядом с теми, кто призывает ее. Она также пообещала возвращаться в виде бесчисленных излучений, чтобы оставаться

активной для блага всех существ, и покинула этот мир, проявив радужное тело.

В Тибете великий мастер Гуру Ринпоче часто рассказывал историю ее жизни. Жизнеописание Мандаравы было записано и спрятано в различных особенных местах как драгоценное сокровище; позднее тибетские ламы открыли его заново и передавали ученикам на протяжении нескольких столетий. Гуру Ринпоче утверждал, что она была одним из просветленных излучений Пандаравасини, супруги Будды Безграничного Света.

Это объясняет все необычные способности Мандаравы, которые проявлялись с первых дней ее жизни. Она была храброй и необычной женщиной, посвятившей себя исключительно благу других существ. Кроме Богини Долгой Жизни, известно и другое ее имя – Королева Небесных Танцовщиц.

Источники

Chonam, Lama/Khandro, Sangye: *The Lives and Liberation of Princess Mandarava: The Indian Consort of Padmasambhava*, Wisdom Publications, Boston (Massachusetts), 1998.

Tsogyal, Yeshe: *The Lotus-Born – The Life Story of Padmasambhava*, Shambala Dragon Editions, Boston (Massachusetts), 1993.



Йеше Цогьял Победоносный Океан Мудрости

Карола Шнайдер-Валднер

Йеше Цогьял жила в VIII веке. Ее относят к числу женщин, достигших Просветления в Тибете в период становления буддизма в этой стране. Следуя советам своего учителя, Цогьял всю жизнь открыто пренебрегала общественными условностями.

Она вступала только в те отношения, которые благотворно влияли на духовный рост. Чем бы она ни занималась – уходила ли на несколько лет в медитационное отшельничество, писала что-либо, путешествовала или давала поучения, – все это она делала ради того, чтобы развивать просветленные качества, как свои собственные, так и окружающих. Ее стойкость в преодолении жизненных трудностей послужила отличным примером ее ученикам и многим буддистам последующих столетий.



Йеше Цогъял,
знаменитая тибетская йогиня

Ее учитель Гуру Ринпоче (на санскрите *Падмасамб-хава*), перед тем как покинуть этот мир, предсказал ей долгую и активную жизнь, а затем новое рождение в теле Дакини Мачиг Лабрён.



Еще исторический Будда Шакьямуни предсказал, что Гуру Ринпоче появится как Второй Будда и станет учить преимущественно тантрам

В VIII веке Тибет был обширной империей, которая состояла из небольших королевств,

объединенных под началом одного правителя. Верховный царь по имени Трисонг Дэцен испытывал интерес к буддийским поучениям. Примерно столетием ранее его великий предшественник Сонгцен Гампо, первый из так называемых Дхарма-правителей Тибета, построил буддийские ступы, а один из министров по имени Тхонми Самбхота создал тибетскую письменность. Трисонг Дэцен восстановил эти ступы и пригласил из Индии буддийских учителей.

Индийцы в ту пору считали Тибет дикой, варварской страной. В Индии уже много столетий существовали различные философские традиции, люди наслаждались процветающей культурой, торговлей и развитыми по тем временам средствами связи, а в Тибете еще господствовал шаманизм с его варварскими обычаями. Например, Сонгцену Гампо еще ребенком пришлось наблюдать за тем, как жрецы душили его мать, чтобы отправить ее в могилу вслед за умершим мужем. Влияние буддизма положило конец подобным традициям.

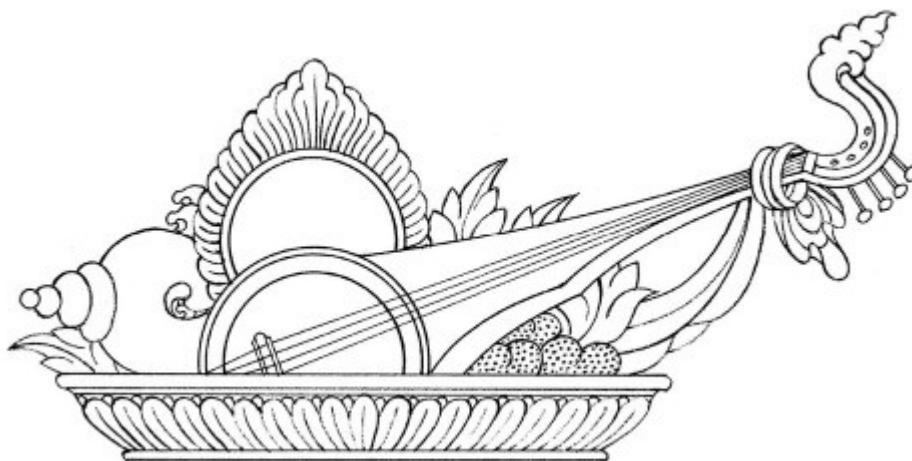
Император Трисонг Дэцен приглашал в Тибет разных индийских ученых, но только благодаря Гуру Ринпоче ему удалось укоренить Учение Будды в Стране снегов. Еще исторический Будда Шакьямуни предсказал, что Гуру Ринпоче появится как Второй Будда и станет учить преимущественно тантрам.

Судьба Йеше Цогьял тесно переплетена с жизнью и деятельностью Гуру Ринпоче. Он был ее учителем и самым важным тантрическим партнером.

Рождение и юность

Появление Йеше Цогьял в Тибете описывается по-разному. Историки утверждают, что она родилась в образованной княжеской семье. Тантрические легенды добавляют, что она пришла на свет как игривое проявление активности всех Будд.

Гуру Ринпоче еще до ее рождения увидел, что вскоре наступит время принести учение Будды в Тибет. Он обратился за помощью к Дакиням – просветленным женщинам. Перед ним возникла Сарасвати, Высшее Вдохновение – именно ее воплощением стала впоследствии Йеше Цогьял. Эта встреча Гуру и Будды-женщины произошла в Чистой стране, выражающей полное освобождение от всех иллюзий и дающей опыт высшей радости. Свет из того места, где они вступили в союз, устремился в долину, в которой жили родители Цогьял. Вскоре ее будущая мать забеременела.



Сарасвати

Сарасвати (по-тибетски Нгагги Лхамо) – Будда-женщина, олицетворяющая вдохновение, музыкальный и поэтический дар, дарующая мудрость постижения Дхармы. Ее называют покровительницей звука, речи, мелодии. Сарасвати изображается сидящей на павлиньем троне в грациозной позе. На ее белом теле

видны все драгоценные украшения Бодхисаттв, а в руках она держит лютню.

С этой точки зрения Йеше Цогьял была просветленным принципом, женским Будда-аспектом. Она проявилась в человеческой форме из любви ко всем существам.

Ее истинная сущность – открытое, безграничное пространство, которое делает возможным все, игриво сочетая в себе мудрость, радость и просветленную активность, свободную, динамичную и мощную.

История прихода Йеше Цогьял в этот мир полна благоприятных знаков. В ночь зачатия родители пережили очень трогательный опыт. Им привиделась девочка с телом из света, произносившая мантры – звуковые вибрации, пробуждающие силовые поля Будд. Потом земля содрогнулась, блеснула молния, и небо озарилось светом. А позади дома вдруг с новой силой забил родник. Этой ночью им снились очень необычные сны.

Отцу приснилось, будто из его головы росла коралловая ступа и поклониться ей приходили люди из разных стран. Когда же он взял эту ступу в руки, она начала вибрировать восхитительными звуками, и все паломники были глубоко тронуты.

Матери приснилось ожерелье из раковин и коралла, источавшее белый и красный нектар. Его пило бесчисленное множество людей, но нектар не иссякал.

Беременность была приятна матери, а роды прошли легко. Местные жители сообщали о многочисленных знаках, считавшихся необыкновенными. Родник у княжеского дома бил все сильнее, и постепенно там образовалось озеро. Поэтому родившуюся девочку назвали Цогьял, что буквально означает Победоносное Озеро. Согласно некоторым источникам, второе имя Йеше (Изначальная Мудрость) она получила уже после встречи с Гуру Ринпоче.

Родители-буддисты очень любили и защищали дочку, которая отличалась редкой смелостью и обаянием. Цогьял получила хорошее образование, обычно недоступное тибетским девочкам. Когда она достигла брачного возраста, к ней стали свататься многие окрестные княжичи.



Сидя со связанными руками, она размышляла над тем, как бессмысленна жизнь без буддийских ценностей и свободы

Однако Цогьял наотрез отказывалась выходить замуж. Ей хотелось лишь одного: получить буддийские поучения и посвятить жизнь практике медитации. Тем не менее искренне любящие ее родители настаивали, чтобы она жила в миру, рядом с достойным супругом. Они считали, что и без того пошли на значительные уступки, позволив дочери самостоятельно выбрать мужа.

Однажды два влиятельных юноши из соседних провинций прислали щедрые свадебные подарки. Цогьял отказалась их принять, и близкие от всей души возмутились ее поведением. Они грозились выпроводить ее из дому, если она никого не выберет и как можно скорее не выйдет замуж за одного из княжичей. Девушка стояла на своем, несмотря на угрозы, и родители, вспыхнув, изгнали ее.

Когда это обнаружилось, оба претендента послали вслед за ней солдат. Отряд одного из них настиг ее в горах, и Цогьял яростно сопротивлялась, пока преследователи не избили ее. Даже истекая кровью, она сохраняла ясность ума и была непоколебима в своей решимости, которая всегда помогала ей преодолевать трудности.

Сидя со связанными руками, она размышляла над тем, как бессмысленна жизнь без буддийских ценностей и свободы. Ее желание посвятить себя буддийской практике стало еще сильнее.

Взбудораженные удачной охотой, солдаты напились до бесчувствия, и под покровом тьмы Цогьял совершила столь желанный побег. Какое-то время она незамеченной жила в горах. Однако второй княжич не прекращал поиски. В конце концов он нашел ее и увез с собой. Как только слухи об этом докатились до первого претендента, тот объявил сопернику войну, отстаивая свои права на девушку.

Император Трисонг Дэцен услышал об этом конфликте. Опасаясь междоусобиц, он потребовал привезти Цогьял к нему во дворец и взял ее жены, таким необычным способом разрешив напряженную ситуацию.

За Цогьял прислали внушительный отряд кавалерии, чтобы устроить обоим горе-женихов. Девушка обрадовалась такому повороту событий: она знала, что великий царь – буддист и ученик Гуру Ринпоче. Так в шестнадцать лет она прибыла в Лхасу, ко двору знаменитого правителя, и стала одной из его королев.

Цогьял становится супругой Гуру Ринпоче

В некоторых учебниках истории царь Трисонг Дэцен описывается как грозный и воинственный правитель тибетской империи. Однако буддийские историки высоко чтят его как воплощение Будды Мудрости. Именно благодаря ему буддийские поучения пришли в Тибет, несмотря на то что в Индии того времени они считались государственным сокровищем и вывозить священные книги за границу было запрещено. Поэтому переводчики брали тексты на время и заучивали их на память, страницу за страницей. Так они перенесли ценные знания в Тибет. Трисонг Дэцен был настолько предан буддизму, что своими руками изготовил бумагу для поучений Будды об изначальной запредельной мудрости и записал 100 000 стихов лазуритовыми чернилами. Он всячески поддерживал свою молодую жену Цогьял в ее стремлении изучать Дхарму.

Спустя несколько месяцев после приезда Цогьял в Лхасу королевский двор посетил Гуру Ринпоче. Трисонг Дэцен к тому времени уже услышал от него множество поучений и был впечатлен бесстрашием и радостью своего мастера, его сочувствием и мудростью.

Во время этой встречи царь преподнес учителю все свои владения в виде мандалы, совершил символическую визуализацию вселенной и попросил о посвящении в Алмазный путь. Однако Гуру Ринпоче объяснил ему, что Алмазный путь купить невозможно. Предложение принять всю империю как мандалу было прекрасным жестом щедрости, однако одного этого недостаточно, чтобы получить драгоценные методы Ваджраяны, способные привести к Просветлению за одну жизнь.



«Ученик должен быть подходящим сосудом, чтобы Дхарма Будды могла влиться в него, как нектар в вазу из чистого хрусталя!»

«Ученик должен быть подходящим сосудом, чтобы Дхарма Будды могла влиться в него, как нектар в вазу из чистого хрусталя!» – с этими словами Гуру Ринпоче на глазах у царя принял огромные размеры, а затем превратился во множество различных Будд.

Трисонг Дэцен был глубоко тронут, слезы покатились из его глаз. Ему ничего не хотелось сильнее, чем получить все эти поучения. Гуру Ринпоче продолжал: «Ты очень хорошо подготовлен, но самое главное – несокрушимое доверие».

После этого царь подарил учителю множество ценных веществ и позволил своей жене Цогьял уйти в отшельничество вместе с Гуру Ринпоче. Благодаря исключительной преданности императора и его сильному желанию практиковать Дхарму девушка стала

ученицей и супругой великого мастера буддийской Тантры.

Образование Йеше Цогьял

Готовясь к важной работе для блага страны, Цогьял получила полное образование во всех областях буддийского учения и практики, а также бесчисленное множество посвящений и наставлений от Гуру Ринпоче.

Она провела с учителем много времени, живя в горах и долинах Тибета и Бутана.

Прежде всего он дал ей основополагающие поучения Малого пути о нереальности эго и карме, а затем Великого пути – о сочувствии и мудрости. Она обрела навыки контроля над мешающими эмоциями и неведением – причиной всех страданий. Кроме того, она приняла Прибежище и дала обещание Бодхисаттвы. Цогьял была усердной ученицей: она внимательно слушала мастера и усваивала все, что удавалось осмыслить в ходе медитации. Так она научилась отличать истину от иллюзий. У нее было доброе сердце и спокойный ясный ум.



Всякому, кто практикует Тантру, важно знать о том, как следует оберегать близкие связи, как растить и питать это нежное растение – доверие к возможностям своего собственного ума

Вскоре Цогьял почувствовала, что хочет еще больше узнать об уме, и попросила Гуру Ринпоче дать ей посвящения в Алмазный путь.

Он ответил: «Хотя ты очень молода, у тебя за плечами столько страданий, сколько знает не всякая восьмидесятилетняя старуха. Ты сумела понять, что все они были следствием твоих прошлых действий. Это говорит о твоей зрелости».

Гуру Ринпоче добавил, что рад слышать ее просьбу, и пообещал, что вскоре она испытает вневременную высшую радость.

В последующие годы Йеше Цогьял получила от Гуру Ринпоче много важных передач. Она медитировала и сдерживала все обещания, связанные с посвящениями: хранила чистоту связи с учителем, Учением и ваджрными братьями и сестрами. Поэтому она быстро развивалась на Алмазном пути. Всякому, кто практикует Тантру, важно знать о том, как следует оберегать близкие связи, как растить и питать это нежное растение – доверие к возможностям своего собственного ума. Йеше Цогьял искренне следовала советам учителя и поэтому быстро достигала результатов.

Однажды она попросила еще более глубоких поучений и посвящений, но вместо этого Гуру Ринпоче велел ей пойти через горы на юг, в Непал. Там она должна была найти нового партнера для практики, чтобы углубить свое проникновение в суть явлений посредством сексуального союза. Гуру Ринпоче предсказал, что она встретит юношу с родинкой на груди и вернется с ним в Тибет.

Йогиня отважно отправилась в долгую и утомительную дорогу через Гималаи. В ее времена, как и сегодня, женщине было крайне опасно предпринимать такое путешествие в одиночку. В том, как Цогьял встречала и преодолевала все препятствия, проявилась ее недюжинная отвага, любовь к людям и глубина буддийского взгляда.

Однажды на нее напала шайка грабителей, чтобы отнять золото. Вместо того чтобы бежать, Цогьял рассыпала золото на земле перед ними и спела песню о красоте и глубоком смысле их встречи. Пораженные странным поведением женщины и ее чудесным голосом, разбойники утихомирились и попросили поучений.

Йогиня объяснила им, что мешающие эмоции – это сырье для Просветления, а их сущность – выражение высшей мудрости. Грабители прониклись глубоким доверием. Они стали ее учениками и благодаря этому однажды достигли Освобождения.

Добравшись до Непала, Цогьял не знала, где искать предназначенного ей юношу. Она пришла к знаменитой Ступе Боднатх и делала пожелания о Просветлении всех существ. Там ей явились Гуру Ринпоче, ученый монах Шантаракшита и царь Трисонг Дэцен. Давным-давно, в одной из прошлых жизней, они были тремя братьями-бутанцами и построили эту Ступу. Теперь, появившись в видении, Гуру Ринпоче уверил Цогьял, что она отыщет тантрического партнера в Катманду.

Итак, она приступила к поискам. Вскоре на рыночной площади к ней приблизился статный юноша и спросил:

– Откуда ты? Ты пришла, чтобы дать мне свободу? Его звали Атсара Зале. Он рассказал, что в детстве его насильно разлучили с близкими и продали в услужение. Родители нынешнего хозяина выкупили мальчика за значительную сумму, и он прожил с ними уже семь лет.

Йеше Цогьял познакомилась с членами семьи, поведала им о кармической связи с юношей и добавила, что сам Гуру Ринпоче велел ей забрать его с собой в Тибет. Она понравилась хозяевам Атсары Зале, и те охотно согласились продать его, однако Йеше Цогьял не хватало золота, чтобы заплатить такую цену. Тогда мать семейства сказала ей: «Ты обладаешь исключительными достоинствами и к тому же красива. Почему бы тебе не выйти замуж за моего сына?» Однако Цогьял, ничуть не сомневаясь, намеревалась практиковать с Атсарой Зале для обретения высшей мудрости.

Тем временем в одной богатой семье случилось несчастье: сын погиб в ножевой схватке. Йогиня услышала о горе его родителей и сказала им:

– Если вы дадите мне достаточно золота, чтобы выкупить Атсару Зале, я верну к жизни вашего сына.

Конечно, вся семья очень обрадовалась. Цогьял прикоснулась к области сердца мертвого юноши и, глубоко сосредоточившись, призвала Гуру Ринпоче устранить препятствия и поддержать ее благословением и силой. Она произнесла мантры над ухом покойного, и постепенно его окоченевшее тело потеплело. Он вздохнул и открыл глаза.

После этого случая местные жители стали относиться к ней с огромным уважением. Даже сам король Непала прибыл познакомиться с Цогьял. Все просили ее остаться, но она была непреклонна и через некоторое время отправилась в Тибет вместе с Атсарой Зале.

На пути они встречали других учеников Гуру Ринпоче и обменивались поучениями. Особенно важен был диалог Цогьял с непальской йогиней Сакьей Демой, другой супругой Гуру Ринпоче.

Вернувшись в Тибет, она подробно рассказала о своих приключениях. Гуру Ринпоче попросил ее не гордиться тем, что ей удалось вернуть человека к жизни, – ведь это всего лишь одна из обычных йогических способностей. Он похвалил качества Атсары Зале и добавил, что основой связи юноши с Цогьял служило их обоюдное желание достичь Просветления, а не поиск счастья в таком непостоянном явлении, как брак.

Атсара Зале стал учеником Гуру Ринпоче. Йогиня и ее новый партнер уединились в ретрите над долиной, и благодаря их связи Йеше Цогьял постигла четыре вида необусловленной радости. Селяне поддерживали ее во время медитации, хотя некоторых беспокоили ее связи с разными мужчинами, и это порождало слухи.

При императорском дворе отсутствие молодой царицы тоже не осталось незамеченным, и на расспросы министров Трисонг Дэцен отвечал, что Цогьял стала супругой Гуру Ринпоче. Среди министров были приверженцы шаманистских культов черного бона, и они особенно настойчиво давили на царя, требуя изгнать из страны изменницу и ее мастера.



Йогиня и ее новый партнер уединились в ретрите над долиной, и благодаря их связи Йеше Цогьял постигла четыре вида безусловной радости

Оказавшись в затруднительном положении, Трисонг Дэцен тайком написал письмо своему учителю. Гуру Ринпоче ответил: «Какие-то старики пытаются меня запугать, но стоит ли мне, как ребенку, их бояться? Мой ум неразрушим. Я это постиг и стал Прибежищем для всех существ. Будь я подвержен страху, кого я мог бы защитить?»

Позже Гуру Ринпоче, Йеше Цогьял и Атсара Зале по просьбе императора посетили дворец – и великий учитель силой своего обаяния умиротворил всех недоброжелателей. Он дал множество поучений и посвящений, и доверие царских подданных к буддизму возросло.

Годы практики

В Алмазном пути мы открываемся учителю все больше по мере приближения к Просветлению – знанию природы ума. Поэтому Йеше Цогьял переживала все более сильную и непоколебимую преданность Гуру Ринпоче. Она знала, что все внешние вещи суть проявления ее собственного ума, и чувствовала глубокую связь со своим мастером.

В этот период ее посетило видение Дакини Красной Мудрости. Цогьял увидела множество молодых женщин, которые делали Красной Мудрости невероятные подношения: некоторые отдавали даже свои руки или ноги, глаза, языки или головы. Йеше Цогьял спросила у них: «Разве недостаточно жить согласно словам Будды? Каков смысл этих странных даров?» Девушки отвечали: «Если обладаешь человеческим телом, которое так тяжело обрести, и, кроме того, встречаешь сочувственного учителя, способного дать высшие поучения, но колеблешься и не отдаешь ему все, что имеешь, – то на твоём пути возникнут препятствия и ты ничего не сможешь достичь».

Девушки вручали Ваджраварахи свои дары, но у них тут же снова появлялись недостающие органы. Затем Красная Мудрость дала им наставления по тантрической практике, и они отправились медитировать.

Красная Мудрость глубоко тронула Йеше Цогьял; йогиня видела ее в ослепительно ярком свете.

Цогьял спросила Гуру Ринпоче, что значило это видение, и он объяснил, что оно имеет символический смысл. Цогьял стала настаивать, что хочет выполнять подобные интенсивные практики, и мастер обучил ее восьми действиям, в которых ей нужно было совершенствоваться до конца жизни.

1. Извлекать эссенции трав и минералов в качестве пищи.
2. Практиковать внутреннее тепло.
3. Использовать речевой центр для произнесения мантр, контролировать поток внутренних энергий и молчанием очищать пустую болтовню.
4. Использовать тело для простираций и медитировать в совершенной позе лотоса.
5. Практиковать стадии развития и завершения, упражняясь в неразделимости блаженства и пустоты.
6. Передавать Учение Будды, обсуждать его и писать о нем.
7. Помогать другим, не заботясь о собственной жизни.
8. Участливо относиться к врагам, как к собственным сыновьям, и любить других больше, чем себя.

Йеше Цогьял обещала следовать советам учителя, не думая о своем благе. Гуру Ринпоче был очень счастлив. Передав дальнейшие наставления по медитации, он удалился.

Практика внутреннего тепла и извлечение экстрактов лекарственных растений

Йеше Цогьял начала практиковать йогу внутреннего тепла. Она нашла подходящую пещеру в Тибете, высоко в горах, между ледниками и лесистыми горными хребтами. Атсара Зале ушел вместе с Гуру Ринпоче, и с тех пор йогиня оставалась в одиночестве. Снежные бури были настолько лютыми, что спустя несколько недель она начала думать, что не переживет этот холод. Со слезами на глазах она стала делать сильные пожелания, прося Учителя хотя бы о малейшей возможности применять его поучения в следующих жизнях.



Цогьял ощущала, как внутри постепенно усиливаются жар и высшее блаженство

Однако безграничная преданность изменила ее восприятие явлений: проявились знаки успешной практики внутреннего тепла, и йогиня не замерзла насмерть. Так у нее возникло еще более глубокое, непоколебимое доверие. Цогьял ощущала, как внутри постепенно усиливаются жар и высшее блаженство. Ее тело, которое только что выглядело жалко, преобразилось, словно змея, сбросившая старую кожу. Женщина чувствовала глубокую благодарность Гуру Ринпоче за его поучения.

Через год интенсивной практики запасы пищи иссякли, и Цогьял начала питаться исключительно минералами и водой; она могла уже не прерывать практику для поисков пропитания. Иногда она видела прошлые жизни или испытывала другие впечатляющие переживания, но все-таки тело неуклонно слабело.

Вновь и вновь она старалась укрепить свой настрой, делала пожелания посвятить жизнь практике Учения Будды и благу всех существ. Благодаря чистой мотивации она не умерла от голода, черпая силы в медитации.



Размышляя о страдании в различных сферах обусловленного существования, она делала глубокие пожелания достичь Освобождения и Просветления, обрести вневременную высшую радость

Во времена больших трудностей и помех она вспоминала поучение о Четырех основополагающих размышлениях и концентрировалась на тех из них, которые лучше всего соответствовали обстоятельствам. Сознывая, как драгоценно человеческое рождение – основа для Освобождения и Просветления, – йогиня решила по-настоящему использовать свою жизнь для развития. Понимая, что от смерти невозможно ускользнуть и все составное подвержено переменам, она пришла к выводу, что ничто, кроме ума, не может быть истинным Прибежищем. Сталкиваясь с несправедливостью или помехами, она вспоминала о законе причины и следствия, вновь принимая на себя ответственность за собственную жизнь.

Размышляя о страдании в различных сферах обусловленного существования, она

делала глубокие пожелания достичь Освобождения и Просветления, обрести вневременную высшую радость.

Цогъял понимала, что все самые приятные переживания непросветленных существ несравнимы с безграничной радостью Просветления и что все живущие страдают от страха, от физических и умственных проблем. Снова и снова она думала об Учителе, Гуру Ринпоче, с глубокой преданностью прося его любящей поддержки. У нее было несколько видений, в которых она встречалась со своим Гуру и получала глубокие поучения. Он дал ей наставления о том, как добывать экстракты лекарственных растений и минералов, а однажды напомнил о ее мешающих чувствах, сказав:

«Как горда была ты, юная королева, рабыня своих желаний. Как заносчива была ты, став моей супругой, как важно было для тебя это положение! Настало время признать свои ошибки. Не останавливайся на достигнутом, двигайся дальше!»

