

И ты, мой друг, поступай так же!

Перевод: Антон Мускин

Редактор Анна Пестова

[Лоцава.ру](http://lozava.ru)

Простираюсь в глубоком почтении пред стопами Марпы, учёного переводчика.

Прошу, даруй мне своё благословение выйти за пределы условностей!

Да снизойдёт в мой ум благословение святого учителя, чтобы ум этот больше никогда не отклонялся от пути!

Практикуя любящую доброту и сострадание, я оставил позади цепляние за идею «я и другие».

Поместив гуру над своей головой, я оставил позади высокомерные речи и манеры, присущие сильным мира сего.

Медитируя на нераздельности с йидамом, я оставил позади концепцию о том, что скандхи и дхату являются чем-то недостойным.

Размышляя над наставлениями линии устной передачи, я оставил позади привычку копаться в текстах.

Пребывая в состоянии ума простоты, я оставил позади заблуждение неведения.

Медитируя на трёх внутренних каях, я оставил позади надежду и страх, свойственные обычным существам.

Размышляя о том, что текущая и будущая жизни ничем не отличаются друг от друга, я оставил позади страх перед рождением и смертью.

Распознавая вкус истинного переживания, я оставил позади необходимость делать что-то для того, чтобы заработать хорошую репутацию.

Объединяя свой ум с потоком истинного опыта переживания, я оставил позади все дебаты о положениях философских систем.

Медитируя на отсутствии возникновения, пребывания и прекращения, я оставил позади воззрение, привязанное к определённом утверждению.

Помня о том, что все проявления есть дхарма-кая, я избавился от пут концептуальной медитации.

Пребывая естественным образом в состоянии неизменного покоя, я отказался от поведения, обусловленного стремлением следовать строгим правилам с целью соответствовать ожиданиям других.

Сохраняя скромность на уровне тела и речи, я отказался от стремления делать вид, будто я кто-то особенный.

Превратив это иллюзорное тело в хижину для ретрита, я оставил позади привычку относиться к нему как к источнику наслаждений.

Реализовав истинный смысл, сокрытый в словах и идеях традиционных текстов, я оставил позади привычку сосредотачиваться исключительно на самих словах.

И ты, мой друг, поступай так же!