

Падмасамбхава

Хрустальное ожерелье безупречной практики

НАМОГУРУ

Когда великий учитель Падмакара, мантрадхара, хранящий благословенную традицию учений, находился в ритоде Жемчужное Зерно в Памагонге, благородная Цогял, царица Карчена, попросила наставлений. По этому случаю он дал на благо грядущих поколений учение «Хрустальное ожерелье безупречной практики». Люди будущего, внимайте!

Учитель-нирманака Падма сказал: Когда практикуешь Дхарму от всего сердца, тебе нужен сведущий наставник, подлинный и заслуживающий доверия, совершенный духовный учитель, владеющий непрерывной передачей чистой линии преемственности. Если твой учитель – обманщик, наставления будут ошибочными, и вся твоя практика станет неверной. Поскольку это крайне опасно, необходимо встретить сведущего учителя. Помни об этом!

Благородная Цогял спросила: Что означает непрерывная передача линии преемственности?

Учитель-нирманака ответил: Нужна линия преемственности – непрерывная передача Просветления от дхармакаи, самбхогакаи и нирманакаи. Такова линия учителя Падмы. Дхармака Самантабхадра дал передачу самбхогакае Амитабхе, который с помощью искусных средств передал осознание нирманакае Падмакаре.

Ты, женщина, лично услышала слова нирманакаи. Ты одарена передачей линии преемственности, равно как и благословениями.

Учитель-нирманака Падма сказал: Учителя не должны давать сердечный совет неподходящим ученикам, у которых нет кармической связи.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Такие люди не уважают своего учителя и пытаются добыть учения хитростью. Получив их, они приписывают этим учениям другой источник и оставляют устные наставления без применения. Они не соблюдают заповедь линии передачи. Поскольку они не практикуют, давать им глубокие учения – все равно, что бросать чистое золото в сточную канаву. Такие ученики – неподходящий сосуд для наставлений. Поскольку они не обладают пониманием и у них не будет убежденности, они не смогут сохранить учения. Если давать устные наставления неподходящим людям, учения станут всего-навсего написанными словами и книгами, что приведет к искажению Дхармы. Учения будут испорчены, если давать их недостойным. В этом нет надобности. Очень важно уметь сохранять глубокие учения и искусно проверять качества учеников. Помни об этом!

Учитель-нирманакая сказал: Не обучай Дхарме людей, которые понимают неверно.

Благородная Цогял спросила: Чем это опасно?

Учитель ответил: Такие неподходящие люди не понимают важнейших моментов устного наставления. Поскольку у них нет передачи линии преемственности, их ум не объединится с Дхармой, а нрав их испортится. Если учить Дхарме людей, которые искусны в сухих умствованиях и цепляются за словесные ухищрения, это приведет к клевете на Дхарму. Очернитель Дхармы накопит дурную карму, а ты, разгневавшись, тоже накопишь проступки. Так из-за Дхармы и учитель, и тот, кто получает учение, приобретут дурную карму. В этом нет надобности.

Не превращай глубинное наставление в предмет продажи, но практикуй с упорством в уединенных местах и объедини свой ум с Дхармой.

Учитель-нирманакая Падма сказал: Не имей последователей, которые оставляют наставления без применения.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Дельцы, наслаждающиеся мирскими благами и репутацией, заняты своими повседневными нуждами и не позволяют практике стать их главной целью. Они довольны уже тем, что «практиковали», «получили» или «поняли» Дхарму. Почуввав возможность получить пустячную прибыль или славу, еду или вещи, удовольствие или почести, они не станут хранить учения в тайне, даже если гуру дал им такой наказ. Вместо того они станут легкомысленно объяснять учения, смешивая их с ложью и шарлатанством. Не давай устных наставлений последователям или ученикам, которые, как мошенники, начнут использовать своего учителя и Дхарму. Учения Дхармы будут испорчены. Не нужно давать нектар бессмертия другим, если сам его не отведал, давай его только искренне увлеченным людям. Кто искажает глубокие учения Тайной Мантры, тот не получит никаких благословений, дакини-матери и дакини-сестры будут недовольны, и возникнут препятствия. Помни об этом!