Йеше Цогъял провела много лет в уединении, практикуя в различных пещерах, рекомендованных Гуру Ринпоче. Иногда она встречала других практиков и обменивалась с ними знаниями, но чаще всего была одна. Несколько месяцев Цогъял провела с Атсарой Зале и его новой бутанской супругой Дебамо. Они вместе собирали особые растения и извлекали из них экстракты. Эти вещества весьма укрепили тело Цогъял, и она решила начать следующую практику из тех, что передал ей Гуру Ринпоче, – на этот раз связанную с речью.

Практики для речи и тела

Очищая все впечатления речи, обусловленные злостью, она использовала стослоговую мантру Алмазного Ума, которую по сей день применяют во всех традициях Алмазного пути тибетского буддизма.

Считается, что нет ни единого негативного действия, которое нельзя было бы очистить с помощью этой медитации.

Практика дала заметный результат: Цогъял почувствовала сильную боль в горле и надолго лишилась голоса. Однако эти очищения завершились, и она проявила 60 качеств речи Будды. Одним из них была способность говорить без усилий столько, сколько пожелаешь. Голос Цогъял приобрел неимоверную красоту. Ее слова были чистыми, ритм речи приятным, и йогиня научилась контролировать свои внутренние энергии.



Ее слова были чистыми, ритм речи приятным, и йогиня научилась контролировать свои внутренние энергии

После многих лет уединения Йеше Цогъял отправилась в путешествие по самым знаменитым местам силы, чтобы там усиленно выполнять простирания. Начав эту практику, она пережила сильную физическую боль. Однако с упорством, достойным подражания, она продолжала простираться, и ее тело стало очень сильным. Цогъял решила вернуться в медитационное отшельничество в пещерах Бутана и пообещала не произносить ни слова, пока окончательно не постигнет природу ума.

Как и у исторического Будды Шакьямуни, у Йеше Цогъял возникало множество внешних и внутренних препятствий, мешающих медитации. Перед ней вставали картины мирских наслаждений, крайне привлекательные и потому рассеивающие ум. Но затем они исчезали – одни потому, что Цогъял распознавала их иллюзорную природу, другие потому, что она невозмутимо относилась к обладаниям и чувственным удовольствиям, третьи же растворялись, когда она желала, чтобы все это принесло благо существам. Она распознавала

все явления как проекции собственного ума, медитировала на непостоянство и укрепляла Просветленный настрой. Йогиню посещали ужасающие видения: отовсюду зияли голодные пасти диких животных или неслись стрелы, копыта и дротики. Сначала она немного содрогалась, но потом вспоминала своего учителя и больше не теряла бесстрашия и стойкости. Она знала, что смерть не изменит качества ее ума. Какие бы картинки ни возникали в уме, Йеше Цогьял покоилась в сосредоточении, неразрушимом, как алмаз.

Тогда перед ней возник ее Йидам – Будда-аспект, открывающий в медитации доступ к качествам Просветления. Он предсказал, что вскоре она полностью раскроет свой потенциал и обретет Просветление. Цогьял ощутила безграничную благодарность и подумала: «Мне никогда не отплатить учителю за его доброту, но я думаю, что теперь смогу по-настоящему помогать другим».

Весь Бутан облетела молва о тибетской йогине, которая неподвижно сидит в пещере, безмолвно глядя в пространство. Услыхав о ней, бутанская принцесса стала приносить в пещеру мед и молоко буйволицы. Девушка прониклась огромной преданностью и попросила Цогьял принять ее в ученицы. Йеше Цогьял дала ей буддийское имя Таши Кьидрен и вскоре взяла с собой в Тигриное Гнездо, пещеру неподалеку от Паро в Бутане.



Благодаря наставлениям Учителя Цогьял довела до совершенства чистое видение всех явлений и тем самым создала основу для принесения блага всем существам

В долине Паро – месте, известном и сегодня, – Йеше Цогьял довела до совершенства последнюю практику, необходимую для Просветления, вместе с несколькими спутниками упражняясь в различных стадиях медитации. Постепенно белая энергия отца, находящаяся на макушке головы, смешалась с красной энергией матери, расположенной ниже пупка. В результате этого опыта основополагающее неведение, представления о разделении на субъект и объект, воспринимающего и воспринимаемое, растворилось. Она обрела ваджрное тело – неразрушимое состояние ума, а вместе с ним силу и долголетие.

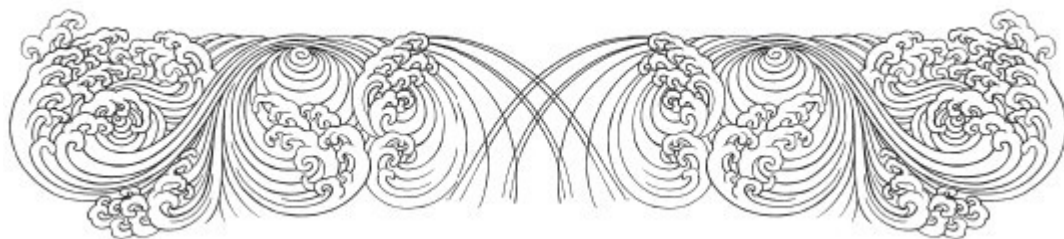
Благодаря наставлениям Учителя Цогьял довела до совершенства чистое видение всех явлений и тем самым создала основу для принесения блага всем существам.

После усиленной практики йогиня Йеше Цогьял и ее ученица Таши Кьидрен пришли к Гуру Ринпоче, и тот подробно расспросил Цогьял о полученном ею опыте. Особенно ему было интересно, как проявился перед ней Будда Безграничной Жизни.

Гуру Ринпоче остался очень доволен ее рассказом и посоветовал сконцентрироваться на этой практике. Кроме того, мастер предсказал, что Цогьял пробудет в этом мире до 250 лет.



Гуру Ринпоче обнаружил у Таши Кьидрен особую связь с мощным защитником по имени Алмазный Кинжал (на санскрите *Ваджракила*).



Ваджракила

Ваджракила (по-тибетски Дордже Пхурба) – грозное проявление Будды Амогасиддхи. Изображается очень мощным, темно-синим, с тремя лицами и шестью руками. Он стоит на солнечном диске, сливаясь в любовном союзе с синей супругой. На обоих партнерах украшения из костей и черепов. За спиной Ваджракилы раскинуты крылья Гаруды, а в волосы вплетена змея. В двух верхних правых руках он держит ваджры, в левой средней руке у него ритуальный трезубец. Левая верхняя рука сложена в угрожающую мудру, устраняющую негативные влияния; две нижние руки держат его главный атрибут – трехгранный кинжал, преобразующий неведение, злость и страстное желание в различные виды мудрости.



Гуру взял Таши Кьидрен в супруги, дал ей Посвящения и наставления по медитациям и практиковал вместе с ней в этом силовом поле. Тогда Цогьял попросила дать ей такие же поучения.

Гуру Ринпоче согласился и объяснил ей практику Алмазного Кинжала, который оказался важнейшим для нее Будда-аспектом. Для выполнения этой мощной практики йогине требовался партнер, и мастер описал внешность подходящего мужчины из Центрального Тибета. Цогьял отправилась туда и нашла Палгьи Сэнге, который позднее приобрел известность как один из 25 ближайших учеников Гуру Ринпоче, так называемых сыновей его сердца. Получив поучения и посвящения, йогиня с новым партнером, пятью братьями и сестрами в Дхарме и самим Гуру Ринпоче удалилась, чтобы вместе медитировать на мандалу Алмазного Кинжала.

Во время их отшельничества проявилось множество благоприятных знаков, и Гуру Ринпоче увидел в этом защиту на будущие времена.

Палгьи Сэнге и Йеше Цогьял долгое время медитировали, постигая эту тантру, а затем продемонстрировали все признаки ее осуществления.

Они видели Будд лицом к лицу, и те наставляли их, как сохранить эти поучения для грядущих поколений.

Позже Йеше Цогьял говорила: «Я медитировала повсюду: во всем Тибете не осталось ни пяди, не осененной моим благословением. Спрятанные мною тексты будут найдены. В тайных местах среди скал я оставила отпечатки рук и ног. В будущем они станут символом доверия и покажут, насколько эффективны благие впечатления и пожелания».

Так началась ее деятельность на благо Тибета.

Победа над движениями фундаменталистов в Тибете

В первом тысячелетии нашей эры в Тибете была широко распространена шаманская традиция бон. Позднее две жены короля Сонгцена Гампо, одна из Китая, другая из Непала, привезли с собой в Тибет статуи, известные до сих пор, и вместе с ними буддийское Учение. Обе традиции, и буддийская и языческая, мирно сосуществовали до тех пор, пока спустя 25 лет после смерти Сонгцена Гампо бон не распался на «черный» и «белый».



В Индии существовали четкие правила ведения философских дебатов, основанные на подлинной любви к истине: побежденный спорщик вместе со всеми своими последователями становился учеником победителя

Первый из них по-прежнему использовал черную магию, приносил в жертву животных и боролся как против буддизма, так и против белого бона. Когда буддизм снова расцвел во времена правления Трисонга Дэцена, последователи черного бона причиняли массу беспокойства, и это прекратилось только благодаря деятельности Гуру Ринпоче, а позднее – его преемницы Йеше Цогьял. Приверженцы черного бона постоянно пытались вредить буддистам своими варварскими обрядами и дерзко совершали жертвоприношения прямо напротив буддийских залов для медитаций. Однажды представитель буддийской общины сказал царю:

– Буддизм и черный бон не могут сосуществовать бок о бок. Либо ты вмешаешься, либо мы покинем эту страну и будем спокойно практиковать где-нибудь вдалеке отсюда.

Трисонг Дэцен предложил устроить большое состязание между традициями и

определить, где истина, а где иллюзия.

Сначала все участники должны были разъяснить свои взгляды на реальность, а затем подтвердить их верность логическими доводами.

В Индии существовали четкие правила ведения философских дебатов, основанные на подлинной любви к истине: побежденный спорщик вместе со всеми своими последователями становился учеником победителя. Трисонг Дэцен установил другие правила: проигравший и его ученики должны будут покинуть страну. Дебаты продолжались несколько дней, и бонцы проиграли. По окончании состязания, чтобы выразить постижение и силу медитации, участники показывали чудеса. Все ученые и около ста учеников Гуру Ринпоче продемонстрировали удивительные вещи. Некоторые летали по воздуху, другие ели камни, словно хлеб, третьи проявляли в пространстве буквы из света. Некоторые поразили публику особыми знаниями или необыкновенной памятью: они могли процитировать наизусть любой отрывок из учения Будды.

Особенно ярким было появление Йеше Цогьял, когда вконец расстроенные бонцы не хотели отправляться в изгнание. Они выкрикивали проклятья и колдовали над кровью и собачьим мясом. От их черной магии погибли девять молодых монахов, но Цогьял снова вернула их к жизни.



После кончины Трисонга Дэцена Йеше Цогьял путешествовала по Тибету и давала поучения бесчисленному количеству людей

Затем кончики ее пальцев вспыхнули разноцветным пламенем; она разрешила ими огромные скалы, словно масло, и появилась в 25 формах, каждая из которых обладала особыми способностями.

Бонцы отступили в горы, послав оттуда гром и молнии. Гуру Ринпоче попросил Йеше Цогьял защитить императора и монастырь Самье, и она расположилась на самом высоком месте, чтобы медитировать на мандалу Алмазного Кинжала.

Она оставалась в ретрите семь дней, пока все проклятия черных бонцев не вернулись к ним и восемь из девяти министров не попрощались с жизнью. Сила Цогьял парализовала магию черного бона.

По совету Гуру Ринпоче император ввел следующие законы.

Белый бон должен быть сохранен.

Тексты черного бона следует сжечь, а его сторонников изгнать в Монголию.

Всем подданным царя – тибетцы они или нет – предписывается жить согласно воззрениям буддизма.

Отпраздновать введение новых порядков Трисонг Дэцен пригласил всех ученых, переводчиков, самого Гуру Ринпоче и его преемницу Йеше Цогьял, одарив их золотом, серебром, парчой и драгоценными камнями.

Царь попросил их остаться в Тибете навсегда. По всей стране он распорядился построить монастыри, университеты и места для уединений.

Тысячи людей начали практиковать буддизм. Враги буддизма признали свое поражение, и мечта Трисонга Дэцена сбылась. В его уме не осталось никаких признаков страдания, и он испытывал только радость. Однажды вечером он создал семью и министров и передал бразды правления сыну, а утром следующего дня растворился в свете.

Деятельность Йеше Цогьял на благо всех существ

После кончины Трисонга Дзэна Йеше Цогьял путешествовала по Тибету и давала поучения бесчисленному количеству людей.

В Кхараге к ней пришли 300 учеников. Семеро из них стали такими же, как Йеше Цогьял, 20 – великими учителями, 39 развили способности к волшебству и достигли Освобождения. Все они умели помогать существам разными способами.

В Джомонанге к ней на поучения собралась 1000 монахинь. Семь из них в результате практики достигли уровня Йеше Цогьял, 100 стали ламами и научились помогать другим исключительными способами, и 500 развили важные способности.

В Цанге она прославилась, когда к ней пришло множество практикующих – 1000 мужчин и 1300 женщин. Никто из них больше не переродился в обусловленном мире.

В Непале Цогьял получила поддержку королевского двора, и там у нее тоже было много учеников. Она встретила четырнадцатилетнюю девочку, у которой наличествовали все признаки Дакини, и взяла ее в ученицы. Йеше Цогьял назвала ее Каласиддхи и предсказала, что девочка станет великим и совершенным мастером. Вместе с ней и другими учениками йогиня ходила в отдаленные приграничные области, чтобы учить буддизму. Она собрала вокруг себя последователей со всей страны и давала им основополагающие поучения Дхармы.

После этого она приняла приглашение нового царя Тибета Муне Ценпо и отправилась обратно на родину с тридцатью спутниками. Она обучала их, пока снова не встретилась с Гуру Ринпоче.

На этот раз она провела рядом со своим Учителем одиннадцать лет. За это время Гуру Ринпоче передал ей все оставшиеся сокровенные поучения. Содержимое одного сосуда перелилось в другой, и при этом не было утрачено ни одной капли. Позже она говорила о своей деятельности:

*«Голодным я в избытке давала пищу,
А бедным – драгоценности.
Бездетным я была дочерью,
Больным приносила лекарства,
Страдавшим от одиночества становилась
супругой.
Погруженным в паранойю я дарила покой,
А умершим и пребывающим в бардо являлась
в теле Йидама.
Я помогала существам во всех состояниях*

страдания.

Вкратце можно сказать:

Везде, где есть пространство,

Проявляются пять элементов.

Когда они есть,

*Возникают существа, а с ними –
мешающие эмоции.*

Повсюду, где есть эмоции,

Есть и мое сочувствие».

Йеше Цогьял и традиция терм

Скрытые сокровища – поучения самого Будды или комментарии совершенных учителей, написанные в Тибете при жизни Гуру Ринпоче. Чтобы сохранить их глубокую

мудрость во времена грядущего упадка буддизма, Гуру Ринпоче передавал наставления о том, как в будущем обнаруживать эти тексты с помощью видений и силы медитации. Предсказав свою смерть, он вместе с ближайшими учениками приложил массу усилий к тому, чтобы разработанные им способы нахождения терм оказались действенными. Знаменитый мастер хотел заполнить Тибет глубокими и великими сокровищами Дхармы. В видении он узнал, что ему понадобится помощница, имеющая все качества Дакини.

Йеше Цогьял показала ему свою ученицу Кала-сиддхи.

Гуру Ринпоче начал знакомить близких учеников с различными техниками, необходимыми для написания тайных сокровищ: древними и закодированными шрифтами, каллиграфией, скорописью, стихосложением, грамматикой, философией и логикой. Йеше Цогьял он обучил способности полного воспроизведения услышанного, которую можно выработать благодаря особым формам сосредоточения. Мастер и ученики записали термы на многих языках: санскрите, тибетском, непальском, тайном языке Дакинй и множестве других редких диалектов. Тексты были спрятаны в различных частях Тибета, а некоторые из них охраняли нечеловеческие существа.



Мастер и ученики записали термы на многих языках: санскрите, тибетском, непальском, тайном языке Дакинй и множестве других редких диалектов

Гуру Ринпоче также написал стихи с пророчествами о будущих открывателях сокровищ – высокореализованных мастерах, которые смогут находить и понимать термы. Иногда он предсказывал имена этих людей, иногда давал наставления по медитациям, с помощью которых можно вспомнить специальные техники, полученные в прошлых жизнях. Гуру Ринпоче разработал разные системы, позволяющие доказать, что найденные тексты действительно содержат его поучения.

Дав все эти передачи, Гуру Ринпоче повелел Йеше Цогьял продолжить его работу. Он ушел из жизни в присутствии ближайших учеников, исчезнув в океане радужного света и оставив лишь несколько реликвий.



Йеше Цогьял,
обучающая тибетцев

После этого Цогьял какое-то время путешествовала по всему Тибету и соседним странам, пряча тайные сокровища и обучая бесчисленное множество людей. Так она исполнила завет Гуру Ринпоче помогать другим, не заботясь о собственной жизни.

Последние наставления Йеше Цогьял

Спустя годы интенсивной работы и практики Йеше Цогьял почувствовала приближение смерти. Она созвала учеников, чтобы пересказать им историю своей жизни и дать огромное множество поучений. Каждый из «сыновей и дочерей ее сердца» пришел к ней еще один раз. Она месяцами давала им личные наставления.

Йеше Цогьял сказала: «Вы преданы мне, но благословение возникает из понимания неразделимости пространства и радости. На самом деле никакого разделения не существует. Мне, Великой Матери, непостоянство и смерть не приносят страданий. Медитируйте на природу своего ума. Нет другого способа победить страдание».

В день, предсказанный ею как день собственной смерти, появились мириады Дакинй.

Они восхваляли Будда-активность Йеше Цогьял, а люди просили ее дать глубокие поучения и сообщить пророчества. Тогда йогиня предсказала, где и как снова переродится она сама и Гуру Ринпоче, а также предрекла, что однажды мастер медитации и переводчик

Марпа (1012–1097) снова принесет буддизм в Тибет. Она предвидела и появление его ученика Миларепы (1040–1123), который в свое время прославился «песнями постижения» и глубокой преданностью, и множества других учителей и собственных воплощений. Кроме того, Цогьял предвидела тяжелые времена для Тибета.

Дав многочисленные поучения и наставления, Йеше Цогьял растворилась в ослепительно голубой точке света, возникшей среди множества радуг. Этот свет постепенно исчез в пространстве. От нее осталась лишь небольшая горстка реликвий – сверкающий белый жемчуг, который люди позднее поместили в монастыри и ступы для почитания. Некоторые слышали голос великой йогини:

«Думай обо мне, и я буду с тобой.

Произноси мантру Гуру:

*Она подобна Драгоценности, исполняющей
желания.*

Медитируй на Ламу, и я обещаю тебе:

*Ты достигнешь состояния Будды за одну
жизнь».*

Источники

Changchub, Gyalwa/Nyingpo, Namkhai: *Lady of the Lotus-Born – The Life and Enlightenment of Yeshe Tsogyal*, Shambala Publications; Boston & London, 1999.

Dowman, Keith: *Sky Dancer – The Secret Life and Songs of the Lady Yeshe Tsogyal*. Routledge & Kegan Paul, London, 1984.

Nyingpo, Namkhai: *Mother of Knowledge: The Enlightenment of Ye-Shes Mtsho-Rgyal*, Dharma Publishing, Berkeley (California), 1983.

Zangpo, Ngawang: *Guru Rinpoche: His Life and Times*, Tsadra Foundation, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 2002.

Падмасамбхава. *Совет Рожденного из Лотоса. М., Уддияна, Рангчжунг Еше, 2001.*

Учения Дакини. *Устные наставления Падмасамб-хавы царице Еше Цогьял. М., Уддияна, 2001.*



Манибхадра
Счастливая домохозяйка

Габи Воленко

Манибхадра происходила из зажиточной семьи в Северной Индии. С 13 лет она была обручена, но до замужества оставалась в отчем доме. Согласно культурным традициям своего времени, Манибхадра следовала пожеланиям родителей и поступала, как подобает дочери.

Однажды перед ее дверью появился великий мастер Куккурипа, просящий милостыню. Он был красив, и Манибхадра спросила его, почему он ходит в лохмотьях, хотя мог бы найти жену, завести хозяйство и вести порядочный и почтенный образ жизни. На это Куккурипа ответил, что боится круговорота перерождений, наполненного страданиями, и предпочел бы использовать свое время на поиски выхода. Он также добавил, что начать поиск лучше прямо сейчас, так как никто не знает, сколько еще осталось жить. Кроме того, он не может жениться, потому что жене и детям нужно будет уделять внимание. В браке он был бы занят всем чем угодно, но только не поиском пути к постоянной радости. Поэтому лучше он останется один.

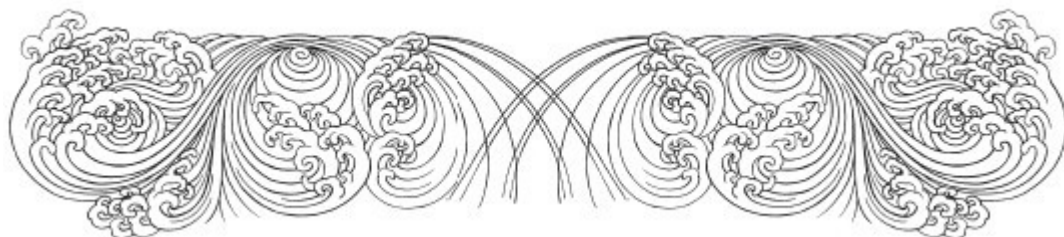


Манибхадра достигает Просветления

На Манибхадру его слова произвели сильное впечатление. Зная, что через год ей придется уйти в дом мужа и потом всю жизнь выполнять обязанности домохозяйки, девушка поняла Куккурипу. Она догадалась, что он видел насквозь ее жизнь, и прониклась доверием. Как следует накормив йогина, Манибхадра попросила его показать путь к Освобождению. Перед уходом Куккурипа пригласил ее посетить его жилище на месте кремации трупов.

Остаток дня Манибхадра так много думала над словами Куккурипы, что совсем забыла о своих домашних делах. Она поняла глубокую мудрость его слов и хотела услышать больше. Отбросив все сомнения, девушка решила принять приглашение и ночью навестить мастера, хотя место кремации вовсе не казалось удобным для обитания. Мудрость и смелость Манибхадры показали Куккурипе, что она сможет успешно применять самые искусные методы. Он дал ей Посвящение на Чакрасамвару и научил медитировать на этого

Йидама. Семь дней Манибхадра практиковала в отшельничестве, пока не достигла уверенности в своей медитации. Потом она вернулась в отчий дом.



Чакрасамвара

Чакрасамвара (буквально Связывающий Чакры, по-тибетски Кхорло Дем-чог) – Будда Высшего Блаженства, олицетворяющий силу, бесстрашие и радость. Изображается синим, мускулистым, стоящим на солнечном диске в любовном союзе с Красной Мудростью. На Чакрасамваре видны украшения из костей и черепов; у него три глаза. Известны две его формы с двумя и двенадцатью руками. Это важнейший Будда-аспект в традиции Кагью.



Ее родители сначала беспокоились, а затем рассердились. Они ругали и били ее, но Манибхадра не дала сбить себя с толку. Она рассказала им о мастере и его словах, которые так сильно ее затронули, и добавила, что получила посвящение и практиковала медитацию. Потом она объяснила, что они, как бы ни старались, не смогут защитить дочь от страданий и смерти. И, в свою очередь, она тоже не сможет их защитить. Все существа когда-то были ее родителями, но до сих пор она не могла предложить им никакой защиты от страданий старости, болезни и смерти. Теперь, сказала девушка, она понимает, что нуждается в помощи. Потому она доверилась мастеру Куккурипе, получила от него посвящение и поучения и уже начала практиковать. Кроме того, у нее остался всего год до замужества.



Достигнутое ею проникновение в суть проявлялось во всем: в той любви и мудрости, с которыми она вела домашнее хозяйство, воспитывала детей и поддерживала мужа

Удивительным образом родители поняли потребности дочери и освободили ее от всех обязанностей по хозяйству на весь следующий год. Манибхадра медитировала с полностью односторонним умом до тех пор, пока жених не забрал ее к себе в дом.

Теперь она могла применять все, чему научилась. Достигнутое ею проникновение в суть проявлялось во всем: в той любви и мудрости, с которыми она вела домашнее хозяйство, воспитывала детей и поддерживала мужа. Для всех она была приятной и любящей – настоящим примером для подражания.

Как-то утром, 12 лет спустя, возвращаясь домой с полным кувшином воды, Манибхадра споткнулась о корень. Кувшин выпал из ее рук и разбился. От неожиданности ее поток переживаний на мгновение прервался – этого было достаточно, чтобы проявилось все ее понимание и глубокий опыт истинной природы ума. Все, что было развито благодаря многолетней практике, взорвало тюрьму ее представлений и проломило последний тонкий слой привычек ума. Кувшин был разбит – пространство внутри сосуда и снаружи объединилось.

