

**«Медитация одного дня на Бодхичитту»
8й Кармапа, Микьо Дордже**



Перевод с тибетского Адель Томлин, 3 августа 2020 года

ВСТУПЛЕНИЕ

В этот день полнолуния я предлагаю вам новый перевод краткого "наставления" 8-го Кармапы Микио Дордже (1507-1544) - Однодневная медитация о Бодхичитте, взятой из его устных наставлений: «Превосходное Древо Бессмертного нектара» (в томе 19 его собрания сочинений) также упоминается как 100 коротких инструкций. Более подробную информацию о жизни и временах 8-го Кармапы Микью Дордже можно найти в книге Джима Рейнганса «Жизнь восьмого Кармапы и его объяснение Великой Печати» (2017).

17-й Кармапа, Ургьен Тринле Дордже, в течение последних нескольких лет давал подробные учения по этим наставлениям. В 2014 году он дал учение об учении о двух видах бодхичитты. В настоящее время я перевожу этот текст для публикации в рамках общего исследовательского и переводческого проекта, с целью сделать большее количество текстов 8-го Кармапы доступными для широкой публики. Некоторые ученые уже написали статьи (которые включают отрывки переводов из некоторых текстов и биографий) о жизни 8-го Кармапы (Джим Рейнганс) и его взглядах на пустоту и природу Будды (Клаус-Дитер Матес и Дэвид Хиггинс). Однако очень немногие из его текстов, молитв и садхан были полностью переведены или опубликованы. Карл Бруннхольц перевел и опубликовал текст 8-го Кармапы о взгляде Жентонг (dbumagzhanstongsmraba'Isrol, དབུ་མ་གཞན་སྤྲོད་སྣ་བཞི་སྣུལ་), в его книге, под названием «Когда облака расступаются». Недавно я перевела и опубликовала «Садхану Белой Тары» 8-го Кармапы и его молитву к 1-му СангьеНьенпа.

Двадцатичетырехчасовая медитация

Медитация «одного дня» начинается с почитания 1-го СангьеНьенпы, который был одним из четырех главных учителей 8-го Кармапы. В 2014 году, обучая этим устным наставлениям, его святейшество Кармапа подробно рассказал о преданности Микью Дордже своему коренному ламе, «черно-синему Ньенпе»:

В некоторых текстах действительно говорится, что некоторые люди говорили, что 8-й Кармапа не мог достаточно хорошо учить текстам. СангьеНьенпа был человеком, который вел лошадь 7-го Кармапы, Чодрага Гьяцо. Он был очень скромен и лишен свиты, пил только остатки чая и почти ничего не ел, и по этой причине стал почти синим. Поэтому все называли его «черный и синий Ньенпа» и он был коренным ламой Микью Дордже. Большинство написанных им трактатов и садхан почти все начинаются словами: «Я падаю ниц перед Махасиддхой СангьеНьенпа». В течение всего лишь трех лет он следовал за ним или служил ему, но с точки зрения благословений, которые у него были, они пришли от СангьеНьенпа. Но в остальном, было еще четыре великих мастера. Иногда он делал

опровержения этих мастеров и говорят, что он сделал опровержение ДульмоЧодже в одном тексте, но словамахамахиНьенпы он считал такими же авторитетными, как и слова Будды - не было никаких опровержений его слов и позиций, не смотря на то что были ли они обоснованными или нет. Итак, подытоживая – 8й Кармапа был действительно необычайно предан СангьеНенпа.

Текст описывает восемь сеансов в течение 24 часов, четыре сеанса в течение первой половины дня, начиная с ночи и четыре сеанса во второй половине дня, пока снова не наступит ночь. Микье Дордже постоянно называет живых существ «старыми матерями» (margan, མ་རྒྱལ་), имея в виду не их физический возраст, а их безначальное блуждание в самсаре и то, что они были нашими добрыми матерями бесконечное число раз.

