

**Чже Цонкапа**

**Большое руководство  
к этапам Пути Пробуждения**

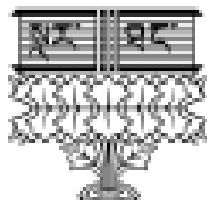
**IV**

**Этап духовного развития  
высшей личности (продолжение)**

**Безмятежность (шаматха) — сущность медитации**

Перевод с тибетского языка А.Кугявичуса  
под общей редакцией А.Терентьева

«Нартанг»



Санкт-Петербург

1998



**rje tsong-kha-pa**

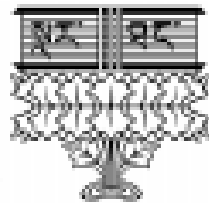
# **LAM-RIM CHEN-MO**

**Volume IV**

**Translated by Algirdas Kugevicius**

**Edited by Andrey Terentyev**

**«Narthang»**



**St.Petersburg**

**1998**

УДК 294.3

Чже Цонкапа (1357-1419), основоположник наиболее влиятельной из школ тибетского буддизма, Гелуг, почитается наравне с Буддой. «Большое руководство к этапам Пути Пробуждения» (Ламрим-ченмо)—Его наиболее знаменитый труд, где важнейшие идеи индийского буддизма изложены в форме систематического руководства, подробнейшим образом описывающего весь путь духовного развития вплоть до достижения Пробуждения. Эта священная книга предназначена не только для буддийских алтарей, она поможет понять суть буддийского учения всякому человеку, интересующемуся культурой Востока или задумывающемуся о смысле жизни.

Полный перевод «Большого руководства» на европейский язык публикуется впервые. Издание состоит из пяти томов, снабжено необходимыми индексами, глоссариями, справочными материалами и приложениями.

**Отв. редактор А.А.Терентьев**

**© А.Кугявичус, А.Терентьев, 1998**

Редактор Г.А.Разумова

Макет А.В.Голоушкин

Оформление обложки О.В.Борисов

**Приложение к журналу “Буддизм России”**

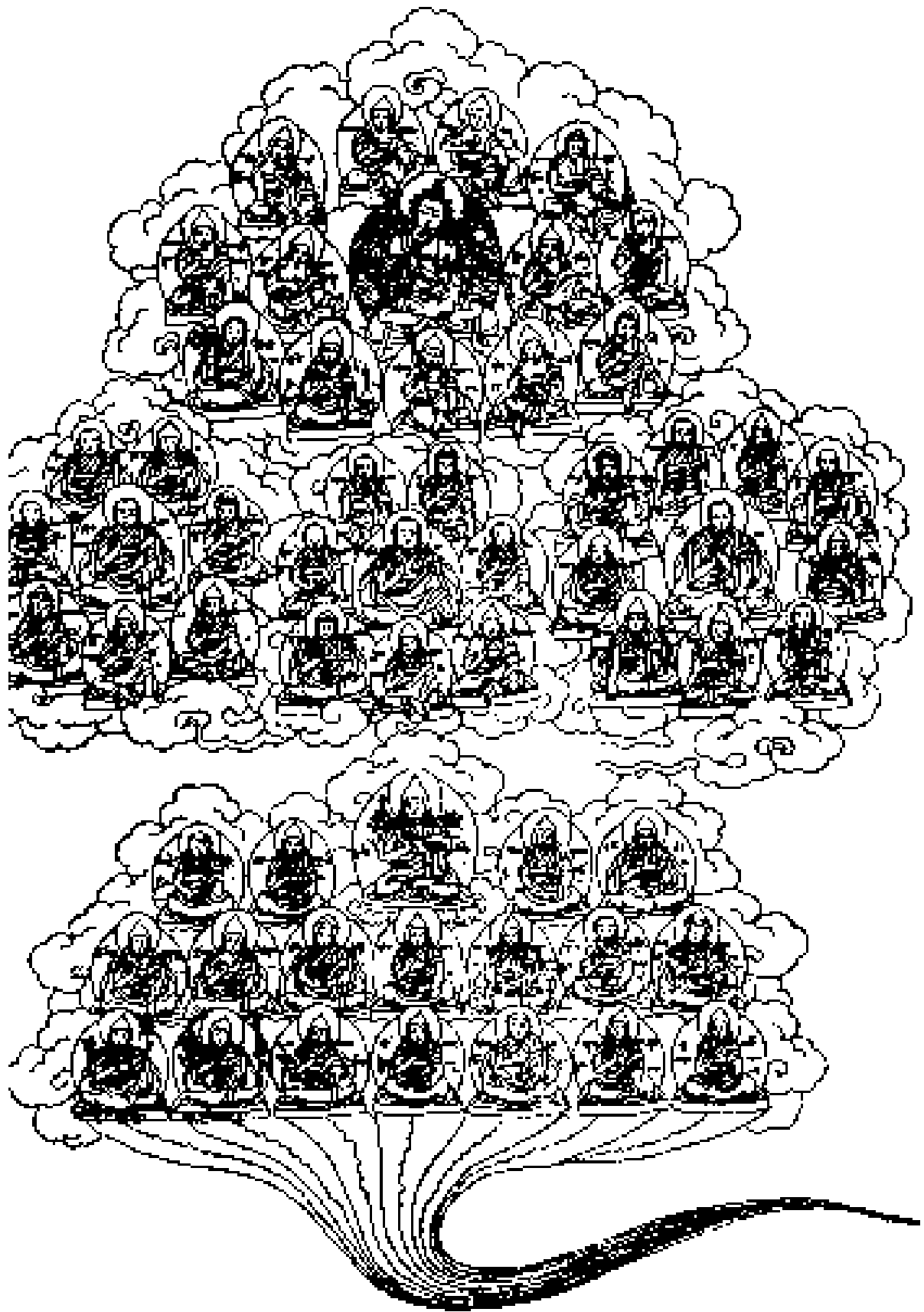
Рег. № П-1592 Сев.-Зап. рег. упр. комитета РФ по печати

Подписано к печати 30.10.1998. Формат 70x90<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Гарнитура “Таймс”.

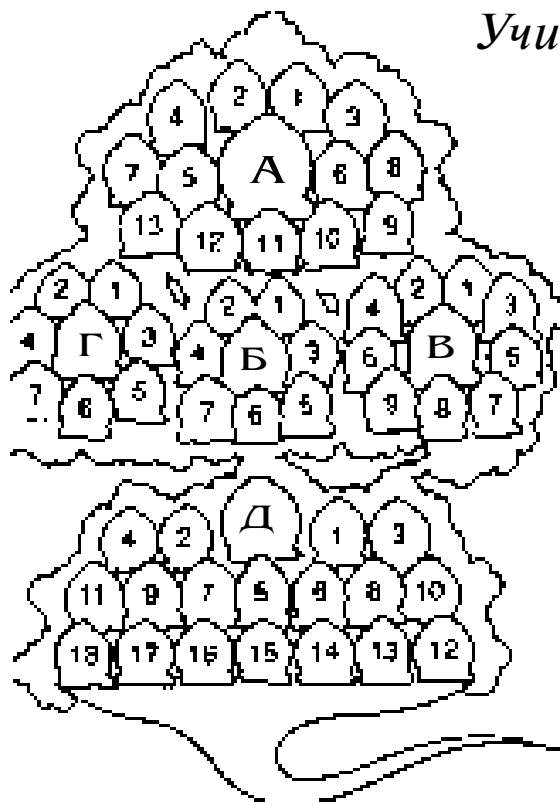
Печать офсетная. Тираж 4000. Заказ № 3808.

193115, Санкт-Петербург, Таврическая ул. д.45, кв. 82.

Отпечатано в С.-Петербургской типографии “Наука” РАН  
199034, С.-Петербург, 9-я линия, 12.



## Учителя Ламрима



### А Майтрея

- 1 Асанга
- 2 Васубандху
- 3 Арья Вимуктасена
- 4 Бхаданта Вимуктасена
- 5 Парамасена
- 6 Винитасен
- 7 Вайрочана
- 8 Харибхадра
- 9 Кусали Старший
- 10 Кусали Младший
- 11 Суварнадвипа
- 12 Атиша
- 13 Дом Тонпа

### Б Гонбава

- 1 Нэзурба
- 2 Такмапа Кава Дарсенг (thag-ma-pa ka-ba dar-seng)
- 3 Лходак Намкха Сенге (lho-brag nam-mkha' seng-ge)
- 4 Кенчен Намкха Гьялпо (mkhan-chen nam-mkha' rgyal-po)
- 5 Сенге Сангпо (seng-ge bzang-po)
- 6 Гьелсе Токме Сангпо (rgyal-sras thogs-med bzang-po)
- 7 Намка Гьялцен

### В Потоба

- 1 Шарава
- 2 Чекава
- 3 Чильбуца Чойки Гьялцен (spyil-bu-pa chos-kyi rgyal-mtshan)

- 4 Лхалунги Ванчуг (lha-lung-gi dbang-phyug)
- 5 Лха Довэ Гонпо (lha 'gro-ba'i mgon-po)
- 6 Сангченпа Дарма Сонам (zangs-chen-pa dar-ma bsod-nams)
- 7 Цонава
- 8 Мондрапа Цултим Таши (mong-rwa-pa tsul-khrims bkra-shis)
- 9 Чойкьяб Санпо

### Г Чэнгава

- 1 Шонну-од (gzhon-nu 'od)
- 2 Шоннудаг
- 3 Сангье Бонтон (gsang-rgyas dbon-ton)
- 4 Намка Гьялпо (nam-mkha' rgyal-po)
- 5 Сенге Сангпо (seng-ge bzang-po)
- 6 Гьелсе Токме Сангпо (rgyal-sras thogs-med bzang-po)
- 7 Намка Гьялцен

### Д Чже Цонкапа

- 1 Чжампэл Гьяцо ('jam-dpal rgya-mtsho)
- 2 Кэйдуб-чже
- 3 Басо Чойки Гьялцен
- 4 Дубчен Чойки Дорчже (grub-chen chos-kyi rdo-rje)
- 5 Энцапа Лозанг Дондуп (dben-sa-pa blo-bzang don-grub)
- 6 Кэйдуб Сангье-еше (mkhas-grub sangs-rgyas ye-shes)
- 7 Панчен Лозанг Чогьян (pan-chen blo-bzang chos-kyi rgyal-mtshan)
- 8 Кончог Гьялцен (dkon-mchog rgyal-mtshan)
- 9 Панчен Лозанг Еше (pan-chen blo-bzang ye-shes)
- 10 Чже Нгаванг Чжампа (rje ngag-dbang byams-pa)
- 11 Лозанг Ньендак (blo-bzang snyan-grags)
- 12 Гьяцо Тхае (rgya-mtsho mtha'-yas)
- 13 Тичен Тенпа Рабгье (khri-chen bstan-pa rab-rgyas)
- 14 Дубванг Лозанг Намдол (grub-dbang blo-bzang nam-grol)
- 15 Бамчо Кенчен Лозанг Чжинпа (bam-chos mkhan-chen blo-bzang sbyin-pa)
- 16 Гьелсе Кэлсан Тензин (rgyal-sras bskal-bzang bstan-'dzin)
- 17 Чже Кэлсан Тензин Кэйдуб (rje bskal-bzang bstan-'dzin mkhas-grub)
- 18 Лозанг Чжампэл Хлундуб (blo-bzang 'jam-dpal lhun-grub)

# Содержание

## Предисловие

От редактора	IX
От переводчика	X
Структура четвертой части Ламрима	XII

## **Чже Цонкапа. Большое руководство к этапам Пути Пробуждения (Ламрим ченмо)**

**Этап духовного развития высшей личности  
(продолжение)**

<i>Безмятежность (шаматха) — сущность медитации (перевод)</i>	<b>1</b>
---	----------

## Приложения

1. «Исповедь во сне» из четвертой главы «Сутры золотистого света»	139
2. Обеты бодхисаттвы	155
3. «Ум на стезе <i>безмятежности</i> »	162

<b>Примечания</b>	<b>167</b>
-------------------	------------

## Индексы

Указатель-гlossарий к томам 3, 4	179
Указатель личных имен и географических названий к томам 3, 4	205
Тибетско-русский индекс к Указателю-гlossарию	210
Тибетско-русский индекс к Указателю личных имен и географических названий	224
Цитируемая литература	228
Список исправлений и уточнений к тому 3	232





## Предисловие

### От редактора

Четвертая часть фундаментального трактата Чже Цонкапы представляет интерес не только для буддистов. Она посвящена рассмотрению техники медитации — достижению и развитию однонаправленного сосредоточения мысли — *самадхи*, которое необходимо также и для всех разновидностей небуддийской йоги, и для занимающихся нерелигиозной психической саморегуляцией. Важность достижения сосредоточения ума подчеркивалась и в православной традиции христианства, где подобная техника именовалась «трезвением» и определялась как «духовное художество и лестница к созерцанию. Трезвение называется также сердечным безмолвием, и есть то же, что хранение ума в совершенной немечтательности держимого» (Добротолубие. Т.2. С.157). И элементы техники медитации рекомендовались сходные: «смотреть неотступно за мечтанием, или за прилогом [дабы не допустить их]» (Там же. С.160).

На русском языке в последние годы уже вышло несколько достойных книг на эту тему, однако разработка Чже Цонкапы, как представляется, пока что не имеет себе равных по точности и глубине.

### **Технические замечания**

Используемая нами система транслитерации и транскрипции описывалась уже в предисловиях к первому и второму томам данной работы и здесь не воспроизводится.

Как указывалось в предисловии к первому тому, с.IX, в примечаниях слогами «БА» и «НГА» — обозначаются цитируемые переводчиком авторы интерполированного комментария.

Напоминаю, что в квадратных скобках — поясняющие слова, предложенные переводчиком для уточнения переводимого тибетского термина.

*Курсивом* выделены те слова, которые, являясь переводами буддийских терминов, несут специфический смысл, не в полном объеме совпадая со значением использованного русского слова. Кроме того, ряд важных терминов, как и ранее, выделяется заглавными буквами.

Помощь в редактировании текста и отождествлении ряда цитат оказали английский его перевод А. Вэймана «Calming the Mind and Discerning the Real», а также прочитанный дост. геше Чжамьян Кьенце (с устным переводом Р.Н.Крапивиной) в 1998 г. в Петербурге курс по данной части трактата Чже Цонкапы.

Полезные критические замечания по стилистике русского текста высказали Т. Голубева и А. Любовский.

### **От переводчика**

Взрастив в себе при помощи аналитического созерцания отречение от круговорота вредных эмоций (клеш) и воспитав сострадательную Устремленность к Пробуждению, а также приняв обет бодхисаттвы и исполняя его требования (см. Приложение 2), мы стараемся освоить парамиты — объясненные в томе 3 превосходные качества, переправляющие через реку всех омрачений ума и приводящие на сияющий берег совершенных способностей оказания духовной помощи другим.

Культивируя парамиту медитации, прекращаем всякий анализ и закрепляем мысль на подходящем объекте, т.е. практикуем

*закрепленное* созерцание (*‘jog-sgom*). Обретя в нем навык, проходим описанные в этой части трактата девять степеней сосредоточения. Хорошо свыкнувшись с последней степенью — *ровным сосредоточением*, которое «течет» естественно, без всякого усилия, достигаем *безмятежности*, сопровождающейся совершенной *податливостью* тела и ума.