Муж под вечер отыскал ее: Манибхадра неподвижно смотрела на черепки, не произнося ни слова. Она не пошевелилась даже тогда, когда сбежалась вся семья и пришли соседи, пытаясь привлечь ее внимание. Вскоре собралась целая толпа людей, чтобы посмотреть, что случилось.

Когда наступила ночь, она наконец заговорила, выражая свое Просветление следующими словами:

*«Существа умирают с безначальных времен:
Распадаются их сосуды – тела.
Почему же они снова возвращаются в тела?
Мой кувшин сегодня разбился, но я нигде
не вернусь.
Я остаюсь в необусловленном блаженстве.*

*Поистине чудесен учитель!
Вы, существа, если хотите быть
счастливы, доверяйте ему!»*

После этого Манибхадра встала и на протяжении 21 дня делилась с жителями деревни своей мудростью и опытом. В конце концов она вошла в Состояние радости.

История Манибхадры впечатляет потому, что жизнь этой женщины, за исключением «эпизода» на месте кремации трупов, протекала незаметно. Будучи домохозяйкой, на внешнем уровне Манибхадра идеально выполняла все требования своего окружения, а развитие тайно происходило у нее внутри. Нужно обладать большой силой, терпением, выдержкой, скромностью и концентрацией, чтобы идти таким путем.

Но прежде всего необычайной была ее сила убеждения. Наверняка не соответствовало общественным нормам то, что родители простили недельное пребывание своей незамужней дочери на кладбище в обществе постороннего мужчины и, более того, освободили ее на целый год от домашних обязанностей. Пример Манибхадры содержит много граней, но прежде всего показывает, что внутреннему развитию не могут помешать никакие внешние ситуации.

Тот, кто следует наставлениям учителя и постоянно практикует, всегда побеждает!

Источники

Dowman, Keith: *Masters of Mahamudra: Songs and His-tories of the Eighty-Four Buddhist*

Siddhas, State University of New York Press, New York, 1985.



**Мекхала и Канакхала
Обезглавленные сестры**

Росвита Фишер

Мекхала и Канакхала – две сестры, которых богатый отец выдал замуж за сыновей своего знакомого купца.

Однако мужья были недовольны девушками и жаловались на них всем подряд. Вскоре вся округа знала, что дочери богача – никудышные спутницы жизни. Теперь, где бы сестры ни показывались, им вслед шептались, а то и бранили прямо в лицо.



Мекхала и Канакхала
подносят Учителю свои головы

Мекхала и Канакхала очень глубоко страдали, не понимая, что же они делают не так. Потеряв надежду что-нибудь исправить, они уже подумывали, не оставить ли мужей и не уйти ли в какую-нибудь другую деревню. Но старшей, Мекхале, было ясно: куда бы они ни пошли, всюду будет происходить то же самое, поскольку в прошлых жизнях они наверняка накопили много негативных действий, которые и привели к таким неприятным последствиям. Поэтому сестры остались.



Постижение подлинной реальности, обретенное в разлуке с опытным мастером, свидетельствует о том, что женщины медитировали преданно и однонаправленно, и показывает необычайную эффективность методов Алмазного пути

В это время их родные места посетил просветленный учитель Канхапа; его сопровождали 700 йогов и йогов. Он проявлял много признаков реализации. Например, над ним постоянно нависал никем и ничем не поддерживаемый балдахин, и время от времени слышался стук двойных барабанчиков, хотя никто на них не играл. Мекхала и Канакхала почувствовали к Канхапе доверие и решили с ним встретиться.

Поклонившись знаменитому йогину, они сказали: «Мы верим, что счастье зависит не от внешних обстоятельств, а от состояния ума. Поэтому, пожалуйста, дай нам медитацию, которую можно практиковать прямо в жизни, и даже такой трудной, как наша».

Канхапа выполнил их просьбу и научил сестер медитации на Красную Мудрость.

Неожиданно оказалось, что безнадежное положение сестер вдохновляло их на практику, вызывая сильное желание освободиться и достичь Просветления. Поэтому Мекхала и Канакхала медитировали с радостным усилием и преданностью. С тех пор их мужья больше не упоминались в источниках – а значит, они больше не оказывали влияния на жизнь сестер. Возможно, Мекхала и Канакхала оставили их, чтобы посвятить свою жизнь только духовному развитию.

Двенадцать лет сестры медитировали на Красную Мудрость и наконец познали природу ума. За все это время они ни разу не встречались со своим учителем. Постижение подлинной реальности, обретенное в разлуке с опытным мастером, свидетельствует о том, что женщины медитировали преданно и однонаправленно, и показывает необычайную эффективность методов Алмазного пути.

Лишь достигнув цели своей практики, Мекхала и Канакхала отправились к учителю, чтобы поблагодарить его. Но Канхапа, похоже, не помнил двух сестер, которых видел очень давно и всего однажды. Он спросил, кто они, и услышал рассказ о том, что произошло двенадцать лет назад.

«Хорошо, если это так, – сказал Канхапа. – В таком случае вы должны сделать мне подношение». Мекхала и Канакхала заинтересовались, чего он хочет, и йогин попросил в качестве дара их головы. Без всякого колебания каждая из сестер достала изо рта Меч Мудрости. Они обезглавили себя и протянули головы Канхапе.

За этим действием стоит глубокий буддийский символизм. Меч Мудрости – символ отсечения привязанности, а потеря головы означает растворение эго. Мекхала и Канакхала обрели просветленное понимание того, что все явления свободны от независимого существования, хотя и проявляются. Именно поэтому женщины могли совершить такое необычное подношение.

После этого сестры-йогини станцевали перед учителем и спели песню о постижении единства пространства и блаженства, пустоты и ясности.

Канхапу их постижение несказанно обрадовало. Он вернул женщинам головы и попросил продолжать помогать всем живущим, показывая путь к Просветлению. Мекхала и Канакхала выполнили эту просьбу. После многих лет, отданных работе на благо всех существ, они обрели состояние Великой печати и перенесли в Чистую страну Дакинью.

Источники

Dowman, Keith: *Masters of Mahamudra: Songs and Histories of the Eighty-Four Buddhist Siddhas*, State University of New York Press, New York, 1985.



Нигума
Таинственная йогиня

Улла Унгер

Согласно некоторым источникам, Нигума, одна из легендарных йогинь Индии, жила в X веке. Она была современницей ученого и просветленного мастера Наропы (956–1040); одни историки считают Нигуму его сестрой, а другие – женой. В классических текстах ее называют «чам мо», что одновременно означает и «сестра», и «супруга».

Герберт В. Гюнтер в книге «Жизнь Наропы» описывает этого великого махасиддха как духовно и академически образованного сына уважаемых родителей. В 18 лет Наропа уже считался ученым и подумывал о том, чтобы принять монашество. Однако отец и мать, заботясь о продолжении рода, настаивали на женитьбе сына.



Нигума в тантрической медитации

Пытаясь избежать брака, самоуверенный молодой человек потребовал, чтобы претендентка на его руку соответствовала определенным условиям. Ей должно быть 16 лет. Кроме того, она должна быть красивой и светловолосой, умной и без предрассудков, чистоплотной и сочувственной, происходить из семейства брахманов и, ко всему прочему, носить имя Нигума. Наконец, он ожидал, что невеста будет открыта учению Великого пути. Юноша заверил родителей, что женится тотчас же, как только они найдут такую девушку.



Восемь лет они прожили вместе, и все это время Нигума усердно училась у мужа и практиковала Великий путь

Родители пришли в отчаяние от этой безнадежной ситуации. Однако верный советник отца все-таки отправился на поиски такой особенной невесты, взяв с собой надежного друга. Целый год они провели в бесплодных странствиях и однажды в Бенгалии заметили у колодца необычную девушку со светлыми волосами, собранными в узел. Она оглядывалась вокруг, словно ожидая помощи. Советник с другом притаились и наблюдали. Никого не увидев, селянка поняла, что ей придется самой вытаскивать из колодца тяжелое ведро, и сделала это без малейших колебаний. Выбравшись из укрытия, мужчины попросили воды, и девушка исполнила просьбу: с большим изяществом она передала им чистую наполненную чашу. Убедившись, что она обладает сочувствием и врожденной чистоплотностью, советник стал расспрашивать, как зовут ее и родителей, сколько им лет и к какой касте они принадлежат.

Она ответила: «Мой отец – брахман Тисья, мать – брахманка Нигу, а брат – брахман Нагу. Меня зовут Нигума, мне шестнадцать лет».

Советник был вне себя от счастья: все это в точности совпало с требованиями Наропы. Тогда он спросил, слышала ли Нигума о Наропе из рода Сантивармана и как она отнесется к браку с ним. Девушка ответила, что спросит отца и поступит так, как он повелит. Все вместе они отправились в деревню, и там родители Нигумы согласились на этот брак.

Наропа не верил своим глазам: он полагал, что его условия выполнить невозможно. Но теперь ему некуда было отступать, и молодые люди поженились. Восемь лет они прожили вместе, и все это время Нигума усердно училась у мужа и практиковала Великий путь. Но затем у Наропы вновь пробудилось желание отказаться от мирской жизни, и он решил развестись, чтобы принять монашество. Говорят, что Нигума предложила взять всю вину за неудачный брак на себя. Она сообщила обеим семьям, что совершила слишком много ошибок и поэтому недостойна быть женой такого безупречного человека, как Наропа. Родители провели переговоры и согласились на расторжение брака.

После этого Наропа сделал впечатляющую карьеру в знаменитом университете Наланда, где его назначили на ответственную должность «стража ворот».

По долгу службы ему приходилось отстаивать основы Учения Будды в философских спорах с представителями других духовных направлений, и он прекрасно справлялся со своими обязанностями. Однако позднее он отрекся от своего уважаемого положения, чтобы стать учеником махасиддха Тилопы (928–1009). За двенадцать лет он прошел трудный путь ученичества, подвергся двенадцати большим и двадцати четырем малым испытаниям и в конце концов достиг Просветления.

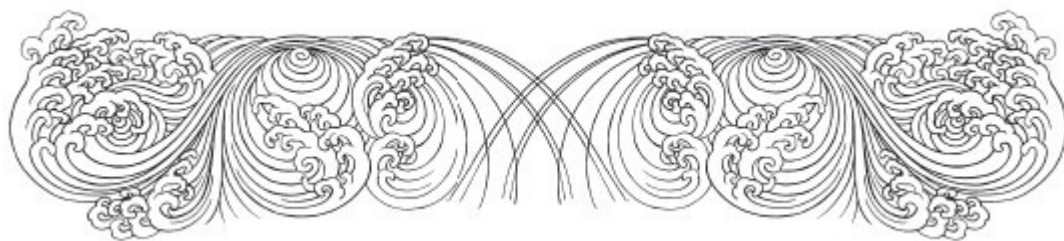
Как стала просветленной Нигума, точно неизвестно. Однако один из источников сообщает, что она практиковала вместе с другим учителем-йогином – великим наставником Лавапой – и ей потребовалась всего неделя медитации на то, чтобы узнать подлинную природу ума.

Наверняка есть еще не переведенные тибетские хроники, содержащие больше информации, но сегодня доступны только небольшие фрагменты. Известные ученые, такие как Таранатха (1575–1634), автор «Истории буддизма в Индии», и множество других трудов, включая классический текст, посвященный Зеленой Таре, утверждают, что все важнейшие поучения о работе с умом и просветленной энергией Нигума получила не от людей, а непосредственно от Держателя Алмаза.

Считается, что именно в световой форме Держателя Алмаза исторический Будда Шакьямуни являлся самым одаренным ученикам, чтобы передавать тантры. Таким образом, Нигума, обладавшая глубокой открытостью, получила Учение напрямую от Будды, и потому у нее не было необходимости практиковать в течение многих лет.

После Просветления Нигума превратилась в Дакиню мудрости. Она пребывала на уровне просветленного осознания, в Состоянии радости, и обычные существа не могли ее видеть и воспринимать. Тем не менее она никогда не исчезала. Классические буддийские

тексты сохранили некоторые из устных наставлений



Держатель Алмаза

Держатель Алмаза (на санскрите Ваджрадхара, по-тибетски Дорже Чанг) – Будда, олицетворяющий само Просветление, точнее, его Состояние истины. Он изображается темно-синим, сидящим в позе лотоса. В скрещенных на груди руках он держит дордже и колокольчик как символы всех мужских и женских качеств Просветления (сочувствия и мудрости, методов и высшего знания, блаженства и пространства). На его теле все драгоценные украшения Состояния радости. Иногда Ваджрадхара появляется в союзе с партнершей.



Ваджрадхара,
Будда Держатель Алмаза

Нигумы – например, посвящение Будды О Алмаз (на санскрите *Хеваджра*), где она появляется в прямой линии передачи вместе с Сукхасиддхи. В других известных поучениях Нигумы говорится о шагах на «пути волшебной иллюзии». Это объяснения очень глубоких

медитаций проникновения в иллюзорную природу вещей. Более того, даже Будда-природу Нигума считала иллюзией, высочайшей из всех, но все же иллюзией.

В нескольких жизнеописаниях Марпы-переводчика (1012–1097), который был учеником Наропы, Нигума упоминается как одна из наставниц Марпы: по-видимому, она помогала ему в работе над переводами и комментариями. Однажды Наропа отправил Марпу учиться к Нигуме, никак при этом не намекнув на какую-либо родственную связь с ней: «К югу отсюда на берегах ядовитого озера есть кладбище, называемое Сосадвипа. Там обитает Дакия мудрости в украшениях из костей. Каждый, кто ее встречает, достигает Освобождения. Иди к ней и попроси Тантру “Чатух-питха”». Марпа отыскал Нигуму на кладбище, где она жила в соломенной хижине. Он поднес ей мандалу из золота и попросил о поучениях. Она с радостью дала ему посвящение и устные наставления по Тантре «Чатух-питха», а также инструкции по фазам развития и завершения. В своих последующих путешествиях Марпа часто возвращался к Нигуме и однажды провел у нее целый месяц. Она упоминается в числе тринадцати важнейших учителей Марпы.

Все встречи с просветленной Нигумой у держателей ее линии происходили в форме видений; так, у нее учились тибетские мастера Кхьунгпо Налджор, Сангье Тонгпа, Кюнга Дролчог и Таранатха. Кроме того, она трижды являлась знаменитому ламе и инженеру Тхангтонгу Гьялпо, который построил в старом Тибете множество подвесных мостов из прочных металлических цепей. Впервые Нигума появилась из облака, спустившегося на землю. Она дала йогину посвящения и многочисленные наставления, ответила на его вопросы и провела церемонию ваджры. Несколько лет спустя она снова явилась, на этот раз в образе пятнадцатилетней поющей пастушки, и пожаловалась, как трудно приносить пользу живым существам в обличье девушки. Эта пастушка показывалась в разных местах Центрального и Западного Тибета, но только Тханг-тонг смог узнать в ней Нигуму.

В конце жизни Тхангтонга Гьялпо один из учеников, получивший от него поучения традиции Шангпа, обрел в своих снах способность ясновидения и с ее помощью обнаружил, что Тхангтонг Гьялпо знает гораздо больше визуализаций, чем передает. На вопрос, почему важные методы остались тайной, учитель ответил, что их даровали ему Дакини и запретили распространять. Как и многие мастера школы Шангпа, Тхангтонг Гьялпо глубоко уважал пожелание Нигумы держать наставления в секрете.



Нигума растворила тело в радуге в своем духовном состоянии неотделима от Держателя Алмаза

Основатель традиции Шангпа Кагью Кхьунгпо Налджор (XI век) был одним из величайших мастеров, когда-либо рожденных в Тибете. Среди современников он не обрел большую известность – возможно, в силу своей близкой связи с Нигумой, которая не хотела, чтобы ее передача широко распространялась раньше XIII века.

Кхьунгпо Налджор рос одаренным и открытым к новым знаниям. Уже в десятилетнем возрасте он знал все, что мог знать в те годы образованный человек.

Затем он выполнял практики религии бон и буддийской школы Ньингма, включая Великое совершенство, и достиг результатов. Кхьунгпо Налджору было 50 лет, когда он отправился в Непал и Индию в поисках великих духовных наставников, чтобы непосредственно от них получить Дхарму и перевести тексты на тибетский. В общей сложности он обучался у 150 великих учителей, и в числе самых знаменитых была Нигума.

Джамгён Конгтрул Лодрё Тхае так излагает историю их встречи. По его словам, Кхьунгпо Налджор встретился с Нигумой в необычном видении через много лет после ее

предполагаемой смерти. Несмотря на свои основательные знания, он хотел получить еще более глубокие методы и попросил об этом всех высоких учителей Индии, которых знал. Он искал поучения, данные непосредственно Буддой.

Мастера медитации ответили, что эти знания есть только у такой великой Дакини, как Нигума. «Где же ее найти?» – растерялся йогин. «Что ж, – сказали ему, – она может появиться где угодно, но существам, постоянно запутанным в собственных эмоциях, встретить ее очень трудно, если вообще возможно. Нигума растворила тело в радуге и в своем духовном состоянии неотделима от Держателя Алмаза. Но есть шанс встретить ее на местах кремации, где она дает наставления многим Дакиням и возглавляет ганачакры – ритуальные пиры».

Едва услышав о Нигуме, Кхьюнгпо Налджор сразу же понял, что должен ее отыскать. Звук ее имени тронул сердце йогина так глубоко, что его охватила дрожь, а глаза наполнились слезами. Без колебаний он отправился в Сосадвипу, решив найти Нигуму во что бы то ни стало. В пути он постоянно призывал

Три драгоценности: Будду, Дхарму и Сангху. На кладбище Кхьюнгпо Налджора посетило видение: высоко в небе появилась женская форма из энергии и света синеватого оттенка. На ней были костяные украшения; она держала в руках трезубец и череп. Пока он смотрел на нее, она несколько раз превращалась из одной Дакини в несколько – одни сидели в позе медитации, другие грациозно танцевали. У Кхьюнгпо Налджора не было сомнений: перед ним великая Бодхисаттва Нигума. Он стал простираться перед нею и умолять дать наставления. Но она только язвительно поддразнивала его: «Осторожнее! Я плотоядная Дакиня, и у меня целый сонм подруг. Беги, пока они не явились и не растерзали тебя. Спасайся, пока не поздно!»

Кхьюнгпо Налджор не испугался, он продолжал настаивать и просить поучений, и тогда Нигума потребовала золото. К счастью, эта задача решалась легко: у Кхьюнгпо было с собой 500 крупинок золота, и он преподнес их без раздумий. Подобные дары были в те дни довольно распространены. В свою очередь, учителя брали на себя ответственность за проживание и все затраты человека, которого принимали в ученики.

Однако Нигума просто взяла золото и выбросила в заросли. Очевидно, у нее не было привязанности к таким обусловленным вещам, как золото. Кхьюнгпо Налджор воспринял это как подтверждение, что он нашел настоящую Нигуму. Злая плотоядная Дакиня обязательно оставила бы себе хоть часть дара. Он почувствовал еще больше уверенности и снова попросил поучений.

Горящими глазами Нигума огляделась по сторонам, и внезапно вокруг нее появилось целое множество Дакинь. Они были заняты всевозможными делами: одни строили дворцы, другие – мандалы, третьи готовились к поучениям Дхармы, четвертые – к вечернему ритуалу. Когда на небосводе появилась полная луна, Нигума дала Кхьюнгпо Налджору посвящение и передачу йоги сновидений. В середине церемонии она сказала: «Сын Тибета, поднимись!» – и он обнаружил, что возносится в воздух. Он взглянул на Нигуму: та восседала на золотой горе, окруженная Дакинями. С четырех сторон горы струились водопады. Кхьюнгпо Налджор мысленно спрашивал себя, видит ли он реальность или волшебные игры Дакинь?

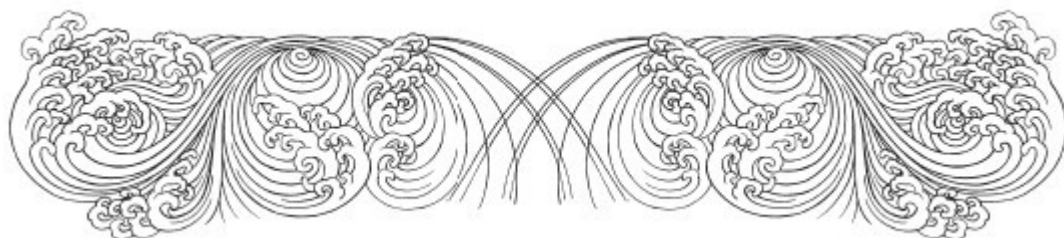
Нигума дала ему наставления и пояснила: «Когда высыхает океан обусловленного существования и исчерпывается всякое цепляние за внешние явления и эго, все переживаемое превращается в золотые поля непривязанности. Нынешняя природа сансары – мир явлений – подобна игре сновидений, магически созданным иллюзорным картинам. Если ты действительно будешь переживать этот явленный мир как сон, как видения, рожденные воображением волшебника, то ты преодолеешь океан сансары. Пойми это! Теперь тебе пора уходить. Иди и обрети власть над своими снами!»

Кхьюнгпо Налджор понял ее поучения. Во сне Нигума передала ему Пять золотых доктрин и три посвящения в Шесть йог. После этого великая Дакиня сказала Кхьюнгпо Налджору, что никто, кроме него, еще не получал полную передачу этих поучений во сне

трижды. На следующий день она даровала ему те же самые передачи с подробными объяснениями – уже наяву. Она попросила йогина пообещать, что он будет держать Шесть йог Нигумы в тайне, и добавила, что их также хранит великий мастер Лавапа. С тех пор на протяжении пяти поколений каждый учитель передавал эти поучения только одному способному ученику, создавая непрерывную линию преемственности. Лишь позднее их стали распространять широко, для блага всех существ. Можно только догадываться, почему Нигума пожелала держать эти методы в секрете. Кхьюнпо Налджор не единственный, кого Нигума попросила не разглашать их: такое же обязательство было у Тхангтонга Гьялпо. Поэтому неудивительно, что школа Шангпа не стала массовой и только те, кто преданно искал ее, отправлялись к Просветлению по этому пути.

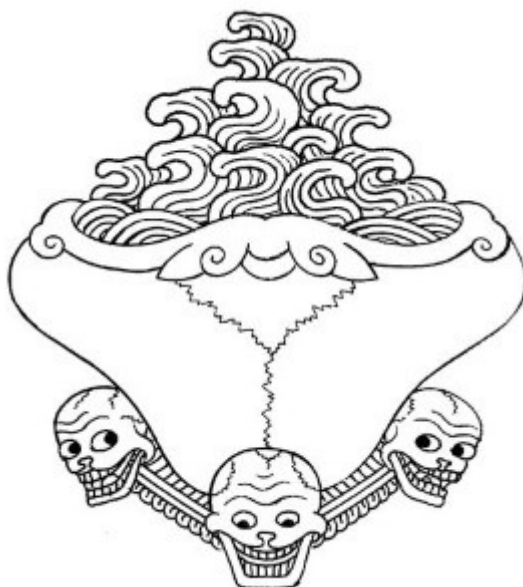
Кроме того, Кхьюнпо Налджор получил тантру Чакрасамвары и передачу пяти Будда-аспектов одновременно: Хеваджры, Чакрасамвары, Гухьяса-маджи, Махамайи и Ваджрабхайравы. В его традиции известны и поучения Великой печати, напрямую открывающие ум состоянию Держателя Алмаза. Другое их название – «Великая печать шкатулки-амулета». Текст ваджрной песни, которую спел Нигуме сам Держатель Алмаза, Кхьюнпо Налджор положил в свое гау (коробочку для реликвий) и носил на шее.

Помимо перечисленных передач Нигумы, Кхьюн-гпо Налджор получил и наставления Сукхасиддхи – потому этих двух женщин часто называют матерями линии преемственности Шангпа Кагью. Хотя эта школа малочисленна, она дала миру многих великих просветленных мастеров, таких как Джамгён Конгтрул Лодрё Тхае, один из важнейших наставников движения Рима. Калу Ринпоче (1905–1989) в ретритных центрах Франции давал передачу традиции Шангпа для трехлетних отшельничеств, которыми руководил до последних дней своей жизни.



Ваджрабхайрава

Ваджрабхайрава (по-тибетски Дордже Джигдже, буквально Алмаз, наводящий ужас) – грозная форма Будды Мудрости Манджушри. Ваджрабхай-рава – главный персонаж одноименной тантры, относящейся к высшему классу тантр – ануттара-йоге. Другое его имя – Ямантака. Он изображается в очень мощной форме темно-синего цвета с 34 руками. Одна из его девяти голов выглядит, как голова буйвола. Ваджрабхайрава облачен в костяные украшения и обнимает свою партнершу Ваджраветали.



Системы Шести йог Наропы и Шести йог Нигумы по своей сути не отличаются друг от друга. Говорят, что поучения Нигумы требуют меньших физических усилий. Главная особенность каждой из этих систем – это линия передачи. Шесть йог Наропы передавались через Марпу и держателей его традиции в рамках школы Карма Кагью.

Пять золотых доктрин Шангпы часто представляют в виде дерева.

Корни: Шесть йог Нигумы

- Внутреннее тепло,
- Иллюзорное тело,
- Йога сновидений, устраняющая духовную темноту,
- Йога ясного света,
- Осознанное умирание,
- Промежуточное состояние.

Ствол: Великая печать шкатулки-амулета.

Ветви: три метода, позволяющих интегрировать в повседневную жизнь понимание явлений, которое практикующий обретает в медитации.

Цветы: медитации на Белую и Красную Дакиню.

Плод: осознание того, что ум постоянный и неразрушимый.

