

Из текста *Дзогпа Ченпо Йонгце Лонгчен*
**«Наставления великого ламы
Лишу Тагринга»**

с примечаниями *Арта Ламы Ринпоче*

Перевод: Гата

О предотвращении потенциальных ошибок / изъянов.

В целом, речь может идти о предотвращении потенциальных ошибок /изъянов в отношении воззрения / прозрения, практики /медитации, поведения /активности и реализации.

Согласно подходу великой Колесницы, воззрение /прозрение - в свободе от всех утверждений;¹

практика свободна от умопостроений²,

и, тем самым, поведение / активность – в свободе от принятия и отвержения,

а реализация свободна от всех надежд и опасений.

Есть три потенциальных ошибки в воззрении /прозрении, четыре изъяна практики, три изъяна

¹ Воззрение/прозрение в свободе от всех двойственных движений ума / концепций и утверждений - истинная природа, суть прозрения, свободна от, например, так называемых четырех крайностей, среди которых - крайность существования, несуществования и т. д.

² Двойственной ментальной активности, обусловленной ошибочным восприятием / намеренных усилий ума.

поведения /активности и четыре возможных ошибки (на пути к) реализации.

Три возможные ошибки воззрения / прозрения.

Если воспринимать объекты и ум как неизменные и постоянные, то это ошибка.³

Если воспринимать пустотность как то, что можно создать умом⁴, то это само по себе цепляние, а значит - ошибка.

Если воспринимать пустотность как пустое ничто, то это в ошибка "воззрения прерывания".⁵

³ "Воспринимая объекты и ум как неизменные и постоянные" - когда объекты и проявления ума представляются чем-то постоянным. И таким образом в отсутствие прямого постижения единства пустотности и ясности исконно присущего осознания, без постижения истинной природы и основы всех явлений есть также риск лишь остаться в фиксации на некоем умозрительном понимании, например, что "истинная природа подобна небу". Такая ошибка может привести к постоянному цеплянию за некое понятие или состояние, попытки удержать некоторое постоянное и определенное переживание, и может отсечь также саму возможность для прямого постижения пустотной природы, не создаваемой и не изменяемой посредством умопостроений. И также может стать препятствием для развития практики – расцвета непрерывного постижения природы не созданного умом изначального естественного состояния любых изменчивых и эфемерных проявлений восприятия.

⁴ "Воспринимая пустотность как то, что можно создать умом" - когда, в отсутствие непосредственного постижения пустотной природы явлений на собственном опыте, лишь пытаются создать что-то умом, поддерживая некоторое умозаключение: "все пусто", или: "ничто не обладает независимым существованием".

⁵ "Воспринимают пустотность как только пустоту, как "ничто" - то есть воспринимают как пустое пространство без аспекта осознания. Таким образом, если не проявляется постижение – прояснение изначальным осознанием исконно присущей пустотной природы, то это ошибка, и также отсекается возможность прояснения аспекта спонтанного совершенства – прояснения природы

О четырех потенциальных изъянах / недостатках медитативной практики.

1. Если впадать в неясное/смутное состояние и оцепенение притупленности и сонливости, то это изъян, [так как в таком случае оказываешься подобным неосознанному, ничего не понимающему] глупцу.

2. Если подпадать под власть отвлечения /рассеянности⁶, возбужденности⁷, [так называемого] “собирания”⁸ и распространения /приумножения⁹, то это - изъян, [который можно сравнить с] кружением или бессвязной речью¹⁰.

любого изначально пустотного беспрепятственно возникающего самопроявления энергии.

⁶ Рассеянность / отвлечение - рассеянная беспорядочная отвлеченность на что бы то ни было, цепляние и следование умом за проявлениями объектов органов чувств, вовлеченность в ошибочное восприятие.

⁷ Возбужденность – когда множатся и сильно увлекают за собой мысли, образы, любая ментальная активность, в первую очередь из-за такого омрачения как страсть, желание.

⁸ “Собирание” - когда ум словно собирается внутрь, что приводит к таким изъянам, как инертность и сонливость, и любым состояниям, в которых нет ясности.

⁹ Распространение /приумножение - вовлеченность в мышление, обусловленное двойственным восприятием, рассеянность в то время, когда множатся любые мысли о прошлом, настоящем и будущем.