Хотя *безмятежность* находится на «пороге» Первого медитативного транса (Дхьяны), сама по себе, без установок отречения и Устремленности, она не является каким-либо этапом буддийского пути, ибо достигается и небуддийскими йогинами, желающими идти по мирскому пути Четырех Дхьян, который подавляет вредные страсти (клеши), но не искореняет их вплоть до «семян». Хотя по этому пути следуют и некоторые буддисты, характеристики которых автор дает в последнем разделе этого тома, — главная цель *безмятежности* — достижение на ее основе *проникновения* в конечную реальность, полностью искореняющего клеши. Без нее невозможен присущий *проникновению* тонкий анализ *пустоты*, поскольку иначе ум «колеблется» от ветра необузданных мыслей, как пламя светильника, и не способен ясно освещать формы.

А. Кугявичус

## Структура четвертой части Ламрима

	<i>Листы:</i>
<b>Особые практики двух последних парамит</b>	<b>303б</b>
1. Польза освоения безмятежности и проникновения	304а
2. Указание, что они заключают в себе все <i>самадхи</i>	305а
3. Сущность <i>безмятежности</i> и <i>проникновения</i>	305б
4. Почему необходимо осваивать и то и другое	308б
5. Установление очередности	312а
6. Правила практик	314а
I. Правила практики <i>безмятежности</i>	314а
§1 Совокупность условий для [обретения]	
<i>безмятежности</i>	314а
1. Благоприятная местность	314а
2. Малые желания	314б
3. Довольствование скудным	314б
4. Отказ от многих дел	314б
5. Чистая нравственность	314б
6. Отказ от помыслов об [удовлетворении]	
желаний и прочем	314б
§2 Правила освоения <i>безмятежности</i> (см. схему 1)	315б
§3 Мера осуществления <i>безмятежности</i> (см. схему 4)	347б
II. Правила практики <i>проникновения</i> (том 5)	
III. Метод их сочетания (том 5)	

### Схема 1

<b>Правила освоения <i>безмятежности</i></b>	<b>315б</b>
1. Подготовительные [правила]	315б
2. Действительные [правила]	315б
А В каком положении тела созерцают	315б
Б Порядок созерцания	316а
1. Правила порождения безупречного <i>самадхи</i>	317б
а. Что делать до закрепления мысли на объекте	317б

Листы:

б. Что делать во время закрепления мысли на объекте	318а
(1) Выбор объекта для закрепления мысли	318б
(а) Общая система объектов	318б
Указание подлинных объектов	318б
Разъяснение — кому какие объекты подходят	321б
Указание иных названий объекта	323б
(б) Выбор подходящего объекта	323б
(2) Правила закрепления на нем мысли	327а
(а) Определение безошибочного метода	327а
(б) Устранение ошибочного метода	330а
(в) Мера продолжительности занятий	332б
в. Что делать после закрепления мысли на объекте (схема 2)	333б
2. Степени сосредоточения ума, достигаемые благодаря исполнению этих [правил] (схема 3)	343б

**Схема 2**

<b>Что делать после закрепления мысли на объекте</b>	<b>333б</b>
(1) Что делать, когда [мысль] <i>расплывается</i> или <i>возбуждается</i>	333б
(а) Применение противоядия против не-замечания <i>расплывания</i> и <i>возбужденности</i>	333б
Определение <i>расплывания</i> и <i>возбужденности</i>	333б
Метод порождения бдительности, осознающей их во время созерцания	335б
(б) Применение противоядия против отсутствия стараний избавиться от замеченных [ <i>расплывания</i> и <i>возбужденности</i> ]	336б
Определение <i>волевого усилия</i> и способ прекращения <i>расплывания</i> и <i>возбужденности</i>	337а
Определение причин <i>расплывания</i> и <i>возбужденности</i>	339б
(2) Что делать при отсутствии <i>расплывания</i> и <i>возбужденности</i>	341а

**Схема 3**

Листы:

<b>Степени сосредоточения ума, достигаемые благодаря исполнению этих [правил]</b>	<b>343б</b>
А Собственно <i>степени сосредоточения ума</i>	343б
1. Закрепление мысли	343б
2. Продолженное закрепление	343б
3. Поправляемое закрепление	343б
4. Прочное закрепление	343б
5. Обуздание [ума]	344а
6. Успокоение	344а
7. Полное успокоение	344а
8. Однонаправленное сосредоточение	344б
9. <i>Ровное сосредоточение</i>	344б
Б Метод осуществления этих [степеней] с помощью шести сил	345а
В Участие четырех видов внимания	347а

**Схема 4**

<b>Мера осуществления <i>безмятежности</i></b>	<b>347б</b>
1. Разграничение осуществления и неосуществления <i>безмятежности</i>	348а
а. Собственно [разграничение]	348а
б. Признаки обладания [ <i>безмятежным</i> ] состоянием ума и устранение сомнений	352а
2. Общее указание способов продвижения на основе <i>безмятежности</i>	356а
3. Особое изложение способа продвижения по мирскому пути	360а
а. Указание необходимости достижения <i>безмятежности</i> перед тем, как идти по пути <i>спокойного-грубого</i>	360а
б. Способ избавления от страстей, опирающийся на <i>безмятежность</i>	361а

**Безмятежность  
(шаматха) —  
сущность медитации**

С уважением склоняюсь пред досточтимыми великомилосердными святыми!

❧ Особые практики двух последних парамит [состоят] в методах освоения *безмятежности* и *проникновения*, относящихся соответственно к парамитам медитации и мудрости.

Здесь шесть [разделов]: 1. Польза освоения *безмятежности* и *проникновения*. 2. Указание, что они заключают в себе все *самадхи*. 3. Сущность *безмятежности* и *проникновения*. 4. Почему необходимо осваивать и то и другое. 5. Установление очередности. 6. Правила практики.



## 1. [Полезьа освоения *безмятежности* и *проникновения*]

❧ Все мирские и немирские достоинства Большой и Малой Колесниц являются плодами *безмятежности* и *проникновения*. Ведь в «Священной [сутре] истолкования замысла» (8.32) сказано:

«Майтрея! Знай, что все мирские и немирские достоинства шравак, бодхисаттв и Татхагат — это плоды *безмятежности* и *проникновения*.»

Можно подумать: «Разве *безмятежность* и *проникновение* не являются достоинствами личности<sup>1</sup>, достигшей результатов созерцания? Как же тогда все достоинства могут быть их плодами?»

Хотя подлинные *безмятежность* и *проникновение* [действительно] являются, как будет объяснено, достоинствами личности, достигшей результатов созерцания, и поэтому *все* достоинства Большой и Малой Колесниц не могут быть плодами этих двух, тем не менее, самадхи, начинающиеся с сосредоточения мысли на благом объекте, относятся к *безмятежности*, а блага мудрости при аналитическом исследовании сущности или явлений относятся к *проникновению*. На этом основании и сказано, что все

304 б

достоинства трех Колесниц — плоды *безмятежности* и *проникновения*. Поэтому здесь нет противоречия.

И в «Сутре культивирования благоговения к Махаяне» по этому поводу говорится:

«Дети [благородной] Семьи! Подобным же образом знайте, что всякое благоговение перед Великой Колесницей бодхисаттв, как и все [прекрасные дела], совершенные в Великой Колеснице, — все это возникает из производимых совершенно неотвлекающимся умом правильных размышлений о духе<sup>2</sup> и букве Дхармы.»

«Совершенно неотвлекающийся ум» — это сосредоточение мысли, относящееся к *безмятежности*, а «правильные размышления о духе и букве Дхармы» — аналитическая мудрость, относящаяся к *проникновению*. Поэтому для осуществления всех достоинств двух Колесниц требуются оба: исследование при помощи аналитической мудрости и однонаправленное сосредоточение мысли на объекте. Посредством одного лишь закрепленного созерцания или только аналитического они не достигаются.

И еще в «[Священной сутре] истолкования замысла» (8.32) сказано:

«Человек, обретший навык в *проникновении* и *безмятежности*, освобождается от пут скверных потенций и [их] проявляющихся признаков.»

Здесь «скверные потенции» — это содержащиеся в душе склонности, способные все более усиливать иллюзии субъекта, а «проявляющиеся признаки» — предшествующие и последующие [за восприятием]

проявления влечения к иллюзорному объекту, питающие эти склонности. От первых избавляются посредством *проникновения*, а от вторых — благодаря *безмятежности*. Так объяснено в «Наставлении о парамите мудрости».

Такова польза, прямо связанная с их названиями. И следует знать, что указанная выше<sup>3</sup> польза медитации и мудрости также является пользой этих двух, ибо она подобна, хотя и не связана с названиями «безмятежность» и «проникновение»<sup>4</sup>.

305 a

## 2. [Указание, что *безмятежность* и *проникновение* заключают в себе все *самадхи*]

❧ Дерево, например, имеет бесчисленные ветви, листья, цветки и плоды, но основа их всех — корни. Так и все бесчисленные самадхи Большой и Малой Колесниц, о которых поведал [Будда], сводятся к [единой] превосходной основе — *безмятежности* и *проникновению*.

Как сказано в «Истолковании замысла»:

«Знайте, что все поведанные мною многочисленные разновидности *самадхи* шравак, бодхисаттв и Татхагат заключены в *безмятежности* и *проникновении*.»

Поэтому стремящиеся к *самадхи*, не имея возможности стремиться ко всем бесчисленным его разновидностям, пусть как следует выясняют и постоянно используют метод практики *безмятежности* и *проникновения*, общего связующего звена всех *самадхи*. Как сказано в «Последней ступени созерцания» (1.2-5):

«Хотя Бхагаван учил о разных безмерных, бесчисленных *самадхи* для бодхисаттв, все они охватываются *безмятежностью* и *проникновением*. Поэтому изложу стезю сочетания *безмятежности* и *проникновения*.»

И в «Средней ступени созерцания» (4):

«Поскольку эти два заключают в себе все *самадхи*, то всем йогинам, конечно, следует прибегать к *безмятежности* и *проникновению*.»

### 3. [Сущность *безмятежности* и *проникновения*]

❧ Сущность *безмятежности* определена в «Ис-  
толковании замысла» (8.3):

«Сидя в уединении, полностью обратив [мысль] внутрь, направляют внимание именно на то [положение] Дхармы, которое правильно и хорошо обдуманно. При этом ум контролирует непрерывность установки направленного внимания.

У того, кто таким образом многократно входит в [созерцание] и пребывает в нем, появляется совершенная *податливость* тела и ума, что называется *безмятежностью*. Именно так бодхисаттвы стремятся к *безмятежности*.»

То есть, избрав объектом созерцания какое-нибудь подходящее положение из двенадцати разделов Слова<sup>5</sup>, [например] суть *совокупностей* [личности], — при помощи внимательности и бдительности поддерживают постоянное закрепление мысли на этом объекте, не допуская отклонений. При достижении таким способом естественного пребывания мысли на объекте, зарождаются радость и блаженство совершенной *податливости* тела и ума. Тогда *самадхи* становится *безмятежностью*. Она появляется благодаря всего лишь неуклонному держанию мысли на внутреннем объекте — независимо от понимания подлинной сущности вещей.

306 а

Сущность *проникновения* определена в той же сутре (8.4):

«Достигнув совершенной *податливости* тела и ума, пребывая в ней и избегая мысленных образов<sup>6</sup>, правильно исследуя объект<sup>7</sup> самадхи — то же самое обдуманное [положение] Дхармы, т.е. отражение [в уме представления о нем]<sup>8</sup>, — уверяются в нем.

Итак, исследование, основательное исследование, размышление, анализ, терпеливое признание, стремление, различение, рассмотрение и рассуждение о подлежащей познанию сути этого отражения — объекта самадхи — называют *проникновением*.

Именно так бодхисаттвы искусно трудятся в *проникновении*.»

Известно, что китайский наставник Хэшан, обнаружив в этой сутре неопровержимое и ясное толкование *проникновения* как аналитического различения, сказал: «Сутра ли это, не знаю...» — и пнул ее ногой. Он так поступил потому, что [это толкование] не соответствовало его пониманию любой мысли как цепляния за признаки [*реального* существования] и отказу признать аналитическое различение — то есть мнению, что полное отсутствие мыслей [является] созерцанием глубинной сути<sup>9</sup>.

Последователи этой традиции весьма многочисленны.

«Исследование» здесь — это исследование явлений.

«Основательное исследование» — исследование сущности.

Распознавание характеристик с пронизательным обдумыванием — это «размышление», а правильное

306 б

осмысление — это «анализ».

Так определяет Арья Асанга.

«Размышление» — это обдумывание, не вдаваясь в подробности, а «анализ» — детальный разбор.

«Распознавание характеристик» (mtshan-mar 'dzin-pa) [здесь] означает не цепляние за *реальное* (bden-'dzin)<sup>10</sup>, а тщательное исследование объекта.

Значит, в исследовании как явлений, так и сущности присутствуют оба: размышление и анализ.

В соответствии с «Истолкованием замысла», ясно сказано и в «Священной [сутре] облака драгоценностей»:

*«Безмятежность — это сосредоточение ума. Проникновение — это правильный анализ.»*

И досточтимый Майтрея в «Украшении сутр» (14.8) сказал:

*«Знайте, что редуцирование положений<sup>11</sup> Дхармы — это стезя безмятежности, а анализ, разбор их смысла — стезя проникновения.»*

И далее (18.66):

*«Поскольку при помощи правильного сосредоточения закрепляют ум на [одной] мысли и поскольку глубоко исследуют дхармы, то это (соответственно) — безмятежность и проникновение.»*

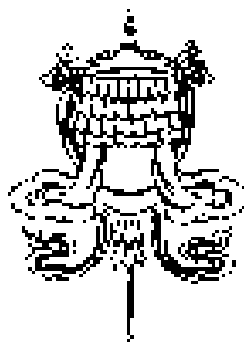
То есть фиксация мысли благодаря подлинному самадхи — это *безмятежность*, а мудрость глубокого исследования дхарм — *проникновение*. Такое толкова-

307 а

ние вполне соответствует замыслу этих сутр, и уже невозможно понять их смысл по-иному.

И в «Уровнях бодхисаттв» сказано:

«Когда, по-настоящему закрепив мысль только на несловесном<sup>12</sup> (смысловом) объекте<sup>13</sup> или только на представлении<sup>14</sup>, устремляют осознающее внимание<sup>15</sup>, лишенное всякого концептуализирования<sup>16</sup> и отвлечений, на любые внешние объекты<sup>17</sup>, то [состояния] *закрепления* и *поправляемого закрепления* мысли на *источниках*<sup>18</sup> внутреннего сосредоточения вплоть до полной *поглощенности* и самадхи называются *безмятежностью*.



Что же такое *проникновение*?

То, что начинается *исследованием* и *основательным исследованием Источников* того же правильно продуманного [положения] Дхармы с тем же вниманием, с которым культивировалась *безмятежность*, а также основательным исследованием дхарм и завершается обширным познанием<sup>19</sup> и мудростью, — называется *проникновением*.»

Сказанное соответствует предыдущему. Такое толкование, согласное мысли упомянутых ранее сутр и досточтимого [Майтреи], твердо убеждает в [правильности] приведенного определения *безмятежности* и *проникновения*.



И в «Средней ступени созерцания» (8) говорится:

«После *унятия* (zhi) влечения [мысли] ко внешним объектам [она] продолжительно, естественно закрепляется на внутреннем объекте, вследствие чего ум *пребывает* (gnas-ra) в радости и совершенной *податливости*; отсюда и название «безмятежность» (zhi-gnas)<sup>20</sup>.

Анализ того же [объекта] во время пребывания в такой *безмятежности* есть *проникновение*.»

