



ТРИДЦАТЬ СОВЕТОВ

идущих из сердца Гьялва Лонгченпы

Посреди всеобъемлющих небес его мудрости — абсолютного пространства — теплые лучи его сострадания, что озаряют облака его молитв, и обильный неиссякаемый дождь амриты, орошающий поле наставляемых на путь существ, возвращают ростки Трех Кай.

Склоняемся к стопам Гуру, защитника, высшей из Трех Драгоценностей.

Силой своих помыслов я мог бы слиться с высокой чередой тех, кто достиг совершенства, но, по скудости усердия, моя жизнь, растроченная понапрасну, ныне подошла к закату. Было и у меня намерение поступать так, как делали риши, но теперь глубоко удручен я и вижу, что есть и другие, мне подобные. Потому-то, дабы зародить в своем уме ясное отречение, произнес я эти тридцать советов, идущих из сердца.

1.

Увы! Применив всевозможные искусные методы, можно собрать вокруг себя множество людей и управлять процветающим монастырем.

Но это порождает ссоры и сильную привязанность к самому себе.

Пребывать в одиночестве — вот мой совет от всего сердца.

2.

Совершая ритуалы с целью устранить препятствия и обуздать злых духов, можно демонстрировать свои умения толпе деревенских жителей.

Но из-за страсти к яствам и богатствам твоим-то умом и овладеет демон.

Обуздать собственный ум — вот мой совет от всего сердца.

3.

Собрав немалую дань с бедняков, можно воздвигать статуи и памятники, раздавать щедрую милостыню и прочее.

Но это значит способствовать накоплению грехов из благих намерений¹.

Сделать добродетельным собственный ум — вот мой совет от всего сердца.

4.

Стремясь к собственному величию, излагают Дхарму другим и с помощью всяческих ухищрений удерживают вокруг себя свиту из знатных особ и простых людей.

Но такой ум, цепляющийся за грубую реальность, есть причина гордости.

Ставить себе только близкие задачи — вот мой совет от всего сердца.

5.

Торговля, ростовщичество и прочее — корыстные за-теи; несправедливо накопив богатство, легко делать большие подношения!

Но заслуги, зиждущиеся на алчности, есть источник восьми мирских дхарм².

¹ Поступая так, и лама, и благодетели накапливают неблагие деяния. — Здесь и далее примечания Ф. Маликовой, переводчика с англ.

² Слава и бесславие; наслаждение и страдание; обретение и потеря; хвала и хула.

Помышлять об отказе от стяжательства — вот мой совет от всего сердца.

6.

Выступая свидетелем, поручителем, вовлекаясь в судебные тяжбы, можно утихомиривать распри, полагая, что это ведет к общему благу.

Но, если предаваться этому, появятся личные цели.

Быть свободным от надежд и страхов — вот мой совет от всего сердца.

7.

Управляя подданными, имея слуг и земные богатства, можно обрести всемирную славу.

Но, когда придет смерть, всё это ничуть не поможет.

Посвятить себя практике — вот мой совет от всего сердца.

8.

Казначей, управляющие, те, кто занимает важные должности и готовит еду, — это столпы монашеской общины.

Но если ум поглощен всем этим, он служит источником тревог.

Умерь эту сбивающую с толку суету — вот мой совет от всего сердца.

9.

Взяв с собой ритуальные предметы, подношения, книги и кухонную утварь, обеспечишь себя всем необходимым для ухода в горный затвор.

Но, если не иметь ни в чем недостатка сейчас, — это породит помехи и ссоры.

Не иметь никаких потребностей — вот мой совет от всего сердца.

10.

В наш век упадка можно укорять окружающих за их необузданность;

Однако, вместо того чтобы принести пользу, это лишь порождает губительные мысли.

Произносить умиротворяющие слова — вот мой совет от всего сердца.

11.

Не тая никаких корыстных намерений, можно с любовью указывать людям на их недостатки, помышляя лишь об их благе.

Однако, пусть всё сказанное будет правдой, оно уязвит их сердца.

Говорить добрые слова — вот мой совет от всего сердца.

12.

Пустившись в споры, можно отстаивать свою точку зрения и опровергать воззрения других, стремясь сохранить чистоту учений.

Но так возбуждаешь в себе нечистые мысли.

Хранить безмолвие — вот мой совет от всего сердца.

13.

Полагая, что проявляешь служение своему гуру, можно яростно отстаивать его традицию и воззрение.

Но восхвалять себя и принижать других — значит взращивать свои привязанности и ненависть.

Оставить всё это — вот мой совет от всего сердца.

14.

Глубоко обдумав услышанную Дхарму, можно решить, что понимание чужих ошибок — это свидетельство обладания различающей мудростью.

Но думать так — значит накапливать собственные грехи.

Видеть всё чистым — вот мой совет от всего сердца.

15.

Видя всё только с позиции пустоты и пренебрегая причиной и следствием, можно считать, что недеяние и есть вершина Дхармы.

Но забывать о двух накоплениях губительно для практики.

Объединять то и другое — вот мой совет от всего сердца.

16.

Если взять третье посвящение, то происходит нисхождение сокровенной сущности и тому подобное. Можно считать, что путь с использованием чужого тела приведет к небывалому продвижению.