Эти поучения Нигумы и Сукхасиддхи никогда не записывались или не изменялись; они считаются точными и чистыми, как золото высшей пробы. Джамгён Конгтрул Лодрё Тхае называл этих двух великих йогинь воплощениями главных жен Гуру Ринпоче: Мандаравы и Йеше Цогьял.



Нигума достигла Просветления всего за неделю и потому была одной из самых «успешных» Дакинь Дхармы

Нигума достигла Просветления всего за неделю и потому была одной из самых «успешных» Дакинй Дхармы. И все же ее историю можно рассказать только в связи с биографиями других выдающихся мастеров, и далеко не в хронологическом порядке. Причина в том, что в Средние века в Индии не было традиции составлять жизнеописания женщин. Кроме того, Нигума покинула физический мир вскоре после Просветления. Поэтому она так и не оказалась в ситуации, обычной для гуру, у которого бывает много учеников, рассказывающих всем его историю. А возможно, все дело в том, что она была дикой просветленной йогиней и не хотела создавать много шума вокруг своей персоны.



Песня Махамудры

*Не пытайся изменить ум —
Покойся в изначальном, естественном
состоянии.
Собственный ум, нерушимый —*

это реальность.

Ключ – медитировать вот так, без колебаний.

Опыт – великая истина без крайностей.

*В прозрачном океане
Волны появляются и исчезают.
Мысли не отличаются от абсолютной
реальности.
Так что не ищи изъянов – оставайся
расслабленным.*

*Что бы ни появлялось и что бы
ни происходило,
Не цепляйся – оставь все как есть.*

*Явления, звуки и объекты – это твой
собственный ум.
Нет ничего, кроме ума.
Он вне крайностей рождения и смерти.*

*Природа ума – осознание –
Использует объекты пяти органов чувств,
Но не уходит от реальности.*

*В состоянии космического равновесия
Не от чего отказываться, нечего
практиковать,
Нет периода медитации и периода после медитации.*

Источники:

Guenther, Herbert V.: *The Life and Teaching of Naropa, Shambhala South Asia Editions, Boston, 1999.*

Kongtrul, Jamgon: *Retreat Manual, Snow Lion Publications, Ithaca, 1994.*

Kongtrul, Jamgon: *Timeless Rapture: Inspired Verse from the Shangpa Masters, Tsadra Foundation, Snow Lion Publications, Ithaca, 2003.*

Riggs, Nicole: *Like an Illusion: Lives of the Shangpa Kagyu Masters, Dharma Cloud Press, Eugene, 2001.*

Trungpa, Chogyam: *The Life of Marpa the Translator: Seeing Accomplishes All, Shambhala Publications, Boston & London, 1995.*

Шо Миранда. *Страстное просветление: женщины в тантрическом буддизме. М., 2001.*



Сукхасиддхи Совершенное Блаженство

Улла Унгер

Сукхасиддхи также относится к числу 84 великих мастеров средневековой Индии. История этой великой йогини начинается в Кашмире, где Сукхасиддхи, тогда еще крестьянка, жила с мужем и шестью детьми: тремя сыновьями и тремя дочерьми. Их семейная жизнь была безоблачной, пока в той местности не разразился страшный голод. Однажды все запасы еды в доме закончились и осталась только крошечная чашка риса – сокровище, которое тщательно оберегалось. Нигде поблизости невозможно было раздобыть пропитание, и все члены семьи Сукхасиддхи решили отправиться вглубь страны на поиски пищи. Перед тем как покинуть дом, они наказали женщине приберечь последний рис для «большой черной луны». То было поэтическое название горчайших времен, какие только могли наступить, – например, если все родные вернутся домой с пустыми руками.



Сукхасиддхи,
наставница великих мастеров

Крестьянка осталась дома одна. Однажды в ее дверь постучался бродячий аскет, который благодаря своему ясновидению знал, что у нее в доме оставалось немного еды. Он пожаловался, что уже давно ничего не ел, и попросил риса. Глубоко тронутая встречей с йогином, Сукхасиддхи восприняла его нужду как невыносимую для самой себя. Когда же он добавил, что его зовут Большая Черная Луна, она убедилась в том, что обязана исполнить его просьбу. К тому же женщина была глубоко уверена, что хоть кто-нибудь из семьи непременно добудет что-то съестное. Поэтому она сварила рис, угостила странника и немного съела сама.

В это время три ее сына искали пропитание на севере, три дочери – на западе, а муж – на юге. Их усилия оказались тщетными, потому что повальный голод никому в стране ничего не оставил. Вскоре они вернулись ни с чем, изнеможенные и голодные. По пути домой они мечтали о той горсти риса, которая должна была ждать их дома.

Но Сукхасиддхи призналась родным, что риса больше нет, поскольку она отдала его бродячему йогину. Она пыталась объяснить, почему поделилась последними запасами, но все ее старания были напрасны. Муж и дети, изголодавшиеся и уставшие до крайности, были вне себя от возмущения и вовсе не слушали женщину. В конце концов они в гневе выгнали ее из дома. Вслед они кричали, что теперь она должна кормиться сама, потому что совсем не думает о близких и не способна заботиться об их благосостоянии.

Все свои 59 лет Сукхасиддхи прожила в кругу семьи. Она никогда не оставалась одна, не оказывалась вдали от родных. Поэтому теперь она совсем отчаялась. Убитая горем женщина попросила совета у соседей, и те порекомендовали ей отправиться на запад, в Уддияну. Уддияна слыла богатой страной, и ходили слухи, что ее народ был умным и щедрым.



Глубоко тронутая встречей с йогиним, Сукхасиддхи восприняла его нужду как невыносимую для самой себя

Сукхасиддхи дошла пешком до самой Уддияны – и оказалась там как раз во время сбора урожая. Жители этой страны действительно были приветливыми, и нигде не свирепствовал голод. Потому женщина сумела собрать много зерна. С этим своим сокровищем Сукхасиддхи обосновалась в городке под названием Бита. Она научилась варить из зерна пиво и выгодно торговать этим напитком. Ее новое занятие оказалось настолько прибыльным, что со временем маленькая пивоварня превратилась в таверну, в которой продавались домашнее пиво и еда.

Скоро появились постоянные клиенты. Среди них была молодая девушка, часто приходившая за пивом и мясом. Примечательно, что сама она никогда не садилась за столик, а все купленное уносила с собой. Хозяюку таверны разбирало любопытство, и однажды Сукхасиддхи заинтересовалась, для кого девушка покупает еду.

Та ответила: «Довольно далеко отсюда, в горах, живет великий мастер Вирупа. Он пребывает в непрерывной медитации. Именно ему я отношу еду и пиво. Я с удовольствием дарю ему все это, потому что он – йогин, достигший совершенства. Кроме того, твое пиво Вирупа любит больше всего».



Теперь ей было за 60, и она со всей очевидностью понимала, что любое прибежище в материальном, обусловленном мире бессмысленно, потому что непостоянные вещи не дают никакой защиты

В некоторых источниках говорится, что эта девушка по имени Авадхутима тоже была из сообщества маха-сиддхов и вместе с Вирупой практиковала медитацию в союзе.

Короткий разговор с посетительницей потряс Сукхасиддхи. Ей тоже захотелось что-то сделать для этого человека, и она перестала брать с девушки плату за пиво и мясо.

Женщины подружились, и однажды хозяйка таверны поведала Авадхутиме свою жизненную историю. Она рассказала, как семья изгнала ее из дома и все, что раньше было для нее таким важным, в одночасье оказалось в руинах. Теперь ей было за 60, и она со всей

очевидностью понимала, что любое прибежище в материальном, обусловленном мире бессмысленно, потому что непостоянные вещи не дают никакой защиты. Она знала, что единственный достойный путь – накопить как можно больше заслуги. К счастью, в этом ей помогали подарки Вирупе.

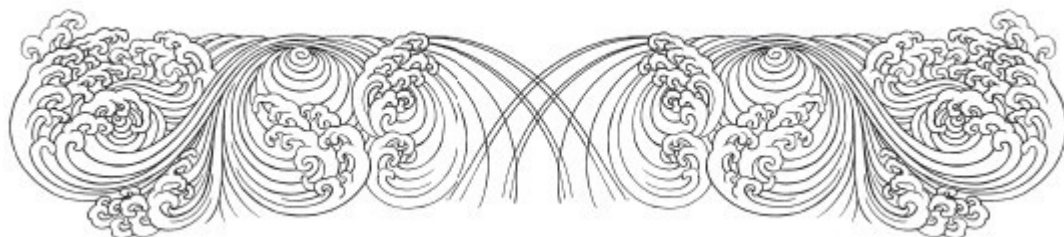
С тех пор девушка каждый день приносила мастеру отличное пиво и вкусные блюда – что раньше было невозможным, поскольку денег у нее было не так много. Конечно, Вирупа это заметил и однажды спросил, кого ему за это благодарить. Девушка рассказала о старой трактирщице из ближайшей деревни и добавила, что та наверняка относится к нему с большой преданностью, поскольку настояла на том, чтобы кормить и поить его бесплатно.

Вирупа попросил познакомить его с этой женщиной. Услышав об этом, Сукхасиддхи необычайно разволновалась. Отправляясь к великому мастеру, она взяла с собой самое лучшее пиво и много свинины. Едва увидев ее, Вирупа тут же дал ей Посвящение и прямые поучения о природе ума. И хотя алкоголь и свинина не относятся к числу безупречных даров, поскольку Сукхасиддхи поднесла их от всего сердца, она действительно смогла понять все поучения. Во многих отношениях она уже была зрелой йогиней, поэтому зерно передачи Вирупы пало на плодородную почву. Пожилая женщина достигла Освобождения прямо во время посвящения и стала Дакиней Мудрости. Как и Нигума, Сукхасиддхи спонтанно открыла свой ум и узнала в Вирупе Будду по имени Держатель Алмаза.

Сукхасиддхи шел 62-й год, когда она получила наставления от Вирупы. Поскольку ей удалось с идеальной однонаправленностью открыться благословлению его посвящений, она превратилась в совершенную Дакиню. Изменения произошли не только в ее внутреннем настрое. Тело полностью очистилось от всего обусловленного, и она проявилась в форме из радужного света. С тех пор Сукхасиддхи представляют как 16-летнюю девушку, светлокую, с длинными распущенными волосами. Ее имя по-тибетски звучит *Дэва Нгёдруб* и означает Совершенство Радости. Тайная спутница Вирупы, она считается излучением Найратмьи – возлюбленной Хеваджры.

Она являлась в видениях многим практикующим. Однажды Кхьюнпо Налджор, который неустанно стремился совершенствовать свой опыт Алмазного пути, спросил своего учителя Арьядэву, как развить еще более глубокую мудрость. Тот рассказал историю Сукхасиддхи и добавил, что она всегда появляется на десятый день лунного месяца в отдаленном лесу в окружении других Дакинь, и особенно удачливые практикующие могут ее там встретить.

Конечно, Кхьюнпо Налджор сразу стал собираться в дорогу. В качестве подарка он взял с собой много золота. Отыскав тот самый лес, он действительно увидел над изящной кроной можжевельного дерева высокую Дакиню ослепительно белого цвета. Она держала руки в жесте «нерожденного». Ее окружали несколько других Дакинь в одеждах, сотканных из света. Преисполнившись преданности, Кхьюнпо Налджор не мог отвести от нее глаз. Все волосы на его теле поднялись, потому что он понимал: находиться рядом с Сукхасиддхи – все равно что достичь Освобождения.



Хеваджра

Хеваджра (по-тибетски Кье Дордже, буквально О Алмаз) – полугрозный Будда-аспект, главный персонаж Хеваджра-тантры, которая относится к высшему

классу тантр, ануттара-йоге, и практикуется в большинстве школ тибетского буддизма. Известны формы Хеваджры с двумя, четырьмя, шестью и шестнадцатью руками. Он синего цвета; его всегда изображают в любовном союзе с партнершей, которую зовут Найратмья, что означает «Не имеющая эго».



Он поднес ей цветы и трижды обошел можжевельное дерево, и тогда йогиня произнесла:

— Мои поучения — наивысшие во всем Алмазном пути, потому что я получила их от самого Держателя Алмаза. Только те, кто накопил очень много заслуги, подносил чрезвычайно ценные дары и проявлял наивысшую преданность, удостоиваются посвящения, передачи чтением текстов и необходимых устных наставлений. Рождение в драгоценном человеческом теле и возможность прикоснуться к вневременной мудрости Будды — все это настоящее чудо.

Кхьюнгпо Налджор простерся перед ней и поднес все принесенные дары. Тогда йогиня дала ему все посвящения.

Кхьюнгпо Налджор узнал от Сукхасиддхи, что однажды он станет важнейшим

держателем ее линии преемственности, поучения которой будут затем долго передаваться в мире и приносить пользу многим существам. Она дала ему посвящения тела, речи, ума и всех «трех ворот» вместе, а после этого предсказала Просветление на благо всех.

Кхьюнпо Налджор основал в Шанге монастырь, который стал духовным центром традиции Шангпа Кагью. В этой линии передачи практикуют Шесть поучений Сукхасиддхи и Шесть йог Нигумы, которые схожи между собой. Сукхасиддхи и Нигума считаются матерями школы Шангпа Кагью.

Йогиню Сукхасиддхи встречали и другие знаменитые тибетские ламы, в частности, Могчогпа и Кьер-гангпа. На них она тоже произвела неизгладимое впечатление, и больше никогда они не чувствовали себя отделенными от ее ума.

В одной из песен Сукхасиддхи говорится

*«Не цепляясь за объекты шести чувств,
Переживать немышление – вот путь,
выводящий за пределы.
Пространство абсолютной реальности вне
концепций.
Махамудра свободна от мыслительной
деятельности.*

*Не медитируй! Не увлекайся надуманной
медитацией!
Такая практика – лишь круговорот
иллюзий!
Ты прикован к сансаре цепями суждений
и мыслей.
Отвернись от умственного – и медитации
нет.*

*Пространство пусто и свободно
от понятий!
Отсеки корень концептуального ума!
Отсеки – и расслабься».*

Источники

Guenther, Herbert V.: *The Life and Teaching of Naropa*, Shambhala South Asia Editions, Boston (Massachusetts), 1999.

Kongtrul, Jamgon: *Retreat Manual*, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 1994.

Kongtrul, Jamgon: *Timeless Rapture: Inspired Verse from the Shangpa Masters*, Tsadra Foundation, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 2003.

Riggs, Nicole: *Like an Illusion: Lives of the Shangpa Kagyu Masters*, Dharma Cloud Press, Eugene (Oregon), 2001.

Shangpa Kargyu Golden Dharmas Part II: Non-death. Yoga. Kapstein Matthew (transl.), manuscript, 1981.

Андросов В. П., Леонтьева Е. В. *Марпа и история Карма Кагью*. М.: Ориенталия, 2009.

Шо Миранда. *Страстное просветление: женщины в тантрическом буддизме*. М., 2001.



**Гелонгма Палмо
Лучезарная монахиня**

Рената Шольц

Гелонгма Палмо – основательница традиции, в которой практикуется медитация на тысячерукую форму Любящих Глаз (на санскрите *Сахасрабхуджа-Авалокитешвара*).

Этот Бодхисаттва выражает активное сочувствие всех Будд. Медитация на его форму известна как ритуальный пост нюнгне; она широко используется в линии преемственности Карма Кагью.



Гелонгма Палмо,
медитирующая на Будду Сочувствия

Гелонгма Палмо родилась в семье короля Уддияны. Эта страна до мусульманских завоеваний находилась там, где сейчас расположена долина Сват, на территории нынешнего Пакистана и частично Северной Индии.

Еще юной девушкой Гелонгма Палмо осознала недостатки существования в цикле перерождений. Она видела, что все существа хотят испытывать радость и избегать страданий, но не могут найти длительное счастье в обусловленном мире. В предыдущих жизнях Гелонгма Палмо делала сильные пожелания приносить пользу всем существам, а также устранить все негативные впечатления из своего ума и раскрыть качества Просветления.

Принцесса рано почувствовала сильную потребность изучать и практиковать

буддийские поучения. К сожалению, участь девушки ее сословия в Древней Индии предполагала неминуемый брак с принцем из соседней страны – принцесса могла служить лишь политическим интересам государства. Поэтому Гелонгме Палмо было очень нелегко убедить родителей, чтобы они позволили ей следовать освобождающему пути, к которому она так стремилась. Ей пришлось приложить все силы и красноречие, чтобы добиться своего.

Еще в детстве она получила основательное образование; ее обучали наукам, привычным для того времени: чтению, письму, логике, грамматике, медицине, искусству и ремеслам. Затем девушка постриглась в монахини и жила в женском монастыре. Она была умной и красивой, тщательно соблюдала правила монастырской жизни и сохраняла особую моральную чистоту, и потому получила важную должность и пользовалась большим уважением.

Однако вскоре обстоятельства резко изменились. Поскольку раньше Гелонгма Палмо делала сильные пожелания полностью постичь природу явлений за одну жизнь, все трудные впечатления прошлого созрели одновременно – она заболела проказой.

Тяжелый недуг перевернул все в жизни молодой женщины. Поначалу она скрывала свою болезнь, но когда состояние ухудшилось и тело стало издавать неприятный запах, а пальцы гнить, Гелонгма Палмо была вынуждена покинуть монастырь. Она поселилась в соломенной хижине, и только близкая подруга присматривала за бывшей принцессой.

Гелонгма Палмо очень страдала. Она лишилась рук, и ей приходилось есть только при помощи рта, как едят животные. Из-за этих невыносимых мучений ею все больше овладевало глубокое отчаяние.



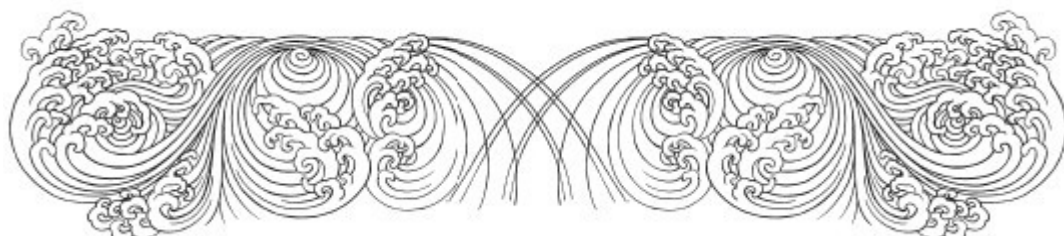
Еще в детстве она получила основательное образование; ее обучали наукам, привычным для того времени: чтению, письму, логике, грамматике, медицине, искусству и ремеслам

Однажды во сне ей явился король Дхармы. Он предсказал, что Гелонгма Палмо достигнет полного Освобождения, медитируя на Будду Любящие Глаза. В этом же сне она получила посвящения на эту практику. Едва проснувшись, женщина ощутила новую надежду и без промедлений приступила к практике. Она медитировала дни и ночи, произносила короткую мантру Любящих Глаз Ом Мани Пеме Хунг и длинную, которая на санскрите называется дхарани. Так Гелонгма Палмо построила силовое поле Будды Любящие Глаза и обрела чистый уровень восприятия.



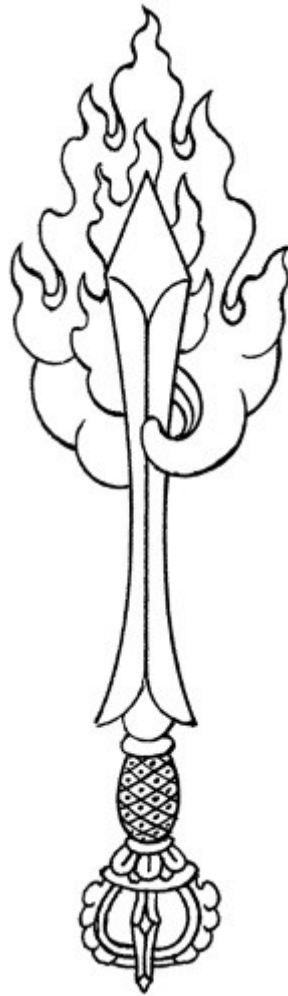
Манджушри,
покровитель мудрости и учености

Однако после длительного периода практики она снова пала духом. Тогда ей приснился Будда Мудрости и предрек: «Твой ум станет подобен уму Тары – Освободительницы». Он попросил ее отправиться в одну отдаленную местность и продолжить практику там, пояснив, что именно там ее медитация станет еще сильнее.



Будда Мудрости

Будда Мудрости (на санскрите Манджушри, по-тибетски Джампал Янг) – Бодхисаттва оранжевого цвета; в мирной форме он сидит в позе лотоса, держа пылающий меч и книгу. Олицетворяет различающую мудрость, позволяющую успешно учиться, усваивать информацию.



Гелонгма Палмо выступила в путь, и по дороге с ней стали происходить удивительные вещи. Однажды она достигла монастыря, в котором находилась знаменитая статуя Тысячерукого Ченрезига. Женщина вошла в зал для церемоний, чтобы помедитировать перед статуей, но сторож без всякого сочувствия грубо вышвырнул ее за порог. Он видел в ней обычную молодую попрошайку в лохмотьях и думал, что она хотела устроиться там на ночлег. Двери перед ней захлопнулись, но Гелонгма Палмо, не раздумывая, села медитировать под стенами монастыря. Благодаря силе ее медитации все одиннадцать голов бронзового Ченрезига повернулись к ней – эта статуя так и стоит до сих пор.

Из-за болезни Гелонгма Палмо уже плохо ходила, и местные Дакини, небесные танцовщицы, помогали ей в путешествии. Прибыв на место, о котором говорил Будда Мудрости, монахиня пообещала не прерывать уединение, пока не обретет высшее постижение. И она стала непрерывно практиковать ритуальный пост (по-тибетски *нюнгне и ньене*), каждый второй день проводя без еды и питья. Она постоянно медитировала на фазу зарождения и свершения тысячерукой формы Любящих Глаз и через год совершенно исцелилась от проказы. Ее тело полностью восстановилось.

Через семь лет практики Гелонгма Палмо достигла Освобождения и первого уровня Бодхисаттвы, на котором проявляются двенадцать из ста особых способностей. Например, она могла воспринимать 100 прошлых и 100 будущих жизней. Гелонгма продолжала усердно практиковать. Во время практики она пережила многие уровни медитативного погружения и открыла многочисленные двери медитативного опыта.

Благодаря реализации, обретенной во время практики, сочувствие Гелонгмы Палмо росло с такой силой, что его ощущали существа вокруг. Зловредные духи десяти направлений стали ее учениками и пообещали отныне прекратить неблагие поступки, не мешать другим, а, напротив, помогать и создавать благоприятные условия для практики

Дхармы. Змееподобные существа (на санскрите *наги*) тоже пришли к Гелонгме Палмо, и их король Нагараджа дал обет отныне защищать ее практику. Наги обычно невидимы для людей, они живут в земле и воде, в разных красивых местах. Если люди тревожат или загрязняют их обители, наги могут мстить негативными пожеланиями или вызывать недуги. Если вспомнить тибетскую мифологию, можно увидеть в этом своеобразную логику, ведь прокажу называют «болезнью нагов».

После того как король нагов заверил бывшую принцессу в своей поддержке, она тут же отправилась медитировать. Когда ей исполнилось 27 лет, ей в видении явилась Будда-женщина по имени Зеленая Освободительница со словами:

– Ты развернешь просветленную деятельность всех Будд трех времен, обретешь силы и качества Бодхисаттвы десятого уровня. Все чувствующие существа придут к Просветлению через практику Любящих Глаз.

В полнолуние того же месяца перед ней наконец-то появился тысячерукий и одиннадцатоголовый Будда Любящие Глаза – лучезарная, очень красивая форма энергии и света. Гелонгма Палмо четко видела поля силы всех женских и мужских форм Будд четырех классов Тантры внутри него и бесчисленные Будда-поля в каждой поре его кожи. Мантры, выражающие яркое Состояние радости Будд, излучались из них во все стороны и заполняли бескрайнее, огромное пространство.

Восхищенная этой прекрасной картиной, монахиня воскликнула: «Я выполняю твою практику уже 12 лет, но сегодня впервые увидела тебя так ясно и отчетливо! Как это возможно?»

Будда Любящие Глаза ответил: «Я был с тобой каждый день, с самого первого дня твоей практики! Дело не во мне, просто раньше завесы неведения мешали тебе видеть меня».

Он дал Гелонгме Палмо такие мощные поучения и такое огромное вдохновение, что она сразу достигла десятой ступени Бодхисаттвы. С тех пор она стала неотделима от Любящих Глаз и излучала золотой свет. Пока у них есть связи с существами, великие Бодхисаттвы остаются на десятом уровне, чтобы помогать всем достигать Просветления.

Гелонгма покинула свое уединение и вернулась в общество. Люди были поражены ее выздоровлением и преображением. Она стала учителем Алмазного пути, собрала вокруг себя множество учеников, и ей предложили пост в монастыре еще важнее прежнего. Но она изменила свой образ жизни и перестала соблюдать некоторые монашеские правила, демонстрируя тантрическое поведение. Например, у нее появились возлюбленные из числа ее учеников. В буддизме Алмазного пути сексуальный союз мужчины и женщины может использоваться для передачи особого опыта, позволяющего раскрыть качества, присущие обоим партнерам. Люди стали критиковать Гелонгму, потому что они видели только внешний аспект этого поведения: в их глазах она была монахиней, нарушившей обеты и живущей бездуховно.

Однажды, проводя специальный ритуал для двурукой формы Будды Любящие Глаза, Гелонгма Палмо продемонстрировала свое постижение. В толпе она отсекла кривым ножом собственную голову, водрузила ее на посох, а сама взлетела в воздух и, обезглавленная, танцевала в облаках. Затем она спустилась и вернула голову на место. Толпа тут же перестала критиковать эту великую йогиню и прониклась еще большим доверием. Подобное поведение типично для просветленной женщины, которая таким образом проявляет свой медитативный опыт. Эти средства показывают постижение недвойственной природы явлений. Так Дакини выражают полную свободу от жестких концепций.