Учитель-нирманакая сказал: Извлекай нектар устных наставлений и давай его достойным людям, обладающим кармической непрерывностью предшествующей практики, которые от всего сердца стремятся следовать священному смыслу и будут усердно его практиковать.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Такие люди, считая своего учителя буддой, обладают огромной преданностью. Воспринимая устные наставления, как нектар, они чувствуют убежденность. Поскольку их ум свободен от сомнения и колебания, они относятся к учениям, как к драгоценности, исполняющей желания. Воспринимая тяготы деятельности в сансаре, как яд, они посвящают себя практике ради будущего.

Видя тщетность устремлений этой жизни, они с огромной силой духа и упорством стараются обрести непревзойденное Просветление. Такие благородные люди, не запятнанные изъянами соперничества и честолюбивого влечения к материальным благам и

престижу, – это возвышенные духовные потомки победоносных. Если дашь полные наставления таким людям, это принесет пользу и тебе, и другим. Помни об этом!

Негодный сосуд не может удержать молоко снежного льва, а влитое в золотой кувшин, оно обладает чудесными свойствами.

Учитель-нирманакая сказал: Если хочешь достичь Просветления за одну жизнь, но не вступаешь на путь самовоспитания, практика не дойдет до глубины души. Поэтому необходимо заниматься самовоспитанием.

Благородная Цогял спросила: Как вступают на путь самовоспитания?

Учитель ответил: Если, начиная практиковать Дхарму, ты не занимаешься самовоспитанием, а остаешься праздной, ленивой и самонадеянной, то не добьешься успеха.

Поэтому в благоприятные месяцы, летом и осенью, или в благоприятные дни, восьмой день, новолуние и полнолуние, отправляйся в место для уединенной практики, такое как кладбище, высокогорье, снежная вершина, отдаленное место отшельничества, обитель какого-нибудь сиддхи или лес.

В этом месте ты должна подмести, устроить сиденье, приготовить мандалу, расставить подношения и сделать алтарь с символами просветленных тела, речи и ума. Поднеси торма местному божеству, нагам и прочим и, сделав подношение напитка, прикажи им воздержаться от создания препятствий и стать добрыми спутниками.

Наутро расстанься с праздностью. Вместо этого займись тем, что связано с Дхармой: делай подношения учителю и Драгоценным, произноси молитвы и подноси торма йидаму, дакини и защитникам Дхармы.

Чтобы сиддхи не ускользнули, поднося торма, бросай их лицом не наружу, а к себе, дабы обстоятельства были благоприятны.

Днем ты должна приучаться смотреть на все воспринимаемое, как на сновидения. То есть будь естественна и не напряжена, не исправляя того, что проявляется. Пусть твое восприятие само собой будет свободным и открытым. Будь всегда начеку и ни за что не держись.

Вечером ты должна принять осознание как путь. Иначе говоря, в конце дня усиль осознание и оставайся бдительной и бодрствующей, не впадая в сонливость и отупение.

В полночь объедини состояние глубокого сна с дхарматой и спи в состоянии немышления. Призвав на помощь твердую решимость, скажи себе: «Я буду осознавать, что сны – это сны!» Благодаря этому, видя сны, ты сможешь помнить о дхармате и освободишься от ликования или кошмара.

Утром ты должна принять дхармату как путь. Иначе говоря, когда ты пробуждаешься ото сна и чувствуешь в теле легкость, вспомни дхармату и практикуй самосущую внимательность, не сосредоточиваясь, не медитируя и не впадая в дремоту. Не поддавайся лени и праздности, а практикуй в ясном бодрствовании, в должной мере соблюдая самовоспитание.

Пока не завершишь отшельничество, не носи чужую одежду, потому что это может стать причиной осквернения и ослабления силы твоей практики. Если еда слишком питательна, ты окажешься во власти беспокоящих эмоций. Если она слишком скудна, твоя физическая сила уменьшится, и ты не сможешь продолжать практику самовоспитания. Придерживайся умеренного и уравновешенного питания.