И [Шантипа] в «Наставлении о парамите мудрости» сказал:

«Отражение [в уме] явлений или сущности без анализа — объект *безмятежности*. Отражение явлений или сущности с анализом — объект *проникновения*.»

То есть недискурсивное сосредоточение на сути явлений или сущности — это *безмятежность*, а анализ этих двух [типов] объектов — *проникновение*.

Об этом же сказано в «Истолковании замысла» (8.2):

- «— Бхагаван! Сколько есть объектов *безмятежности*?
- Один: недискурсивное отражение.
- А сколько есть объектов *проникновения*?
- Единственный: дискурсивное отражение.
- Сколько же есть объектов обоих?
- Два: пределы сущего<sup>21</sup> и осуществленная цель<sup>22</sup>.»

Поскольку в «Антологии [Абхидхармы]» говорится о двух пределах сущего: явлениях и сущности — и поскольку, согласно предыдущему указанию Шантипы, *безмятежность* и *проникновение* имеют по два [типа] объектов — явления и сущность, — то *безмятежность* и *проникновение* не отличаются по своим

308 а

объектам: возможны *безмятежность* с постижением *пустоты* и *проникновение* без ее постижения.

Итак, поскольку ускользание мысли ко внешним объектам унялось и [она] пребывает на внутреннем объекте, это — «безмятежность». А поскольку [наличествует] все большее (lhag-pa), особое *прозревание* (mthong-ba), то это — «проникновение»<sup>23</sup> (lhag-mthong).

Не правы те, кто полагает, что недискурсивное состояние [сосредоточения] ума без отчетливого осознания — это *безмятежность*, а с отчетливым [осознанием] — *проникновение*. Ведь [такое мнение] противоречит Слову Победителя, трактатам Майтреи, сочинениям Асанги, «Ступеням созерцания» и другим исходным Текстам, в которых четко определены *безмятежность* и *проникновение*; то есть самадхи — полное сосредоточение мысли на объекте — определено как *безмятежность*, а мудрость правильного исследования подлежащей познанию сути — как *проникновение*. В частности, наличие или отсутствие в недискурсивном [состоянии] ума силы ясности сознания — это особенности отсутствия или наличия в самадхи *расплывания*, а вовсе не отличительные черты *безмятежности* и *проникновения*. Ведь при *безмятежности* *расплывание* обязательно должно отсутствовать во всех самадхи, а во все самадхи, лишенные *расплывания*, несомненно, приходит четкость мысли.

Следовательно, самадхи — сосредоточение на сущности и мудрость [— проникновение в нее] следует определять по тому, постигает ли ум объект —

какой-нибудь из двух [аспектов] отсутствия самости<sup>24</sup>, а не по тому — пребывает ли он в блаженном, ясном, недискурсивном [сосредоточении]: ибо возможны бесчисленные блаженные, ясные, недискурсивные сосредоточения (*самадхи*), отвлеченные от *реальности* — отсутствия самости.

И очевидно, что, хотя и не обретено такое воззрение, постижение бытия как оно есть, — [для осуществления безмятежности] достаточно держать ум без всякого рассуждения: непонимание *пустоты* отнюдь не мешает зарождению недискурсивного *самадхи*. Если же долго держать ум в таком [состоянии], то силой удержания мысли *ветры* становятся совершенно послушны, вследствие чего в теле и уме обязательно зарождаются радость и блаженство. Значит, [непонимание *пустоты*] не мешает зарождению блаженства. А когда оно зарождается, то силой явно выраженного радостного, блаженного чувства в ум приходит ясность. Поэтому невозможны никакие истинные доказательства того, что во всех блаженных, ясных, недискурсивных *самадхи* постигается *реальность*.

Итак, поскольку и в те *самадхи*, в которых постигается *пустота*, приходят блаженство, ясность и недискурсивность, которые тем более часты в отвлеченных от *пустоты* *самадхи*, — нужно [уметь] различать эти два [вида *самадхи*].

#### 4. Почему необходимо осваивать и безмятежность и проникновение

❧ Почему же недостаточно культивировать только *безмятежность* или только *проникновение*, а необходимо культивировать и то и другое? Сейчас объясню.

Например, если зажечь светильник, чтобы посмотреть ночью на фрески, то при наличии двух [условий]: яркости пламени светильника и неподвижности пламени ветром — живописные образы видны отчетливо. Если же пламя светильника неяркое или, хотя и яркое, его колышет ветер, то образы ясно не видны.

Так и при узрении глубинной сути. Если обладаем обеими: *мудростью* безошибочного понимания смысла *реальности* и неколебимостью мысли, послушно пребывающей на объекте, — то прозреваем *реальность* ясно. Если же не имеем мудрости понимания бытия как оно есть, то, хотя и владеем недискурсивным самадхи, в котором ум пребывает без отвлечений к стороннему, мы лишены глаза, видящего *реальность*, и поэтому не постигаем [подлинного] состояния бытия, сколько ни усердствовали бы в самадхи. Если же мы не владеем устойчивым самадхи — пребыванием ума в однонаправленном сосредоточении, — то, хотя бы и обладали *воззрением*, пониманием *реальности* отсутствия самости, мы ясно не зрим сути бытия как оно есть, ибо ветер дискурсивных мыслей, налетающий помимо нашей воли, смущает [наш ум]. Поэтому необходимы оба — *безмятежность* и *проникновение*.

Как говорится в «Средней ступени созерцания» (4):

«При одном лишь *проникновении*, без *безмятежности*, ум йогина отвлекается к объектам: не бывает устойчивым, подобно пламени светильника на ветру. Из-за этого не возникает яркий свет прозрения (*ye-shes*). Поэтому следует одинаково полагаться на то и другое.»

По той же причине [Будда] в священной «Сутре великой нирваны» сказал:

«Шраваки не видят истинной сущности<sup>25</sup> Татхагат, ибо [у них] преобладает самадхи и недостает *мудрости*. Бодхисаттвы видят ее, но неясно, ибо [у них] преобладает *мудрость* и недостает самадхи.

Татхагаты же видят все, поскольку *безмятежность* и *проникновение* у них равные.»

Благодаря *безмятежности* ум перестает возмущаться ветрами дискурсивных мыслей, подобно пламени светильника, недоступного ветру. Благодаря *проникновению* избавляемся от всех сетей дурных воззрений, и чужаки (т.е. иноверцы) уже не могут сбить нас с толку.

Как сказано в «Сутре светила луны» (8.10):

«Силой *безмятежности* становятся невозмутимыми. Благодаря *проникновению* становятся подобными горе.»

Итак, неуклонное, неотступное пребывание мысли на том объекте, на котором она закреплена, — это печать *безмятежности*.

А постижение *реальности* отсутствия самости, избавление таким образом от воззрения [о реальности] «я» и от прочих дурных взглядов и уподобление

310 а

горе, которую не могут поколебать противники, — это печать *проникновения*. Так следует их различать.

Пока не осуществлена *безмятежность*, хотя и исследуем при помощи аналитической *мудрости* понятие бессамостности, — суть отсутствия самости не проясняется, ибо мысль слишком колеблется, как пламя светильника на ветру. Если же анализировать, предварительно осуществив *безмятежность*, то изъясн чрезмерного возмущения [мысли] устраняется и общий смысл отсутствия самости становится ясным. Поэтому аспект невозмутимости *проницающей*<sup>26</sup> мысли возникает из незатронутой рассуждением *безмятежности*, а аспект постижения бытия как оно есть из *безмятежности* не возникает. Так, например, ясное освещение образов светильником в первую очередь обеспечивается фитилем и пламенем, а не занавесом, защищающим от ветра и т.п., хотя неколебимость, устойчивость пламени светильника обеспечивается занавесом и т.п.

Итак, если применять *проницающий* анализ при *безмятежном ровном сосредоточении*<sup>27</sup> ума, лишенном «неровностей» *расплывания* и *возбужденности*, то истинный смысл постигается. Об этом и говорится в «Подлинном своде Дхармы»:

«Если ум уравновешен, то истина постигается подлинно.»

И в «Первой ступени созерцания» сказано:

«Поскольку ум волнуется, как река, лишен основ *безмятежности*, он не пребывает [в сосредоточении]. Без *ровного сосредоточения* ума невозможно подлинно познать истину. И Победоносец ведь сказал: “Истина подлинно познается благодаря *ровному сосредоточению*”».

Если осуществляем *безмятежность*, то избавляемся не только от колебаний мудрости, правильно исследующей бессамость, но и от изъяна отклонения [мысли] от объекта при любом проницающе-аналитическом созерцании непостоянства, кармы, ущербности сансары, воспитания любви, сострадания, Устремленности к Пробуждению и т.д.

Вследствие этого [ум] пребывает на любом объекте, не отвлекаясь к стороннему, что [придает] мощь всем духовным занятиям. А пока *безмятежность* не обретена, [ум] сильно отвлекается от предмета [сосредоточения], из-за чего все духовные занятия слабы. Как сказано во «Введении в практику» (8.1):

«Тот человек, чей ум блуждает,  
находится в клыках у клеш.»

И еще (5.16):

«"Хоть бы и долго ты мантры читал,  
долгие годы аскезы держался, —  
если при этом умом отклонялся, —  
все бесполезно", — так Мудрый<sup>28</sup> сказал.»

Итак, осуществление самадхи — недискурсивного, неотвлекающегося сосредоточения мысли на одном объекте — необходимо для того, чтобы получить совершенную податливость ума — способность произвольно сосредоточиться на любом благом объекте. При этом мысль, закрепленная на одном объекте, способна [долго] пребывать на нем, но и отпущенная послушно идет [к любому] из бесчисленных благих объектов, подобно воде, пущенной по оросительному каналу на плодородное [поле]. То есть, осуще-

311 а

ствив *безмятежность*, необходимо осваивать мудрость, при помощи которой [исследуют] сущность и явления, культивировать щедрость, воздержание, терпение, усердие, веру, разочарованность [в сансаре] и другие установки, содержащие безмерное благо и избавляющие от безмерного зла. А [кто] постоянно держит [мысль] закрепленной на одном объекте, [тот] не ведаёт [подлинной] цели осуществления *безмятежности*, и [его] благое занятие, знайте, не приносит большой пользы.

Если, таким образом, отвергнуть деятельный и воззренческий аспекты проникающего аналитического созерцания, то польза освоения самадхи — однонаправленного сосредоточения мысли — ничтожна. Особенно, если отсутствует средство порождения сильной и негибкой убежденности в бессамости — *проникновение* в сущность, поддерживаемое после аналитического [ее] исследования, то неважно, как долго культивировалась *безмятежность*, — имеет место лишь подавление проявлений, ростков клеш, а не искоренение их вплоть до семян.

Поэтому нельзя осваивать лишь *безмятежность*: требуется и *проникновение*. Ведь в «Средней ступени созерцания» (4) говорится:

«Освоив лишь *безмятежность*, йогины не избавляются от скверны, а лишь в некоторой степени подавляют клешы. Пока не засияет мудрость, глубинная скверна полностью не уничтожается.»

Да и в «Священной [сутре] истолкования замысла» сказано:

«Медитация подавляет клешы. Мудрость полностью



уничтожает глубинную скверну.»

И в «Священной [сутре] царя самадхи»:

«Освоившие это [безмятежности] самадхи, однако, не избавятся от веры в “я”. Их клеши снова [проявляются] и [ум] смущают, как у достигшего самадхи Удраки<sup>29</sup>.

Анализировать бессамость явлений и созерцать, исследуя ее, вот что дает нам плод — нирваны достижение: другой причиной не рождается Покой.»

И в «Корзине бодхисаттв» сказано:

«Те, кто не слушает сего учения “Корзины бодхисаттв”, не слушает священной Дисциплины, а довольствуется лишь достижением самадхи, — из-за своей гордости впадают в явное высокомерие и вовсе не освобождаются от рождения, старости, болезни, смерти, горя, рыдания, мучения, уныния и смущения, вовсе не освобождаются от сансары шести уделов, вовсе не освобождаются от скопища страданий. Об этом Татхагата сказал:

“Выслушивание у других достойных [наставлений] от старости и смерти избавляет.”»

Поэтому желающие, чтобы благодаря избавлению от всей скверны возникло совершенно чистое прозрение, пусть, пребывая в *безмятежности*, осваивают мудрость.

Об этом сказано и в «Священной [сутре] груды драгоценностей»:

«Соблюдая нравственность, достигают самадхи.

311 б

312 а

Достигнув самадхи, осваивают мудрость.  
Благодаря мудрости достигают чистейшего  
прозрения.  
Благодаря чистейшему прозрению нравственность  
совершенна.»

И в «Священной сутре культивирования благоговения к Махаяне» сказано:

«Дети [благородной] Семьи! Я не говорил, что при отсутствии мудрости [возможны] благоговение к Великой колеснице бодхисаттв и свершения в Великой колеснице.»

## 5. Установление очередности

Во «Введении в практику» (8.4) сказано:

«Зная, что *проникновение*  
на основе *безмятежности*  
полностью уничтожает клеши,  
сначала буду добиваться *безмятежности*.»

Согласно сказанному, сначала осуществляют *безмятежность*, а затем на ее основе осваивают *проникновение*.

Однако можно подумать: «В соответствии со сказанным в “Первой ступени созерцания” о неопределенности объекта *безмятежности*: “Ее объект не определен”, — и согласно ранее изложенному, — как явление (*chos-can*), так и сущность (*chos-nyid*) могут быть объектом *безмятежности*<sup>30</sup>. Поэтому, сначала поняв суть бессамостности и затем созерцая ее в качестве объекта, можно одновременно породить *безмятежность* ума, не отвлекаящегося к стороннему, и *проникновение* в пустоту. Так зачем же сначала добиваться *безмятежности*, а затем осваивать *проникновение*?!»

Что касается предварения *проникновения* *безмятежностью*, то не требуется, чтобы *безмятежность* предшествовала зарождению *воззрения*, пониманию бессамостности, ибо зарождение *воззрения* наблюдается и при отсутствии *безмятежности*.

Также нет необходимости, чтобы *безмятежность* предшествовала зарождению духовно преобразующего опыта<sup>31</sup> в этом *воззрении*, поскольку отсутствие *безмятежности* не исключает духовного преображе-

ния, наступающего благодаря освоению [воззрения] неустанным аналитическим исследованием. Если бы исключало, то последовал бы ложный вывод, что от *безмятежности* зависит и зарождение духовно преобразующего опыта относительно непостоянства, ущербности сансары и воспитания бодхичитты: ибо причина [этого опыта] для всех [перечисленных случаев] одна<sup>32</sup>.

В чем же тогда необходимость *безмятежности* для *проникновения*?

В связи с этим в «Истолковании замысла» сказано, что до тех пор, пока культивируемое *исследование* и *основательное исследование* при помощи проникающего анализа не способно породить совершенной *податливости* тела и ума, оно является установкой, лишь подобной *проникновению*; а когда вследствие этого зарождается совершенная *податливость* — [самим] *проникновением*. То есть, пока не достигнута *безмятежность*, сколько ни занимайся проникательным аналитическим созерцанием, оно не способно в итоге породить радость и блаженство совершенной *податливости* тела и ума.

А когда достигаешь *безмятежности*, то проникательное аналитическое исследование в итоге и порождает совершенную *податливость*. Значит, *безмятежность* необходима для этого как [основная] причина, о чем речь пойдет ниже.

Итак, когда аналитическая мудрость силой исследования, без закрепления [мысли] на одном объекте, порождает совершенную *податливость*, она становится *проникновением*. Ну, а порождение совершенной *податливости* благодаря закреплению мысли на

одном объекте не выходит за пределы способа осуществления *безмятежности*, даже если объект — *пустота*. Значит, этого недостаточно для достижения *проникновения*.