Пусть это принесет пользу и пусть все странники «старые матери», такие как я, породят бесконечную бодхичитту!

Адель Томлин, 3 августа 2020 года. Авторское право.

ТЕКСТ

Медитация одного дня на Пробужденный Ум 8-го Кармапы, Мике Дордже.

Я молюсьМахасиддхеСангьеНьенпа, который глубок и лишен лицемерия. Да снизойдут благословения!

Вот устные инструкции для медитации на сознание пробуждения (byangschubsems, བྱང་སྐྱོབ་སྒྲུབ་མཚན་) в один день [24 часа].

[Первая половина сессии]

1) С рассвета, первого «ночного дозора» и до пробуждения думайте: «Подобно бесконечному пространству, бесчисленны заблуждающиеся существа бывшие нашими матерями. Этим бесчисленным заблуждающимся проявлениям, страдание порождается различными видами боли. Например, то, что их телу не хватает защиты или убежища. Или они не имеют острого ума и не умеют красиво говорить». Интенсивно медитируйте на это.

2) Вставая до восхода солнца, думайте: «Все существа бывшие нашими матерями желают счастья, но они не знают способов его достижения. С незапамятных времен они испытывают неизмеримые страдания. Без всякой поддержки и без возможности устранить его, какая жалость!»

3) После восхода солнца, до полудня, размышляй: «Блуждая по вечной самсаре, не понимая [сути] страдания, что поделаться с огромной глупостью (blunchen, ལྷན་ཆེན་) наших старых матерей-чувствующих существ, блуждающих лишенных метода [избавиться от страданий]?! Внутри

огненной печи кипящий жар очищает, поэтому отныне я должен прилагать все усилия к тому, чтобы найти причину этого очищающего жара.

4) Начиная с полудня и далее в течение половины дня думайте: «Старые матери- существа совершенно бессильны прекратить [свои] страдание. Эти старые матери сами навлекают на себя такую же боль, какую приносит привязанность и похоть к красивому мужчине. То, что они делают с собой, они бессильны остановить от созревания».

Вторая половина сессии

1) В конце дня до вечера думайте: «Даже в самых глубоких и теплых отношениях с человеком, не возникает настоящей любви друг к другу; это так ужасно! Кого бы вы ни встретили, [ни у него, ни у вас] никогда не возникает мысли о методе освобождения от самсары. Как же она (мысль) может возникнуть в столь узком сознании старых матерей?»

2) С вечера и до захода солнца думайте: «Подобно Слушателям и Достигающим Освобождения в Одиночку, которые более не родятся в самсаре, как я могу терпеть, не принимая во внимание это страдание старых матерей? Страдаю ли я одиночестве или все живые существа [так же страдают в самсаре]? Неужели я один блуждаю в бесконечной самсаре? Если из самсары освободится хотя бы только одно чувствующее существо и даже если подумать, что оно прекратило достигло освобождения из своей собственной части самсары, то и это не возмещает доброту существ старых матерей».

3) От момента захода солнца и до полной темноты ночи думайте: «Какая польза для старых матерей? Кроме [реализации] состояния всеведущей мудрости [gnam pathamscadmkhyenpa'i yeshes, རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡི་ཤེས་] нет никакого другого метода, чтобы принести им пользу. Я не в силах дать им это сам. Поэтому, чтобы быть полезным живым существам, я сам достигну полного состояния Будды».

4) От ночи до утренних сумерек думайте: «Во-первых, я буду приносить пользу живым существам, бесконечно порождая сострадание к бесчисленным существам. Тогда, достигнув непревзойденного [состояния] пробужденного ума, я смогу без усилий приносить пользу живым существам и таким образом даровать всем живым существам изначальное осознание всеведения всех аспектов».

Выполняйте эти восемь пунктов [размышления] в течение всего дня. Благодаря этой заслуге все живые существа могут достичь состояния Махасиддха СангьеНьенпа. [Написал] Гелонг Мике Дордже. Шабхамасту СарваДзагаТан.