Не ешь нечистую, украденную или выброшенную пищу. Не ешь пищу людей, которые осквернены нарушением самай, или пищу людей, одержимых злыми силами. Если это делать, путь к достижению будет замедлен и, возможно, ты не сможешь завершить отшельничество.

Не передвигай свое сиденье. Если перенесешь сиденье или постель до завершения отшельничества или до того, как закончится срок твоего обета, знамения и знаки исчезнут, и могут возникнуть неожиданные препятствия.

Не выполняй ритуалы для защиты других и не пытайся изгонять духов; если будешь это делать, твои способности ослабнут. Не смывай грязь с тела, одежды, головы и волос, потому что сиддхи из-за этого ослабеют и исчезнут. Нельзя стричь волосы, бороду или ногти, поскольку это ослабит силу мантры. Не разъясняй другим Дхарму из своего уединенного жилища, потому что это создаст препятствие для признаков свершения. Обет или клятву практиковать в течение долгого периода времени дай не один раз, но делай это каждый день, иначе можешь попасть под влияние мары.

Сила мантры не развивается от бесед с людьми, поэтому храни безмолвие речи. Если совершать ваджрные песнопения Тайной Мантры или гневных божеств громко, их силы уменьшатся, а не-люди и духи испугаются и потеряют сознание. Поэтому совершай песнопения правильно – шепотом.

Если начитываешь мантры лежа, отсчитывая их покоящейся на груди рукой, то лишь создаешь себе препятствие. Если сидишь выпрямив спину, каналы всегда будут прямыми, и это позволит ветрам циркулировать свободно.

Поскольку ветры и ум связаны друг с другом, свободное течение ветров будет способствовать тому, что ум сможет хранить собранность и сосредоточенность. Поэтому есть очень важная причина держать тело в семичленной позе медитации.

Не спи днем. Это повлечет за собой множество неприятностей, поэтому во что бы то ни стало откажись от дневного сна.

Не плюй и не сморкайся на землю в местах, которые часто посещают люди, потому что это помешает силе мантры.

Пока не завершишь уединённую практику, воздержись от действий на благо других, от всех дел и развлечений, а также от поступков, которые возбуждают тело, речь или ум. Упорно сосредоточивайся на своей практике, умножая благие действия для своей пользы.

Какие бы хорошие или дурные знаки практики или магические проявления ни возникали во время отшельничества, не впадай в пристрастия и предубеждения и не выноси оценок о том, что следует принять, а что отвергнуть. Практик, оставь ум покоиться в своем естественном состоянии и продолжай практику до конца.

Завершая отшельничество, сделай благодарственные подношения, ослабь ограничения своего отшельничества, но несколько дней сохраняй его условия, не отлучаясь в город или далеко от этого места. В течение трех дней не спи нигде, кроме своей постели, и держись подальше от взоров людей, которые не разделяют с тобой ту же самаю.

Не показывай другим предметы своей практики и не делись веществами свершения, а отведай их сама.

От начала и до завершения уединенной практики не прерывай резко отшельничество, что бы ни случилось. Распознай в этом происки мары и не поддавайся трудностям.

Во всех случаях практикующий, посвятивший себя стадиям приближения и свершения, не должен необдуманно предаваться повседневному занятиям. Не ешь любую подвернувшуюся пищу. Не надевай запачканную или оскверненную одежду.

Не ложись спать где попало. Не испражняйся на виду у других или там, где ходят люди. Не выполняй йогические практики не вовремя. Всегда будь чрезвычайно внимательна в своем поведении.

В общем, если желаешь счастья, доведи до конца свою практику Дхармы, занимаясь самовоспитанием и принимая неприятные обстоятельства.

Раздели дни и ночи на части и уделяй практике отведенные периоды времени. Тогда твое счастье будет долгим. Помни об этом!

