

37 практик бодхисаттвы

Гьялце Тхогме Зангпо

Перевод: Александр Нариньяни

Намо Локешварая¹

*Шуньяты² всеобъемлющей и сокровенной,
Освобождающую истину познавший,
Гласящую, что в естестве своём все дхармы³,
Несотворённые и непреходящи,*

Достигнутым прозрением окрылённый,

¹ *Локешвара* — *Авалокитешвара*, санскр., (тиб.: *spyang gas gzigs* – [Ченрезе]) Просветлённое божество (В контексте *Сутраяны* - *арья боддхисаттва*, достигший десятой земли), являющееся воплощением безграничного сострадания будд. Наиболее часто можно встретить изображения его четырёх- и тысячерукой формы. Вознесение хвалы *Ченрезе* свидетельствует о принадлежности данного произведения к категории писаний, учащих пути *бодхисаттв*.

² *Шуньята*, санскр., (тиб.: *stong pa nyid*) – *пустота*, *пустотность*, неутверждающее отрицание, означающее (в терминах школы *Прасангика мадхьямика*) отсутствие истинного самобытия внутренних и внешних феноменов – ключевая концепция буддийской философии.

³ *Дхарма*, санскр., (тиб.: *chos*) – насчитывается более десяти значений данного термина. Наиболее важные из них: 1) *Дхарма* (как правило с прописной и в ед. числе) – учение Будды, его текстуальная и актуальная составляющие, 2) *дхармы* (как правило со строчной и во мн. числе) – феномены, всё сущее. В данном случае термин используется во втором значении.

*От судеб мира – юдоли сансары,
Не устранившись, целеустремлённо,
Радеющий о благе всех живущих,*

*Ченрезы, обездоленных защитник,
Склоняюсь, преисполненный почтения,
Перед тобою и непревзойдённым гуру,
Посредством тела, речи и ума.*

*Источник высший счастья и блаженства –
Все будды, совершенные создания,
Явились в мир из врат священной Дхармы,
Вооружённые духовных практик знанием.*

*Поскольку на пути к Освобождению,
Познания исключительно важны,
Их сыновей⁴ достойные деяния,
Мной будут вкратце вам объяснены.*

1

*Снискав исполненный даров и не имеющий
изъянов,
Челнок столь редкого в миру людей рождения,
Себя и всех существ из океана
Сансары возжелай освобождения.*

*Без отвлечений ум дисциплинируй,
Не замечая смену дня и ночи,*

⁴ Сыны Победоносных, (санскр.: Джина-путра, тиб.: rgyal sras) в значении Последователи, Дети Будд – один из наиболее часто употребляемых синонимов санскритского термина *бодхисаттва* (тиб.: byang chub sems dra') – дословно «Герой ума, устремлённого к Пробуждению».

*Внимай, осознавай и медитируй –
Так поступает сын Победоносных.*

2

*При мыслях о друзьях, родных и близких,
Поток привязанностей ум наш затопляет,
А вспомни мы о недругах заклётых,
Нам сердце ненависти жар испепелит.*

*Ум, погружающий во мрак забвения,
Того, что надлежит принять и что отринуть,
Свой край родной оставь без сожаления –
Так поступает сын Победоносных.*

3

*Избегни мест, овеянных дурною славой –
И омрачения твои со временем исчезнут,
Избавь свой ум от суетных метаний –
Благие качества спонтанно расцветут.*

*Очисти мудрости и разума зеркало –
И вера в Дхарму станет нерушимой,
Вести уединённый образ жизни –
Достойное деяние бодхисаттвы.*

4

*Со спутниками жизни, милыми, родными,
Разлуки нам, увы, не миновать,
Трудом упорным нажитых сокровищ,
Отсюда, в смертный час, с собою не забрать,*

*И наше тело – этот постоянный двор,
Сознание-гость покинет в одночасье,
Отбрось мирских забот никчёмный сор –
Так поступает мудрый бодхисаттва.*

5

*Кто, окружение скверное избрав,
Потворствует трём ядам омрачения⁵, -
Тот приведёт в упадок, подорвав,
Активность медитации, анализа, учения.*

*Чтобы их влияния тлетворного не испытать,
Лишающего нас любви и сострадания,
Друзей дурных старайся избегать –
Так поступает мудрый бодхисаттва.*

6

*В кругу друзей достойных замечаешь,
Как все твои изъяны словно тают,
Благие качества же только прибывают,
Как прибывает в небесах луна.*