¹⁰ Изъян, [который можно сравнить с] кружением или бессвязной речью - вроде речи сумасшедшего или говорящего во сне. Пример иллюстрирует ситуацию, когда хотя и есть видимость практики, то есть сидят ровно в медитативной позе, но - совершенно без всякого толку: нет расслабления в естественном состоянии природы ума с ясным непосредственным прозрением в суть, а вместо этого в уме кружатся мысли в отсутствие всякого объединения с осознанием естественного состояния проявлений. Или, другими словами согласно ещё одному разъяснению примера наставником, - это изъян, когда, в отсутствие постижения нераздельности аспектов пустотности и ясности, случается «медитация

3. Если нет противоядия для омрачений, то это может быть изъясном пребывания лишь в твердом, устойчивом покое ума¹¹.

глупца” или “практика сумасшедшего”: так же, как сумасшедший может сесть ровно, но не способен понять суть практики и правильно применить на опыте, так же и при этом изъясне - есть только видимость медитации, но на самом деле верной практики не случается.

¹¹ [6] Тиб. “шине”, досл. “умиротворенное пребывание”. Контекстно зависимый термин, здесь указывающий на пребывание в однонаправленном состоянии успокоения ума без постижения истинной природы любых явлений.

С точки зрения сути и практики Дзогчен “противоядием” к омрачениям является естественное высвобождение всего возникающего прямым прояснением пустотности проявлений непосредственно в момент их возникновения / без вовлеченности в субъектно-объектное восприятие, без сосредоточения и фиксации на чем-либо, также без таких умозрительных попыток что-то культивировать или отбросить, как это применяется в качестве метода противоядий сутры, и также без попыток трансформировать что-то методом средств-противоядий тантры.

В практике Дзогчен нет неких специально создаваемых умом противоядий, а самим “средством от омрачений” является неотвлечение от осознания естественного, не созданного умом состояния – истинной природы проявляющегося; или, другими словами, - прямое прояснение сути текущего сознания как основы всех проявлений с невовлеченностью в обыденное восприятие [существа, с его цеплянием за ощущение реальности существования субъекта и объекта]. Другими словами – после безошибочного прямого прозрения в изначально пустотную и не создаваемую умом построениями природу текущего сознания далее достаточно невовлечённости в ошибочное двойственное восприятие: в отсутствие цепляний и оценочных суждений о любых возникающих проявлениях, без попыток что-то создать, культивировать, без попыток прервать движения сознания, улучшить что-то или подправить. Если же не понять сути практики, то может казаться, что прояснение истинной природы подразумевает некоторое “неконцептуальное восприятие как состояние без мыслей” и в таком случае есть риск принять за постижение сути некое пребывание без мышления, состояние покоя ума или тонкое сосредоточение на некоем состоянии пустотности и безмыслия с попытками это состояние удержать. “Если думаешь, что постижение сути – это некое “неконцептуальное восприятие”, то имеет смысл спросить себя, чем такое неконцептуальное[*] восприятие [**] отличается

4. Если привязан к вкусу воззрения /прозрения и медитации, то это - ошибка практики [так называемых] четырех видов сансарических божеств мира без форм¹².

Три ошибки поведения /активности.

1. Если не постигается (суть) омрачений-ядов и изначального осознания как неделимого единства¹³, то пять ядов - причина круговорота, и

от восприятия коровы, без всяких концептуальных излишеств мирно пережевывающей траву и при этом не лишенной способности воспринимать”.

¹² Ошибка практики [так называемых] четырех видов сансарических божеств мира без форм - то есть существ так называемого мира богов, которые пребывают в медитативном сосредоточении. По сути, речь о таком изъёме практики, когда возникает цепляние за медитативные переживания, например, за переживание безмыслия или блаженства. Желание и стремление повторить эти состояния, цепляние за этот опыт - это ошибка, результатом которой может стать в лучшем случае перерождение в одном из высших миров, однако такая практика не приведет к реализации полного просветления.

¹³ С точки зрения Дзогчен при постижении истинной сути нет необходимости отвергать пять ядов-пять омрачений: если и проявляется что-то, то при прояснении истинной природы возникающего проявление само собой, естественным образом высвобождается как есть – как изначально пустотное самопроявление энергии исконно присущего осознания, не вовлекая в ошибочное субъектно-объектное восприятие, в соответствующие ему цепляния и в совершение действий, обусловленных омрачениями.

Например, если в момент возникновения эмоции проясняется природа этого проявления как пустотного самопроявления пустотного осознания, то не возникает цепляния за идею о реально существующем объекте и субъекте, не возникает цепляния за это проявление энергии как за что-то настоящее, реально существующее, и в таком случае также нет необходимости что-то трансформировать или блокировать, поскольку возникающее уже само собой высвобождается в самый момент проявления как изначально пустотное: нет обыденного омраченного вовлечения в это и не

поэтому, если ушёл за обыденным потоком пяти омрачений-ядов, то это ошибка.