Учитель-нирманакая сказал: Если, попытаешь достичь непревзойденного Просветления, не сможешь долгое время соблюдать свой обет, на тебя будет воздействовать демон препятствий.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Дав обет практиковать неискаженные устные наставления, прилежно применяй противоядия, чтобы избавиться от привязанности к чужой лести и от уз еды и питья, которые возникают оттого, что другие оказывают тебе знаки уважения, кланяются, делают тебе подношения и просят совершить защитные ритуалы. Это только мешает духовной практике человека, не обладающего устойчивостью и уверенностью.

Сначала можешь принять обет на три, семь или девять дней, на половину зимнего месяца или на один летний месяц, а затем постепенно продлевай его на месяцы и годы. Самое лучшее – дать обещание практиковать двенадцать лет, хорошо – шесть лет, а самое меньшее – три года или один. Если, не сумев даже этого, ты сможешь заниматься таким самовоспитанием в течение шести месяцев, лета или зимы, используя свое тело, речь и ум только в духовных целях, практикуя без лени и праздности, это будет иметь очень большое значение, и ты вступишь на путь Просветления.

Обычно принятие обетов, которые не можешь соблюдать, служит самой большой причиной падения. Поэтому не давай никаких обетов, которые не сможешь выполнить. Давай только те обещания или обеты, которые согласуются с твоими способностями. Таков более совершенный способ практики. Помни об этом!

Учитель-нирманакая сказал: Усваивая подлинные устные наставления своего учителя с помощью практики, важно всегда хранить безмолвие речи – уединение своего голоса.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Из всего, что отвлекает внимание, самое сильное – бесполезная болтовня.

Поэтому пустые бессвязные разговоры губительны для духовной практики. Уметь хранить безмолвие – наилучшее отшельничество: благодаря ему ты пребываешь в покое, даже находясь на рыночной площади.

Независимо от того, насколько строгое самовоспитание ты практикуешь, хранить безмолвие, несомненно, лучше всего. Если ты не способна на это, следует хранить безмолвие, по меньшей мере, до завершения периода практики. Храня безмолвие и не прерывая духовную практику обычными разговорами, ты обретишь <сверхъестественные> способности Речи и быстро добьешься свершения.

Вообще, много говорить о том, что не является практикой Дхармы или не касается Дхармы, бессмысленно. В этом нет надобности. Если не стремишься к непревзойденному Просветлению, занимая голос повторением мантр и чтением священных текстов, после того как закончишь обычные разговоры, ты все равно что немая. Помни об этом!

Учитель-нирманакая Падма сказал: Созерцая йидама, необходимо обрести невозмутимость тела, речи и ума.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Представлять свое тело как образ божества, зримый, но не обладающий конкретным бытием, – это невозмутимость тела. Дать своей речи звучать мантрой божества, четко и ясно, как звучащая пустота, – это невозмутимость речи.

Твой ум, чистый и свободный от рассудочных мыслей, единство способности познавать и пустоты – это невозмутимость ума. Нераздельность с невозмутимостью тела, речи и ума зовется махамудрой.

Если ты непрерывно повторяешь эти три слога, являющихся сущностью сугат: ОМ для тела, А для речи и ХУМ для ума – ты наделена телом, речью и умом всех сугат.

В целом, если пребываешь нераздельно с просветленным телом, речью и умом, твоя практика Тайной Мантры, несомненно, не подвергается опасности принять неверное направление. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Очень важно измерять время, отведенное на занятия, количеством повторений мантры.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Читая мантры, отведи на каждую из трех или четырех частей дня одно занятие и дай обет начитывать во время каждого занятия самое лучшее – тысячу, хорошо – пятьсот, а самое меньшее – сто восемь раз.

Пока не закончишь начитывать такое количество, храни молчание и не прерывай начитывание обычными разговорами. Так не возникнут никакие препятствия.

Сочетать стадии зарождения и завершения, а также усердно выполнять практику приближения и свершения, подобно неизменному течению реки, – это особое качество подлинной практики устных наставлений.