Далее, если сначала обрести понимание бессамости и неустанно анализировать ее суть, на основе этого *безмятежность* не осуществляется, если не была осуществлена раньше. Ежели заниматься не анализом, а закрепленным созерцанием, — *безмятежность* осуществляется. Но это способ практики лишь *безмятежности*, а не *проникновения*, и, значит, затем приходится добиваться последнего. Поэтому не удастся преступить очередность, при которой сначала добиваемся *безмятежности*, а затем, на ее основе, осваиваем *проникновение*.

Итак, если бы процесс порождения *проникновения* не заключал в себе порождения посредством аналитического созерцания совершенной *податливости*, то не было бы никакой действительной нужды сначала добиваться *безмятежности*, а затем, на ее основе, культивировать *проникновение*. Однако совершенно неправильно культивировать их не в таком порядке. Ведь цитатой из «Истолкования замысла» уже указывалось, что *проникновение* осваивается на основе достигнутой *безмятежности*.

Также есть очередность медитации и мудрости в перечислении шести парамит, о которых сказано:

«На основе предыдущих рождаются последующие»<sup>33</sup>,

— и последовательность зарождения особой практики мудрости на основе особой практики самадхи

соответствует порядку культивирования сначала *безмятежности*, а затем *проникновения*. Также, согласно прежней цитате из «Уровней бодхисаттв» и высказыванию в «Уровнях шравак»: на основе *безмятежности* культивируют *проникновение*. К тому же «Сущность срединности», «Введение в практику», три «Ступени созерцания»<sup>34</sup>, Джнянакирти и Шантипа тоже указывают, что сначала достигается *безмятежность*, а затем культивируется *проникновение*.

Поэтому мнение некоторых индийских наставников, что не [следует] отдельно добиваться *безмятежности*, а в первую очередь [нужно] посредством проницательного анализа породить *проникновение*, — противоречит исходным текстам великих *подвижников*, и разумные не должны на него полагаться.

Однако [установленная] последовательность *безмятежности* и *проникновения* является таковой лишь тогда, когда их порождают впервые. Потом могут сначала культивировать *проникновение*, а затем *безмятежность*. Т.е. последовательность [их практики после осуществления] не определена.

Но почему же в «Антологии [Абхидхармы]» сказано:

«Некоторые, достигшие *проникновения*, но не достигшие *безмятежности*, усердствуют в *безмятежности* на основе *проникновения*»?

[Здесь говорится] не о тех, кто не достиг *безмятежности*, относящейся к «порогу» Первой Дхьяны, а о тех, кто [еще] не достиг *безмятежности* самой Первой Дхьяны и далее; т.е. о тех, кто, опираясь на прямое постижение *четырех истин*, [стремится] к осуществлению *безмятежности* Первой и дальней-

ших Дхьян. Ведь в «Конкретных основах уровней» сказано:

«Также, когда подлинно познают [Истины] от *страдания* до *пути*, [но еще] не достигли Первой Дхьяны и далее, то садятся и сразу же закрепляют мысль [на объекте]: исследованием дхарм не занимаются. Опираясь на эту особую мудрость, приходят к особому состоянию ума — [безмятежности].»

В общем, чтобы упростить термины, девять степеней сосредоточения ума называют «безмятежностью», а исследование и другие из четырех<sup>35</sup> — «проникновением». Но действительные *безмятежность* и *проникновение* должны, как было указано, обозначаться исходя из зарождения совершенной *податливости*.

## 6. Правила практики

☪☪☪| Здесь три [части]:  
Правила практики безмятежности;  
Правила практики проникновения (том 5);  
Метод сочетания обеих (том 5).

### I Правила практики *безмятежности*

☪☪☪| Здесь три [раздела]: §1 Совокупность условий для достижения *безмятежности*; §2 Правила освоения *безмятежности*; §3 Мера осуществления *безмятежности*.

#### §1

☪☪☪| Во-первых, йогин должен положиться на совокупность условий для успешного и быстрого осуществления *безмятежности*.

Их шесть:

#### 1. Пребывание в подходящей местности

Местность [должна] обладать следующими пятью достоинствами.

(1) Легко обрести [средства к существованию]: нетрудно получить пищу, одежду и прочее.



(2) Хорошее место: такое, где не обитают хищники и прочие, злые люди или враги и т.п.

(3) Хорошая земля: не болезнетворная.

(4) Добрые друзья: т.е. имеются нравственные друзья и единомышленники.

(5) Благоприятная [обстановка]: немногочисленно днем и тихо ночью.

314 б

И в «Украшении сутр» сказано:

«Разумный практикует в такой местности, где легко обретается [нужное], где хорошее место и хорошая земля, где имеются добрые друзья и благоприятная для йоги обстановка.»

## 2. Малые желания

Не питайте большой привязанности к доброкачественной или изобильной пище, монашеской одежде и прочему.

## 3. Довольствование [скудным]

Если достается лишь плохая монашеская одежда и прочее, все равно всегда будьте довольны.

## 4. Отказ от многих дел

Откажитесь от купли-продажи и прочих дурных занятий, от чрезмерного общения и дружбы с домохозяевами и монахами, от изготовления лекарств, астрологии и т.п.

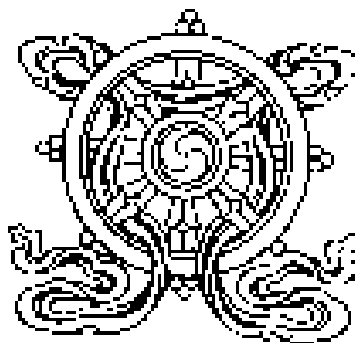
## 5. Чистая нравственность

Не нарушайте обетов индивидуального освобождения и бодхисаттвы<sup>36</sup> *естественными* и *запретными* проступками, а если по неосмотрительности нарушили их, то исправляйте безотлагательным покаянием, согласно Дхарме.

## 6. Отказ от помыслов об [удовлетворении] желаний и прочем

Созерцайте пагубность желаний: то, как в этой жизни из-за них убивают, лишают свободы и т.п., а в другой — приходится отправляться в дурную участь и т.п. Или же созерцайте такую мысль: «Всем приятным и неприятным вещам сансары присуще разрушение, непостоянство. Конечно, я скоро расстанусь со всеми ними. Так почему же я так привязан к ним?!» И так далее. Впоследствии отбросьте все помыслы об [удовлетворении] желаний.

Все это изложено согласно «Средней ступени созерцания». Подробнее можно узнать из «Уровней шравак».



Эти шесть дхарм — свод причин и условий первоначального зарождения, поддержания и совершенствования хорошего самадхи. Особенно важны чистая нравственность, сознание пагубности желаний и пребывание в подходящей местности.

Устами геше Тонпы:

«Мы думаем, что суть лишь в наставлении. Ищем только наставления, и потому самадхи не хочет зародиться — по вине того, что не пользуемся снаряжением.»

«Снаряжение» — это вышеизложенные шесть и прочее.

Также и первые четыре парамиты входят в снаряжение для пятой — медитации. В «Первой ступени созерцания» сказано:

«*Безмятежность* быстро осуществляется, если отбросить желание обретений и прочее, хорошо блюсти нравственность, иметь примиряющийся со страданием и прочим характер и быть усердным. Ведь в “Верном истолковании замысла” и в других [сутрах] указано, что *даяние* и другие [парамиты] являются основой для последующих [парамит].»

И в «Светоче на Пути» (39) сказано:

«Кто нарушает предварительные этапы *безмятежности*, тот, сколько бы ни созерцал, не осуществит самадхи и через тысячу лет.»

Поэтому искренне желающим осуществить самадхи *безмятежности* и *проникновения* очень важно усердствовать в *снаряжении* или предварительных этапах *безмятежности* — тринадцати, описанных в «Уровнях шравак»<sup>37</sup>, и других.

## §2 Правила освоения безмятежности

☪☪☪ Они двух видов:

1. Подготовительные; 2. Действительные.

### 1.

☪☪☪ Долго практикуйте вышеописанные шесть подготовительных действий<sup>38</sup>, а особенно — Устремленность к Пробуждению. Также в качестве предварительных ее этапов воспитывайте в себе установки, общие с низшей и средней личностями<sup>39</sup>.

### 2. Действительные [правила]

☪☪☪ Здесь две [темы]: А В каком положении тела созерцают; Б Порядок созерцания.

#### А

☪☪☪ Согласно сказанному в средней и последней «Ступенях созерцания», следует [сидеть] на очень мягком и удобном сиденье, поддерживая тело в *восьмеричном* положении:

- (1) Ноги полностью скрещены, как [в позе] досточтимого Вайрочаны<sup>40</sup>, или же наполовину скрещены.
- (2) Глаза полуприкрыты, смотрят на кончик носа<sup>41</sup>.
- (3) Туловище не отклонено ни назад, ни вперед — выпрямлено; внимание направлено внутрь.

- (4) Плечи ровно расслаблены.
- (5) Голова не поднята, не опущена, не наклонена в сторону: [кончик] носа и пуп — на одной вертикали.
- (6) Зубы и губы сложены как обычно, естественно.
- (7) Язык касается верхних зубов.
- (8) Дыхание: вдохи и выдохи не должны быть слышны, усиливаться и ослабляться, а должны быть совершенно неощутимы, очень медленны, естественны.

316 а

В «Ступенях шравак» говорится о пяти основаниях для сидения со скрещенными ногами на разрешенном Буддой высоком сидении (khri)<sup>42</sup>, низком сидении (khri'u) или подстилке из травы:

- (1) если осанка правильна, такое положение способствует появлению совершенной податливости, и она зарождается очень быстро;
- (2) в таком положении можно долго сидеть, не утомляя тела;
- (3) в таком положении не сидят иноверцы и враги;
- (4) когда другие видят сидящего в таком положении, они чувствуют [к нему] благоговение;
- (5) такое положение предписывают и используют Будды и слушатели Будд (шраваки).

Рекомендуется осознать эти пять оснований и сидеть скрестив ноги.

Прямая осанка тела предписана для того, чтобы не возникали вялость и сонливость.

Итак, сначала следует, согласно описанию, привести тело в *восьмеричное* положение. Особенно [важно] успокоить дыхание.

## Б Порядок созерцания

316 б

В большинстве [руководств] к этапам пути говорится, что *безмятежность* следует осуществлять, опираясь на упомянутые в «Середине и крайностях» восемь контрфакторов, избавляющих от *пяти преткновений*<sup>43</sup>.

В наставлениях традиции геше Лагсорвы указано, что, кроме того, требуются *шесть сил, четыре вида внимания и девять степеней сосредоточения*, описанные в «Уровнях шравак».

Мудрец Йонтандрак<sup>44</sup> включает *девять степеней сосредоточения в четыре вида внимания*. [Все это] и восемь контрфакторов — противоядий от *шести преткновений*<sup>45</sup> являются средствами всех самадхи, о чем единодушно говорится во многих сутрах, в «Украшении сутр», «Середине и крайностях», «Уровнях» Арья Асанги, трех мадхьямических «Ступенях созерцания» и во всех других руководствах по медитации. Если, сначала снарядившись для самадхи, усердствовать в этих средствах, то самадхи несомненно достигается.

В известных ныне «глубоких» наставлениях по медитации нет даже названий этих средств. Наша же [традиция] постепенного пути указывает: «*Не сказано, что самадхи осуществляется без снаряжения и этих средств, даже если долго усердствовать.*» Это провозвестие выражает искреннюю убежденность в [правильности] метода осуществления самадхи согласно великим Источникам.

Кстати, общие методы ведения [учеников] по этапам путей трех колесниц подробно систематизи-

ровал Арья Асанга в пяти собраниях «Уровней»<sup>46</sup>, и потому эти Источники, учащие практике, весьма объемисты.

Но *безмятежность и проникновение* подробно разъяснены лишь в одном из этих Текстов, а в других — кратко. Поэтому в «Собрании установленного» сказано, что о них следует читать [именно] в «Уровнях шравак», которые наиболее обширны.

И досточтимый Майтрея говорит в «Украшении сутр» и «Средине и крайностях» о *девяти степенях сосредоточения* и восьми устраняющих [преткновения] контрфакторах. Придерживаясь этих [трактатов], много писали об этапах осуществления самадхи наставники Харибхадра, Камалашила, Шантипа и другие индийские ученые. За исключением образов *божеств, капель, слогов* и прочих специфических объектов, общие внутренние [принципы] самадхи, изложенные в великих Источниках и в Мантре, вполне совпадают. В частности, *пять преткновений* и другие изъяны самадхи и способы их устранения очень подробно [описаны] в сутрах.

Однако сведущие в практике, опирающейся на великие Источники, [редки], как дневные звезды. [Многие], относя скверну собственного заблуждения к этим Источникам, считают, что они разламывают печати лишь внешнего познания; что существуют отдельные руководства, учащие о сути. И [у них] даже сомнение не возникает: «Каким это способом практикуют изложенные там этапы осуществления самадхи?»

В данном руководстве вся практика от начала до конца строится исключительно на материале вели-

317 а

317 б

ких Источников. Поэтому и правила осуществления самадхи здесь будут изложены исходя из великих Источников.

Здесь две [части]: 1. Правила порождения безупречного самадхи; 2. Степени сосредоточения ума, достигаемые вследствие исполнения тех [правил].

### 1. [Правила порождения безупречного самадхи]

Здесь три [раздела]:

- а. Что делать до закрепления мысли на объекте.
- б. Что делать во время закрепления мысли на объекте.
- в. Что делать после закрепления мысли на объекте.

*а.*

Если не можем пресечь лень — отсутствие желания освоить самадхи и нахождение удовольствия в препятствиях к нему, — она не позволит нам впервые войти в самадхи, а если когда-нибудь и достигнем его, то быстро утратим — из-за неспособности продлить.

Поэтому очень важно сначала пресечь лень.

Когда же достигаем совершенной *податливости*, при которой тело и ум исполнены радости и блаженства, — утомление от благих занятий, [совершаемых] денно и нощно, не возникает, благодаря чему избавляемся от лени.



[Но], чтобы породить совершенную податливость, необходима способность постоянно прилагать усилия к причине ее порождения — самадхи.

Чтобы породить эту [способность], необходимо мощное и постоянное стремление к самадхи.

В качестве причины этого [стремления] необходимо постоянное благоговение перед самадхи, [исходящее из] осознания его достоинств. Поэтому сначала нужно вновь и вновь культивировать благоговение, обдумывая достоинства самадхи.

Если посмотреть исходя из практического опыта, то такая последовательность совершенно очевидна, и потому считается священным принципом. Ведь в «Средине и крайностях» (IV, 5a-b) сказано:

«Вместилище, вмещенное,  
причина и сам плод.»

«Вместилище» — это стремление; оно вмещает усилие.

«Вмещенное» — это усилие или усердие.

Причина стремления — это благоговение, убежденность в достоинствах.

Плод усилия — это совершенная *податливость*.

Достоинства самадхи, которые следует созерцать, таковы: когда достигается *безмятежность*, ум наполняется радостью, а тело — блаженством, и потому в этой же жизни пребываем в блаженстве; тело и ум становятся совершенно *податливы*, благодаря чему можно произвольно сосредоточить мысль на [любом] благом объекте; утихает невольное отхождение [мысли] к недостойным объектам, благодаря чему не допускается много проступков, а все наши благие

деяния [обретают] мощь; на основе *безмятежности* возникают сверхобычные способности, магические силы и прочие достоинства; в особенности на ее основе зарождается опыт *проникновения* в сущность, благодаря которому мы способны вскоре отсечь корень сансары. [Существуют] и другие достоинства, обдумывание которых усиливает желание освоить самадхи. Узнайте о них и созерцайте. Когда зарождается то [желание], оно постоянно побуждает к культивированию самадхи, весьма облегчая его достижение и затрудняя утрату, ибо и после достижения вновь и вновь культивируем его.