2. Отсечение добродетели в корне – ошибка, поэтому, если игнорировать принцип причины и следствия, карму и относиться к этому с пренебрежением, то это ошибка.

3. Если небрежен и невнимателен в отношении [необходимости] воздерживаться от негативных действий/ избегать недобродетели - то это ошибка, поскольку это является препятствием для освобождения"¹⁴.

возникает негативных действий, обусловленных двойственным восприятием и омрачением.

Таким образом, поскольку прямо и непосредственно постигается пустотность всех самопроявлений, то нет цепляния и следования за возникающим, а значит, нет необходимости в умозрительных усилиях и применении принципа отбрасывания, свойственного практике сутры, или принципа трансформации, свойственного пути тантры.

Таким образом, когда говорится об "ошибке ухода за обыденным потоком пяти омрачений-ядов", подразумевается и ошибочное обычное состояние заблуждающегося существа, которое безвольно увлекается возникающими омрачениями, ничего не делая с ними и не постигая их истинную природу, и также подразумевается то, что если при применении на опыте сути Дзогчен во время возникновения омрачения цепляться за это как за изъян, анализировать, пытаться прервать, трансформировать, то это будет подразумевать обыденную двойственную ментальную активность, вовлеченность в текущее движение энергии как в нечто реально существующее - вместо прямого прояснения пустотной природы этого самопроявления.

¹⁴ Если думать, что раз узнал истинную природу всех равностно пустотных проявлений, то нет и пользы в добродетели, то это ошибка - из-за таких мыслей велик риск того, что вообще сойдешь с пути добродетели.

Если вследствие таких идей к тому же начать совершать что попало, полагая, что нет изъяна в совершении недобродетели - то это ошибка, потому что, пока не реализовал абсолютное всеобъемлющее постижение и если при этом совершаешь негативные

Четыре возможные ошибки в отношении реализации.¹⁵

1. Если питают большие надежды, то это препятствие, и поэтому - ошибка.¹⁶

2. Если сомневаются, то обманываются, и таким образом, это ошибка.¹⁷

3. Если есть цепляние, то есть скованность, а значит, это ошибка.¹⁸

действия, то так или иначе создаёшь препятствия на пути реализации полного Пробуждения и копишь причины для страданий.

¹⁵ Здесь, когда говорится о возможных "ошибках в отношении реализации", речь идет о препятствиях для реализации плода/результата практики, в целом.

¹⁶ Если захватываются мыслями, надеждами и мечтами о том, как достигнут некоего результата или лишь умозрительно рассуждают и раздумывают о том, "каков же плод", вместо прямого постижения истинной природы, запредельного умопостроениям и любой захваченности, то это - ошибка, препятствующая развитию практики и настоящей реализации.

¹⁷ Если сомневаются в том, что смогут реализовать Просветление, если не уверены в том, что практика Дзогчен может привести к полному освобождению, если подпадают под власть таких идей, как "я не способен осуществить практику до полной реализации" и тому подобных, то это заблуждение, поскольку таким образом лишь множат ограничивающие умопостроения - вместо того, чтобы ознакомиться с естественным состоянием, свободным от всех ограничений, и далее свыкаться с этим, изначально присутствующим самоосознаванием, основой всех проявлений, которое - не что-то отдельное или требующее создания неким изощренным способом, а - естественно присущая собственная природа.

¹⁸ Цепляние за идею о "плоде практики", равно как и цепляния за понятия "пустотности", "ясности", и т. д., захваченность переживаниями, мыслями типа "это единство ясности и пустотности", "это спонтанное совершенство" и тому подобными - это ошибка, потому что беспрепятственно-прозрачное осознание истинной природы, естества - за пределами фиксаций, концептуального мышления, двойственной ментальной активности, усилий ума и сосредоточения на чем-то.

4. Если создают/изменяют умом, то заблуждаются, и таким образом, это ошибка".¹⁹

Далее по доброй традиции - примечания относительно используемых в тексте русских терминов, что видится целесообразным для большей точности передачи смысла, поскольку восприятие отдельных слов родного языка также может быть различным у разных людей, и при вникании в суть таких важных наставлений имеет смысл ориентироваться в первую очередь на авторитетные источники, а именно: 1) на исходные наставления и комментарии на них как на источник точного смысла и 2) на источники общепринятых значений слов и принципов их использования в том языке, на который эти наставления переводятся. Такой подход может способствовать уменьшению бессмысленных споров относительно терминологии, предотвращению превратных толкований, спекуляций²⁰ и прояснению ключевых смыслов. Итак:

¹⁹ Если пытаться создать, изменить, подправить посредством любых усилий ума изначальное естественное состояние, запредельное умопостроениям, описаниям, не подверженное воздействию, не подделываемое посредством умозрительной медитации, то это ошибка, поскольку такие попытки не ведут к истинной реализации абсолютного полного Просветления.