Все, к чему ты стремишься, например, очищение омрачений, собирание накоплений, устранение препятствий и быстрое обретение двойных сиддхи, будет легко достигнуто благодаря сочетанию стадий зарождения и завершения с начитыванием при приближении и свершении.

Из всех начитываемых мантр повторяй три слога: ОМ А ХУМ – сущность тела, речи и ума всех сугат. Это самые глубокие и всеобъемлющие слоги. Поэтому обет повторять их или добавлять перед начитыванием всех других мантр приносит великие благословения.

Собравшись вместе, капли могут превратиться в океан. Не допускай, чтобы твои губы пребывали в праздности, а постоянно накапливай хотя бы отдельные слоги мантры. Это самое важное. Тогда когда-нибудь придет достижение. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Без объединения средств и знания Тайная Мантра превратится в ошибочный путь.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: «Средства» обозначают безошибочный принцип того, что ты практикуешь, будь то стадия зарождения или стадия завершения. «Знание» обозначает воззрение, смысл пустоты дхарматы и самосушей светонности. Не постигнув, что воззрение – это самосушая пустая способность познавать, пребывающая внутри тебя, ты не вступишь на путь знания. С помощью знания, лишённого средств, ты не испытаешь никаких

переживаний, а если использовать средства без знания, дхармата не войдет в практику. Поэтому необходимо объединять средства и знание, не допуская их разделения.

Разделять средства и знание – все равно что пытаться летать с одним крылом: ты не сможешь достичь уровня состояния будды. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Ты не достигнешь обители пустоты, если не будешь практиковать недвойственность медитации и периода после медитации.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Во время медитации ты пребываешь в нематериальной сущности дхарматы – познающей, но без рассудочного мышления. После медитации ты постигаешь, что все пусто и не имеет собственной сущности. Не испытывая привязанности к переживанию пустоты или очарованности им, ты естественным образом выйдешь за рамки медитации и периода после медитации и освободишься от приверженности к понятиям или представлениям о качествах, подобно тому, как облака и туман сами собой тают в безбрежном просторе неба.

В течение обоих периодов твое созерцание природы дхарматы должно быть вне ясности и омрачения, будто наблюдаешь отражение в зеркале.

Учитель Падма сказал: Если не умеешь практиковать, естественно освобождаясь от вялости и возбужденности, то, какова бы ни была твоя медитация, ты впадешь в эти нежелательные крайности.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Если, пребывая во время медитации в естественном состоянии дхарматы, ты взглядишься в вялость, возбужденность и тому подобное в момент их возникновения, то увидишь, что сама вялость есть пустая дхармата.

Испытывая возбужденность, взглядишь в нее и ты увидишь, что объект возбужденности тоже пуст.

Если, очистившись от привязанности к избавлению от вялости и возбужденности, ты больше не цепляешься за них как за нечто реально существующее, вялость и возбужденность освободятся сами собой и ты не впадешь в эти крайности.

Если можешь практиковать, естественно рассеивая сонливость и возбужденность, наступила самосушащая медитация.

Поскольку любая медитация обычно связана с попытками исправить вялость и возбужденность, она превращается в рассудочную медитацию. Важно понять, что корень вялости и возбужденности – пустота. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Если не умеешь объединять Дхарму с повседневными делами, период занятия медитацией станет для тебя оковами.

Благородная Цогял спросила: Как он становится оковами?

Учитель ответил: В любых обстоятельствах в период после медитации, ходишь ли ты, двигаешься, лежишь или сидишь, следует вносить в практику свободную от любых

построений дхармату, которую ты переживаешь во время спокойного пребывания в медитации. Никогда не отходя от такой практики Дхармы, ты всегда будешь оставаться в состоянии дхарматы, какими бы повседневными делами ни занималась. Так твоя медитация выйдет за рамки ограниченных занятий.