*б. [Что делать во время закрепления мысли на объекте]*

Здесь две [части]: (1) Выбор объекта для закрепления мысли; (2) Правила закрепления на нем мысли.

318 б

(1)

Здесь две [темы]: (а) Общая система объектов; (б) Выбор подходящего объекта.

**(а) [Общая система объектов]**

[Эта тема] тройная: (I) *Указание подлинных объектов*; (II) *Разъяснение — кому какие объекты подходят*; (III) *Указание иных названий объекта*.

*(I)*

Бхагаван упоминает четыре [типа] объектов йоги-на: универсальные объекты; объекты, очищающие от преобладающих склонностей<sup>47</sup>; объекты знатока<sup>48</sup>; объекты, очищающие от клеш.

(1) Универсальных объектов четыре: дискурсивное отражение, недискурсивное отражение, *пределы сущего* и *осуществленная цель*.

Среди них обозначенные исходя из созерцания — это два «отражения», из которых первое — объект *проникновения*, а второе — объект *безмятежности*.

«Отражение» — это созерцаемый объект<sup>49</sup>, который как таковой нереален<sup>50</sup>: лишь образ его видится в уме.

Когда этот объект анализируют, возникают аналитические мысли и конструкции, тогда это — «дискурсивное отражение».

А когда фиксируют ум на объекте, не анализируя, то аналитические мысли и конструкции отсутствуют, и тогда это — «недискурсивное отражение».

[Можно подумать:] «Отражением какого именно объекта является это отражение?»

Это отражение или образ [одного из] *пяти объектов, очищающих от преобладающих склонностей, пяти объектов знатока или двух объектов, очищающих от клеш*.

Обозначенные по предмету<sup>51</sup> созерцания —

«пределы сущего» — это: (1) предел сущего как явления, [выражаемый словами]: «Лишь это есть; больше ничего нет», — и (2) предел сущего как

сущности, [выражаемый словами]: «Только таково подлинное состояние [сущего], а не иное.»

«Явления» — это все составное, которое сводится к пяти *совокупностям*, все дхармы, включаемые в восемнадцать дхату и двенадцать аятан, все предметы познания, охватываемые Четырьмя истинами: кроме них ничего нет.

«Сущность» означает логически установленную подлинную суть или «таковость» этих объектов.

Обозначенная по результату [созерцания] —

«осуществленная цель» — состояние после избавления от скверных потенций благодаря полному освоению и многократному применению установок *безмятежности* и *проникновения* к «отражениям» этих созерцательных объектов.

(2) *Очищающие от преобладающих склонностей* — это те объекты, которые очищают от преобладающей склонности к страстной привязанности и т.д. Их пять: отвратительное; любовь; обусловленное [происхождение]; разделение на *элементы*; дыхание.

*Отвратительное* как объект созерцания — это волосы, волоски и остальные из 36 отвратительных [частей] собственного [тела]<sup>52</sup>, а также «внешнее» отвратительное, например посиневший [труп] и прочее. То есть удерживают мысль на нечистом, отвратительном образе, отраженном в уме.

Сосредоточение на помысле об осуществлении блага и счастья друзей, врагов и нейтральных [существ] — это любовь. Удержание мысли на этих объектах, исходящее из такой установки любви, называют «созерцанием любви» (*byams-ra la dmigs-ra*).

То есть любовь является как объектом (*yul*), так и установкой (*yul can*).

Созерцая обусловленное [происхождение], удерживают мысль на той идее, что от дхарм, взаимообусловленно возникающих в трех временах, возникают лишь дхармы: помимо них нет никого, кто творит карму и испытывает ее плоды.

При созерцании по *элементам* — [мысленно] делят [себя] на составные части по шести *элементам* — земли, воды, огня, ветра, пространства, сознания — и удерживают на них мысль<sup>53</sup>.

При созерцании дыхания считают и наблюдают вдохи и выдохи, не отвлекаясь к постороннему.

(3) Объектов *знатока* — тоже пять: скандхи; дхату; аятаны; обусловленное [происхождение]; возможное и невозможное.

Скандхи — это *совокупность* физического и остальные из пяти [*совокупностей* личности]. *Знаток* их — тот, кто знает, что помимо скандх нет «я» и «мое».

Дхату — это глаза и остальные из 18 *элементов*<sup>54</sup>. Их *знаток* — тот, кто знает причины и условия возникновения дхату из соответствующих «семян».

Аятаны — это глаза и остальные из 12 баз. Их *знаток* тот, кто знает, что шесть субъективных аятан — это главное условие шести сознаний; шесть объективных аятан — их объективное условие; а непосредственно минувшее [мгновение] ума — их предшествующее условие<sup>55</sup>.

*Обусловленное* [происхождение] — это 12 [его] звеньев. Их *знаток* тот, кто знает, что они непостоянны, мучительны и лишены самости.

*Возможное и невозможное* — это возможность возникновения приятных плодов от благой кармы и невозможность возникновения приятных плодов от неблагой кармы и т.д. Их знаток тот, кто знает об этом.

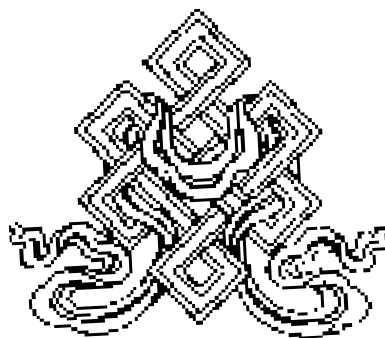
Он относится к роду знатоков обусловленного [происхождения], но отличается тем, что знает конкретные причины [происхождения].

Когда для *безмятежности* берутся именно эти объекты, мысль удерживается в какой-нибудь одной определенной установке на скандхах или другом из этих [объектов].

(4) *Очищение от клеш* [двояко]: лишь подавление их *семян* и полное удаление *семян*.

Объект первого из этих *объектов* — «грубость» низших уровней и покой высших уровней от [Сферы] желаний до «Несуществования»<sup>56</sup>.

Объект второго — *непостоянство* и другие из 16 [аспектов] Четырех истин<sup>57</sup>. Когда эти объекты берутся для *безмятежности*, то мысль удерживают на их «отражении» без анализа, исходя из какой-нибудь одной определенной *установки*.



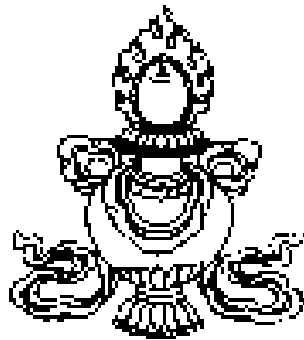
В «Средней ступени созерцания» говорится о трех [типах] объектов: (1) суть всех 12 разделов Слова

[Будды]<sup>58</sup>, к которой приходят, в которую проникают и погружаются<sup>59</sup>, т.е. сведя все [к ней], закрепляют на ней мысль; (2) скандхи и т.д.<sup>60</sup>, в которые объединены все дхармы; (3) облик Будды, который видели или о котором слышали.

На скандхах и т.д. сосредоточиваются таким образом: изучают способ объединения всех составных явлений<sup>61</sup> в скандхи, затем их постепенно объединяют и удерживают на них мысль. Как аналитическая мудрость зарождается из навыка в разборе, так самадхи — сосредоточение ума на объекте без отвлечений к постороннему — зарождается из навыка в *объединении*.

Таково наставление Абхидхармы.

Подобным же образом изучают способ объединения всех дхарм в дхату и аятаны, объединяют [все дхармы] в них и удерживают на них мысль.



Как уже упоминалось, объекты, очищающие от преобладающих склонностей, легко отвращают от страстной привязанности или иного тех, кто чрезмерно склонен к страстной привязанности или иному, и таким образом облегчают достижение самадхи.

Объекты знатока устраняют [представление о] самости индивида, отличной от дхарм, и таким обра-

зом создают условие для зарождения *проникновения* в бессамостность. Поэтому это превосходные объекты для *безмятежности*. Объекты, очищающие от клеш, являются противоядиями от всех клеш и таким образом приносят великую пользу.

*Универсальные* объекты не отличаются от вышеупомянутых.



Итак, самадхи необходимо осуществлять, опираясь на такие объекты *безмятежности*, которые служат [и] для особых целей. Поэтому те, кто стремится к самадхи, используя камешек, деревяшку и подобные опорные объекты<sup>62</sup> сосредоточения, очевидно, не ведают системы объектов самадхи.

Некоторые думают, что, если установить мысленную опору и закрепить на ней ум, то это — *цепляние за признаки* [реального существования]. Поэтому они не опираются на такие объекты, считая, что созерцание *пустоты* — это именно фиксация без опоры, — что показывает полную неосведомленность в методе созерцания *пустоты*. То есть, если в это время отсутствует осознание, то нет и самадхи созерцания *пустоты*, а если присутствует, — необходимо признать и то, что осознается, т.е. осознаваемое<sup>63</sup>.



Если же есть осознаваемое, то оно же является и воспринимаемым умом объектом, поскольку [термины] «объект», «воспринимаемое» и «осознаваемое» означают одно и то же.

Следовательно, и это самадхи нужно считать *цеплянием за признаки* [реального существования], поэтому-то такая традиция неправильна.

Кроме того, созерцается или не созерцается [в действительности] *пустота*, зависит, во-первых, от того, опирается или не опирается созерцание на *воззрение* — понимание бытия как оно есть, а не от отсутствия или наличия мыслей об объекте. Ниже объясню это подробнее.

Кроме того, приверженцам «безобъектного сосредоточения» приходится перед тем, как удерживать мысль, подумать: «Буду удерживать свой ум от всякого влечения к объектам». Впоследствии им обязательно приходится держать [мысль] без всяких образов на объекте, [который есть] лишь ум. Поэтому, утверждая, что объект отсутствует, [они] противоречат собственному опыту.

Итак, в великих исходных текстах, касающихся осуществления самадхи, описаны многие объекты. Об [особых] целях, которые они исполняют, уже говорилось. Поэтому хорошо ознакомьтесь с этими опорами для закрепления мысли.

Указание в «[Первой] ступени созерцания», что объект *безмятежности* не определен, и слова «Светоча на Пути» (40): «На каком-нибудь одном объекте...» — означают, что нет нужды устанавливать [для всех] один определенный объект, но не указывают, что [можно] использовать любой объект.

## ***(II) Разъяснение — кому какие объекты подходят***

Если у индивида преобладает *страстная привязанность* или другие пристрастия, вплоть до *мыслетворений*<sup>64</sup>, то — как сказано в «Уровнях шравак», в цитате из «Вопросов Реваты»:

«Ревата! Если йогин-монах, подвизающийся в йоге, особо склонен к страсти, то он закрепляет мысль на отвратительном объекте.

Если склонен к нетерпимости, то — на любви.

Если склонен к заблуждению, то — на зависимом от определенных условий происхождении.

Если он склонен к гордыне, то закрепляет мысль на разделении элементов.»

И далее:

«Если он особо склонен к рассуждению, то закрепляет мысль на наблюдении вдохов и выдохов.»

И в «Уровнях шравак» сказано:

«Тем индивидам, которые склонны к привязанности, нетерпимости, заблуждению, гордыне или рассуждению, вначале следует целиком [посвятить] некоторое [время] очищению от преобладающей склонности, опираясь на *объекты*, очищающие от преобладающих склонностей. Вследствие этого реализуется устойчивое сосредоточение ума. И объект для каждого из таких [индивидов] точно определен. Поэтому такие, конечно, должны усердно [созерцать] эти объекты.»

Итак, обязательно следует усердствовать [в созерцании] таких объектов.

Но, если у индивида одинаковые склонности или слабые клеши, то он может удерживать мысль на любом объекте из описанных ранее, который больше нравится. Четко определенный не требуется. [Так] сказано в «Уровнях шравак»:

«У кого склонности одинаковы, тому следует — единственно ради устойчивого сосредоточения ума, а не для очищения от преобладающей склонности — усердно [созерцать] тот [объект], который нравится.

Как при одинаковых склонностях, так же и при слабых клешах.»

Кроме того, преобладание страстной привязанности или другой из пяти [склонностей]<sup>65</sup> — это возникновение сильной и продолжительной привязанности или другой из пяти, даже при слабых их объектах, вследствие того, что в прошлых жизнях [индивид] предавался привязанности или другой из пяти [склонностей], привык к ней и часто проявлял ее.

Одинаковость склонностей — [когда] сильная и продолжительная *привязанность* к соответственным объектам или другая [склонность] не возникает вследствие того, что [индивид] в прошлых жизнях не слишком предавался привязанности и прочим [склонностям], не привык к ним и не проявлял их часто, хотя и не видел в них зла, не подавлял их. Но [это не значит], что привязанность и прочие из пяти [вообще] не проявляются.

Слабость клеш — [когда] *привязанность* и прочие [клеши] в отношении сильных, обильных и особенных их объектов возникают вяло, а в отношении средних и слабых объектов не возникают вовсе

вследствие того, что [индивид] в прошлых жизнях не предавался и т.д. *привязанности* и прочим [кляшам], а также видел в них зло и т.д.

Из-за преобладания *привязанности* или другой из пяти [склонностей] осуществление устойчивого сосредоточения ума занимает долгое время; при одинаковых склонностях — не очень долгое; а при слабых кляшах [происходит] очень быстро.

О том, каким индивидам [следует] усердствовать в [созерцании] объектов *знатока*, тоже сказано в «Вопросах Реваты»:

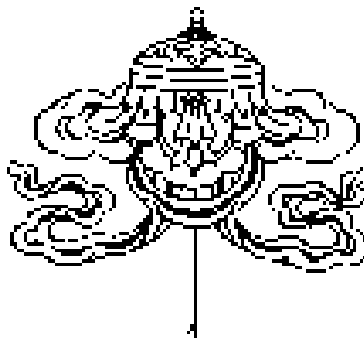
«Ревата! Если монах-йогин, усердствующий в йоге, совершенно несведущ в индивидуальных характеристиках всех *движущих сил* или совсем запутан [понятиями] “я”, “существо”, “душа”, “рождающийся”, “живущий” и “личность”, он закрепляет мысль на познании скандх.

Если он совсем не ведает причин, — то на познании дхату.

Если совсем не ведает условий, — то на познании аятан.

Если он совершенно неосведомлен о непостоянстве, страдании и бессамостности, то закрепляет мысль на познании обусловленного происхождения, на возможном и невозможном.»

Согласно сказанному, эти пять объектов в основном устраняют незнание.



О том, какие индивиды закрепляют мысль на объектах, очищающих от клеш, в той же сутре сказано:

«Тот, кто желает избавиться от клеш Сферы желаний, [закрепляет мысль] на “грубости” желаний и покое [Сферы] форм.

Тот, кто желает избавиться от страстной привязанности к [Сфере] форм, закрепляет мысль на “грубости” [Сферы] форм и покое [Сферы] бесформного.

Тот, кто желает разочароваться во всем тленном и полностью освободиться от него, закрепляет мысль на Истинах страдания, источника, прекращения и пути.»