использоваться для передачи особого опыта, позволяющего раскрыть качества, присущие обоим партнерам

Гелонгма Палмо несколько раз показывала чудеса. У нее было много учеников и учениц. Линия передачи практики нюнгне, которую она основала, не прерывается по сей день. В тибетских комментариях к тексту этой медитации говорится: «Благодаря настоящему упражнению многие достигли Просветления и вступили в мир Дакинй. На внешнем уровне она была Гелонгмой Палмо, на внутреннем Освободительницей, а на тайном уровне – Красной Дакиней Мудрости с отсеченной головой.

Источник

Lama Tonsang and Lama Tsultrim: *direct oral trans-mission. Karma Migyur Ling (France), 1989.*



Мачиг Лабрён Единственная Мать, Светоч из Долины Лаб

Моника Гросс

Биография Мачиг Лабрён начинается описанием ее предыдущей жизни, когда она была индийским принцем по имени Пранидхана Сиддхи.

Принц был чрезвычайно умен: уже в пять лет он умел читать и понимать прочитанное. Когда ему исполнилось десять, он стал монахом и затем полностью изучил Абхидхарму, а также учение о запредельной мудрости, логику, грамматику и четыре класса буддийской тантры.



Мачиг Лабрён
в форме тантрической йогини

Со временем его учителя поняли, что Пранид-хану уже нечему учить, и отправили его к йогину по имени Гуру Ратна. Тот дал принцу посвящение Будды Высшего Блаженства. Одной этой передачи оказалось достаточно, чтобы юноша смог путешествовать в чистые миры.

На церемонии посвящения Гуру Ратна дал мальчику имя Артасиддхи Бхадра (по-тибетски *Дёндруб Зангпо*). В беседах с новым учителем принц прояснил все вопросы относительно Сутры и Тантры.



В те времена в Индии обычным делом были философские споры между разными духовными школами; в таких дискуссиях проигравший вместе со всеми последователями становился учеником победителя

Когда Дёндрубу Зангпо исполнилось шестнадцать, Гуру Ратна посоветовал ему получить полное посвящение монаха в местечке Бодхгайя, где достиг Просветления исторический Будда Шакьямуни. Там вскоре должны были состояться дебаты.

В те времена в Индии обычным делом были философские споры между разными духовными школами; в таких дискуссиях проигравший вместе со всеми последователями становился учеником победителя. Поэтому достойные и умелые спорщики были важны для всех школ.

Дёндруб Зангпо выиграл дебат, и к нему перешли 100 000 учеников, принявших буддизм. Он оставался в Бодхгайе, пока ему не исполнился 21 год. Потом в видении ему явилась Зеленая Освободительница. Она велела Дёндрубу отправиться в Тибет и учить живущих там людей.

Собираясь в путь, он пережил еще одно видение, в котором получил совет вначале посетить пещеры Потари на юге Индии и медитировать там на Дакинью Махамайи. Дёндруб Зангпо послушался и несколько месяцев практиковал в назначенном месте. Ему являлось множество Будда-аспектов, и однажды перед ним возникла черная Дакия.

Дакия объяснила, что ей придется умертвить его, потому что таков самый быстрый для него способ попасть в Тибет, и попросила, чтобы, умирая, он позволил своему сознанию влиться в ее сердце. Его тело осталось в пещере невредимым, а ум вскоре воплотился в утробе тибетской женщины по имени Бум Чам.

Она жила в местности Лабчи с дочерью Бумей и мужем по имени Чёкьи Дава. Каждый из них видел сны, возвещавшие о скором рождении необычной девочки. Однажды мать услышала голос, доносившийся из ее округлившегося живота. Голос посоветовал ей приготовить к рождению ребенка.

Девочка родилась с множеством признаков Дакини. Например, в первые дни у нее был заметен третий глаз, между пальцами виднелись перепонки, а ногти сияли как перламутр. Во время родов люди слышали чудесные звуки, а с неба падали цветы. Дочку назвали «Маленький Светоч» (по-тибетски *Дрён Чунг*).

Ее отец Чёкьи Дава, догадываясь о важности этих необычных внешних признаков, наказал всей семье воспитывать ребенка очень осторожно и внимательно оберегать. Поэтому девочка всегда оставалась дома, ей не разрешали играть с другими детьми. В три года она уже делала простирания и повторяла мантры разных просветленных аспектов, таких как Бодхисаттва Любящие Глаза, Освободительница, Освобождающая Высшая Мудрость и Красная Мудрость. Ей очень полюбились учения Будды о пустоте, и к восьми годам она дважды в день повторяла восемь тысяч строф Сутры Запредельной Мудрости, которую до сих пор в каждой тибетской семье читают только раз в год.

Лама семьи, видя ее качества, дал ей имя Яркий Свет Мудрости (по-тибетски *Шераб Дрёнме*). Другие же люди называли ее Маленький Свет А (по-тибетски *Адрён Чунг*), поскольку в раннем детстве у нее на лбу виднелось «А» – коренной слог пустоты и Высшей мудрости.

Все, кто навещал малышку, восхищались ею и хотели почувствовать ее благословение. Весть о необычной девочке дошла даже до князя той долины, и он пригласил всю семью на праздник. Внимательно рассмотрев ребенка, правитель пришел к выводу, что перед ним Дакия мудрости. Именно этот князь соединил ее имя Светоч (по-тибетски *Дрён*) с

названием места ее рождения – Лабчи. С того дня девочку стали называть Лабдрён – Светоч Долины Лаб.

Вскоре мать с дочерью решили на пять лет уйти в ретрит, посвятив его чтению сутр о запредельной мудрости. Едва завершив отшельничество, мать

Лабдрён внезапно скончалась. Старшая сестра Бумей, ставшая к тому времени монахиней, собиралась продолжить образование у Геше Атона и взяла девушку с собой.

Тремя годами позже Лабдрён и Бумей отправились к Ламе Драпе, и Лабдрён стала у него чтицей буддийских текстов, поскольку читала быстрее всех. К тому времени ее сестра решила перенестись в чистые миры Дакинй. Она удалилась в ретрит и через три года осуществила практику радужного тела. Лабдрён же продолжала работать, читая тексты; она уже могла позволить себе хорошо одеваться и наслаждалась уединенной жизнью в монастыре учителя.

В то самое время в Тибет прибыл индийский ученый Дампа Сангье в поисках индийского йогина, который когда-то медитировал в пещере Потари. Видение подсказало ему, что йогин переродился в Стране снегов под именем Лабдрён. Дампа Сангье без труда отыскал девушку – оказалось, что незадолго до встречи она видела его во сне.

Лабдрён спросила, как она может помочь существам, и Дампа Сангье сообщил ей следующее пророчество:

*«Девушка, не скрывай своих изъянов.
Не сомневайся.
Носи то, что раньше не стала бы надевать.
Разруби свои оковы.
Отбрось привязанность.
Оставайся в уединенных местах.
Знай, что число существ безгранично,
как небо.
В диких местах ищи Будду внутри себя.
Твои учения воссияют, как солнце в небесах».*

Кроме Дампы Сангье, с которым Лабдрён встречалась лишь несколько раз в жизни, важным учителем для нее стал Сёнам Лама. Он спросил Лабдрён, понимает ли она то, что читает. Девушка прекрасно все объяснила, однако лама отметил, что она еще не осознала Учения. Лама сказал: «Твое толкование абсолютной природы явлений совершенно правильное, однако ты должна вплести это знание в поток своего ума. На смену твоему прежнему уму, связанному двойственным цеплянием, придет новый, свободный от погони за относительными явлениями».

Учитель дал ей дальнейшие сущностные наставления и объяснил, что цели можно достичь, лишь пристально наблюдая за природой ума.

Лабдрён начала это делать. Вскоре, читая сутры, она дошла до места, где описывались демоны, и поняла, что имел в виду Сёнам Лама. Она преодолела демона привязанности к себе самой и дуализм во всех его формах. На следующий же день ее образ жизни изменился. В знак того, что ей удалось отсечь цепляние за эго, она стала носить одежды попрошайки, жить среди нищих и отверженных, спать там, где была, и питаться – в отличие от прежних времен – всем, что ей подносили.

От своих учителей Дампы Сангье и Сёнама Ламы Мачиг получила разные виды практики чод, которые можно объединить в четыре передачи: Тайный чод Гуру Ринпоче, Чод глубокого смысла передачи слов, Успокоение Дампы Сангье и Тайный чод Наропы.

Сёнам Лама дал Мачиг Лабдрён посвящение ума, которое вело к постижению четырех инициаций путем глубокой медитации. Оно было частью традиции Сутры линии Сёнама; его другое название – «Пхова раскрытия дверей в пространство». После этого она получила так называемое Посвящение Дхармы для ума, а затем еще и на Будда-аспект тела.

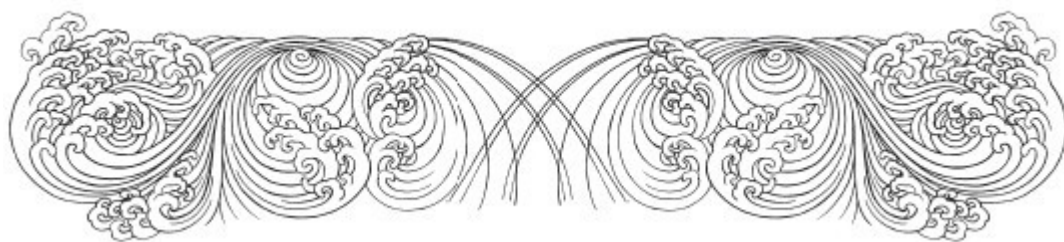
Во время посвящений ее тело поднялось в небо. Там она танцевала и напевала шестьдесят мелодий, пока не прилетела к пруду, где обитало ужасающее змеевидное существо из тех, что на санскрите называются нагами. Лабдрён произвела на нага столь яркое впечатление, что он решил больше не вредить существам и защищать Учение Будды.



«На смену твоему прежнему уму, связанному двойственным цеплянием, придет новый, свободный от погони за относительными явлениями»

Ночью произошло множество других встреч, например, с Йидамом Махамайей, Освобождающей Высшей Мудростью, Освободительницей и Буддой Высшего Блаженства. Позже другой Лама по имени Бэтон дал ей поучения Великого совершенства, а лама Яртин-гпа познакомил ее с Великой печатью, обучил Шести йогам Наропы и посвятил в Тантру Колеса Времени (на санскрите *Калачакра*).

Как-то раз у нее было подряд несколько видений, в которых появлялись разные Йидамы и пророчествовали встречу Мачиг с будущим партнером, индусом Тобахадрой. Кроме того, предсказатели говорили, что она будет медитировать в 108 диких местах и что ее учению предстоит светить, подобно солнцу в зените.



Калачакра

Калачакра (по-тибетски Дюкхор, буквально Колесо Времени) – полугрозный Будда-аспект, главный персонаж Калачакра-тантры, относящейся к высшему классу тантр – ануттара-йоге. Изображается темно-синим, стоящим в любовном союзе с желтой партнершей Вишвамайой. Чаще всего у Калачакры 24 руки и 4 лица. Его тантра наиболее объемная в своем классе и считается самой сложной. Важной ее частью является предсказание так называемой битвы Шамбалы, которая должна произойти в конце нашего периода упадка, в 2424 году.



Лабрён встретила с Тобахадрой в доме покровительницы ее учителя Ламы Драпы. Они провели ночь, уединившись в одной из комнат. Когда они слились в любовном объятии, из их убежища засиял такой яркий свет, что хозяйке показалось, будто дом загорелся. Она встревожилась, но глубокое доверие позволило ей не поддаться панике.

Лама Драпа и Сёнам Лама убедили Мачиг в том, что ее союз с Тобахадрой принесет пользу всем существам. Поэтому любовники решили создать семью. У них родилось трое детей – двое сыновей и младшая дочь. Они прожили вместе двенадцать лет, занимаясь практикой медитации и воспитывая детей. Но когда дочери исполнилось четыре года, Мачиг решила вернуться в ретрит, оставив Тобахадру присматривать за детьми.

Она снова посетила своих учителей Сёнама Ламу и Дампу Сангье, чтобы получить поучения и посвящения. Затем она исполнила пророчество Тары и отправилась медитировать в 108 уединенных местах.



Медитируя в отшельничестве, Мачиг Лабрён усмирила многие мешающие энергии и стала еще более знаменитой

В те времена Тибет был дикой страной. Повсюду свирепствовали местные демоны. Они жили преимущественно на перевалах и кладбищах, часто нанося людям серьезный урон. Медитируя в отшельничестве,

Мачиг Лабрён усмирила многие мешающие энергии и стала еще более знаменитой.

Очень важной для ее практики была встреча с учителем Пхамтингпой. Он передал ей подробные объяснения Абхидхармы и полные трехчастные поучения Махамудры, передаваемой шепотом.

Мачиг было около 41 года, когда произошла еще одна знаковая встреча, – на этот раз с Освободительницей, которая передала ей дальнейшие наставления.

Мачиг усвоила все, обобщила все полученные учения и стала передавать их как три передачи: традицию Сутры, традицию Мантры и практику единства этих традиций, полученную от Тары. Мачиг вскоре стала известна как «мать трех миров», владеющая передачей особой системы медитаций под названием Чод Маха-мудры. Эта практика позволяет исцелить 424 вида болезней и устранить 80 000 умственных нарушений, приводя к постижению природы ума.

Когда Мачиг Лабдрён исполнилось 42, Тобахадра привел к ней двух младших детей, которые довольно далеко продвинулись в медитации.

Ее дочь, например, уже могла выполнять фазу завершения в практике Красной Освободительницы, хотя ей было всего десять лет. Сын Лабдрён, Друбсе, будучи пятнадцатилетним подростком, тоже практиковал сложные медитации, например, на Будду Высшего Блаженства. Тобахадра и Мачиг обменялись опытом медитации, после чего йогин вернулся в Индию.

Оказалось, что Друбсе страдал от частых обмороков, вызванных психической болезнью, поэтому Лабдрён отправила его в недельный ретрит. В ретрите сын полностью излечился.

Мачиг пригласила Дампу Сангье, чтобы Друбсе стал его учеником. Еще перед приходом сына ей приснился особый сон, указывающий на эту связь. Она дала сыну новое имя – Тоньон Самдруб. Дампа Сангье предсказал, что юноша станет держателем линии Мачиг Лабдрён. Самдруб стал настолько близким учеником Дампы Сангье, что относился к нему, как к отцу. Так появились обращения «Падампа» (отец Дампы) и «Мачигма» (мать Мачиг).

Мачиг Лабдрён велела сыну идти в отшельничество на тринадцать лет, чтобы медитировать в полной темноте. Когда через несколько месяцев юноша испытал первые страдания голода, перед ним возникла Дакия и поднесла ему нектар. Она приходила по приказу Мачигмы и присматривала за Тоньоном Самдрубом всегда, когда он в чем-нибудь нуждался. В конце ретрита он обрел постижение.

Тем временем слава Мачиг Лабдрён достигла Индии, и, поскольку тогда все поучения проходили тщательную проверку, индийские ученые-пандиты решили посетить Тибет, чтобы убедиться в подлинности ее знаний. Чод Махамудры был новой практикой, и пандиты находили странным, что в Стране снегов существует передача, неизвестная в Индии. Позднее, когда Дхарма в Тибете укрепилась, там появилось еще больше новых медитаций, таких, например, как Гуру-йога.

Мачиг Лабдрён приняла ученых очень тепло и собрала своих учеников, чтобы те присутствовали на этом важном диспуте. Поскольку она получила свою практику чод от настоящих учителей, Будд и Зеленой Освободительницы, теперь она должна была, да и могла, подтвердить ее истинность.

Прежде всего йогиня рассказала о себе, и ее история хранится и передается до сих пор. Потом она поведала о создании практики чод и своей предыдущей жизни. Наконец, Мачиг посоветовала ученым отправиться в индийскую пещеру Потари и там отыскать тело ее предыдущего воплощения – Мён-лама Друба. Она попросила их сжечь его останки и принести ей реликвии, включая череп с рельефом пяти Дхьяни-будд, зубы, похожие на закрученные по часовой стрелке раковины, и сердце в форме Будды. Это должно было подтвердить правдивость ее слов. Падампу с тремя учениками, владевшими «быстрой ходьбой», попросили отправиться туда, чтобы все это проверить.



*Свобода от цепляния к гневу и привязанности или укрощение этих чувств
одолевают внутренние болезни и умственные расстройства*

Через некоторое время Падампа принес сердце в Тибет. Все произошло именно так, как предсказала Лабдрён. Ученые поняли, что имеют дело с женщиной, достигшей великого осуществления. Сегодня Мачиг Лабдрён в своем Состоянии истины по-прежнему считается Праджняпарамитой. В своем Состоянии радости она известна как Ваджраварахи. Она также

проявляется в Состоянии излучения как Тара.

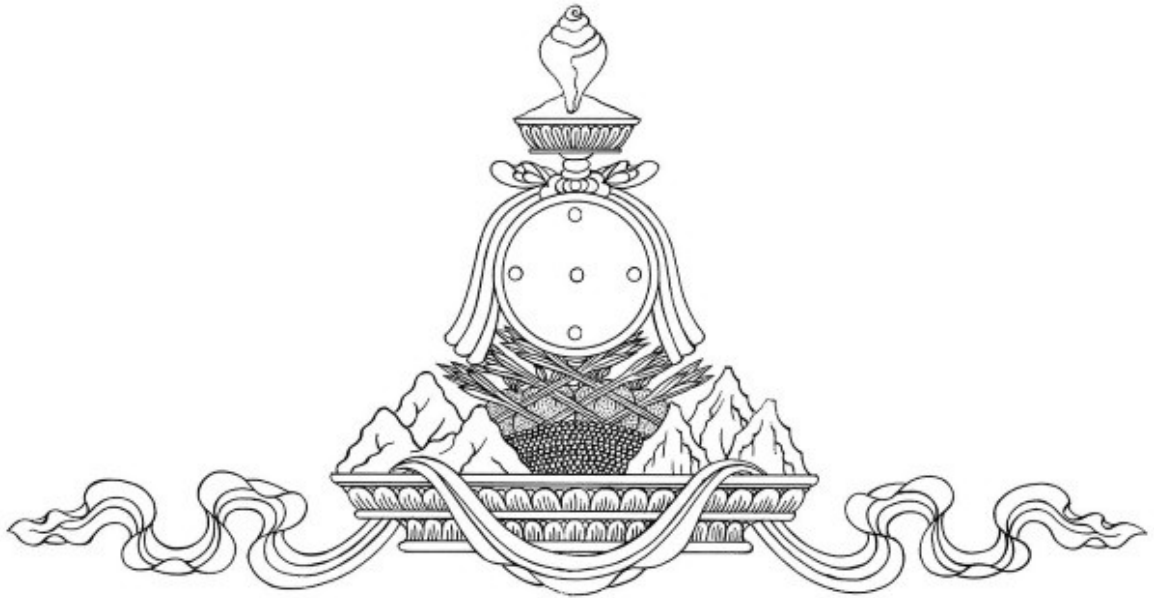
Мачиг Лабдрён прожила до 1143 года и в возрасте 99 лет ушла в радужное тело. К сожалению, это все, что известно о последних 45 годах ее жизни.

Примером того, как учила Мачиг, может служить ответ на вопрос ее сына Гангпы Мугсанга о внешних, внутренних, тайных и абсолютных методах практики отсечения:

– Одно лишь понимание врожденной природы ума очищает внешние места, населенные духами. Свобода от цепляния к гневу и привязанности или укрощение этих чувств одолевает внутренние болезни и умственные расстройства. Свобода от мыслей о существовании и несуществовании побеждает тайные тревоги. Свобода от оценивания прекращает цикл существования. Эти глубокие, ключевые моменты моей системы Дхармы собраны в несколько слов, и их легко практиковать.

Возлюбленный сын, твое предназначение обусловлено кармой, не забывай эти слова, храни их в уме.

Если ты любишь эту старую женщину и ценишь эту чистую Дхарму, то обещаю тебе: ты не увидишь промежуточного состояния.



Четыре демона

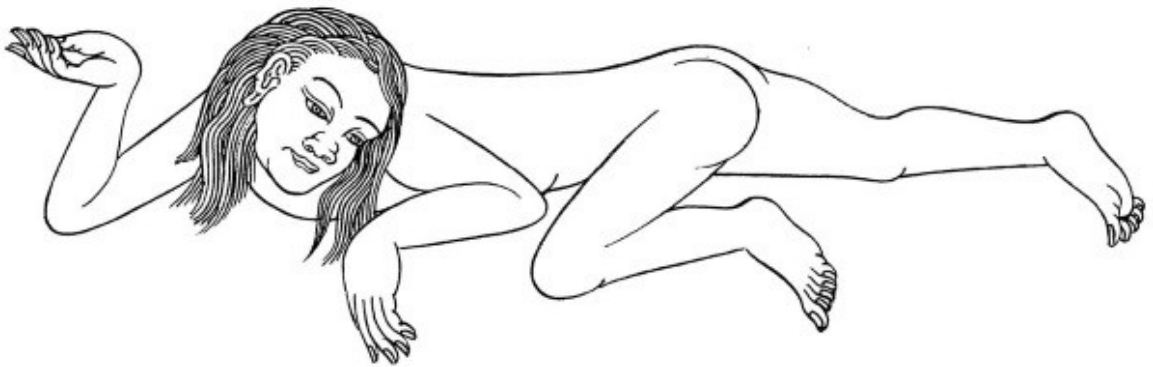
Мачиг Лабдрён

Я расскажу о природе демонов. Демон в нашем представлении – это что-то большое, темное и страшное. При встрече с ним мы пугаемся, нас охватывает дрожь. Но на самом деле не существует никаких демонов.

Правда о них такова. Все, что мешает достижению Просветления, является демоном. Даже любимые, заботливые родственники могут стать демоном, если мешают практике. Самый большой демон из всех – это вера в эго как в постоянный, независимый принцип. Если не уничтожишь эту привязанность к эго, демоны будут мотать тебя вверх-вниз. Поэтому ты должен мудро и внимательно практиковать. Уничтожь этого демона веры в эго!

Сначала рассмотрим так называемых уловимых демонов. Глаз видит форму и цвет. Мы чувствуем влечение к тем цветоформам, которые считаем приятными, и отвращение к тем, которые кажутся неприятными. То же самое происходит, когда ухо слышит, нос ощущает запах, язык чувствует вкус, а тело осязает. Приятные объекты органов чувств привлекают, а неприятные – отталкивают. Всякое влечение и отвращение, которое захватывает тебя, – это

демон!



Объекты, возбуждающие чувства любви и ненависти так, будто являются реальными, и вся твоя одержимость чувственным восприятием – вот вещи, которые вызывают страдание. Они ввергают всех существ в процесс бесконечного становления, неизбежно приносящий разочарования. Вот почему все это – демоны. Они называются уловимыми, потому что их создает вера в то, что приятные и неприятные объекты чувственного восприятия являются чем-то конкретным и реальным. Все такие привязанности и одержимости, хороши они или плохи, являются демонами – так уничтожь их! К тому же, хотя цвета и формы есть, они не реальны. Они присутствуют, но в их структуре нет никакой постоянной сущности. Ты должен понять, что всякое приятие или отвержение какой-либо формы – не реально. Ты не можешь остановить появление форм, но можешь перестать судорожно цепляться за то, что появляется. Освобождаясь от пристрастного отношения к обычным явлениям, ты избавляешься от препятствий, которые вызваны формами и цветами. То же самое касается звуков, вкусов, запахов и осязательных впечатлений.

Теперь я опишу неуловимых демонов и то, как они действуют. Мы называем их неуловимыми, потому что они не воспринимаются органами чувств. Это всевозможные приятные и неприятные состояния самого ума. Такие состояния, как испуг или неудовольствие, мы называем демонами, а чистые переживания веселости или возбуждения мы называем богами. Если ты погружаешься в какие-либо из них, ум становится эмоционально нестабильным. Эмоции не имеют материальной природы и не проявляются как реальные, конкретные объекты – тем не менее они могут вредить тебе, когда ты носишься туда-сюда, пытаясь к ним приспособиться, и потому являются демонами. А поскольку они непостоянны и неуловимы, они называются неуловимыми демонами.

В действительности ни добро, которое мы называем богами, ни зло, которое мы называем дьяволами, ни даже сам ум, который мечется между приятным и неприятным, никогда не существовали по-настоящему. Они – ничто, не имеют никакой основы.

Однако не следует подавлять свои эмоции. Какие бы переживания ни возникали, позитивные или негативные, – не пытайся выбрасывать их из своего сознания. Не следует также вовлекаться в них и создавать какие-либо представления о них, чтобы не оказаться в плену у собственных концепций. Какие бы мысли или воспоминания ни возникали в твоём уме – просто позволь им быть.

Вся активность ума – это просто сияющая ясность великого пространства осознания. Ум подобен большому океану, который никогда не меняется, хотя по его поверхности постоянно бродят волны. И потому, какие бы приятные или неприятные вещи ни появлялись, не пытайся возбуждать их, все время размышляя над ними. Если ты просто оставишь их в покое, неуловимые демоны исчезнут сами собой.

Теперь рассмотрим поведение демонов чувственных удовольствий. Некоторые состояния ума, такие как радость и изобилие, богаты позитивными качествами. Очарованные подобными переживаниями, обычные люди ищут их снова и снова. Иные, например,

накапливают богатство и стремятся к популярности

у публики, которая рассматривает лики божеств и бормочет магические формулы для укрощения злых духов, утоления болей и исцеления от недугов.