Но на этом пути нечистого попались в ловушку многие великие йогины.

Полагаться на путь освобождения — вот мой совет от всего сердца.

17.

Давать посвящения людям, которые не готовы, и раздавать толпе священные вещества — значит порождать злоупотребления и загрязнять самайю.

Держаться праведного поведения — вот мой совет от всего сердца.

18.

Возможно, ходить нагишом на людях и проявлять другие чудачества считают поведением, достойным йогина.

Но из-за этого миряне могут утратить веру.

Быть осмотрительным во всем — вот мой совет от всего сердца.

19.

Где бы ты ни был, желая быть самым великим, будешь поступать согласно традиции и по разумению.

Но это причина падения из высшего в низшее.

Быть ни напряженным, ни расслабленным — вот мой совет от всего сердца.

20.

Обитаешь ли в деревне, в монастыре или в горном затворе, нужно, не ища себе близких, стать другом всем, не питая при этом ни дружеских чувств, ни враждебности.

Хранить независимость — вот мой совет от всего сердца.

21.

Можно с лицемерным видом выражать почтение покровителям, которые заботятся о твоём пропитании.

Но притворяться перед другими — значит связать путями себя.

Действовать, руководствуясь единым вкусом, — вот мой совет от всего сердца.

22.

Есть бесчисленное множество сочинений по гаданию, астрологии, медицине и прочему.

Хотя все они связаны с методами, которые опираются на закон взаимозависимости и способствуют всеведению, если слишком увлекаться подобными вещами, это станет помехой созерцанию.

Умерить изучение этих наук — вот мой совет от всего сердца.

23.

Когда, живя в помещении, его обустроиваешь, можно и в уединении окружить себя всеми удобствами.

Но так можно всю свою жизнь растратить на никчемные мелочи.

Отбросить все подобные действия — вот мой совет от всего сердца.

24.

Сведущий, добродетельный и не лишенный усердия в продвижении к обретению плода — у такого человека все качества могут быть на высоте.

Но сопряженная с этим привязанность будет держать его в путах.

Уметь освободиться, отбросить сосредоточенность на своем «я» — вот мой совет от всего сердца.

25.

Умея вызывать град и грозу, наводить чары, оставаясь неуязвимым, можешь возомнить, что подчинил себе всё на свете.

Но, если по твоей вине сгорит другое существо, попадешь в низшие миры.

Хранить смирение — вот мой совет от всего сердца.

26.

Можно иметь все нужные тексты, устные советы, записи и прочее.

Но если не претворять их в практику, от них не будет никакой пользы, когда придет смерть.

Изучать собственный ум — вот мой совет от всего сердца.

27.

Во время сосредоточенной практики могут возникать переживания; можно обсуждать их с другими, писать духовные стихи и петь песни просветления.

Хотя все эти вещи — естественное проявление практики, они будут усиливать движение мыслей.

Избегай рассудочного осмысления — вот мой совет от всего сердца.

28.

Какие бы мысли ни возникли, важно их наблюдать. Когда есть ясное понимание ума, важно с ним оставаться. Хотя нет никакого объекта медитации, важно пребывать в такой медитации.

Всегда быть внимательным — вот мой совет от всего сердца.

29.

Пребывая в пустоте, действуя сообразно закону причины и следствия, постигнув недеяние, соблюдая три обета¹, да будем мы с абсолютным состраданием² стремиться к благу всех существ.

Объединить два накопления — вот мой совет от всего сердца.

30.

Люди следуют многим мудрым и совершенным гуру, получают множество глубоких наставлений, просматривают некоторые сутры и тантры и всё же их не применяют.

Увы! Они лишь обманывают себя.

Итак, для себя самого и подобных мне я высказал эти тридцать советов от всего сердца. Сколь ни мала заслуга от такого духа самоотречения, да будут все существа ведóмы в бурных пространствах бытия и укрепятся в великом блаженстве. Идя по стопам будд и бодхисаттв трех времен и всех великих святых, да станут они их возвышенными сынами. Так Цултрим Лодро³, движимый малой толикой отречения, задумал эти тридцать советов от всего сердца.

¹ Хинаяны, Махаяны и Ваджраяны.

² Сострадание, не направленное конкретно на кого-либо.

³ Одно из имен Лонгченпы.

Культурный центр «Уддияна» разрабатывает и осуществляет научные и книгоиздательские программы, направленные на сохранение тибетской культуры, в том числе проекты по переводу на русский язык и изданию основополагающих текстов буддизма, книг современных буддийских учителей, а также изданий по тибетской культуре, истории и медицине.

В ближайших планах издательства следующие книги:

Чоки Нима Ринпоче «Неоспоримая истина»

Джамгон Конгтрул: «Мириады миров»

**Падмасамбхава: «Естественное освобождение»
(Учение о шести бардо)**

Патрул Ринпоче: «Слова моего всеблагого учителя»

Информацию об этих и других изданиях
вы можете найти на нашем сайте в интернете:

<http://www.uddiyana.ru>
<http://welcome.to/uddiyana>

По вопросам, связанным с приобретением книг,
обращайтесь по тел. **+7 (812) 1579467**

*Мы приглашаем к сотрудничеству переводчиков, спонсоров
и просто всех желающих помочь!*