*Духовный брат твой свят и благороден,
Ты дорожи им больше, чем собою,
Храни его как драгоценность сердца—
Вот практика сынов Победоносных.*

7

*Закованные сами в цепи кармы,
Беспомощные узники сансары,
Мирские боги вас спасти не смогут
Что толку обращаться к ним с мольбою?*

*Коль ищешь ты от бед спасения,
Прибежище прими в благонадёжных,*

⁵ Три яда омрачения (тиб.: dug gsum) – три базовых омрачения сознания (санскр.: клеша, тиб.: nyon mongs), а именно: 1. Привязанность–вожделение (тиб.: 'dod chags); 2. Ненависть–отвращение (тиб.: zhe sdang); 3. Неведение–заблуждение (тиб.: gti mug).

*Трёх Драгоценностях непогрешимых –
Так поступает сын Победоносных.*

8

*Невыразимые страдания скорбных трёх миров:
Зверей, голодных духов, мучеников ада,
Есть неизбежная расплата за содеянное зло –
Учил о следствиях и их причинах Татхагата⁶.*

*Доктрину кармы в сердце сохранив,
Будь то под страхом смерти или мук
несносных,
Не совершай деяний неблагих –
Так поступает сын Победоносных.*

9

*Блаженство эфемерное трёх высших сфер,
Подобно крохотной слезе росинки,
Что лишь на миг застыв, исчезнет без следа,
Сорвавшись с острия травинки.*

*Освобождение, ценнейший из даров –
Нетленный кладезь качеств совершенных,
К нему направь все помыслы свои –
Так поступает сын Победоносных.*

10

Взор обрати на участь матерей своих⁷,

⁶ *Татхагата* – санскр. (тиб.: de bzhin gshegs pa),
дословно: «так ушедший». Один из эпитетов Будды
(тиб.: sangs rgyas).

⁷ *Матери–живые существа* – широко
распространённый термин, который следует понимать в
контексте семичленной причинно-результативной
практики порождения ума, устремлённого к
Пробуждению (тиб.: rgyu 'bras man ngag bdun).

*Любивших, вскармливавших нас от века,
Коль нет предела скорби и страданиям их,
Что толку в личном счастье человека.*

*На всех живущих, коим несть числа,
Ум сфокусировав, дай вечного служения клятву,
Стремленье к пробуждению порождать –
Достойное деяние бодхисаттвы.*

11

*Тогда как все без исключения страдания,
Имеют корень в жажде наслаждений,
Вовек блаженны просветлённые создания,
Рождённые заботой о живущих.*

*Стремись и ты другим дарить всё счастье,
Взамен приняв их горесть и невзгоды,
Самозабвенное радение о ближних –
Достойное деяние бодхисаттвы.*

12

*Случись что недруг, алчностью снедаем,
Твоим, трудами праведными нажитым добром,
Сам завладел или других на это наущает,
Обманом, силою, открыто иль тайком,*

Практикующий начинает с (1) осознания того, что с
безначальных времён сансарной круговерти, все живые
существа хотя бы однажды выступали в роли его
любящих матерей, (2) заботясь о нём и являя не
знающую границ доброту. Движимый эмоциональным
потенциалом обрётённого понимания и (3) веря, что на
добро должно отвечать добром, практикующий
генерирует: (4) Любовь, (5) Сострадание, (6)
Непоколебимую решимость, и, наконец 7) Ум,
устремлённый к Пробуждению – бодхичитту.

*Жизнь собственную, всё чем дорожишь,
Заслуги трёх времён – источник благ
бесценных,
Ему, как дар, ты в мыслях поднеси –
Так поступает сын Победоносных.*

13

*Когда твоей в случившемся малейшей нет
вины,
И всё ж тебя, несправедливо обвиняя,
На плаху тащит кровожадная толпа,
Готовясь обезглавить, проклиная,*

*Ты сострадание в сердце сохрани,
Их заблуждения и плоды деяний злобных,
Безропотно всё на себя прими –
Так поступает сын Победоносных.*

14

*Когда другие имя доброе твоё,
Порочат ложью откровенной,
Так, что дурная слава о тебе,
Растёт в трёх тысячах мирах Вселенной,*

*С умом, исполненным любви и доброты,
Не замечая их наветов гнусных,
Хулителей в ответ превозноси –
Так поступает сын Победоносных.*

15

*Когда тебя, не постеснявшись бранных слов,
Прилюдно на ошибки указуя,
Кто-либо гневно порицать готов,
За дело иль без дела критикуя,*

Ты в мысли благородной укрепись,
Что он – твой совершеннейший наставник,
С почтением к ногам его склонись—
Так поступает мудрый бодхисаттва.