²⁰ "Спекуляция в диспутах — это использование непроверенной информации, домыслов и предположений в спорах и обсуждениях с целью достижения определенных выгод или манипуляции собеседником. Основные характеристики: использование сомнительных аргументов, манипулятивный характер рассуждений, отсутствие фактических подтверждений, искажение фактов в свою пользу.

В дискуссиях спекуляция может проявляться через: эмоциональное давление вместо логических аргументов, манипуляцию фактами и попытки формировать мнение для достижения своих

1. *Примечание относительно термина «концепция» в русском языке.*

Философский энциклопедический словарь: «Концепция (от лат. conceptio — понимание, система) — система взглядов, то или иное понимание явлений, процессов; основная, определяющая идея теории.»

Большой психологический словарь (под ред. Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко): «Концепция — 1) Система взглядов на те или иные явления и процессы. 2) В логико-философской традиции — синоним понятия как форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений.»

Словарь Ушакова: «Концепция — система взглядов на что-нибудь».

Семантический анализ:

Ядро значения: Устойчивая, систематизированная мысленная конструкция, идея или теория.

Ключевые признаки: Системность, абстрактность, логическая оформленность.

Коннотации: В нейтральном научном контексте — инструмент познания. В контексте практики медитации — “созданное умом”: про попытки сформировать и удерживать некую

целей и утверждения своих представлений, использование слухов и непроверенной информации, передергивание чужих слов и мыслей. Важно отметить, что в профессиональных дискуссиях и научных спорах спекуляция считается недопустимым методом аргументации, подрывающим доверие к участникам дискуссии и искажающим суть обсуждаемых вопросов.”.

идею (например, идею о необходимости оставаться в безмыслии) или умозрительное представление о природе реальности, запредельной крайностям всех представлений и установок ума.

2. Дополнительное примечание относительно термина “восприятие” в русском языке.

Большой психологический словарь: «Восприятие — целостное отражение предметов, ситуаций и событий, возникающее при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные поверхности органов чувств.»

Философский энциклопедический словарь: «Восприятие — чувственный образ внешних структурных характеристик предметов и явлений материального мира”.

Словарь русского языка в 4-х томах: “ВОСПРИЯТИЕ, -я, ср. Психол. Процесс отражения в сознании человека предметов и явлений внешнего мира при их непосредственном воздействии на органы чувств. Ощущение и восприятие. . Способность усваивать, понимать что-л.; восприимчивость. Восприятие красоты в искусстве. У неё тонкое восприятие природы.

То, что воспринято, усвоено; представление. Создать правильное восприятие событий. У каждого своё восприятие действительности”.

Словарь Ожегова: «Восприятие — 1. См. Воспринять (ощутить, распознать органами чувств).
“. Форма чувственного отражения

действительности в сознании, способность обнаруживать, принимать, различать и усваивать явления внешнего мира и формировать их образ.»

Семантический анализ. Ядро значения: целостный процесс и результат отражения действительности органами чувств, формирующий субъективный образ.

Ключевые признаки: целостность, предметность, связь с сенсорными системами, роль сознания в интерпретации данных.

Коннотации: подразумевает неразрывную связку «субъект – объект». Субъект (воспринимающий) активно интерпретирует сигналы от объекта (воспринимаемого).

Одна из ключевых функций слова «восприятие» в современном русском языке – передача субъективности восприятия, индивидуальной интерпретации воспринимаемого с учетом прошлого опыта. Большой толковый словарь под ред. С.А. Кузнецова: “Восприятие - то, что осмыслено и усвоено; мнение, оценка. Общественное восприятие событий. Его восприятие лекции было неполным. Изменить восприятие ситуации в свою пользу”.

О Лишу Тагринге (цитата с сайта bon.su):

«Известный учитель Лишу Тагринг, реализовавший радужное тело в VIII веке. Он обрел эту реализацию согласно методам Дзогчен Драгпа

Корсум («три передачи»). У него было восемнадцать великих учеников-махасиддх, а также ученица кхандро⁵ Чоза Бонмо, которая также достигла тела света в VIII веке. Учитель Дзогчена [Арта Лама Ринпоче](#) в своей лекции о радужном теле рассказывает, что сам Лишу Тагринг был рожден девочкой, однако в определенный момент жизни силой практики его тело трансформировалось в мужское. Таким образом, оба этих примера (Лишу Тагринга и его/её ученицы Чоза Бонмо) можно считать подтверждением того, что женщины также достигали состояния будды”.