Эти объекты относятся к обоим: аналитическому созерцанию *проникновения* и закрепленному созерцанию *безмятежности*. Но, хотя они и не являются объектами одной лишь *безмятежности*, некоторые из них могут служить для первоначального осуществления *безмятежности*, а некоторые используются для совершенствования осуществленной *безмятежности*. Поэтому они и изложены в разделе об объектах *безмятежности*.

323 б

### ***(III) Указание иных названий объекта***

Синонимы *отражения* или отражающегося в уме образа ранее описанных объектов как предметов для закрепления мысли, опор самадхи, перечислены в «Уровнях шравак»:

«Отражающаяся форма также называется “отражением”, “источником самадхи”, “областью самадхи”, “средством самадхи”, “дверью самадхи”, “опорой внимания”, “телом мысли, [направленной] внутрь”, и “отображением”. Таковы

синонимы сего “отражения”, сходного с действительным объектом восприятия.»

### (б) Выбор подходящего объекта

Можно подумать: «Так на какой же из множества указанных объектов следует опираться при осуществлении безмятежности?»

Согласно приведенной ранее [цитате] из сутры, — нет единого [объекта], установленного [для всех]. Разные индивиды должны [созерцать] разные объекты. Особенно, когда преобладает привязанность и т.д., — чтобы действительно осуществить хоть малейшую *безмятежность*, нужно использовать предназначенный для конкретного [случая] объект. Если этого не делать, то, хотя и возможно достижение самадхи, подобного *безмятежности*, — подлинной *безмятежности* не достичь. Ведь сказано, что, даже практикуя [созерцание] объекта, очищающего от преобладающей склонности, и то достигаем *безмятежности* лишь через долгое время. Нужно ли говорить, что [ее] не осуществишь, пренебрегая объектом, очищающим от преобладающей склонности.

Особенно, если преобладает дискурсивность, необходимо созерцать дыхание.

Если у индивида одинаковые склонности или слабые клеши, то, как указано ранее, следует опираться на тот объект из описанных прежде, который по душе.

Также, как сказано в «Самадхи для лицезрения нынешних Будд» и в «Царе самадхи», а также в средней и последней «Ступенях созерцания», самад-

хи [можно] осуществить, созерцая тело Татхагаты. И наставник Бодхибхадра<sup>66</sup> указывает многие [разновидности объектов]:

«*Безмятежность* двойка: достигаемая (1) посредством внимания, направленного внутрь, и (2) созерцанием воспринятого вовне.

Из них, [достигаемая посредством] внимания, направленного внутрь, тоже двойка: (1а) созерцание тела и (1б) созерцание относящегося к телу.

Из них, (1а) созерцание тела тройка: созерцание своего тела в образе божества<sup>67</sup>; созерцание скелета и прочего отвратительного; созерцание кхатванги и других особенных символов<sup>68</sup>.

(1б) [Созерцание] относящегося к телу пятерично: созерцание дыхания; созерцание тонких знаков; созерцание бинду; созерцание лучей, составляющих [ауру]; созерцание радости и блаженства.

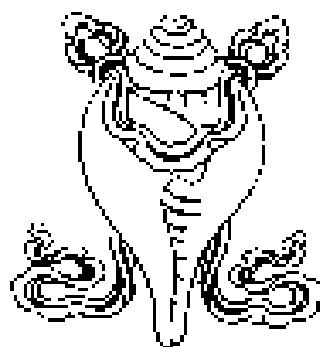
(2) Созерцание воспринятого вовне двойка: особенное и обыденное.

Особенное [созерцание] двойка: созерцание тела [Будды] и созерцание [Его] речи.»

Эта [цитата] приведена и в «Толковании “Светоча на Пути”».

Удержание мысли на теле Будды является памятованием о Будде, поэтому порождает бесчисленные заслуги. Если Его облик ясен и устойчив, то созерцание его в качестве *поля* накопления *заслуг* при поклонах, подношении, молитвах и т.д., а также как *поля* очищения скверны при исповеди, зароке и тому подобном особенно хорошо. К тому же, согласно

приведенной ранее цитате из «Царя самадхи»<sup>69</sup>, [благодаря созерцанию тела Будды] не утрачивается в час смерти памятование о Будде. [Есть у этого созерцания] и другие достоинства. Также, когда культивируют путь Сокровенной Мантры, [это созерцание] превосходно для «йоги божества» и многих других целей. Польза и способ направления мысли на Будду подробно описаны в сутре «Самадхи для лицезрения нынешних Будд». Поэтому, согласно сказанному в «Последней ступени созерцания», обязательно нужно узнать [о том] из этой [сутры]. А здесь, опасаясь многословия, распространяться не буду.



Итак, искушен в средствах тот, кто ищет [такой] опоры созерцания, благодаря которой осуществляется самадхи и к тому же исполняются другие, особые цели.

Каково же тело Татхагаты в виде опоры созерцания? Об этом говорится в «Последней ступени созерцания»:

«Йогину следует осуществлять *безмятежность*, сперва сосредоточив мысль на облике Татхагаты: таком, каким [он] видел [его] и о каком слышал. То есть, постоянно направляя мысль на тело Будды: желтое, как чистое золото; украшен-



ное *знаками* и *признаками* [совершенства]<sup>70</sup>; пребывающее среди учеников и разными способами осуществляющее цель живых существ, — следует, породив [в себе] желание его достоинств и устранив *расплывание* [мысли], *возбужденность* и т.п., медитировать до тех пор, пока оно не будет видно [в воображении] так же ясно, как воочию.»

И в «Царе самадхи» (4.13) сказано:

«Золотистое тело Защитника мира  
прекрасно во всем.

Бодхисаттву, чью мысль сей объект поглощает,  
“ровно сосредоточенным”<sup>71</sup> зовут.»

Таким, как сказано, и следует созерцать [тело Будды].

Здесь [есть] два [способа]: (1) создание нового мысленного [образа] и (2) визуализация уже существующего [изображения]. Второй способ играет исключительную роль для зарождения веры. Он [используется] и в общей колеснице<sup>72</sup>. Поэтому визуализируйте уже существующее изображение.

Сначала, когда ищете опору для закрепления мысли, найдите очень хорошее [изображение] тела Всемирного Учителя: икону, отливку и т.п., запомните Его черты, многократно рассматривая, и привыкайте к Его отражению в уме. Или же, обдумывая услышанное от Учителя описание, преобразите его в мысленный образ и найдите [в нем] опору созерцания.

Опорой созерцания не должен быть образ на иконе, отливка и т.п.: учитесь создавать [в уме] живой образ Будды.

А то некоторые ставят [Его] изображение перед собой и, устремив взгляд, созерцают. Наставник Ешей-де<sup>73</sup> очень убедительно отверг [такой способ]. Ибо самадхи осуществляется не в чувственном сознании, а в умственном<sup>74</sup>. Поэтому подлинный объект самадхи — это объект именно умственного сознания. Значит, на нем и необходимо удерживать мысль. И, согласно этому, сказано, что нужно созерцать мысленный образ<sup>75</sup> или «отражение» действительного объекта восприятия.

Далее говорится, что тело [Будды состоит] из главных частей и деталей. Сначала созерцаются главные части, а затем, когда обретена устойчивость, нужно созерцать детали. Опыт [показывает], что общие черты [воспринимаемого] отражаются [в уме] очень легко, поэтому опорой созерцания [сначала] должны быть главные [части] тела [Будды]. И особенно важно вот что: пока не осуществлено желанное самадхи, соответствующее описанному, ни в коем случае нельзя, занимаясь его практикой, менять объекты, поскольку смена объектов в [период] освоения самадхи очень затрудняет достижение *безмятежности*.

Поэтому в таких достоверных исходных текстах о практике самадхи, как собрания «Уровней», три [книги] «Ступеней созерцания» и т.д., указано, что на начальном этапе практики самадхи опираются только на один объект, а не говорится, что меняют многие объекты.

Ясно сказал и Арьяшура («Краткое изложение парамит», 10.5.12):

«Следует устойчиво закрепить мысль

на одном объекте.  
Из-за смены многих объектов  
ум смущается клешами.»

Это слова из раздела о практике медитации.  
И в «Светоче на Пути» (40) сказано:

«Сосредоточивайте ум  
на каком-нибудь одном благом объекте.»

Слово «одном» здесь подчеркивается.

Итак, созерцая сначала один объект, достигают *безмятежности*, а затем созерцают и многие [объекты]. Как сказано в «Первой ступени созерцания»:

«Лишь овладев вниманием, детально созерцают скандхи, дхату и другие [объекты]. В «Истолковании замысла» и в других [сутрах] тоже сказано, что [тогда] йогины созерцают восемнадцать [аспектов] *пустоты*<sup>76</sup> и многие другие виды объектов.»

Итак, мера первоначального обретения опоры для удержания мысли такова:

После того, как несколько раз визуализировали голову, обе руки, туловище и обе ноги, вы направляете мысленное внимание на все тело [Будды]. Когда становитесь способны при этом видеть хотя бы половину основных его частей, то, хотя они и не светятся ясно, надо [пока] довольствоваться этим и фиксировать мысль на них.

Почему же? Если не довольствоваться, не удерживать мысль, а, желая, чтобы [они] стали еще яснее, вновь и вновь визуализировать, вспоминать, то, хотя объект и становится чуточку яснее, — устойчивое сосредоточение ума не только не достигается, но и

создается препятствие к его достижению. А если держать мысль хотя бы на половине того объекта, то, хотя он и весьма неясен, сосредоточение скоро достигается и затем способствует ясности, благодаря чему она легко осуществляется.

Это советы наставника Ешей-де, и они очень важны.

Что касается характера *отражения* опоры-объекта созерцания, то, хотя его и [стараяются] установить посредством двух четверок альтернатив, он не определен, ибо у разных индивидов образ отражается [в уме] по-разному: трудно или легко, ясно или смутно, устойчиво или неустойчиво<sup>77</sup>.

Когда практикуется «йога божества» Сокровенной Мантры, необходимо создать [в уме] ясный образ божества. Поэтому, пока он не появляется, необходимо заниматься его порождением, используя многие средства. Но здесь, если образ божества *отражается* очень трудно, — достаточно удерживать мысль на каком-нибудь из вышеуказанных объектов, ибо главная цель [сейчас] — осуществление простого *безмятежного* самадхи.

Если, чтобы [его] осуществить, все-таки [берут] объектом созерцания тело божества, необходимо удерживать мысль на уже запечатленном [в уме] образе, ибо желанная цель не осуществится, если удерживать мысль на образе, который еще не запечатлен. Кроме того, по возможности удерживайте [мысль] на всем теле, а если некоторые его части более ясны, то удерживайте [мысль] на них. Ежели они поблекнут, опять фиксируйте [мысль] на всем [теле].

Если в это время путаются цвета, например: при желании созерцать желтое появляется красное; путаются формы, например: при желании созерцать сидячий облик появляется стоячий; путается численность, например: при желании созерцать одно появляются два; или путается величина, например: при желании созерцать большое появляется малое, — то никак нельзя поддаваться этому: необходимо удерживать основной объект таким, каков он есть на самом деле.

## (2) Правила закрепления мысли на [объекте]

Здесь три [темы]: (а) Определение безошибочного метода; (б) Устранение ошибочного метода; (в) Указание меры продолжительности занятий.

### (а)

Осуществляемое здесь самадхи обладает двумя особенностями: 1) силой ясности, совершенной отчетливостью мысли, и 2) устойчивостью недискурсивного пребывания на объекте.

Некоторые к ним прибавляют третью [особенность] — блаженство, а другие и четвертую — светлость. Но светлость входит в первую особенность и поэтому не требует отдельного упоминания. А радость и блаженство, доставляющие полное удовольствие, появляются в результате самадхи, подлежащего сейчас осуществлению, а не сопровождают [само это] самадхи, относящееся к порогу Первой Дхьяны.

Блаженство тела и ума не сопровождают и самадхи Четвертой Дхьяны, которая считается высшей опорой осуществления достоинств всех трех Колесниц. Поэтому [радость и блаженство] здесь не в счет.

Хотя в некоторых самадхи, относящихся к бесформным уровням, и хорошая ясность отсутствует, но, согласно сказанному в «Украшении сутр» (19.28,29): «Медитация, исключая бесформные уровни...» — бодхисаттвы, кроме некоторых, достигших силы<sup>78</sup>, осуществляют достоинства, опираясь на самадхи, относящиеся к уровням Дхьян<sup>79</sup>. Поэтому нет ошибки в указании ясности как особенности [самадхи].

Появлению упомянутой силы ясности мешает *расплывание* [мысли], а недискурсивному сосредоточению — *возбужденность*. Именно по этой причине *расплывание* и *возбужденность* считаются главными препятствиями осуществлению подлинного самадхи.

Следовательно, если не знать надежного [способа] определения тонких и грубых *расплывания* и *возбужденности*, а также подлинного метода практики самадхи, благодаря которому они устраняются после их определения, то *безмятежность*, не говоря уже о *проникновении*, зародиться не может. Поэтому разумным, стремящимся к самадхи, следует тщательно ознакомиться с этими методами.

Поскольку *расплывание* и *возбужденность* являются помехами к осуществлению *безмятежности*, — ниже разъясню эффективный метод их выявления и устранения. Теперь же расскажу о методе порождения самадхи для осуществления *безмятежности*.

«Самадхи» здесь означает устойчивое сосредоточение мысли на объекте; при этом [она] должна пребывать на объекте долго.

Для этого необходимо (1) средство, не позволяющее мысли отвлечься от основного объекта, и (2) чуткое осознание: отвлекается [мысль] или нет, склонна к отвлечению или нет. Первое — это внимательность, а второе — бдительность. Как сказано в «Толковании Украшения сутр» (18.53):

«Внимательность и бдительность — это факторы закрепления [мысли]; ибо первая не позволяет мысли отклониться от объекта, а благодаря второй чутко отслеживается ее отклонение.»

Как только утрачиваем внимательность, забывая объект, отвлекаясь от него, — объект пропадает. Поэтому внимательность — неупускание объекта — является основой. Способ закрепления мысли на объекте при помощи внимательности таков:

Когда объект, визуализированный в соответствии с прежними указаниями, достаточно запечатлелся, решительно возьмитесь прочно удерживать его в сознании и, напрягая внимание, закрепите мысль, более не исследуя [объект].

О внимательности в «Антологии [Абхидхармы]» сказано:

«Что такое внимательность? Это неотходность мысли от знакомого предмета — фактор полного отсутствия отвлечений.»

То есть она обладает тремя особенностями:

(1) Особенность *объекта*

Поскольку внимательность не возникает в отношении незнакомого объекта, то и указан *знакомый* предмет: в нашем случае — запечатленная опора созерцания, с которой уже хорошо ознакомились.

(2) Особенность установки

Это «памятование» — удерживание объекта в сознании; в нашем случае — сохранение опоры созерцания.

«Памятование» [здесь] не означает одну лишь способность помнить наставление Учителя: «Эта опора созерцания такова», — когда вас спрашивают другие или вы сами начинаете о ней думать. Это — полное отсутствие ускользаний от постоянного памятования об объекте, на котором закреплена мысль. Как только происходит отвлечение, внимательность утрачивается.

Поэтому, закрепив, как было [указано], мысль на опоре созерцания, подумайте: «Итак, [мысль] закреплена на объекте», — и затем, более не размышляя, непрерывно поддерживайте силу осознания. Это превосходный способ сохранения внимательности.

(3) Особенность функции —

не позволять мысли отклониться от *объекта* к постороннему.