Судорожно цепляются они за исключительные медитационные переживания, появляющиеся благодаря сверхчувственному восприятию, и за способность интерпретировать сны. Они развивают сияющую мощь тела, речи и ума, которая неизбежно привлекает богов, демонов и людей. Очарованные последователи осыпают их дарами – едой, богатствами и удовольствиями, служат им безгранично и поклоняются.



Ум подобен большому океану, который никогда не меняется, хотя по его поверхности постоянно бродят волны

Все это неизбежно приводит к возникновению огромной гордости и высокомерия, которое закрывает путь к Освобождению. Поэтому такие состояния считаются демонами. Однако эти так называемые демоны чувственных удовольствий основаны исключительно на фиктивных проекциях ума. Вещи могут проявляться как угодно – но в действительности не существует ни субъекта, ни объекта, ни действия. Нет явлений, нет ума, нет никаких отношений между ними. В уме не возникают ни радость, ни счастье, нет также объектов, которым можно было бы приписать существование в абсолютном смысле. В них ни на волос нет ничего абсолютного!

Ты можешь заметить, что все это подобно сновидению, так прими это в своем сердце. Только глупый ум вовлекается в подобные сну, мнимые качества. Преврати это в свой внутренний опыт, и полностью освободишься от избыточного богатства, которое по существу – ничто, хотя ум его объективирует. Сохрани убежденность в существовании великой, неограниченной пустоты всего и полностью отдай себе отчет в том, что все явления иллюзорны и подобны сну.



Когда прекратишь цепляние за явления как за нечто, обладающее собственным существованием, увидишь, что окончательная природа истины также не существует, как небо, пустое и открытое

Четвертая группа демонов – это демоны предметности. Корни всех остальных демонов сходятся в предметности, так что самое благоприятное, что можно сделать, – это отсесть их в момент возникновения. Эта предметность также называется верой в эго. Вера в эго есть корень всякого зла и причина всех ошибок в жизни. Как только мы начинаем принимать за эго то, что не является эго, ум становится эмоционально нестабильным. Предметность означает, что все возникающее, позитивное или негативное, признается реальным и становится объектом цепляния. Однако и объект (который оказался втянутым в область субъекта), и сам субъект (который втягивает объект в свою область), а также все виды бытия в этом мире явлений, все вещи внутри и снаружи, которые мы принимаем за «я» и «мое», – все это для людей с высшим пониманием является ничем.

Оставь всех этих демонов, мешающих достигнуть Освобождения, отбрось всякое

цепляние за явления как за настоящие. Когда уже нет субъекта, который следует за переживанием, позитивным или негативным, и когда растворяются все фиктивные оценки, идеи и устремления, исчезает все, что имело что-либо общее с постулатами ума.

Ты должен остановить бесконечные проявления эмоций и освободиться от внутренних и внешних привязанностей. Ты должен ясно распознать, что в действительности нет привязанности ни к чему вообще. Когда прекратишь цепляние за явления как за нечто, обладающее собственным существованием, увидишь, что окончательная природа истины также не существует, как небо, пустое и открытое. Тогда ты уничтожишь демонов предметности, а вместе с ними – всех демонов, возникших из эмоциональной нестабильности.

Говоря прямо, если эго реально, то демоны тоже существуют. Если эго – это иллюзия, то и демонов нет, и тогда для несуществующего эго не будет никаких препятствий. Страха не существует, и дрожи во всем теле не существует. Изначальное сознание свободно от всяких ограничений. Распространяя свое осознание на все, что можно познать, ты узнаешь вкус освобождения от четырех демонов.

Это все, что я хотела сказать.

Источники

Edou, Jerome: *Machig Labdrön and the Foundations of Chod*, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 1996.

Harding; Sarah: *Machik's Complete Explanation*, Tsadra Foundation, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 2003.

Sherab Gyaltzen Rinpoche: *oral teachings*, Copenhagen (Denmark), 2006



Встречали ли вы когда-нибудь Дакиню? Разговор с Ханной Нидал

В этой книге собраны истории о женщинах из Индии и Тибета, которых часто называли Дакинями. Что означает слово «Дакия»?

Во времена первой волны распространения буддизма в Индии это слово не было комплиментом – напротив, оно несло в себе негативный смысл. Оно означало то же, что «ведьма» в Средневековой Европе. Очевидно, что так называли опасных женщин с необычными способностями. В Древней Индии Дакия – это очень простая, примитивная женщина – свирепая, плотоядная, изгнанная из общества и несущая угрозу (*смеется*). Первоначальное значение этого слова указывает на разрушительную энергию.



В Индии поучения и медитации Алмазного пути начали распространяться и стали более доступными лишь в V веке. До того их практиковали только некоторые подвижники, не принимавшие участия в жизни общества. Вероятно, негативное содержание понятия «Дакиня» связано с тем, что в индийский период тантрического буддизма всего несколько человек знали его истинный смысл?

Слово «Дакиня» на тибетский язык переводится как «Кхандро» – здесь оно означает тантрическую трансформацию. Дикарка из низшей касты превращается в хранительницу мудрости. Буквально «Кхандро» переводится как «странствующая по небу» или «танцующая в небе». Тем самым описывается женский принцип как изначальное качество пространства. В классическом тибетском языке кха – сокращение от «намкха» – означает «пространство» или «небо». Перевод слога «дро» – «перемещаться» или «гулять», также используется обычными людьми в разговорном тибетском языке. Слово «Кхандро» указывает на переживание пустоты. Пространственная природа может проявлять себя в женской форме, но и мужские, и женские качества являются выражением одной и той же сути ума. Мы все

обладаем мудростью Дакинй и мужским проявлением активности. Разные качества показывают аспекты ума, но суть их всех едина. В Алмазном пути мы медитируем на формы Будд в союзе для того, чтобы пробудить в себе именно этот опыт недвойственности. Открываясь мужским и женским Буддам в союзе, мы постигаем неразделимость разных способностей ума, которая иначе ускользнула бы от нашего двойственного, концептуального понимания. Такой вид медитации – один из самых искусных методов, данных Буддой. То есть Дакини – это либо энергии мудрости без физической формы, либо женщины «из плоти и крови». В наше время они помогают и вдохновляют в нашей практике; в этом заключается их активность.



Открываясь мужским и женским Буддам в союзе, мы постигаем неразделимость разных способностей ума, которая иначе ускользнула бы от нашего двойственного, концептуального понимания

Есть ли какие-то явные знаки, по которым можно узнать Дакиню?

Обращаясь к индийской эпохе в развитии буддизма, мы говорим о различных типах женщин и об их физических признаках, о внешности. Если же рассматривать духовные свойства Дакини, то женщину, именуемую Кхандро, отличают особые проявления, связанные с качествами пяти семейств Будд. Я никогда не проверяла, соответствуют ли разные типы внешности женщин определенным качествам просветленных Дакинй, и не уверена, можно ли проводить подобные сравнения. Что касается нашей буддийской практики, физические признаки Дакинй не так важны, как их осмысленные действия для блага других.

Что значит осмысленные действия?

Активность Дакинй – защищающая, они являются корнями активности, и поэтому на Алмазном пути мы принимаем в них Прибежище. Защищающая сила Дакинй бережет живую передачу учения Алмазного пути. Они охраняют учения от их ошибочного применения. Ведь многие методы можно практиковать только в том случае, если сойдутся подходящие условия. Дакини обеспечивают секретность этих передач.

Из истории жизни Йеше Цогьял мы знаем, что вместе с Гуру Ринпоче, который пришел из Индии, они сохранили для будущего много передач в виде Дхарма-сокровищ (тиб. терма), пряча тексты в самых разных местах в Тибете. Затем, спустя много лет, термы открывались для блага последующих поколений.

В основном отыскивают термы традиции Ньингма. Того, кто находил учения и был способен их интерпретировать, называли тертоном (открывателем сокровищ). Абсолютно очевидно, что тертоны обладают весьма необычной способностью. Они все являются перерождениями (по-тибетски тулку) – сознательными воплощениями освобожденных практикующих; они приходят в этот мир благодаря своим пожеланиям помочь всем существам узнать природу ума.

Мы слышали, что эти тексты были написаны на особом диалекте – языке страны Уддияны, расположенной на территории современного Пакистана, – и определенным

образом закодированы. Из них убирались какие-то символы и знаки, после чего они представляли собой своеобразный ребус, и их полное значение невозможно было расшифровать без прямой передачи от учителя.

Это не значит, что термины нельзя прочесть, если вы не знаете код (*смеется*). Вы можете легко прочесть текст, но в этом не будет никакого смысла. Это очень символический язык, и читателю необходимо знать соответствующие ключи. Этот так называемый язык Дакинь работает скорее на целостном, чем на концептуальном уровне.

Ты сказала, что в Алмазном пути Дакини являются Прибежищем. Что это означает?

Если Лама – это корень силы благословения, формы Будд из света являются корнем постижения, то Защитники Дхармы, Даки и Дакини – корень активности. Так проявляют себя Три корня Прибежища.

Видишь ли ты разницу между ламами мужского и женского пола в их проявлениях вдохновляющей и защищающей активности?

Чтобы женская активность была эффективной, она должна быть быстрой.

Если говорить о Даках или Дакинях, помогающих буддистам, следует отметить, что пол вашего помощника зависит от того, мужчина вы или женщина

Если говорить о Даках или Дакинях, помогающих буддистам, следует отметить, что пол вашего помощника зависит от того, мужчина вы или женщина. Дакини поддерживают практиков-мужчин, а Даки вдохновляют женщин. На мой взгляд, кроме как на физическом уровне, ламы-мужчины и ламы-женщины не очень отличаются – например, и те и другие выполняют функцию защищающей активности.



Если Дакини играют роль ламы, то наверняка есть медитации на Ламу (Гуру-йога) в форме «исторической» Дакини?

Это очень даже вероятно – может быть, Йеше Цогьял? (*смеется*)

Из истории жизни Мачиг Лабрён мы знаем, что она основала линию передачи, в которой на нее медитируют как на форму Состояния радости. В этом случае является ли Мачиг Лабрён Йидамом и принимаем ли мы в ней Прибежище на Алмазном пути?

Если мы практикуем соответствующую медитацию на Мачиг Лабрён (по-тибетски она называется чод), то эта йогиня появится на нашем Древе прибежища. Но пока мы этого не практикуем, помещать ее туда нет необходимости.

Мы слышали, что Дакинь называют матерями всех Будд.

Утверждение, что Дакини – это матери всех Будд, относится к символическому значению женского аспекта пустоты. Все явления появляются из пространственной природы – как дети рождаются из лона матери. Только в этом контексте Дакинь называют матерями

всех Будд.

Согласно учению Алмазного пути, Будда Шакьямуни достиг окончательного Просветления в союзе в Сарва-Будда-Дакиней.

Существуют разные версии о том, как Будда достиг Просветления, поскольку есть разные уровни учения. Сарва-Дакиней называют женскую форму мудрости, которая слилась с Буддой в момент его Просветления. Это объяснение из тантрических поучений, согласно которым окончательное постижение природы Будды достигается только в союзе.

Из биографий женицин-Будд мы знаем, что некоторые из них медитировали со своими мужчинами, партнерами на пути постижения. Действительно ли оба партнера должны как минимум достичь одинакового уровня реализации, чтобы быть способными поддерживать друг друга?

На самом деле каждый партнер должен быть достаточно зрелым, чтобы вообще получить подобную передачу. Особенно это относится к медитациям на формы Будд в союзе, поскольку эти практики – тантрические. Такие посвящения даются только тем йогинам и йогиням, которые соответствуют необходимым требованиям. Нужен определенный опыт медитации и понимание, о чем идет речь; следует правильно выполнять практику и соблюдать сопутствующие обеты, иначе это не будет буддийским путем. Люди могут друг друга поддерживать, и у каждого, конечно же, свой уровень развития, но оба партнера должны быть готовы к получению и применению таких методов.

Многие известные в истории женицины, о которых написана эта книга, были партнершами великих мастеров медитации. Почему эти женицины лишь вскользь упомянуты в истории своих линий преемственности, если часто именно они передавали йогинам важнейшие объяснения?

Есть средства, которые передавались по линии Дакинью, – так называемые поучения мудрости, нашептанные на ухо. Они давались вместе с соответствующими медитациями на формы Будд в союзе – методами, которые не практиковались открыто. Поэтому, если вам кто-то нашептывает что-то на ухо, нужно слушать очень внимательно (*смеется*). Это происходит очень индивидуально, и партнеры не выполняют никаких общественных функций в этом процессе. Единственное значение такого рода практики было и остается в том, чтобы усилить и укрепить опыт переживания пустоты.

В Алмазном пути известны женицины, у которых слово «кхандро» является частью имени. Что это значит?

Термин «Кхандро» в Тибете является титулом, так же, например, как и «Лама». Это показывает, что у вас есть определенный опыт медитации и вы можете давать объяснения. С другой стороны, было много кхан-дро, которые не носили это имя официально. И в самом деле, как иногда говорит Лама Оле, уровни функционирования мужчин и женщин немного отличаются. Официальные задачи и титулы более естественно брать на себя мужчинам – кроме того, для них это важнее. Считается, что это больше соответствует мужской энергии. Титулы и общественные функции не являются любимой темой слабого пола. Кроме того, когда женщины учат, они делают это немного по-своему.

Как известно, многие учителя, и мужчины, и женщины, считаются сознательными перерождениями или излучениями. Объясни, пожалуйста, разницу между перерождением и излучением.

Все мы являемся «перерождениями», нет никого, кто не переродился бы.

Эта истина относится к каждому из нас (*смеется*). Но если мы говорим об излучении, то подразумеваем сознательно перерождающееся существо – на тибетском языке *тулку*. Если кого-то называют воплощением Будды, то имеется в виду, что этот практикующий реализовал определенные просветленные качества в прошлой жизни. Если кто-то родился Бодхисаттвой, мы говорим, что он является эманацией, излучением какого-либо Будды. Сознательное перерождение – не кармическое, оно напрямую связано с активностью Бодхисаттвы.



Если кого-то называют воплощением Будды, то имеется в виду, что этот практикующий реализовал определенные просветленные качества в прошлой жизни

Предположим, вы медитировали на Освободительницу и в этой практике достигли осуществления. Если бы вы вернулись как Бодхисаттва, можно было бы сказать, что вы являетесь излучением Освободительницы. Благодаря медитации, в которой вы отождествляетесь с определенным Буддой и обретаете опыт природы ума, качества и активность этого Будды разовьются в вас, и вы проявите их в следующем воплощении. Это один из способов объяснить, что такое Будда-аспект и абсолютный путь.

На относительном уровне говорят: «Жила-была девушка, которая обещала в будущем всегда появляться в женской форме, чтобы помогать существам, и благодаря своему постижению стала Освободительницей». Но абсолютные качества Освободительницы не всегда объясняются такой исторической справкой.

Не важно, рассказываете ли вы просто историю или говорите о качествах определенной формы Будды, – эти качества, появляющиеся в результате практики медитации, уже изначально присущи каждому. Поэтому, когда вы обретете опыт природы ума в медитации на Тару, вас можно будет назвать эманацией Тары. Если кого-то считают излучением какого-либо Будды, то причина – в рождении Бодхисаттвой. Родившись так, вы обладаете особыми способностями, можете наиболее эффективно помогать другим. Это говорит об определенном уровне постижения – как минимум это Освобождение, иначе термин «эманация», или «излучение», не употреблялся бы.

Объясни, пожалуйста, термин «постижение». Означает ли это окончательное Просветление?

Рассуждать о том, что кто-то родился Бодхисаттвой, может лишь человек, находящийся на определенном уровне постижения, реализации.

Некоторые Бодхисаттвы возвращаются в мир только благодаря своим пожеланиям – они не обладают особыми возможностями. Они еще не полностью достигли Освобождения, но их пожелания были настолько сильными, что стали доминировать при этом рождении.

Благодаря мощному сочувствию эти люди смогут работать для других. Хотя их мудрость не дотягивает до первого уровня Бодхисаттвы, они все же будут очень много делать для блага существ. Таких Бодхисаттв по-тибетски называют *геве тулку*, но этот термин уже не применим к тем, кто достиг первой ступени Бодхисаттвы.

Говоря в наше время о постижении, или реализации, имеют в виду состояние ума от Освобождения до полного Просветления, и среди таких мастеров мы находим сознательные перерождения и эманации. Но на самом деле мы не можем оценить, кто есть кто и на каком

уровне находится, до тех пор пока сами не поднимемся до такого же уровня.

В медитации на Будда-аспекты в союзе у Дакинй и Даков есть определенные задачи. В этом контексте упоминаются так называемые пиры ганачакры.

Даки и Дакини встречаются и устраивают пиры на кладбищах.

В Индии есть восемь таких особенных мест. Два из них находятся недалеко от Бодхгаи. Что касается остальных, то я не знаю их точного географического положения.

Пир ганакары относится к тантрическому уровню методов. Есть и другие, более символические практики, когда пир происходит в связи с медитацией. В наши дни тибетцы устраивают символические пиры во время медитации-пения (на санскрите *пуджи*). Здесь все явления подняты на чистый уровень восприятия. Так называемые нечистые субстанции, такие как мясо и алкоголь, превращаются в нектар мудрости, в благословленные объекты. На этом уровне все эмоции являются различными видами мудрости, а любая активность преобразуется в чистую энергию.



*«Чистое» и «нечистое» – это лишь наши суждения, а не суть вещей.
Можно полностью изменить свое восприятие и вкусовые предпочтения*

Эти кладбища до сих пор используются?

Люди, знающие эти места, приезжают туда медитировать. Сейчас это объекты паломничества.

В чем заключается глубокий смысл практики трансформации так называемых нечистых субстанций в нектары и почему эти медитации держатся в секрете?

Все тантрические методы, работающие с внешними подношениями, трансформируют так называемые мирские нечистые вещества. Такова общая идея, которая подразумевает вполне конкретные вещи: растворить концепции «чистого-нечистого», «вкусного-невкусного», «съедобного-несъедобного». Определенно, некоторые из этих продуктов вы не захотели бы ни есть, ни пить.

Визуализируя их во время медитации, хотя бы символически, йогин ставит своей целью достичь такого уровня восприятия, на котором больше нет различий.

«Чистое» и «нечистое» – это лишь наши суждения, а не суть вещей. Можно полностью изменить свое восприятие и вкусовые предпочтения. Одна из причин, почему тантрические практики не предназначены для широкой аудитории, заключается в том, что отдельные аспекты, если не понимаешь их подлинного смысла, выглядят неприятно. Без понимания кто-то может использовать их себе во вред. Причина секретности Тантры в том, что она включает в себя много символики.

Предназначены ли цог-пуджи для проверки опыта медитации? Или с их помощью йогини создают позитивные впечатления, чтобы удерживать чистый взгляд и видеть качества и возможности везде после медитации?

Пуджа – это более символическое действо. Выполняя ее, вы создаете хорошие впечатления и стараетесь делать все на самом высоком уровне. Если вы не можете

контролировать свой ум, то это просто вечеринка, а не цог. Настоящий ли это цог, зависит от состояния вашего ума. Сегодня осталось не так уж много практикующих, способных правильно выполнять пуджу, но можно накапливать заслугу и тренировать ум на обычном уровне.

Чистые страны Дакинь – это реальные места или состояния медитации?



Состояние радости определено «более настоящее» и лучше отражает природу вещей, чем то, что мы переживаем сейчас и принимаем за реальность

Это поля силы Будд. Самая известная из них – Чистая страна высшей радости, Девачен. Будда Безграничного Света создал ее силой своего желания помогать другим как можно быстрее приводить их к Просветлению. На этом уровне осознания у практикующих не существует препятствий и полностью растворена иллюзия «я». Даже если практик еще не достиг этого состояния в медитации, он все равно может переродиться в Чистой стране за счет сильных пожеланий. Более того, из Девачена можно отправляться в другие Чистые страны, например, в Катче – мир Даков и Дакинь в поле силы Красной Мудрости. Как правило, Чистые страны Дакинь можно переживать только тогда, когда уже обретен достаточно высокий уровень постижения природы ума в этой жизни. Все такие Будда-поля соотносятся с Состоянием радости, формой Будды, состоящей из света. Именно таким способом проявляет себя просветленная активность реализовавшихся Бодхисаттв, начиная с первой ступени. Обычные существа не могут видеть Будд в состоянии радости.

То, что мы считаем истинным в нашей повседневной жизни, в абсолютном смысле не является постоянным. Состояние радости определено «более настоящее» и лучше отражает природу вещей, чем то, что мы переживаем сейчас и принимаем за реальность (*смеется*). Состояние радости – не что-то абстрактное. На этом уровне сознания есть медитация и практика.

Что тебя вдохновляет в таких исторических примерах?

Нам необязательно обучаться таким же медитациям, какие практиковали герои этих рассказов, важно использовать их истории жизни в качестве мотивации к собственной практике. Эти люди не были обычными для своего времени. Они с энтузиазмом практиковали и достигали полного Просветления. Именно в этом отношении мы можем у них многому научиться. Если мы вплетем в нашу жизнь взгляд и медитацию Алмазного пути, мы получим такие же результаты. Это для нас сегодня важный источник вдохновения, который позволяет не чувствовать себя ограниченными собственной жизненной ситуацией. Сейчас поучения абсолютного уровня так же важны для нас, как и 2500 лет назад для практикующих – современников Будды Шакьямуни.

Это значит, что можно идти своим путем, не заботясь о политкорректности своих поступков и о соответствии их общепринятым ролям мужчины и женщины.

Нет никаких различий между мужчинами и женщинами, хотя большинство буддийских учителей – мужчины. Читая некоторые поучения Будды, можно сделать ошибочный вывод, будто потенциалы мужчин и женщин не одинаковы. И тут становятся важными эти жизнеописания. Они показывают, что вопрос только в том, что ты делаешь. В обществах

прошлого женщинам было гораздо сложнее обрести необходимые условия для практики. Во всех этих историях вы найдете разделы, свидетельствующие о том, что такое рождение считалось менее ценным. Отношение к женщине, которое бытовало в те времена, сегодня на Западе больше не встречается.

Лама Оле Нидал рассказывал, что в йогических сообществах люди поддерживали друг друга, чтобы сочетать ежедневные обязанности с практикой медитации. Например, по очереди присматривали за детьми или давали друг другу возможность медитировать в ретрите.

Сегодня на Западе условия в этом отношении намного лучше. Мирянкам гораздо легче найти свободное время для медитации. Но если рассмотреть вопрос глобально, большинство женщин по-прежнему находятся в незавидной ситуации. Даже в государствах Северной Америки, где разграничение между мужчинами и женщинами вроде бы самое незначительное, равные права существуют только в высших слоях общества.



Даже в государствах Северной Америки, где разграничение между мужчинами и женщинами вроде бы самое незначительное, равные права существуют только в высших слоях общества

Если вы посмотрите на низшие сословия, то сильно удивитесь. Вы встретите такие жизненные обстоятельства, которых в Европе не найти.

Ты путешествуешь со своим мужем по всему миру. Есть ли разница в том, как люди работают с Алмазным путем, различаются ли результаты, например, у женщин Америки, России и Европы?

Изначально возможности одинаковы, но личные условия очень разные. И так в каждой стране.

В прошлом комментаторы дружно интерпретировали легенды о Буддах-женщинах, рассказывая, что те преодолевали иллюзию «я», слепо следуя за мужчиной.

А как же тогда мужчины преодолевали свое «я» (*смеется*)? У каждого человека есть иллюзия эго – у кого-то она больше, у кого-то меньше; это те путы, которые связывают нас всех. Думаю, подобные истории – это прежде всего примеры отношений между учителем и учеником. У мужчин часто были ученицы-женщины и наоборот. Вероятно, женщины не афишировали свое учительство, потому что для них не столь важна формальная функция. Приведенные жизнеописания показывают путь, по которому могли бы идти и другие, – тому же служат, например, истории Миларепы и Будды Шакьямуни. Этим людям удалось достичь цели – и мы видим, что это вообще возможно.

Мы слышали о буддийском высказывании, что исходная ситуация женщины якобы неблагоприятна для эффективной медитации. Как ты считаешь, это утверждение относится только к внешним социальным условиям или также связано с особенностями силы воли или с настойчивостью в реализации намерений и пожеланий?

Физически женщина несколько слабее мужчины, и по этой причине мы находим в буддизме такие утверждения об ограниченных возможностях. Ей сложнее выживать, в том числе и сегодня. Например, если у вас женское тело, то прогулки по городу будут представлять для вас большую опасность, чем для мужчины. Даже в современных странах мужчины по-прежнему получают больше денег за ту же работу, а если женщина беременеет, она легко может потерять свою должность. То есть жизнь в определенном отношении сложнее для тех, кто рождается в женском теле. Нужно просто это принять, сколько бы у нас ни было прав.

Но это не значит, что мы не можем практиковать или что наша практика не принесет результатов. Естественно, женское тело дает также много благоприятных возможностей. Важно не позволять неудобствам останавливать себя. В наше время на Западе единственным преимуществом мужчины является физическая сила.



Я могу встретить Дакиню и в своей медитации, и в жизни – среди буддийских учителей или обычных женщин. Это вопрос взгляда

Что касается стран Востока, то там социальные различия в жизни мужчин и женщин очень велики. В целом оба пола довольно близки по складу ума. Пожалуй, женщины больше погружены в себя. Если это расценивается как недостаток, то причиной тому служат особенности данного общества и времени – это не имеет никакого отношения к тем вневременным ценностям, которым учил Будда.