Обычно практик, который ограничивает свое тело и ум, не применяя самой сути медитации, скован цепями. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Ты не очистишь кармических омрачений, если оставишь без внимания практики подношения и раскаяния.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Применяя на практике устные наставления, ты должна делать то, что называют «принятием деяний Дхармы как своего пути».

Это означает, что ты должна превращать в абсолютный путь такие действия Дхармы, как медитация, совершение подношений, обход вокруг [священного объекта], приготовление ца-ца и торма, чтение вслух, песнопение, переписывание текстов и тому подобное. Непрестанно совершай эти действия. Привязанностью, усталостью и тому подобным не достигнешь главной цели.

Обычно, если твоя практика не свободна полностью от умозрительности, любые совершаемые тобой благие действия принесут лишь плоды сансарного счастья: они не станут путем Просветления. Это будет лишено смысла.

Следовательно, крайне важно совершать любые сложные благие действия тела, речи и ума, пребывая в состоянии, свободном от умозрительных представлений. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Если, практикуя Дхарму, не добиваешься совершенства знаков, устные наставления не возымели истинного действия.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Внутренние знаки таковы: блаженство, ясность и состояние немышления возникают внутри тебя. Свободные от привязанности к конкретному и беспокоящим эмоциям, твои мысли самоосвобождаются.

Средние знаки для обнаружения благословений Дхармы таковы: в твоём теле и речи спонтанно проявляются благословения, ты можешь пресекать вредные эмоции и преодолевать трудности, а болезнь, злые силы и мары не могут ввести тебя в заблуждение.

Внешние знаки освобождения ума практикой Дхармы таковы: при свободе от восьми мирских забот узел твоей привязанности к эго развязывается и распадается.

Обычно уверенность не появляется, если учитель Дхармы несведущ. Поэтому самое важное – создать связь с учителем, принадлежащим к непрерывной линии преемственности дивных сиддхов. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Глубокие наставления не содержатся в книгах.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Если необычайный учитель дарует глубокое наставление, пусть даже выраженное одним единственным предложением, достойному ученику, который претворяет его в практику, этот ученик зародит в себе уверенность и обретет плод. Цогял, твой нерожденный ум – пуст, светоносен и всеобъемлющ. Ощущай это постоянно.

Обычно, если учитель Дхармы превосходит, ты будешь получать глубокие наставления, куда бы ни направилась. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Какое бы учение ты ни практиковала, если оно не приносит пользы живым существам, такая практика приведет к состоянию угасания, свойственному шравакам.

Благородная Цогял спросила: Как она к нему приведет?

Учитель ответил: Претворяя в практику устные наставления, ты выполняешь практику ума будды, чтобы достичь Просветления на благо всех живых существ. Такая практика нацелена на достижение блага для других. Цель обычных колесниц не такова. Малой колеснице свойственно желание добиться покоя и счастья, избавления и Освобождения для самого себя.

Желание покоя лишь для себя – причина страдания. Оно бессмысленно.

Люди, выполняющие практику только ради себя, вряд ли найдут счастье. Поэтому крайне важно посвятить себя только достижению блага других. Практикуя ради других, ты можешь быть свободна от своекорыстия, однако твое собственное благо свершится само собой. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Если не наполнишь свою практику неумозрительным состраданием, пропадут все корни добродетельных поступков, которые ты совершила.

Благородная Цогял спросила: Как это происходит?

Учитель ответил: Корень умозрительной добродетели не может приумножаться и поэтому истощится. Если благое действие наполнено неумозрительной преданностью, такой корень добродетели неистощим и поэтому становится главной причиной непревзойденного Просветления.

Что значит «неумозрительное»? Это значит не иметь представления о «я», не иметь представления о «другом» и не иметь представления о корне добродетели. Полностью раствори свои представления в пустоте.

Обычно, если корень добродетели свободен от представлений, он не содержит ошибок. Не освободившись от представлений, думать, что совершил благой поступок, и посвящать добрые дела материальной выгоде или репутации – извращенное посвящение.