Поэтому усмирение ума, закрепляющее его на *объекте*, сравнивается с укрощением слона: если дикий слон, привязанный множеством крепких канатов к очень прочному столбу или дереву, делает так, как его учит погонщик, то хорошо. Если же не слушается, — тот его укрощает, ударяя острым крюком. Так и наш ум, подобный неукрощенному слону, [нужно] привязать веревкой внимательности к «креп-



кому столбу» [какого-то из] вышеуказанных объектов, а если он не может устоять на месте, следует мало-помалу подчинять его «крюком» бдительности. Об этом сказано в «Сущности срединности»:

«Крепко привязав веревкой внимательности  
непослушного слона ума  
к прочному столбу объекта созерцания,  
постепенно укрощайте его крюком мудрой  
[бдительности].»

И в «Средней ступени созерцания»:

«Веревками внимательности и бдительности привяжи слона ума к дереву объекта созерцания.»

В том, что в первой заповеди бдительность уподобляется крюку, а во второй — веревке, противоречия нет. Внимательность непосредственно надолго закрепляет мысль на объекте, а бдительность — косвенно. Ведь распознавание благодаря бдительности действительных *расплывания* и *возбужденности* или склонности к ним позволяет [мысли] не поддаваться им, [оставаться] закрепленной на основном *объекте*. Также учитель Васубандху в приведенной ранее [цитате] называет факторами закрепления [мысли] и внимательность, и бдительность.

Поскольку говорится, что благодаря внимательности осуществляется самадхи и что внимательность, подобно веревке, непосредственно и продолжительно закрепляет мысль на *объекте*, то основное средство осуществления самадхи — [именно] поддержание внимательности. А поскольку внимательность является твердой установкой, то, если при

вхождении в самадхи отсутствует твердая уверенность, а [имеет место] неуверенное закрепление, тогда, хоть и проявляется светлая ясность мысли, — ей недостает отчетливости, исполненной силы уверенности, и поэтому сила внимательности не рождается. Из-за этого же не пропадает тонкое *расплывание*, совершенно портящее самадхи.

Нужно вспомнить совет: «Не цепляясь мыслью ни за какую другую опору созерцания, будь то тело божества или иное, производи закрепление, сохраняя полное отсутствие помыслов, нисколько не думая и об объектах [чувств]», — и затем не допускать отхода, отвлечения мысли. *Неотходность* по сути то же самое, что внимательность — удерживание объекта, и поэтому не выходит [за пределы] правил поддержания внимательности. Значит, и в этом случае нужно опираться на внимательность, исполненную уверенности.

330 а

### (б) Устранение ошибочного метода

Подлежит устранению следующее ложное представление.

Твердо закрепив, как было указано, недискурсивную [мысль на объекте] посредством должного напряжения внимания, [некоторые] обнаруживают, что, хотя изъян *расплывания* полностью отсутствует, — из-за проявляющейся *возбужденности* устойчивость сохранить не удастся. Тогда [они] ослабляют внимание, тем самым расслабляя напряженно удерживаемую [мысль]. Видя, что благодаря этому вскоре появляется устойчивость, утверждают в мысли: «Такое средство — великий совет», — и возглашают:

«Чем больше расслабления, тем лучше созерцание!»

Такие речи показывают отсутствие различия между возникновением *расплывания* и зарождением созерцания, а ведь безупречное самадхи, как уже говорилось, должно обладать двумя особенностями, — одной устойчивости недискурсивного сосредоточения недостаточно.

Возражающие: «Если бы при этом мысль была замутнена, то имело бы место *расплывание*, а если наоборот — присутствует светлая ясность мысли, — то самадхи безупречно», — очевидно, не отличают *вялости* (gmugs) от *расплывания* (bying-ba). Поэтому подробнее разъясню ниже.

Итак, если сознание слишком напряжено, то, хотя и присутствует ясность, появляется *возбужденность*, затрудняющая появление устойчивости. А если [сознание] слишком расслаблено, то, хотя и имеется устойчивость, появляется *расплывание*, и потому нет отчетливо выраженной ясности.

Поскольку очень трудно выдерживать подходящее, не слишком напряженное или расслабленное, состояние, то лишенное *расплывания* и *возбужденности* самадхи зарождается трудно. Имея это в виду, наставник Чандрагомин [в «Хвале покаянию»] сказал:

«Когда усердствую [чрезмерно], возникает  
*возбужденность.*

Когда отбрасываю [усердие], мысль  
 притупляется<sup>80</sup> моя.

Так как трудно найти должное равновесие,  
 мой ум беспокоен. Что же делать?»

«Усердствовать» — это слишком напрячься. Если так делать, возникает *возбужденность*. Если же отбросить напряженное [усердие] и слишком расслабиться, то появляется *притупленность* мысли. Поэтому и трудно найти должное равновесие ума, ровное состояние, в котором отсутствовали бы *расплывание* и *возбужденность*.

По этому поводу Буддхашанти сказал в «Толковании» этого [сочинения]:

«“Усердствовать” здесь означает проявлять чрезмерный энтузиазм в благих занятиях.»

И далее:

«Если, осознав зло *возбужденности*, совсем расслабиться, отбросить усилие, то мысль притупляется.»

Опять-таки в «Хвале покаянию» сказано:

«Когда [слишком] стараюсь, возникает  
*возбужденность*.

Когда расслабляюсь, притупляется [мысль].

Поскольку трудно осуществить середину,  
мой ум беспокоен. Что же делать?»<sup>81</sup>

И в «Толковании» ясно говорится:

«Чрезмерное старание, напряжение сил порождает *возбужденность* и *рассеянность*, которые подавляют [ум], и поэтому, вопреки усилию, устойчивость мысли не достигается. Если же, стремясь поправить такой недостаток, слишком расслабить занятый созерцанием ум, отбросить усилие, то из-за забывания объекта и прочих недостатков притупляется мысль, возникает и развивается *расплывание*.»

Поэтому и сказано, что трудно осуществить середину или достичь самадхи с должным равновесием, лишенным крайностей *расплывания* и *возбужденности*.

Значит, если было бы достаточно совершенно расслабиться, то не было бы никакой трудности; а ведь сказано, что вследствие такого [расслабления] возникает *расплывание*. Поэтому ясно, что таким способом нельзя осуществить самадхи.

О том, что недостаточно светлой ясности совершенно расслабленной мысли, а необходима прочная установка ее удержания, сказал Арья Асанга:

«В *закреплении* и *продолженном закреплении* [мысли] участвует напряженное внимание.»

Здесь говорится о первых двух из девяти степеней сосредоточения ума.

И в «Первой ступени созерцания» сказано:

«Чтобы устранить *расплывание*, крепко удерживайте тот же объект созерцания.»

И в «Средней ступени созерцания» говорится:

«Затем, устранив *расплывание*, обязательно стремитесь к тому, чтобы очень ясно видеть в уме этот объект.»

Слова «ясно видеть в уме» не указывают лишь на ясность объекта, а указывают на совершенно ясную и прочную установку ума.

Такой метод применения внимательности очень важен. Признаки его незнания таковы: чем больше созерцаешь, тем больше забывчивость, притупляется проницательность при аналитическом исследовании

дхарм, и [появляются] многие прочие недостатки. [Некоторые] при этом еще хвастаются, что обладают устойчивым самадхи.

Возможен вопрос: «Когда закрепляешь мысль на объекте ранее описанным способом, при помощи внимательности, можно ли проводить мысленное наблюдение-проверку: хорошо удерживается объект или нет?»

Это и нужно делать. Ведь в «Средней ступени созерцания» сказано:

«Итак, на том объекте, который [вы] пожелали [выбрать] и на котором закрепили мысль, затем следует закрепить ее на продолжительное [время]. После закрепления мысли нужно исследовать, проверять ее, думая так: “Хорошо ли мысль держится на объекте; не *расплывается* ли она, не отвлекается ли к внешним объектам?”»

Однако, наблюдая таким образом, из сосредоточения вы не выходите: сохраняя сосредоточение, всего лишь смотрите — пребывает ли [мысль] на основном объекте так, как раньше, или нет; ежели нет, то — поддалась ли она *расплыванию* или же *возбужденности*? После сосредоточения [мысль] следует наблюдать время от времени, не слишком кратко и не слишком долго.

Когда это делается, исходя единственно из сохранения прежней силы, мощи осознания, после порождения силы осознания необходимо сохранять ее длительное время и быстро замечать *расплывание* и *возбужденность*.

Также, поскольку периодическое вспоминание первоначального [вида] объекта необходимо как

причина сильной и постоянной внимательности, то оно и является средством поддержания внимательности. Как говорится в «Ступенях шравак»:

«Что же такое сосредоточение ума? Отвечаю: это поток безупречной, радостной мысли, постоянно сохраняющий объект и таким образом сходный с [прежним] периодическим памятованием [о Дхарме при помощи слушания и размышления]<sup>82</sup>. Этот [поток] также называется “самадхи” и “благим сосредоточением мысли”.

О чем же памятуют вновь и вновь? Отвечаю: выявив с помощью выслушанной Дхармы и полученных у Учителя наставлений и разъяснений источник состояния *ровного сосредоточения*<sup>83</sup>, следует закреплять [на нем мысль], постоянно, неотступно памятуя об этом объекте.»

И в «Толковании “Середины и крайностей”» сказано:

«Памятование — это неотходность от *объекта*. Последним [словом] называют мысленное повторение наставления, на котором сосредоточен ум.»

Значит, памятование применяется для того, чтобы предотвратить отвлечение от объекта, его забывание; следовательно, мысленное возвращение к объекту предотвращает забывание: вновь и вновь направляйте на него внимание.

Это подобно тому, как, например, опасаясь забыть некие сведения, снова и снова припоминаем их, благодаря чему они не забываются.

Итак, периодическое вспоминание об объекте необходимо для зарождения сильной внимательности. Наблюдение же, при неотходном, прочном удер-

жании мысли на объекте является средством усиления бдительности, замечающей *расплывание* и *возбужденность*. Поэтому отрицать такое, думая: «Это дискурсивность», — значит весьма затруднить появление сильной внимательности и бдительности.

### (в) Указание меры продолжительности занятий

Существует ли мера продолжительности закрепления мысли на объекте при помощи внимательности, определенная словами: «Пребывай в сосредоточении именно столько»?

Все предшествующие учителя любых тибетских традиций говорили, что [сосредоточением] нужно заниматься кратковременно и многократно.

Некоторые обосновывают это тем, что, если созерцать в краткие и хорошо распределенные периоды, то и после окончания каждого из них чувствуется радостный порыв к созерцанию, а если занятия долгие, то надоедает. Другие считают, что при долгих занятиях [мысль] легко поддается *расплыванию* и *возбужденности*, затрудняющим порождение безупречного самадхи.

В «Ступенях шравак» и в других великих Источниках мера продолжительности занятий точно не определена. Но в «Последней ступени созерцания» сказано:

«[Созерцая] в таком порядке, пребывайте [в сосредоточении] столько, сколько способны: один часок, половину стражи или одну стражу<sup>84</sup>»

Хотя эти слова находятся в разделе о мере продолжительности созерцательных занятий *проникновени-*



ем после осуществления *безмятежности*, но ясно, что они относятся и к предыдущему этапу практики *безмятежности*. Поэтому так и делайте.

Если же, согласно ранее указанному, время от времени прибегаем к средствам поддержания внимательности и бдительности — вспоминанию объекта и контрольному наблюдению, то, будь то краткие или долгие занятия, — ошибки, конечно, нет. Однако начинающие при долгих занятиях забывают [объект], отвлекаются и только через долгое время, а не быстро, замечают возникшее *расплывание* или *возбужденность* мысли; или же, хотя и не теряют памяти [об объекте], легко поддаются *расплыванию* и *возбужденности* и не скоро замечают их.

В первом из этих двух [случаев] создается препятствие к зарождению сильной внимательности, а во втором — к зарождению сильной бдительности, что существенно затрудняет прекращение *расплывания* и *возбужденности*.

Конечно, не замечать *расплывания* и *возбужденности*, когда уже отвлеклись и забыли *объект*, гораздо хуже, нежели не замечать *расплывания* и *возбужденности* короткое время, пока объект еще не забыт. Поэтому противоядие против отвлечения, утраты внимательности — ранее указанное средство поддержания внимательности — чрезвычайно важно.

Если отвлечение-забывчивость велика, а слабая бдительность не [позволяет] быстро замечать *расплывание* и *возбужденность*, то занятия должны быть краткими. Если же [объект] не легко забывается и мы можем быстро заметить *расплывание* и *возбужденность*, то, будь то краткие или долгие занятия, —

ошибки нет. На этом основании и сказано о продолжительности занятий без определенности: «Один часок» и т.д. Короче говоря, ее нужно соразмерять со своими способностями, и потому сказано: «Столько [времени], сколько способны».

Также, если тело и ум не испытывают никакого случайного вреда, то продолжайте равномерное сосредоточение, а если [вред] случается, то не упорствуйте в созерцании: сразу же прекращайте его. Устранив нарушения здоровья, [опять] созерцайте. Так советуют опытные. Поэтому знайте и такой фактор [регуляции] продолжительности занятий.

*в. Что делать после закрепления [мысли]  
на объекте*

Здесь две [части]: (1) Что делать, когда [мысль] *расплывается* или *возбуждается*; (2) Что делать при отсутствии *расплывания* и *возбужденности*.

(1)

Здесь две [темы]: (а) Применение противоядия, когда не замечаешь *расплывания* и *возбужденность*; (б) Применение противоядия против недостатка старания избавиться от них, хотя и замеченных.

**(а) [Применение противоядия против не-замечания распывания и возбужденности]**

Два [раздела]: (I) Определение *распывания* и *возбужденности*; (II) Метод порождения бдительности, осознающей их во время созерцания.

**(I)**

*Возбужденность* определена в «Антологии [Абхидхармы]»:

«Что такое *возбужденность*? Это беспокойство ума, связанное со страстью, с увлечением приятными качествами [вещей], — фактор, препятствующий *безмятежности*.»

То есть у нее — три [особенности]:

(1) Объект — красивые, приятные вещи.

(2) Характер — не-спокойствие, отклонение мысли наружу. Поскольку [*возбужденность*] — это разновидность страстной привязанности, то в ней проявляется влечение к *объектам*.

(3) Действие — препятствование устойчивому сосредоточению мысли на *объекте*.

Когда закрепляешь мысль на внутреннем *объекте*, *возбужденность*, [возникающая из-за] привязанности к формам, звукам и прочему, невольно тянет, отвлекает мысль к этим объектам. Как сказано в «Хвале покаянию»:

«Стремясь к *безмятежности*, вновь и вновь закрепляешь мысль на [внутреннем объекте], а петли клеш все оттягивают ее веревками привязанности к [внешним] объектам.»

334 а

Но является ли *возбужденностью* отклонение мысли от объекта созерцания из-за другой клеши (не страсти) или отвлечение к другому благому объекту?

Поскольку *возбужденность* — это разновидность страсти, то отвлечение из-за другой клеши является не *возбужденностью*, а рассеянностью — психическим фактором из разряда двадцати вторичных клеш<sup>85</sup>.

А отвлечение к благому объекту относится к благим [состояниям] ума или психическим факторам. Следовательно, не всякое отвлечение является *возбужденностью*.

*Расплывание* нередко переводили [на тибетский] как «притупленность [мысли]», которая не то же самое, что «упадок духа»<sup>86</sup>.

Что касается ее характеристики, то большинство созерцателей [Страны] снежных гор<sup>87</sup> считают, что *расплывание* — это некая *вялость*<sup>88</sup> мысли, не отвлекающейся к другим объектам, но лишенной ясности, светлости.