Что ты думаешь о социальной роли женщин в Азии?

В азиатском обществе гендерные роли определены намного более жестко, чем в западном. Женщина в социуме считается менее ценной, чем мужчина. Она все время трудится, но не получает за это никакого признания. В своей семье уроженка Востока может иметь большой вес, но во внешнем мире она не активна.

В Тибете тоже есть разница между положением полов, хотя женщины здесь довольно независимы. Если тибетка решит стать йогиней, ее никто не станет от этого удерживать. Обычно семья и общество принимают это благосклонно. Поэтому выбор, практиковать или нет, давать поучения или нет, всегда зависит от самой женщины. На этот счет в Тибете никогда не было жестких правил, таких как в христианстве, где женщинам запрещалось официально выступать от имени своей религии. На этом уровне Страна снегов предлагает больше свободы. Там совершенно другая система: можно иметь одновременно несколько мужей или жен. Будет женщина медитировать или нет, зависит только от ее личного желания. Это также отражено в тибетских жизнеописаниях.

Ты когда-нибудь встречала Дакиню?

В западных Гималаях мы с Оле встретили Дрикунг Кхандро. Она долго жила с Куну Ламой. Эта Дакиня была очень необычной; нас глубоко впечатлило ее обаяние.

Но в то время Дрикунг Кхандро уже болела. Она страдала от туберкулеза и прожила недолго. Они с Куну Ламой впоследствии переродились братом и сестрой в Копенгагене. Их официально признали как воплощенцев.

Но гораздо важнее всего, что связано с титулом, – абсолютный уровень понятия Дакини. Существенным является смысл поучений о пустоте. Когда Будды-женщины

выражают пространственную природу ума – будь то в связи с медитацией или нет, – я понимаю, что мы все Бодхисаттвы. Поэтому я всегда окружена мужскими и женскими просветленными формами, и Дакини, естественно, входят в их число. Я могу встретить Дакиню и в своей медитации, и в жизни – среди буддийских учителей или обычных женщин. Это вопрос взгляда.

О Ханне Нидал

Ханна Нидал (1946–2007) училась в университете Копенгагена на факультете французского и немецкого языков и литературы. Там она встретила Оле Нидала, своего друга детства, и в 1968 г. вышла за него замуж. Во время медового месяца молодожены впервые встретили Лопёна Цечу Ринпоче, а позднее Кармапу XVI Рангджунга Ригпе Дордже, главного Ламу линии преемственности Карма Кагью. Оле и Ханна стали первыми западными учениками Гьялвы Кармапы. Он несколько лет руководил их обучением и давал им важные посвящения.

Завершив свое образование, Ханна организовывала международные лекционные туры для тибетских учителей Алмазного пути и переводила тексты медитаций и лекций. Она работала в Международном буддийском институте Кармапы (KIBI) в Нью-Дели и Международном институте изучения Тибета и Азии (ITAS) в Испании, проводила курсы буддийской философии и медитации. Ханна Нидал совместно с Ламой Оле Нидалом основала более 600 центров медитации традиции Карма Кагью во всем мире. Она также является одним из основателей немецкого буддийского фонда Buddhismus Stiftung Diamantweg.



Приложение

Хронология

VII–VI вв. до н. э.

Греческая поэтесса Сапфо создала циклы гимнов, элегий и любовной лирики. Живя в обществе, которое не накладывало почти никаких ограничений на свободу и социальную активность женщин, Сапфо руководила поэтическим сообществом и обучала девушек различным искусствам.

I в.

Страница летописи из шотландского монастыря в Колдингеме повествует об «ужасных» порядках в соседних монастырях: их жители баловали себя едой, напитками и болтовней. Более того, женщины пользовались косметикой и горячими щипцами для завивки волос. В свободное время послушницы надевали красивые платья и, украшенные, как невесты, привлекали мужские взгляды. В 789 г. Карл Великий запретил настоятельницам всех монастырей покидать жилища без его разрешения. Женщинам, живущим в монастырях, больше не позволялось прикасаться к алтарю и, прежде всего, писать любовные письма!

IV–V в.

Гипатия Александрийская посещала мужские публичные собрания и поражала своих слушателей живыми экспериментальными лекциями вместо привычной спекулятивной философии. Она преподавала философию Платона и Аристотеля, а также математику, занималась вычислением астрономических таблиц. Гипатия – первая женщина, которая занимала кафедру философии в Университете Александрии.

VI в.

В католицизме некоторые церковные саны еще давались женатым мужчинам. Однако Орлеанский собор постановил, что священники и их жены должны спать в разных комнатах. Супруга епископа из города Нант (Франция) воспротивилась этому декрету и совершила публичную политическую акцию, силой прорвавшись в спальню мужа. С 567 г. жену каждого священнослужителя сопровождали две служанки, чтобы она не поддавалась какому-нибудь искушению.

VII в.

Тибетский царь Сонгцен Гампо женился сразу на двух принцессах-буддистках – Вэнь Чен из Китая и Бхрикути из Непала. Обе женщины привезли в Тибет буддийские реликвии, стали поддерживать первые буддийские общины и строить для них храмы.

VIII в.

Лакшминкара, принцесса из буддийского королевства, притворилась безумной, чтобы не вступать в политически целесообразный брак с грубым и жестоким человеком. Буддийское воспитание и образование, которое она получила у себя дома, позволило ей медитировать без дополнительных наставлений и достичь состояния Будды. Отец ее несостоявшегося мужа, правитель небуддийской страны, был так вдохновлен ее развитием, что создал в своем королевстве благоприятные условия для практики и распространения буддизма.

VIII в.

Мандарава, принцесса из буддийского королевства Захор в Индии, вместе с супругом Падмасамбхавой активно содействовала распространению буддизма Алмазного пути далеко за пределы страны. Она была очень красивой и смелой женщиной, которая в своих многочисленных путешествиях встречала мощные непросветленные негативные энергии и умела их умирять.

VIII в.

Йеше Цогьял, родившаяся в образованной тибетской семье, еще в детстве проявляла особые способности и настаивала на праве выбрать свой жизненный путь. Сначала она стала женой тибетского императора, затем ученицей и супругой Гуру Ринпоче. Эта «дикая» йогиня играла ключевую роль в распространении Алмазного пути по всей территории Тибета. Ее впечатляющий пример показывает, как можно использовать всевозможные жизненные трудности для развития.

IX в.

Изготовительница стрел, женщина из низших слоев индийского общества, помогла своему мужу Сарахе открыться и постичь истинный смысл природы всех явлений. Она показала ему, насколько глупо отделять себя от внешних чувственных раздражителей. Для йогины просветляющий путь состоит в том, чтобы отказаться от предвзятых мнений и концепций и освободить себя от веры в объективно существующую реальность.

IX в.

Аристократка Дуода Септиманская написала «Liber Manualis» – материнские напутствия двум сыновьям, графам Гильому и Бернару. В 72 главах она описала устройство мира, добавив всесторонние наставления о том, как вести себя в обществе. Произведение Дуоды известно как первая книга по педагогике в западной культуре.

IX в.

Манибхадра совмещала обязанности домохозяйки с желанием развиваться на всех уровнях. Ее поведение превосходно соответствовало ожиданиям общества. При этом женщина тайно медитировала, развивала ум и достигла зрелости благодаря просветленной мотивации. Зрелище разбившегося кувшина на мгновение остановило поток переживаний Манибхадры, и в ней пробудилось постижение истинной природы ума.

X в.

Немногочисленные влиятельные женщины играли важную роль в жизни средневековой Европы. Их внешняя и внутренняя политика послужили причиной нового распределения влияния между странами. Княгиня Ольга решила, что Русь будет ориентироваться на Византию; военные походы Этельфледы Мерсийской и построенные ею укрепленные города стали основой для объединения Англии; а оттонские императрицы Аделаида и Феофано обеспечили целостность империи.

IX–X вв.

Сестры Мекхала и Канакхала стали женами состоятельных мужчин, но были несчастливы в браке. Они встретили тантрического учителя и получили поучения. Ко времени следующей встречи со своим гуру, которая состоялась через двенадцать лет, они приобрели глубокое понимание того, что все явления свободны от собственного независимого существования, хотя и проявляются в бесконечном множестве. Благодаря своему постижению сестры совершили необычайное подношение учителю: отсекли свои головы, а затем вернули их на место.

X в. Монахиня Хросвита Гандерсгеймская, автор драм и комедий на латыни, считается первой в Европе писательницей и поэтессой, а также старейшим драматургом. Свой особый талант Хросвита считала основанием для повышенной ответственности перед обществом, хотя и преуменьшала публично свои способности, как того требовал средневековый этикет. В ее произведениях говорится о положительных женских качествах и внутренне независимой женщине, обладающей выраженной индивидуальностью.

X в. Нигума полностью узнала свои просветленные качества всего за одну неделю практики. Медитации, которым она учила, практикуются в линии преемственности Карма Кагью до наших дней. Вместе с Сукхасиддхи она считается основательницей линии преемственности Шангпа Кагью.

X в. Сукхасиддхи, успешная торговка, изначально была не богата, а первые в своей жизни поучения Дхармы получила в 61 год. Ей удалось развить такую внутреннюю радость, преданность и сочувствие, что она открылась учению Будды с безупречной

однонаправленностью. Последующие изменения затронули не только ее внутреннее понимание; благодаря постижению подлинной реальности тело Сукхасиддхи полностью очистилось. У нее проявились необычайные способности (санскр. *сиддхи*), меняющие восприятие. После этого все видели ее в теле белокожей шестнадцатилетней девочки с длинными распущенными волосами.

XI в. Гелонгма Палмо, дочь короля Уддияны, была монахиней. Она ввела аскетическую практику нюнгне на тысячерукую форму Любящих Глаз – с тех пор эта медитация является важной составной частью традиции Карма Кагью. При помощи нюнгне Гелонгма Палмо исцелилась от проказы и после этого жила с мужчинами, за что подверглась осуждению. Чтобы победить предрассудки людей, она показала свою силу: отрубила себе голову, пролетела по воздуху и вернула голову на место.

XI в. Тротула де Руджеро, итальянская акушерка, одна из первых женщин, официально занимавшихся медицинской практикой, преподавала в медицинском университете в Салерно. В 1075 г. она читала лекции о ведении родов и писала трактаты о гигиене и женских болезнях. Позже другие медики (в том числе и мужчины) использовали ее имя в качестве псевдонима.

Тротула считала, что во время родов женщина не должна страдать, что противоречило господствовавшим в те времена христианским догмам, по которым женщина должна мучиться при родах, искупая первородный грех Евы.

XI–XII вв.

Хильдегарда Бингенская, настоятельница женской монашеской общины, пережила 26 видений и изложила их в виде всеобъемлющей теории об устройстве вселенной. Ее дальнейшие работы касались вопросов надличностного созидания и ответственности человека. Кроме того, она писала трактаты по естественным наукам, медицине и ботанике, сочиняла музыкальные гимны.

XI в. Мачиг Лабрён основала в Тибете традицию практики чод. Это особый метод Ваджраяны для преодоления привязанности к телу; он способен излечить 424 вида заболеваний и 80 000 умственных беспокойств. Медитация чод ведет непосредственно к узнаванию природы ума.

XII в.

В Западной Европе возникло движение бегинок. Его участницы вели активную духовную жизнь, проповедовали и помогали всему христианскому сообществу. Бегинки провозгласили право на духовное развитие независимо от соблюдения монашеских правил, с опорой на свободное сотрудничество.

Благодарности

Впервые идея написать эту книгу возникла у меня весной 2002 года, на закате, на пляже в южной Испании. В течение всего дня я получала поучения и передачи на двенадцатую из двадцати одной Тары от Лопёна Цечу Ринпоче, высокоуважаемого учителя линии преемственности Кагью. Обмениваясь знаниями, опытом и видением, мы с друзьями обнаружили, что в нашей традиции Карма Кагью существует живая устная передача многочисленных историй об известных йогинях. Но где же письменные источники биографий просветленных женщин?

Дома, в Германии, рынок книжной продукции предлагал мне издания других буддийских школ, научные труды, книги, написанные в типичном для 70–80-х годов феминистском тоне, а также труды публицистов, явно не обладающих никаким опытом

медитации. Одно лишь интеллектуальное понимание предмета – не самая удачная перспектива. В имеющейся литературе не хватало жизненных примеров; нужны были вдохновляющие истории, повествующие о Буддах-женщинах на понятном современном языке, составленные искусными мастерами линии передачи Карма Кагью.

Тем летом я поделилась с Ханной Нидал своей идеей собрать такие тексты. Она по своему обыкновению мягко и тепло улыбнулась и сказала: «В последнее время меня все больше и больше спрашивают про Дакинью и про истории жизни женщин из нашей линии. Похоже, это становится важным для людей Запада. Очевидно, сейчас самое время этим заняться».

С той минуты процесс не останавливался. В чью бы дверь я ни стучалась, у всех присутствовало желание поддерживать проект, поэтому здесь я хочу выразить сердечную признательность всем, кто принял в нем участие.

Особую благодарность я выражаю моим буддийским учителям: Ламе Оле Нидалу, Ханне Нидал и Кати Хартунг. Их сила, мудрость и любовь служат вдохновением, примером и защитой для всех нас. Благодарю Мипама Ринпоче, который дополнил и украсил эту книгу, дав разрешение напечатать составленное им призывание Тары.

Особенно я бы хотела упомянуть Манфреда Зегерса, который советовал и помогал мне разобраться в устных передачах и письменных исследованиях по мере моего путешествия к женским Буддам. Без его великодушной поддержки ни одна статья этой книги не приобрела бы законченный вид. Эстер Фюлёп был моим партнером в дискуссиях, дарил вдохновение и оказывал дружескую поддержку при составлении содержания, совершенствуя язык и другие аспекты. Я также выражаю признательность моему издателю Керстин Зайферт. С момента рождения этого замысла до завершения работы над книгой был пройден долгий путь. Мы все многому научились друг у друга и получили массу приятных впечатлений.

Ангелика Прензель



Глоссарий

Алмазный путь (санскр. *ваджраяна*, тиб. *дордже тхегпа*; букв. *Алмазная колесница*). В тибетском буддизме рассматривается как часть Великого пути (санскр. *Махаяна*) или как отдельная колесница; его характерной особенностью являются мощные методы отождествления с Просветлением. Полагаясь на просветленный ум, практикующий осознает изначальную чистоту всех явлений. Синонимы: Мантраяна, Тантраяна или буддийская Тантра.

Бардо (тиб.; букв. «между двух, промежутки»). Обычно переводится как любое промежуточное состояние или переход. 1) Чаще всего под этим термином подразумевают

период между смертью и следующим рождением. 2) Одна из тантрических практик, входящих в число Шести йог Наропы и Шести йог Нигумы. Позволяет развить осознание в период после смерти физического тела.

Благословение (тиб. *джин лаб*). Согласно тибетским текстам благословение является очень эффективным средством передачи духовной зрелости. Оно возможно благодаря тому, что пространство и радость одинаковы везде, а природа Будды свойственна каждому существу. В Алмазном пути сочувственный учитель, обладающий искусными средствами, посредством благословения может помочь преданному ученику увидеть природу ума.

Бодхгайя. Место в Северной Индии, где исторический Будда Шакьямуни достиг Просветления примерно в V веке до н. э. Считается, что все 1000 исторических Будд этой эпохи проявляют свое Просветление в этом месте.

Бодхисаттва (санскр.; тиб. *джанг чуб сем па*; букв. «*тот, кто подобно герою стремится к Просветлению*»). 1) Буддист, который, практикуя Великую или Алмазную колесницу, принял обет достичь состояния Будды для блага всех существ. На своем пути он выполняет это обещание, развивая сочувствие и мудрость и никогда не теряя отваги. 2) Освобожденный Бодхисаттва – тот, кто достиг Освобождения, растворил привязанность к «я» и движется к Просветлению, раскрывая вневременные качества ума.

Бон (тиб.). Шаманистская, добуддийская культура Тибета. Включает целый ряд языческих верований и культов.

Будда (санскр., тиб. *сангье*). Название просветленного состояния ума. «Санг» означает «полностью очищенный» от всех завес, омрачающих ум. «Гье» означает «полное раскрытие» всех качеств ума, к которым относятся бесстрашие, бесконечная радость, безграничное сочувствие, мудрость и активность для блага всех существ. Исторический Будда Шакьямуни является Буддой нашего времени, четвертым (по некоторым источникам – шестым) из тысячи исторических Будд нашей эпохи. Каждый исторический Будда начинает новый период культурного расцвета, в течение которого доступна Дхарма.

Будда-аспекты, Будда-формы (тиб. *йидам*). Один из Трех корней. Безграничные качества просветленного ума выражаются в многочисленных мужских и женских просветленных формах из энергии и света. Если отождествляться с ними во время медитации и в повседневной жизни, они пробуждают присущую каждому природу Будды. Йидамы рассматриваются как неотделимые от Ламы. Чтобы медитировать на них, необходимо разрешение или посвящение от учителя (ламы), имеющего передачу.

Будда-природа, природа Будды (санскр. *матхагата-гарбха*). Природа ума, потенциал Просветления, свойственный всем существам.

Великое совершенство (санскр. *маха-ати*, тиб. *дзог-чен*). Наивысшие поучения школы Ньингма. Их суть и цель соответствуют Великой печати традиции Кагью.

Великий путь (санскр. *махаяана*, тиб. *тхегчен*; букв. *великая колесница*). Учение «Второго поворота» о сочувствии и мудрости, о пути Бодхисаттв и постепенном достижении полного Просветления на благо всех существ.

Некоторые ученые делят Великую колесницу на Сутру (долгий ступенчатый путь практики парамит) и Тантру (аналог Ваджраяны, Алмазного пути). Другие авторы используют термины «Великий путь» или «Великая колесница» в качестве синонима для Сутры, а Тантру выделяют в отдельную колесницу (см. Алмазный путь).

Гампопа (1079–1153). Один из главных учеников Миларепы и учитель первого Кармапы, Дюсума Кхьенпы. Будда предсказал, что он широко распространит Дхарму по всему Тибету. Гампопа основал в школе Кагью монашескую традицию, обогатив тантрический путь Миларепы поучениями постепенного пути школы Кадампа. Об одной из своих основных философских работ «Драгоценное украшение Освобождения» он говорил, что чтение этой книги равнозначно встречи с ним самим. Этот труд описывает взгляд и методы Великого пути и является отличным введением в буддизм.

Гуру-йога (санскр.; тиб. *лами налджор*). Медитация на Учителя (Ламу), применяемая во многих школах Алмазного пути. Получая от просветленного учителя благословение тела,

речи и ума, практикующий пробуждает Три состояния Просветления и затем становится неотделимым от просветленных качеств Ламы.

Гуру Ринпоче (санскр. *Падмасамбхава*; тиб. *Пема Джунгпе*; букв. *Рожденный из Лотоса*). В VIII веке этот знаменитый индийский мастер Алмазного пути принес буддизм в Тибет и Бутан. Он жил захватывающей жизнью, демонстрируя бесчисленное множество чудес. Гуру Ринпоче основал линию преемственности Ньингма. Его также высоко почитают в школах Кагью и Сакья.

Дакиня (санскр.; тиб. *кхандро*, букв. *странствующая по небу*). В тибетском буддизме так называют женскую форму Будды или спутницу на пути к Просветлению. Часто Дакини являются защитницами Учения, иногда они вдохновляют мужчину и побуждают его к активности.

Двойственность. Ошибочное разделение явлений на разобщенные и взаимоисключающие категории – например, внешнее и внутреннее, субъект и объект, я и другие. Причиной двойственности является базовое неведение.

Дордже (тиб., санскр. *ваджра*; букв. *властелин камней*). Символ неразрушимой природы ума и его главных качеств – радости и сочувствия. Дордже используется как ритуальный предмет в Алмазном пути и символизирует его освобождающие методы.

Доха (санскр., тиб. *лу*). Духовные, или «ваджрные», песни. Традиция песен, выражающих высшее постижение природы ума, сложилась в Индии в период развития Великого пути, а затем нашла свое продолжение в творчестве махасиддхов.

Марпа-переводчик принес ее в Тибет, где величайшим поэтом и автором «ваджрных» песен стал его ученик Миларепа.

Дхарма (санскр., тиб. *Чё*; букв. *то, каким все является*) Буддийское Учение; одна из Трех драгоценностей, представляющая путь к освобождению от страданий и достижению состояния Будды.

Дхармакайя (санскр.). См. Состояние истины.

Дхьяни Будда (санскр.). Просветление можно представить как пять различных форм Дхьяни Будд, или Будд медитации. Это Будда Безграничного Света (санскр. *Амитабха*, тиб. *Опаме*), Безошибочное Достижение (санскр. *Амогасиддхи*, тиб. *Доньё Друбпа*), Непокколебимый (санскр. *Акишобхья*, тиб. *Микьёпа*), Рожденный из Драгоценности (санскр. *Ратнасамбхава*, тиб. *Рингчен Джунгден*), Лучезарный (санскр. *Вайрочана*, тиб. *Намппар Нангдзе*).

Защитник Учения (тиб. *чёкьонг*). Один из Трех корней; Будда-формы, обладающие способностью устранять препятствия на пути к Просветлению. Благодаря их силе любой опыт становится частью пути. Защитники, подобно Йидамам, неотделимы от Ламы и являются выражением Состояния радости. В линии преемственности Кагью важнейшими Защитниками являются Черный Плащ (тиб. *Бер-нагчен*) и Сиятельная Богиня (тиб. *Палден Лхамо*). У Защитника по имени Черный Плащ тело темно-синего цвета; в правой руке держит кривой нож, отсекающий все помехи, а в левой – чашу из черепа.

Иногда Черный Плащ изображается вместе с Сиятельной Богиней – они едут вместе на муле.

Йидам (тиб.). См. Будда-аспект.

Йогин (тиб. *налджорпа*), йогиня (тиб. *налджорма*). Буддист, практикующий методы Алмазного пути вне монастырей и не зависящий от устоев традиционного общества. В странах северного буддизма человек мог выбрать один из трех способов практики: принять монашеские обеты, остаться мирянином или удалиться в дикие места, чтобы вести йогический образ жизни. В наши дни, благодаря хорошему образованию на Западе, стиль жизни и взгляды мирян и йогинов все больше смешиваются.

Кагью, Кагьюпа (тиб.). Традиция устной передачи методов практики Алмазного пути, одна из четырех крупнейших школ тибетского буддизма, основанная около 1050 года Марпой-переводчиком. Большое внимание в Кагью уделяется медитационной практике и близкой связи между учителем и учеником. Начиная с XII века в Тибете образовались

четыре «большие» и восемь «малых» школ Кагью. Позднее «большие» школы объединились в традицию Карма Кагью, главой которой является Кармапа. Что касается «малых» школ, то сегодня традиция Другпа Кагью является правящей школой в Бутане, а в Тибете и Ладакхе есть много последователей Дрикунг Кагью.

Кангьюр (тиб.). Собрание прямых поучений Будды, переведенных на тибетский язык. Составителем Кангюра считается тибетский ученый традиции Кагью Бутон Ринчендруп (1290–1364). В зависимости от издания, этот канон состоит из 100 или 108 томов (см. также Тенгьюр).

Карма (санскр.; тиб.: *ле*; букв. *действие*). Закон причины и следствия. Все действия тела, речи и ума оставляют в уме впечатления (Будда называл их семенами), которые затем созревают в виде событий человеческой жизни. Вредные действия приносят страдания, а полезные ведут к счастью. Понимание кармы означает, что своими поступками в настоящем мы можем сознательно строить собственное будущее и нести за него ответственность.

Кармапа (тиб.; букв. *осуществляющий активность Будд* или *человек просветленного действия*). Первый сознательно перерождающийся лама Тибета и духовный глава традиции Карма Кагью с XII века. Кармапа воплощает действия всех Будд. Его появление предсказывали Будда Шакьямуни и Гуру Ринпоче. Перед смертью многие Кармапы оставляют письма с описанием обстоятельств их следующего рождения. На сегодняшний день известно 17 воплощений Кармапы:

Первый Кармапа *Дюсум Кхьенпа*
(1110–1193)

Второй Кармапа *Карма Пакиш*
(1206–1283)

Третий Кармапа *Рангджунг Дордже*
(1284–1339)

Четвертый Кармапа *Ролпе Дордже*
(1340–1383)

Пятый Кармапа *Дэшин Шегпа*
(1384–1415)

Шестой Кармапа *Тхонгва Дёнден*
(1416–1453)

Седьмой Кармапа *Чёдраг Гьямцо*
(1454–1506)

Восьмой Кармапа *Микьо Дордже*
(1507–1554)

Девятый Кармапа *Вангчуг Дордже*
(1555–1603)

Десятый Кармапа *Чёйинг Дордже*
(1604–1674)

Одиннадцатый Кармапа *Йеше Дордже*
(1676–1702)

Двенадцатый Кармапа *Джангчуб Дордже*
(1703–1732)

Тринадцатый Кармапа *Дюдул Дордже*
(1733–1797)

Четырнадцатый Кармапа *Тхегчог Дордже*
(1798–1868)

Пятнадцатый Кармапа *Кхакхьяб Дордже*
(1871–1922)

Шестнадцатый Кармапа *Рангджунг Ригпе Дордже*
(1924–1981)

Семнадцатый Кармапа *Тринле Тхае Дордже*
(Род. в 1983)

Кхандро (тиб.). См. *Дакия*.

Лама (тиб.; букв. *наивысший*). Учитель в тибетском буддизме. В Алмазном пути Лама является ключом к глубочайшим наставлениям по медитации.