Если хороший поступок, совершенный ради выгоды и репутации, сочетается с посвящением той же цели, он не может приумножаться. Поэтому всегда самое важное – это полная чистота трех понятий. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Один корень добродетели, совмещенный с искусными средствами, может затмить все другие корни добродетели.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Желая искусно применять устные наставления, упражняйся в истинном смысле и налагай печать неумозрительного посвящения. Тем самым ты превзойдешь практики, преследующие материальные цели, а потому, какую бы практику ты ни выполняла, корень добродетели будет возрастать.

Если быть кратким, то суть в том, чтобы сделать корни добродетели неистощимыми и постоянно их увеличивать, пока не достигнешь непревзойденного Просветления. Так или иначе, полностью избавься от привязанности к посвящению, его объекту и посвящающему, пока от них не останется никакого следа. Помни об этом!

Учитель-нирманакая Падмакара сказал: Общаясь с тремя духовно близкими спутниками, ты будешь защищена от помех, чинимых марой.

Благородная Цогял спросила: Что это означает?

Учитель ответил: Зароди преданность истинному духовно близкому учителю и всегда представляй его над своей головой, обращаясь к нему и делая подношения. Общайся с духовно близкими друзьями, которые практикуют учения, разделяя с тобой одну и ту же самую, которые не стремятся к целям или материальным благам этой жизни, а полны решимости посвятить себя благим действиям ради будущего.

Твердо держись духовно близких наставлений, которые не искажены, и претворяй их в практику с помощью глубоких учений о стадиях зарождения и завершения в соответствии с подлинным методом учителя, достигшего реализации.

Если пребываешь нераздельно с этими тремя спутниками, препятствия мары не смогут тебе повредить.

Если призываешь собственный ум в свидетели своих неустанных действий, которые не будут неприятны Трем Драгоценностям, долговременный плод всегда будет превосходным. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Практикуя Дхарму, необходимо заложить хорошее основание.

Благородная Цогял спросила: Как это следует делать?

Учитель ответил: Прежде всего, не накопив заслуг, ты не встретишься с учителем, который обладает устными наставлениями. Не имея кармической непрерывности предшествующей практики, ты не поймешь учения. Не обладая особой верой и преданностью, ты не сможешь понять достоинства учителя. Не имея обетов, нравственных правил и самай, ты осквернишь корень практики Дхармы.

Если не будешь руководствоваться устными наставлениями, не сумеешь медитировать. Если не обладаешь усердием и упорством, не вступишь на путь практики и твои достоинства уклонятся в леность. Если твой ум искренне не отвратится от сансарных устремлений, не достигнешь совершенства в практике Дхармы.

Если же все эти факторы совпадут, практика Дхармы будет успешной. Достижение непревзойденного Просветления зависит от совпадения множества причин и условий, поэтому будь прилежна!

Короче говоря, чтобы отвергнуть то, что следует отвергнуть, и свершить то, что должно свершиться, не оставляй свои тело, речь и ум в заурядности, а прилагай усердие, и результат будет превосходным. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: Бесплезно знать о Дхарме. Следует принять ее всем сердцем и претворить в практику.

Благородная Цогял спросила: Что следует делать во время практики?

Учитель ответил: Обретя широту понимания воззрения, не имей пристрастий относительно учений. Взойдя на престол медитации, собери в своем уме смысл всех учений. Открыв врата действия, не допускай возникновения противоречий между своими воззрением и поведением. Обретя уверенность плода, позволь сансаре и нирване быть равными, быть дхарматой. Осознавая рамки соблюдения самаи, храни тройные обеты. Если практикуешь так, в твоей практике Дхармы не будет ошибок

Вообще, не нужно допускать, чтобы практика Дхармы превращалась в пустую видимость, не воспринимая ее всем сердцем и не применяя на деле. Помни об этом!