16

Пусть тот, в ком ты души не чаешь,
От всех невзгод его собою заслоняя,
Тебя за злейшего врага считает,
Холодной ненависти не скрывая,

Не позволяй своей любви пропасть,
Пусть её сила вырастет стократно,
Люби его, как заболевшего младенца мать –
Так поступает благородный бодхисаттва.

17

Пусть тот, с кем ты в происхождении ровня,
Иль ниже значится в сословии или чине,
Твоё достоинство стремится оскорбить,
Поддавшись искушению гордыни.

Ты водрузи его над головой своею,
Так, словно он твой гуру венценосный,
Воздай ему все почести мирские—
Вот практика сынов Победоносных.

18

Пускай ты в жизни беспросветно беден,
Гоним людьми, преследуем молвою,
Твой дух терзает злобный демон,
А тело мучимо неизлечимой хворью.

С бесстрашием страданья всех живущих,
И бремя их деяний вредоносных,

*Ты на себя прими, избегнув малодушия, –
Так поступает сын Победоносных.*

19

*Когда, коленопреклонённый,
Весь мир поёт тебе осанну,
Когда богатству твоему и славе,
Мог позавидовать сам Вайшравана⁸,*

*Познав обманчивое благолепие сансары,
Вкусив её сокровищ иллюзорных,
Ты избегай тщеславия угара –
Так поступает сын Победоносных*

20

*Покуда в сердце продолжает жить,
Враг внутренний – агрессия и злоба,
Врагов вовне, увы, не победить,
Их рать лишь будет крепнуть год от года.*

*В союзники себе ты призови,
Святое воинство любви и сострадания,
Ум непокорный умиротвори –
Так поступает мудрый бодхисаттва.*

21

*Стремящийся к объектам наслаждения,
Сродни глупцу, что в жаркий летний полдень,
Ища от жажды мук освобождения,*

⁸ *Вайшравана*, санскр., (тиб.: rnam thos sras) – мифический персонаж, имеющий корни в добуддийских учениях о космологии. Один из четырёх великих царей, владыка северного склона горы Меру (традиционно считающейся центром Вселенной), *Вайшравана* славится своим богатством и могуществом.

Пьёт с жадностью морскую воду.

*Лишь только в сердце вспыхнет вожделение,
Чьи чары так обманчиво приятны,
Предмет его отбрось без промедления –
Так поступает мудрый бодхисаттва.*

22

*Весь явленный феноменальный мир,
Есть плод проекций нашего сознания,
Что до ума, то сам он, изначально,
Лишен фальсификаций экстремальных⁹.*

*Ты эту истину краеугольную познай,
Субъекта и объекта знакам ложным¹⁰,
Внимания в восприятии не уделяй,
Так поступает сын Победоносных.*

23

*При встрече с восхитительным предметом,
Чьи качества чисты и утончённы,*

⁹ *Экстремальные фальсификации* (тиб.: mtha) – крайности, превратные умопостроения в восприятии способа существования («modus vivendi») внешних и внутренних объектов. Наш ум также является одним из функциональных феноменов, и к нему применимы все те логические выводы, которые верны для прочих явлений. Самосущий, объективно существующим ум не обнаруживается при самом скрупулёзном анализе. Тем самым он также лишён «экстремальных фальсификаций» возникновения, исчезновения и пр.

¹⁰ *Ложные знаки* (тиб.: mtshan ma) – знаки самоистинности, истинного и независимого существования феноменов. Воспринимаемые нами в силу кармических потенциалов неведения, знаки эти, следуя совету автора, надлежит игнорировать.

Учись воспринимать его подобным,
Прекрасной радуге, рождённой в небе солнцем,

Являясь нам пределом совершенства,
Он по своей природе иллюзорен,
Привязанность к нему отсечь немедленно –
Вот практика сынов Победоносных.

24

Мирские тяготы, лишенья и невзгоды,
Сродни приснившейся нам смерти сына,
За правду принимать пустые миражи –
Унылая получится картина...

Когда к вам на порог пришла беда,
И нет конца событиям неприятным,
Их как кошмарный сон воспринимать –
Достойное деянье бодхисаттвы.