Линия преемственности (тиб. *гью*). Традиция передачи буддийского учения и практики от учителя к ученику. Первые линии преемственности возникли в Тибете в VIII–XI веках. Впоследствии они оформились в целую систему монастырей и учебных заведений со своей иерархией лам.

Маха-ати (санскр.). См. Великое совершенство.

Махамудра (санскр.). См. Великая печать.

Махасиддх (санскр.; тиб. *друбчен*; букв. *великий совершенный*). Так в средневековой Индии называли мастеров медитации, йогов и йогоинь, которые практиковали методы Тантры или Великой печати и достигали Просветления за одну жизнь. Они происходили из всех слоев общества и обретали постижение природы ума, живя в совершенно разных условиях – часто совершенно обычных на первый взгляд. Благодаря своей духовной силе они могли менять мир явлений и тем самым убеждать учеников в эффективности Учения. Особенное значение для линии преемственности Кагью имеют махасиддхи Лакшминкара, Сараха, изготовительница стрел, Тилопа, Наропа, Нигума, Манибхадра, Мекхала и Канакхала, Мандарава.

Мандала (санскр.; тиб. *кьил кхор*; букв. *центр и окружность*). Этот термин используется в качестве общего описания разнообразных элементов, объединенных в одно целое. Имеет несколько значений:

- поле силы какого-либо Будды или Йидама, а также изображение такого поля. Иногда так обозначают силовое поле человека или группы людей;
- образ совершенной вселенной, полной драгоценностей и предназначенной для дарения Буддам (например, при встрече ученика с учителем или при выполнении практики подношения мандалы – третьей части Основополагающих упражнений).
- металлический диск, используемый в практике подношения.

Мантра (санскр.; тиб. *нгаг*). Естественная звуковая вибрация Будда-аспекта. Во многих медитациях Алмазного пути путем повторения мантр усиливаются поля силы Будд.

Марпа (1012–1097). Великий переводчик, основавший в Тибете традицию Кагью. Он трижды ходил в Индию и в общей сложности 16 лет учился там у махасиддхов. Его главными учителями были Наропа и Майтрипа, от которых Марпа получил Шесть йог Наропы и передачу Великой печати. Он был первым тибетцем – держателем линии

преемственности Кагью, чью мирскую и йогическую передачу часто называют «Марпа Кагью».

Медитация (буддийская) (тиб. *гом*). Тибетское слово «гом» означает «близко знакомиться» или «привыкать». Медитация – это тренировка, во время которой ум учится переживать свою истинную природу, а концептуальные знания преобразуются в опыт. В высшем смысле медитация – это пребывание без усилий в том, что есть. На различных уровнях буддийских поучений передаются методы, которые в основном можно объединить в две группы: шинэ (концентрация на объекте) и лхагтонг (проникновение в суть). Самые важные методы Алмазного пути – это отождествление с Просветлением, призывание просветленных полей силы с помощью мантр, развитие преданности и поддержание чистого видения. Как раньше в пещерах йогин в Тибете, так и в наши дни на Западе, медитации с ведущим (тиб. гомлунг) обеспечивают многим медитирующим доступ к бесчисленным средствам Алмазного пути.

Мешающие эмоции (санскр. *клеша*, букв. *мучение*; тиб. *ньон монг*). Неведение, привязанность, отвращение, гордость, жадность, а также зависть и ревность. Вместе с негативными действиями они создают причину всех страданий в цикле существования.

Миларепа (1052–1135). Главный ученик Марпы, прославившийся в Тибете как великий йогин, мастер медитации, отшельник и поэт. Его перу принадлежит обширное собрание духовных песен.

Наланда. Университет, основанный около II в. н. э. в Северной Индии недалеко от г. Раджгир. Был центром сохранения и распространения Великого пути на протяжении более 1000 лет. Разрушен мусульманскими завоевателями в конце XII века.

Наропа (956–1040). Ученик Тилопы и учитель Марпы. Индийский махасиддх, сначала прославившийся как профессор Наланды. Спустя восемь лет работы на этом поприще он покинул академическую среду и, став странствующим йогин, отправился на поиски своего учителя. Наропа составил собрание важных тантрических упражнений, называемое Шесть йог Наропы (тиб. *наро чё друг*).

Нирвана (санскр.; тиб. *ньанг нген ле депа*). В широком смысле нирвана означает освобождение от страдания в круговороте существования. В Великом пути под нирваной понимается состояние совершенства (состояние Будды).

Ньингма (тиб.). Самая ранняя из четырех главных школ тибетского буддизма. Была основана индийским учителем Падмасамбхавой в VIII веке.

Освободительница (санскр. *тара*, тиб. *долма*). Будда-женщина, обладающая материнской энергией. Наиболее известны в тибетском буддизме Белая Освободительница (санскр. *Сита Тара*, тиб. *Долкар*), дарующая мудрость и долголетие, и Зеленая Освободительница (санскр. *Сьяма Тара*, тиб. *Долма*), защищающая от страхов и покровительствующая семье.

Освобождение. Освобождение из круговорота обусловленного существования (санскр. *сансара*), т. е. состояние ума, в котором полностью преодолено страдание вместе с его причинами. На этом уровне исчезает иллюзия «я» и все мешающие чувства. Просветление же – это более высокое достижение, когда отброшены самые тонкие концепции о реальности.

Пандит, пандита (санскр.). Индийский ученый.

Передача. Передача понимания природы ума от учителя к ученику. Полная передача в Алмазном пути

включает посвящение (тиб. *ванг*), передачу путем чтения (тиб. *лунг*) и объяснения практики медитации (тиб. *тхри*).

Перерождение. После достижения Освобождения можно осознанно перерождаться в сансаре для блага всех существ, чтобы защищать их и помогать освобождаться от страданий.

Посвящение, инициация (санскр. *Абхишека*, тиб. *ванг*). Введение практикующего в поле силы Йидама. Чаще всего проводится в виде церемонии, во время которой учитель дает ученику полномочия медитировать на данного Йидама. Тем самым у практикующего

создается связь с ламой и этой мандалой, устраняются препятствия на пути к Просветлению. Инициация может сопровождаться различными обетами. В дополнение к посвящению в Алмазном пути необходима передача чтением текста (тиб. *лунг*) и устные объяснения (тиб. *тхри*).

Праджняпарамита (санскр.; букв. *совершенство мудрости*, высшая запредельная мудрость). Цикл маха-яnskих сутр, содержащих поучения Будды о пути Бодхисаттв и понимании пустоты.

Прибежище (тиб. *кхьяб дро*; букв. *приходить под защиту*). Встреча с собственной Будда-природой; обращение к ценностям, на которые действительно можно положиться. Все буддисты принимают Прибежище в Трех драгоценностях, а в Алмазной колеснице – дополнительно в Трех корнях. Получение формального прибежища у Ламы является ритуальным началом пути. Лама создает связь между просветленной природой ученика и вневременной мудростью Будды. В качестве благоприятного знака дается буддийское имя и отстригается немного волос, что является символическим напоминанием о соответствующем поступке Будды: он обрезал волосы после того, как покинул дом и отказался от своей касты, решив посвятить жизнь поискам Просветления.

Просветленный настрой (санскр. *бодхичитта*; тиб. *джанг чуб кьи сем*). Стремление достичь Просветления для блага всех существ, основа Великого и Алмазного пути. Просветленный настрой бывает двух видов: 1) обусловленный, или относительный настрой – это внутреннее решение в сочетании с шестью освобождающими действиями для блага всех существ; 2) окончательный, или абсолютный, просветленный настрой – это постижение неразделимости пустоты и сочувствия. Он ведет к спонтанной полезной активности вне концепций и сомнений. Субъект, объект и действие больше не переживаются отделенными друг от друга.

Пространство. Этот термин используется для описания природы ума. В Махаяне и Ваджраяне ум сравнивается с пространством – тем самым подчеркивается его безграничность, независимость от любых двойственных категорий, таких как «появление и исчезновение», «субъект и объект», «внешнее и внутреннее».

Пустота (санскр. *шуньята*, тиб. *тонгпаны*). Отсутствие независимого существования. Ничто не существует само по себе: все возникает вследствие множества причин и условий. Пустота – это безначальная природа всех внутренних и внешних явлений, ее невозможно полностью постичь с помощью концепций.

Пхова (тиб.). Медитация умирания в сознании. Во время этой медитации практикующий учится отправлять в момент смерти свое сознание из тела в *Чистую страну* (тиб. *Девачен*) Будды Безграничного Света (тиб. *Опаме*; санскр. *Амитабха*).

Пять Будда-семейств (санскр. *панча татхагата*, тиб. *гьялва риг нга*). Семейства Лотоса, Алмаза, Драгоценности, Меча и Будды. Каждое из них возглавляет один из пяти Дхьяни-Будд, и все остальные Будда-формы распределяются по этим пяти семействам.

Радость. В буддизме различают обусловленную и необусловленную радость. Первая возникает на основе переменчивых причин и потому сама непостоянна, а ее исчезновение переживается как страдание. Вторая, необусловленная радость, есть знание природы ума, свобода от двойственности «приятного и неприятного». Постигание абсолютной истины остается неизменным: нет никаких «внешних обстоятельств», способных на него повлиять.

Ретрит (буддийский). Медитация, продолжающаяся от нескольких дней до нескольких лет в спокойном, уединенном месте, где нет привычных отвлечений. Такое отшельничество бывает наиболее эффективным при условии ясной цели, с четким дневным распорядком, под руководством и с одобрения учителя.

Существуют закрытые и открытые ретриты для одного человека, пары или групп людей. Такие занятия обеспечивают дистанцию от повседневных переживаний и углубляют медитационный опыт.

Римэ (букв. *без предпочтений*). Движение в тибетском буддизме, возникшее в XIX веке с целью сохранить ценные поучения трех «красношапочных» традиций (Ньингма, Сакья

и Кагью). Во главе его стояли великие ламы Джамьянг Кхьенце Вангпо, Джамгён Конгтрул Лодрё Тхае и Ургьен Чёгьюр Лингпа. Самыми важными сборниками движения Римэ являются «Сокровища знания» и «Сокровищница драгоценных скрытых поучений».

Ринпоче (тиб.; букв. *Драгоценный*). Почетный титул учителя; как правило, его носили осознанно перерождающиеся Ламы.

Самбхогакайя (санскр.). См. Состояние радости.

Сансара (санскр.; тиб. *кхорва*). Круговорот бытия. Невольные рождения в обусловленных состояниях (мирах), основанные на неведении.

Санскрит. Древний литературный язык высших сословий индийского общества.

Связь, связи (санскр. *самайя*; тиб. *дамциг*). Основа для быстрого духовного роста в буддизме Алмазной колесницы. Благодаря ненарушенной связи с Ламой и друзьями на пути практикующий беспрепятственно развивает свои внутренние качества.

Сиддхи (санскр.; тиб. *нгё друб*, букв. *совершенство*). Особый дар, возникающий благодаря медитации. «Обычные сиддхи» – это способность управлять законами природы. «Высшие сиддхи» – это постижение природы ума и умение пробуждать просветленность в других существах.

Состояние излучения (санскр. *нирманакайя*, тиб. *тулку*; букв. *иллюзорное тело*). Одно из трех состояний Просветления. Выражает способность ума беспрепятственно возникать из пространства. В высшем смысле «нирманакайя» относится к историческому Будде, «совершенному тулку». Существует также и «тулку эксперт» или «тулку добрых поступков», которые действуют на благо других, например в качестве врача, художника или ученого. Чтобы помогать другим, «тулку» могут даже перерождаться в виде животного. Одни из тулку ясно помнят прошлые жизни, а другие вообще едва могут их вспомнить. Они проявляются, чтобы обеспечить существам доступ к их собственной природе Будды. Дословно «тулку» означает «иллюзорное тело». Это означает, что человек не является своим телом, а скорее использует его как инструмент для помощи другим.

Состояние истины (санскр. *дхармакайя*; тиб. *чёку*; букв. *тело явлений*). Одно из Трех состояний Просветления. Состояние истины – это само вневременное Просветление, пустотная природа ума. Является основой для Состояния радости и Состояния излучения. Это абсолютная сущность, суть Будды, вне форм, качеств и ограничений. Реализация

Состояния истины приносит пользу нам самим и наделяет абсолютным бесстрашием, тогда как два других состояния приносят пользу другим.

Состояние радости (санскр. *самбхогакайя*, тиб. *лонг ку*; букв. *тело наслаждения*). Одно из Трех состояний Просветления; выражение ясности ума, его свободной игры и высшей радости. Состояние радости проявляется из Состояния истины в форме различных Будда-аспектов и их силовых полей.

Сочувствие (санскр. *каруна*, тиб. *ньингдже*). Второе из Четырех неизмеримых; желание, чтобы все существа были свободны от страдания и его причин.

Срединности, философская школа (санскр. *мадхья-мака*, тиб. *ума*). Школа мысли в буддизме Махаяны, считающаяся наивысшей. Ее утверждения основаны на Сутрах запредельной мудрости (см. Праджняпарамита), а первым философом, давшим им расширенное толкование, был великий индийский ученый Нагарджуна – его называют основателем философии Срединности. Поучения Нагарджуны получили дальнейшее развитие в трудах многих тибетских учителей.

Стадии медитации. В тантрической медитации всегда присутствуют две фазы, называемые «стадия развития» (санскр. *утпатти-крама*; тиб. *кьерим*) и «стадия завершения» (санскр. *сампанна-крама*; тиб. *дзогрим*). Первая способствует знанию воспринимаемых явлений, а вторая – воспринимающего ума.

Ступа (тиб. *чортен*). Традиционное архитектурное сооружение, символизирующее полное Просветление, ум Будды. Ступа показывает преобразование всех эмоций и первоэлементов в пять видов просветленной мудрости и пять Будда-семейств. Чаще всего в эту симметричную форму вкладываются реликвии, свитки с написанными на них мантрами и

другие ценные предметы.

Сутра (санскр.; тиб. *до*; букв. *связующая нить*).

1) Синоним Великой колесницы. На постепенном пути Сутры практикующий создает причины для достижения Просветления путем тщательного анализа явлений. Это длится очень долго (три великих мировых периода) – до тех пор, пока пустота не воспринимается как качество, присущее всем явлениям. В противоположность Сутре, путь Тантры приводит к состоянию Будды всего за несколько жизней, а в исключительных случаях даже за одну.

2) Текст поучений Будды, письменная основа Малой и Великой колесниц.

Тантра, тантрический (санскр.). Синоним Алмазного пути. Здесь самыми важными методами являются отождествление с Просветлением и удержание чистого видения. В буддийской Тантре цель – состояние Будды – становится путем к Просветлению. Тантрику необходим свежий взгляд на вещи, уверенность в собственном уме и учителе, а также сочувственное отношение ко всем существам (см. Просветленный настрой). Термин «Тантра» (санскр.; букв. *долевая нить*) указывает на более сложную структуру медитации по сравнению с ее значением в Сутре. Здесь во внутренний опыт практикующего в ходе различных фаз медитации вплетаются качества определенного Будда-аспекта, что ведет к развитию на всех уровнях.

Тенгьюр (тиб.). Тибетское собрание комментариев к поучениям Будды, созданных индийскими мастерами. Тенгьюр был составлен под руководством великого ученого Бутона Ричендруба (1290–1364). В зависимости от издания он включает в себя от 225 до 254 томов.

Терма (тиб.). Буддийские тексты и сокровища, скрытые в разных местах Тибета великими учителями прошлого. Первыми прятать поучения и ритуальные предметы стали Падмасамбхава и его тибетская жена Йеше Цогьял. Термы сохранялись до тех пор, пока их позднее не отыскивали тертоны – «открыватели сокровищ». Огромная часть передачи традиции Ньингма сегодня состоит именно из поучений, найденных таким способом.

Тилопа (928–1009). Великий индийский мастер медитации и махасиддх, держатель передачи Алмазной колесницы. Тилопа передал поучения своему главному ученику Наропе, который стал коренным учителем Марпы. На методах, полученных от Тилопы, основана практика традиции Кагью.

Три драгоценности (санскр. *триратна*, тиб. *кёнчог сум*). Общее Прибежище для всех школ буддизма:

Будда – просветленное состояние ума, цель практики;

Дхарма – Учение, ведущее к этой цели;

Сангха – Бодхисаттвы, друзья и помощники на пути.

Три корня. Часть Прибежища в Алмазном пути:

Лама – корень благословения;

Йидамы (Будда-аспекты) – корень просветленных качеств;

Защитники – корень совершенной активности на благо всех существ.

Тулку. См. Состояние излучения.

Ум. В буддизме умом называют «воспринимающего». Он переживается как свободный поток телесных и умственных впечатлений. На непросветленном уровне ум выражается в способности думать, воспринимать и запоминать посредством сознания. Его истинная просветленная природа свободна от какой-либо привязанности к «я» и переживает себя неотделимой от пространства – как открытое, ясное и неограниченное осознание. Постигание его природы ведет к бесстрашию, радости и активному сочувствию.

Херука (санскр.). В широком смысле это общее название мужских форм Просветления. В узком смысле – эпитет Чакрасамвары, Будды Высшего Блаженства.

Четыре Будда-активности. Так описывается сочувственное, спонтанное и свободное от усилий поведение, способность в нужное время и в нужном месте сделать то, что необходимо. Существует четыре вида действий Будд: успокаивающие, обогащающие,

вдохновляющие и мощно защищающие. Основанием всех видов активности является способность покоиться в том, что есть.

Четыре класса тантр. Вся секция тантр подразделяется на четыре класса, в зависимости от сложности и степени отождествления с Просветлением. Три более низких класса называют внешними – это крийя-, чарья- и йога-тантры. Четвертую, наивысшую, ануттара-йога-тантру, называют внутренней.

Четыре основополагающих упражнения (тиб. *чаг чен нёдро*, букв. *подготовка к Великой печати*) состоят из четырех «общих» и четырех «особенных» подготовок.

Четыре общие подготовки – это так называемые Четыре основополагающих размышления (о драгоценном человеческом теле, непостоянстве, карме и страдании сансары).

Четыре особенные подготовки – это четыре медитации:

- принятие Прибежища и пробуждение Просветленного настроя во время простираций;
- очищение от приносящих боль впечатлений с помощью медитации на Алмазный Ум (санскр. *Ваджрасаттва*, тиб. *Дордже Семпа*);
- дарение мандалы;
- Гуру-йога, медитация на Ламу.

С помощью особенных подготовок (чаще всего именно их называют собственно Основополагающими упражнениями) в подсознании создается бесчисленное множество хороших впечатлений, которые составляют основу для постижения Великой печати. В каждом упражнении делается 111 111 повторений.

Чистая страна великой радости (санскр. *Сукхавати*, тиб. *Девачен*). Чистая страна Будды Безграничного Света (санскр. *Амитабха*; тиб. *Опаме*). Благодаря пожеланиям, сделанным Амиабхой, в Девачен легко попасть после смерти, если применить практику пховы. При рождении в этой Чистой стране растворяется ложное представление об эго, поэтому Просветление теперь – лишь вопрос времени.

Чистая страна (тиб. *жинг*). Поле силы Будды. Самая известная из чистых стран – Чистая страна великой радости Будды Безграничного Света.

Чистое видение. В Алмазном пути вырабатывается взгляд, посредством которого мир и все существа воспринимаются как самоосвобождающаяся игра пространства.

Чод (тиб., букв. *отсечение*). Медитация «отсечения привязанностей и страхов», в которой практикующий отдает свое тело духам трех миров. Применяется во всех традициях тибетского буддизма.

Шесть йог Наропы (тиб. *наро чё друк*). Система тантрических практик, созданная Тилопой и оформленная Наропой. Эти методы нацелены на познание природы ума с помощью его аспекта энергии. В систему Шести йог входят следующие медитации:

внутреннее тепло (тиб. *туммо*), ясный свет (тиб. *осэл*), йога сна (тиб. *милам*), иллюзорное тело (тиб. *гьюлю*), промежуточное состояние (тиб. *бардо*) и осознанное умирание (тиб. *пхова*).

Ясность (санскр. *вьякта*, тиб. *салва*). Пустотность, ясность и безграничность ума – три его абсолютных качества, неотделимые друг от друга. Ясность является врожденной способностью ума непрерывно переживать явления. Ее реализация проявляется как Состояние радости.

Библиография

Beyer, Stephen: *The Cult of Tara, University of California Press, Berkeley (California), 1973.*

Changchub, Gyalwa/Nyingpo, Namkhai: *Lady of the Lotus-Born – The Life and Enlightenment of Yeshe Tsogyal, Shambala Publications; Boston (Massachusetts) & London, 1999.*

Chonam, Lama/Khandro, Sangye: *The Lives and Liberation of Princess Mandarava: The*

Indian Consort of Padmasambhava, Wisdom Publications, Boston (Massachusetts), 1998.

Dowman, Keith: *Sky Dancer – The Secret Life and Songs of the Lady Yeshe Tsogyal.* Routledge & Kegan Paul, London, 1984.

Dowman, Keith: *Masters of Mahamudra: Songs and Histories of the Eighty-Four Buddhist Siddhas,*

State University of New York Press, New York, 1985. Edou, Jerome: *Machig Labdrun and the Foundations of Chud, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 1996.*

Gendun Drub, Gyalwa: *Six Texts related to the Tara Tantra, Tibet House, New Delhi, 1980.*

Guenther, Herbert V.: *The Life and Teaching of Naropa, Shambhala South Asia Editions, Boston (Massachusetts), 1999.*

Harding, Sarah: *Machik's Complete Explanation, Tsadra Foundation, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 2003.*

Ingerfeld, Manfred: *Women of Wisdom. Kagyu Life International, No. 4, San Francisco (U. S. A.), 1995.*

Jackson, Roger R. Tantric Treasures. Oxford: Oxford University Press, 2004

Kongtrul, Jamgon: *Retreat Manual, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 1994.*

Kongtrul, Jamgon: *Timeless Rapture: Inspired Verse from the Shangpa Masters, Tsadra Foundation, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 2003.*

Majupuria, Indra: *Tibetan Women – Then and Now. Craftsman Press, Bangkok, 1990.*

Mullin, Glenn H.: *Female Buddhas: Women of Enlightenment in Tibetan Mystical Art. Clear Light Publishers, Santa Fe (New Mexico), 2003.*

Nyingpo, Namkhai: *Mother of Knowledge: The Enlightenment of Ye-Shes Mtsho-Rgyal, Dharma Publishing, Berkeley (California), 1983.*

Padmasambhava: *Dakini Teachings: Padmasambhava's Oral Instructions to Lady Tsogyal, Shambhala Publications, Boston (Massachusetts), 1990.*

Riggs, Nicole: *Like an Illusion: Lives of the Shangpa Kagyu Masters, Dharma Cloud Press, Eugene (Oregon), 2001.*

Schaeffer, Kurtis Rice: *Tales of the Great Brahmin: Creative Traditions of the Buddhist Poet-Saint Saraha, Dissertation Harvard University, Cambridge (Massachusetts), 2000.*

Taranatha, Jo-nan: *The Golden Rosary of Tara, Shang-Shung-Edizioni, Arcidosso, 1985.*

Taranatha, Jo-nan: *The Origin of the Tara Tantra. Library of Tibetan Works and Archives, Dharamsala, 1985.*

Taranatha, Jo-nan: *The Seven Instruction Lineages, Paljor Publications, New Delhi, 2002.*

Trungpa, Chogyam: *The Life of Marpa the Translator: Seeing Accomplishes All, Shambhala Publications, Boston (Massachusetts) & London, 1995.*

Zangpo, Ngawang: *Guru Rinpoche: His Life and Times, Tsadra Foundation, Snow Lion Publications, Ithaca (New York), 2002.*

Андросов В. П. *Словарь индо-тибетского и российского буддизма. Главные имена, основные термины и доктринальные понятия. М.: Вестком, 2000.*

Андросов В. П. *Буддийская классика Древней Индии.*

М.: «Открытый мир», 2008.

Андросов В. П., Леонтьева Е. В. *Марпа и история Карма Кагью. М.: Ориенталия, 2009.*

Абхаядатта. *Буддийские мастера-маги. М.: Ориенталия, 2011.*

Будон Ринчендуб. *История буддизма. СПб., 1999. Гампопа Дже. Драгоценное украшение Освобождения.*

СПб., 2005.

Гойлоцава Шоннупэл. *Синяя летопись. История буддизма в Тибете. VI–XV вв. Пер. Ю. Н. Рериха. СПб., 2001.*

Дуглас Ник, Уайт Мэрил. Кармапа. *Тибетский Лама в Черной Короне. СПб., 1998.*

Жуковская Н. Л., Стрелков А. М. *Буддизм. Каноны. История. Искусство. М.: Feoria Pub, 2006.*

Золотая гирлянда: ранние учителя Кагью в Индии и Тибете. Общ. ред.: Вагид Рагимов. СПб., 1993.

Иконография Ваджраяны. М.: Дизайн. Информация. Картография, 2003.

Нидал О. *Каким все является.* М.: Эксмо, 2012. **Нидал О.** *Книга о любви.* М., Эксмо, 2012. **Нидал О.** *Основопологающие упражнения.* М., Алмазный путь, 2009.

Островская-младшая Е. А. *Индотибетская тантрическая традиция // Категории буддийской культуры.* СПб., 2000.

Падмасамбхава. *Совет Рожденного из Лотоса.* М., Уддияна, Рангчжунг Еше, 2001.

Торчинов Е. А. *Введение в буддизм: Курс лекций.* СПб., 2005.

Учения Дакини. *Устные наставления Падмасамб-хавы царевне Еше Цогял.* М., Уддияна, 2001.

Шо Миранда. *Страстное просветление: женщины в тантрическом буддизме.* М., 2001.