Учитель Падма сказал: В будущем, когда наступит темная эпоха упадка, некоторые, объявив себя практиками, пожелают учить других, не получив на это разрешения. Они начнут давать другим наставления по медитации, хотя сами практику не делали. Они отважатся давать наставления по Освобождению, не освободив самих себя. Не избавившись от своекорыстия, они будут поучать других сбросить узы привязанности и быть щедрыми. Не имея ни малейшего представления о пользе и вреде собственных действий, они станут пророчествовать о добре и зле в жизни других. Не обретя никакой устойчивости, они будут заявлять, что приносят пользу другим существам. Я полагаю, что появится много тех, кто, прикрываясь именем Дхармы, станет притворяться, лицемерить, мошенничать и обманывать.

Все люди будущих поколений, которые хотят практиковать Дхарму, прочитайте этот записанный завет живущего подаянием Падмакары и проверьте себя!

Узрите недостатки сансарного страдания! Поскольку очевидно, что все материальные вещи этой жизни непостоянны, обратите ум на самих себя и задумайтесь! Слушайте истории из жизни достигших реализации учителей прошлого о том, как они занимались самовоспитанием. Найдите сведущего учителя и преданно служите ему телом, речью и умом.

Во-первых, не обходитесь с ним, как с равным, а пресеките свои неверные представления с помощью изучения и размышления.

Далее, не отступайте от постоянной практики и неизменно прилагайте усердие. В довершение, с помощью практики примите Дхарму всем сердцем и примените противоядия от беспокоящих эмоций.

Неизменно храните свои самаи и соблюдайте нравственные правила, не нарушая их. Не практикуйте время от времени и не откладывайте практику, а соблюдайте свой обет выполнять ее немедля.

Хотя я, живущий подаянием, и обрел реализацию, я никогда не нахожу времени на развлечения. При виде всех заблудших, терзаемых сансарными делами и заблуждениями, беспокоящими эмоциями и дурной кармой, мне хочется плакать. Мое сердце разрывается от отчаяния и муки.

Обретя человеческое тело и постигнув приятные и мучительные последствия хороших или дурных действий, люди, которые не пытаются достичь Просветления в этой жизни и не практикуют принятие прибежища хотя бы один раз в день, а вместо этого преследуют мирские цели, честолюбивые замыслы, гоняются за развлечениями и наслаждениями этой жизни и накапливают дурную карму, лишены сердца. Их сердца сгнили. В их сердца прокрался демон-мара. Их морочат друзья-демоны.

Если вы от всего сердца вверите себя Трем Драгоценностям и будете практиковать, дабы достичь Просветления за одну жизнь, Три Драгоценности вас не обманут.

Невозможно также, чтобы вы страдали от недостатка еды и одежды. Те, кто утверждает, что для практики Дхармы у них нет еды или одежды, что им некогда принимать прибежище и заниматься практикой, что у них нет свободного времени, бесстыдно обманывают самих себя.

Если вы не приложите все силы к практикам для достижения Просветления прямо сейчас, пока ваши чувства ясны и пока у вас есть свободное время, то очень скоро вас унесет ветер кармы, к вам приблизится устрашающий Владыка Смерти, и вам будет грозить неминуемая смерть. Тогда в отчаянии вы попытаетесь думать об упущенных возможностях, но будет уже слишком поздно. Помните об этом!

Практикуя Дхарму, вы ничего не достигнете, если не будете помнить о смерти.

Одаренные способностями люди будущих поколений, в этих словах живущего подающим Падмакары нет обмана. Каковы бы ни были ваши цели, приложите все усилия, чтобы не раскаиваться на пороге смерти! Позаботьтесь о себе, а также неустанно стремитесь к возможности помогать другим!

Я, Карчен Цогял, преданная телом, речью и умом, почтительно попросила учителя-нирманакую Падмакару дать это учение, названное «Хрустальное ожерелье безупречной практики», сердечную сущность, проявляющуюся, как нектар бессмертия.

Ради будущих поколений я записала его и спрятала как сокровище, поскольку его не следовало распространять.

Да будет оно претворено в практику, попав к тому, кому суждена эта удача.

Это было учение «Незапятнанное хрустальное ожерелье безупречной практики».

Печать сокровища. Печать сокрытия. Печать вверения.