25

Стремящийся достигнуть Пробужденья,
Готов во имя этой цели светлой,
Пожертвовать самой своею жизнью,
Не говоря уж о сокровищах мирских.

В ответ не ожидая слов признания,
Презрев стяжание кармы благотворной,
Чистосердечно практикуй Даяние –
Так поступает сын Победоносных.

26

Чья нравственность низка – не в состоянии,
Снискать себе плоды благополучия,
И посему достойны осмеяния,
Его попытки осчастливить всех живущих.

*Отринь страстей сансарных дух порочный,
И избегай соблазнов вредоносных,
Во всём Морали следуй безупречной—
Вот практика сынов Победоносных.*

27

*Для возлюбивших добродетель бодхисаттв,
Стремящихся заслуги приумножить,
Обиду тяжкую нанёсший супостат,
Сокровищу бесценному подобен.*

*Ты гневу противопоставь смирение—
Противоядие от нападок злобных,
С невозмутимостью храни Терпение —
Так поступает сын Победоносных.*

28

*Желающие лишь себе освобождения,
Шраваки и отшельники-пратьекабудды,
Стремятся к цели с рвением достойным,
Гасящего на голове своей пожар.*

*Ступив на путь¹¹ во благо всех живущих,
Усердие — кладёзь качеств совершенных,
Без устали являй в делах насущных —
Вот практика сынов Победоносных.*

29

Усвоив, что самадхи двуединства,

¹¹ Здесь речь как раз и идёт о Пути бодхисаттв — Махаяне, где, в отличие от Хинаяны, основополагающим мотивом является не индивидуальное Освобождение, а благодетельствование всех без исключения живых существ.

*Випашьяны с незыблемой шаматхой¹²,
Все проявления омрачённой мысли,
Свести на нет способно без остатка,*

*Дарующую силы превзойти,
Четыре уровня бесформенного мира¹³,
Стремись стабильность Дхьяны¹⁴ обрести,
Так поступает сын Победоносных.*

30

¹² *Самадхи* двуединства *шаматхи* и *випашьяны*, санскр., (тиб.: zhi lhag zung 'brel gyi ting nge 'dzin). Медитативная концентрация (*самадхи*), являющая собой проникновенное аналитическое видение (*випашьяна*), в совершенстве наделённое однонаправленной стабилизацией ума (тиб.: zhi gnas, досл.: «умиротворённое местопребывание»). Непременный атрибут высоких стадий духовной реализации.

¹³ *Мир без форм* (санскр.: *Арупайя-дхату*, тиб.: gzugs med khams) – высшая из трёх обителей сансары: *Мира страстей* (санскр.: *Кама-дхату*, тиб.: 'dod khams), *Мира форм* (санскр.: *Рупа-дхату*, тиб.: gzugs khams) и, собственно, *Мира без форм*. Относится к разряду божественных миров и характеризуется отсутствием у переродившихся в нём существ грубой телесной оболочки, наличием чистого (ментального) тела и умиротворением страстей, направленных на чувственные объекты. Структурно, состоит из четырёх «медитативных сосредоточений бесформенного мира»: 1) Сосредоточение безграничного пространства, 2) Сосредоточение безграничного сознания, 3) Сосредоточение полного отсутствия чего-либо, 4) Сосредоточение отсутствия как различения, так и неразличения или «Пик циклического существования».

¹⁴ *Дхьяна*, санскр., (тиб.: bsam gtan) – медитативное сосредоточение. Пятое из шести Совершенств – *Парамит* (тиб.: phar phyin drug).

*Кто праджни¹⁵ мудрость высшую не породив,
Надеется достичь освобождения,
Лишь пять предшествующих парамит развив –
В глубоком пребывает заблуждении.*

*Являющую с методом единство,
Познавшую бессамостность трёх
компонентов¹⁶,
Старайся Мудрость довести до совершенства
–
Вот практика сынов Победоносных.*

31

*Тот, кто, ошибок собственных не признавая,
Сквозь пальцы смотрит на свои грехи,
Рискует под личиной благочестия,
Творить деяния Дхарме вопреки.*

*Самокритичен будь и, слабостям не потакая,
Очисти ум от заблуждений вредоносных,
Ошибки прошлого признав, – искореняй,
Так поступает сын Победоносных.*

32

*Тот, кто вкушая омрачения отраву,
Ошибки боддхисаттв прилюдно порицает,*

¹⁵ *Праджня*, санскр., (тиб.: shes rab) – познающая мудрость, интеллект, рассудок. В данном контексте - шестая *Парамита* - Запредельная, Трансцендентальная Мудрость.

¹⁶ *Три компонента* (санскр.: Тримандала, тиб.: 'khor gsum), дословно – три сферы, круга. Их следует понимать как три элемента вовлечённые в тот или иной процесс: 1. Субъект действия 2. Адресат или объект на который действие направлено 3. Собственно деяние.

*Со временем найдёт дурную славу,
И обесчестит имя доброе своё.*

*Не разглагольствуй о падениях собратьев,
Что следуют пути Великой Колесницы,
На суд людской свои представь пороки,
Так поступает сын Победоносных.*

33

*Кто у страстей на поводу идёт,
В погоне за достатком и признанием,
Погрызнет в склоках и на нет сведёт,
Активность слушания, анализа и созерцания.*

*Чтобы трёх практик добродетель уберечь,
К патрону щедрому и кругу домочадцев,
Привязанность решительно отсечь –
Достойное деяние бодхисаттвы.*

34

*Брань, сквернословие и раздражённый тон,
Тревожат ум людской и слуху неприятны,
Речь необузданная нанесёт урон,
Благому поведению бодхисаттвы.*

*Способных оскорбить и привести в волнение,
Избегни грубостей и выражений резких,
В речах являй тактичность и почтение,
Так поступает сын Победоносных.*

35

*Тому, в ком омраченья прочно прижились,
От пут неведения, привязанности,
отвращения,
Пусть, даже правильное средство применив,*

Добиться нелегко освобождения.

*Противоядий обоюдоострый меч,
Доверь двум стражам – бдительности и
памятованию,
Скверн вредоносные ростки в зародыше отсечь
–
Достойное деяние бодхисаттвы.*

36

*Изложенному подводя черту,
Памятования и бдительности не теряя,
Всегда и всюду оставайся начеку,
Осознавай, где твои мысли пребывают.*

*Инерцию ума преодолев,
Без устали, о благе всех живущих,
Радей, своекорыстный интерес презрев –
Так поступает сын Победоносных.*

37

*Прими же к сердцу эти наставления!
В деяниях славных бодхисаттвы преуспев,
Заслуги обретённые направь на достижение,
Всеведения¹⁷ во благо всех живых существ.*

*Накопленную добродетель посвящая,
Мудры Победоносного сыны,
Узревшие, что истинной природы,*

¹⁷ Всеведение (санскр.: Сарвакара-джняна, тиб.: rnam pa thams cad mkhyen pa) один из синонимов полного Просветления. Другие наиболее часто употребляемые синонимичные термины и варианты перевода: состояние совершенного Будды, Пробуждение, Нирвана Великой колесницы.

Три сферы изначально лишены.
С благоговеньем следуя заветам
Наставников непогрешимой Дхармы,
Почерпнутым из россыпи сокровищ,
Учений классов сутры, шастр и тантры,

Я это краткое составил сочинение,
О тридцати семи деяниях бодхисаттвы,
Для тех, кто, вдохновлённый их примером,
Решил избрать сей благородный путь.

Не отличаясь ясностью ума,
Необразован автор и косноязычен.
Взглянув на вышедшее из-под моего пера,
Помощится искусный сочинитель.

Но в написании всецело полагаясь,
На кладезь сутр и поучения Совершенных,
Я верю, труд сей повествует без изъянов,
О практиках сынов Победоносных.

Невежде было нелегко постичь,
Всего величия бодхисаттв деяний,
Прошу мудрейших снисходительно простить,
Противоречия и бессвязность в толковании.

Молюсь чтоб силою всех тех благих заслуг,
Что я снискал себе трудами сочинения,
Всяк страждущий в сансаре породил,
Возвышенное к Просветлению стремление.

Пусть относительной и абсолютной
бодхичитт,
Основу обретя, все существа подобны станут,
Защитнику живущих Ченрези,

Избегнув крайностей сансары и нирваны¹⁸.

(Колофон)

*Сей труд был сочинён себе во благо,
И с мыслью пользу принести для всех живущих,
Писаниям и логике приверженным монахом,
По имени Тогме, в пещере местности Нгульчу
Ринчен.*

¹⁸ *Избежание двух крайностей*: пронизанной страданиями круговерти сансары и умиротворённости индивидуального Освобождения нирваны – характеристика состояния совершенного Будды, являющегося идеалом для всех исповедующих Дхарму Великой колесницы.