Это неправильно. Поскольку говорится, что *вялость* — причина *расплывания*, то они разные. Ведь в «Средней ступени созерцания» сказано:

«Видя, что мысль, охваченная *вялостью* и *сонливостью*, *расплывается* или склоняется к *расплыванию*...»

И в «Истолковании замысла» (8.34.3) сказано:

«Если [мысль] *расплывается* из-за *вялости* и *сонливости* или омрачается какой-нибудь вторичной клешей средней силы, то это — внутренняя *рассеянность*<sup>89</sup> ума.»

То есть, если силой *вялости* и *сонливости* мысль

[становится] *распывчатой*, — это внутренняя *рассеянность*.

В «Антологии [Абхидхармы]» *распывание* описано в разделе о вторичной клеше рассеянности<sup>90</sup>, но, поскольку там описаны и случаи благой рассеянности, то [*распывание*] — не обязательно омраченность клешей.

А о *вялости* в «Антологии [Абхидхармы]» сказано:

«Что такое *вялость*? Это неподатливость ума, относящаяся к заблуждению; фактор, сопровождающий все первичные и вторичные клешы.»

То есть это — разновидность заблуждения, «тяжесть», неподатливость тела и ума.

Как сказано в «Толковании “Сокровищницы”» (2.26):

«Что такое *вялость*? Это “тяжесть” тела и “тяжесть” ума, неподатливость тела и неподатливость ума.»

*Распывание* же — фиксирование объекта слабо или не вполне ясно из-за расслабления установки на мысленное удержание объекта. Поэтому, если нет очень ясной установки удержания объекта, то, хотя [мысль] и светла, проявляется *распывание*. Ведь в «Средней ступени созерцания» сказано:

«Когда, подобно слепому или тому, кто вошел в темноту или шуруется, ясно не видите мысленный объект, то знайте, что проявилось *распывание*.»

Других великих исходных текстов, в которых было бы ясно описано *распывание*, не знаю.

*Распывание* бывает благим и нейтральным. *Вя-*

лость же — неблагая или нейтрально омрачающая и является именно разновидностью заблуждения.

В великих исходных текстах говорится, что для удаления *расплывания* нужно подумать об облике Будды или другом радостном предмете или же созерцать свет и таким образом воодушевиться. Значит, требуются оба: ясность объекта и прочное его удержание — соответственно для устранения мутности объекта, напоминающей помрачение сознания, и сохранения внимания. Одной ясности объекта и светлости [мысли], фиксирующей объект, недостаточно.

*Возбужденность* понять легко. А *расплывание* не определено четко в великих достоверных Источниках, поэтому понять ее трудно, но очень важно, ибо она является большим препятствием для безупречного самадхи.

Поэтому, опираясь на опыт, тщательно исследуйте ее, согласно описанию в «Ступенях созерцания», и познавайте.

335 б

### ***(II) Метод порождения бдительности, осознающей расплывание и возбужденность***

Одного лишь познания *расплывания* и *возбужденности* недостаточно.

Необходимо умение породить во время созерцания бдительность, как следует осознающую возникновение или отсутствие *расплывания* и *возбужденности*.

Сильную бдительность порождают постепенно. Не говоря уж об умении породить бдительность, замечающую *расплывание* и *возбужденность* сразу

после их возникновения, — необходимо порождение бдительности, осознающей [даже] их готовность возникнуть, [предчувствующей их, пока они еще] действительно не возникли. Ведь в двух последних «Ступенях созерцания» сказано:

«Видя, что мысль *расплывается* или склоняется к *расплыванию*...»

И [далее]:

«Видя, что мысль возбуждается или склоняется к *возбужденности*...»

Пока не зарождается такая бдительность, отсутствует и убежденность: «С начала и до этого [момента] созерцание было безупречным, лишенным *расплывания* и *возбужденности*», — именно потому, что нет способности определить возникновение *расплывания* и *возбужденности* из-за отсутствия сильной бдительности.

Об этом есть и в «Середине и крайностях»:

«Осознание *расплывания* и *возбужденности*...»

То есть, чтобы осознать *расплывание* и *возбужденность*, требуется бдительность.

Итак, если не порождают бдительности, постоянно замечающей возникшие *расплывание* и *возбужденность*, то и после долгих лет созерцания [остаются] слепыми к их возникновению: [даром] проводят время в тонких *расплывании* и *возбужденности*.

Но как же породить такую бдительность? Указанный ранее способ поддержания внимательности является самой главной ее причиной. Ведь, научив-

336 а

шись порождать постоянную внимательность, мы способны предотвратить забывание объекта, отход [мысли] от него. Она не позволяет долго не замечать возникших *расплывания* и *возбужденности*, благодаря чему они легко осознаются. Это совершенно ясно, если обратиться к опыту: когда внимательность утрачивается, *расплывание* и *возбужденность* замечаются медленно, а когда нет — быстро.

Об этом же сказано и во «Введении в практику» (5.33):

«Когда внимательность хранит ум постоянно, тогда и бдительность приходит.»

И в «Толковании “Середины и крайностей”» говорится:

«Бдительность — это такое осознание *расплывания* и *возбужденности*, когда внимательность становится непрерывной.»

То есть постоянная внимательность становится бдительностью. Поэтому и сказано:

«...когда внимательность становится непрерывной».

[Еще] одна причина бдительности — следующий особый способ ее поддержания:

Сохраняя при созерцании, как было описано, внимательность в отношении всецело сознательной, ясной и так далее установки удержания в уме тела божества или другого образа, постоянно наблюдают, проверяют: не отвлекается ли ум к стороннему, — не позволяя [ему отвлечься].

Это считается основой поддержания бдительности.



Так сказано и во «Введении в практику» (5.108):

«Неустанное наблюдение  
за телом и умом —  
такова суть поддержания  
бдительности.»

Итак, [наблюдение] порождает бдительность, предчувствующую появление *расплывания* и *возбужденности*, а [вышеописанный] способ поддержания внимательности предотвращает отвлечение, забывание [объекта]. Нужно хорошо их различать.

Если же, напротив, будем путать все эти установки, не различая их, созерцать, как нынешние созерцатели, то по запутанности причины и осуществленный результат — самадхи, — вероятно, будет таким же.

Поэтому очень важно, опираясь на великие достоверные Источники, провести тщательный анализ [установок] и затем определить их практически. Только на прилежание полагаться не следует. Ведь в «Кратком изложении парамит» сказано:

«Одно лишь усердие  
кончается переутомлением,  
а с помощью спутника — мудрости  
[оно] осуществляет великие цели.»

**(б) Применение противоядия против отсутствия стараний избавиться от замеченных [расплывания и возбужденности]**

Правильно используя ранее описанные способы

поддержания внимательности и бдительности, порождаем очень строгие внимательность и бдительность.

Благодаря этому при помощи бдительности мы оказываемся способны заметить даже очень слабые *расплывание* и *возбужденность*. Но, даже если мы замечаем их, [иногда] не прилагаем усилия к устранению *расплывания* и *возбужденности* сразу после их возникновения. Такое примирение с ними, неприменение воли, усилия [к избавлению от них] является очень большим изъяном для самадхи, ибо от этого тупеет ум, что крайне затрудняет порождение самадхи, лишённого *расплывания* и *возбужденности*.

Поэтому в качестве противоядия против неприменения воли к избавлению от возникшего *расплывания* или *возбужденности* следует культивировать *волевые усилия*<sup>91</sup>.

३३७ а

Здесь две [темы]: (I) Определение волевого усилия и способ прекращения *расплывания* и *возбужденности*; (II) Определение причин *расплывания* и *возбужденности*.

### (I)

В «Антологии [Абхидхармы]» сказано:

«Что такое волевое усилие? Это побудитель мысли, действие ума — активный фактор, направляющий мысль на благое, неблагое или нейтральное.»

Так оно и есть.

Как, например, магнит вынуждает железо двигаться, так и волевое усилие — такой психический фактор, который движет, направляет мысль на благое, неблагое или нейтральное. Поэтому и здесь, когда возникает *расплывание* или *возбужденность*, проявляйте волю, побуждающую мысль к избавлению от них.

Но после того, как мысль побуждена избавиться от *расплывания* и *возбужденности*, какой же метод применяется для их удаления?

Поскольку *расплывание* мысли является утратой удержания объекта из-за чрезмерной собранности мысли вовнутрь, для отведения мысли наружу ей [противопоставляется] размышление о радующем предмете: таком, как прекрасное тело Будды, но не таком, который активизирует клеши.

Или же вообразите солнечное сияние или иной свет, а как только *расплывание* пропадает, — крепко ухватывайте объект и продолжайте созерцание. Как сказано в «Первой ступени созерцания»:

«Когда из-за подавляющего действия вялости или сонливости пропадает ясность в удержании объекта, мысль *расплывается*, — вообразите свет или подумайте о чем-нибудь совершенно радостном: достоинствах Будды и т.п.

Устранив таким образом *расплывание*, крепко ухватите прежний объект.»

При этом не следует воображать удручающий объект, ибо удрученность является причиной обращения мысли внутрь. Также *расплывание* устраняется и мудрым анализом объекта, который желаешь исследовать. Как сказано в «Кратком изложении парамит» (5.13):

«Усердного *проникновенья* сила  
[ум] притупленный тоже оживляет.»

*Расплывание*, или притупленность [мысли], «*расплыванием*» называют потому, что расслаблена установка удерживания объекта, а «притупленностью» («*съеженностью*») — потому, что [мысль] чрезмерно собралась внутрь. Поэтому [*расплывание-притупленность*] устраняют посредством оживления установки удерживания и расширения объекта. Как говорится в «Сущности срединности»:

«Притупленную (съеженную) [мысль] расширяйте, созерцая обширный объект.»

И еще:

«Притупленный [ум] оживляйте осознанием пользы усердия.»

И в «Собрании практик» сказано:

«Если ум притупляется, оживляйте его, созерцая радостное.»

Так единодушно говорят великие знатоки. Поэтому главное противоядие против *расплывания* — размышление о достоинствах Трех Драгоценностей, пользе Устремленности к Пробуждению, огромном значении обретенного благоприятного положения и других достоинствах<sup>92</sup>. При этом сознание должно суметь [взбодриться], как оно взбадривается от холодной воды, которую плеснули на сонное лицо. Это зависит от навыка, обретенного в аналитическом созерцании разных достоинств.

Причины возникновения *расплывания* — вялость и сонливость, а приводит к ним, — омраченность<sup>93</sup> ума. Если против нее применять противоядие — созерцание света, то *расплывание*, зависящее от нее, не возникнет, а возникшее — устраняется.

В «Уровнях шравак» указаны такие средства [устранения *расплывания*], как прогулка, четкое запечатление в уме света и многократное его созерцание, подлинное оживление своего ума посредством любого из *шести памятований* — о Будде, Дхарме, Сангхе, нравственности, щедрости и божествах — или [созерцание] других объектов, вызывающих благоговение, а также чтение вслух текстов об ущербности *вялости* и *сонливости*, глядение в стороны, на луну или звезды, омовение лица [холодной] водой и т.д.

Но если *расплывание* очень тонко и нечасто, — напрягайте внимание, [продолжая] созерцание. Если замечаете, что оно грубое и частое, — прерывайте освоение самадхи и применяйте подходящие из противоядий. Затем, когда устраните *расплывание*, [опять] созерцайте.

Если же при появлении во «внутренней» и «внешней» сторонах — в [созерцающем] сознании и [созерцаемом] объекте — тонкой или грубой неясности, напоминающей сумерки, — созерцаем, не устраняя ее, то прекратить *расплывание* трудно. Поэтому в качестве противоядия [неясности] вновь и вновь созерцайте свет. Как сказано в «Уровнях шравак»:

«Осваивайте *безмятежность* и *проникновение* истинно, при помощи светлой, сияющей, лучистой, неомраченной мысли. Если на стезе *безмятежности* и *проникновения* вы таким образом будете мысленно созерцать свет, то, хотя

поначалу объект представляется смутным, тусклым, [затем], благодаря навыку в созерцании, он становится ясным и очень светлым.

Если же объект с самого начала ясен и очень светел, то благодаря этому он станет еще яснее и светлее.»

Раз здесь побуждают созерцать [свет], даже если объект первоначально ясен, то тем более [это необходимо] в случае его неясности.

О том, какой свет нужно запечатлеть [в уме], сказано там же:

«Запечатлейте [в уме] свет, исходящий от пламени светильника, горящего костра или солнца.»

Созерцанием света следует заниматься не только в период [практики] самадхи, но и в другое время.

*Возбужденность* — это блуждание мысли из-за привязанности к формам, звукам и прочим объектам [чувств]. Поэтому ей [противопоставляется] причина обращения ума внутрь — размышление об удручающем предмете.

Как только благодаря этому *возбужденность* исчезает, [следует] *ровно сосредоточить* мысль на прежнем объекте. Так говорится в «Первой ступени созерцания»:

«Когда замечаете, что ум, вспомнив о прежних увеселениях, играх и т.п., время от времени возбуждается, подумайте о непостоянстве или другом удручающем предмете и таким образом уймите *возбужденность*.

Затем опять приложите усилие к неподвижному закреплению мысли на прежнем объекте.»

И в «Сущности срединности» сказано:

«*Возбужденность* унимайте, размышляя о непостоянстве и подобном.»

И еще:

«Рассеянную [мысль] собирайте, рассматривая ущербность проявления  
рассеянности.»

И в «Собрании практик» (гл. 12):

«*Возбужденность* следует унять размышлением о непостоянстве.»

То есть, если возникает сильная или продолжительная *возбужденность*, то очень важно ненадолго прервать [основное] созерцание и созерцать удручающий [предмет], а не силой возвращать, закреплять каждую отвлекшуюся мысль. Но если *возбужденность* не слишком сильна, следует притянуть отвлекшуюся [мысль] назад и закрепить на объекте. В «Кратком изложении парамит» (5.13) сказано:

«Когда ум начинает *возбуждаться*, успокойте его.»

И в сутре сказано:

«Прочно мысль закрепляйте.»

Эти советы упоминаются в «Собрании уровней» в качестве противоядий от *возбужденности*.

В общем, упоминаются два [средства]: прочное закрепление мысли на объекте, когда она *возбуждается*, и прочное удержание [в уме] радостного объек-

та, когда мысль *расплывается*. О них в «Уровнях шравак» сказано:

«Итак, когда обнаруживаете, что мысль слишком собрана внутрь, т.е. притупилась, или склоняется к притуплению, то прочно удерживайте [в уме] любой источник удержания (т.е. объект сосредоточения), вызывающий благоговение, и очень радуйтесь ему. Таково “прочное удержание”.

Что же такое “прочное закрепление”? Это собирание мысли внутрь, успокоение ее посредством прочного закрепления ее [на объекте], если обнаруживается, что во время удержания [объекта] мысль возбуждается или склоняется к возбуждению.»

Когда ум возбужден, нельзя думать о вызывающем благоговение, радостном объекте, ибо он является причиной отхода мысли наружу.

### ***(II) Определение причин расплывания и возбужденности***

В «Конкретных основах уровней»<sup>94</sup> говорится:

«Каковы источники *расплывания*? Это необузданность чувств, неразумное питание, отсутствие усердия в [духовных] занятиях в первую и последнюю части ночи, небдительность; преданность заблуждению, излишний сон, незнание методов практики; леность при стремлении, усердии, размышлении и анализе; пристрастие к *безмятежности*, осваивание одного из аспектов *безмятежности* без всякой подготовки к ней, пребывание ума [в состоянии], подобном мраку, и отсутствие радости в закреплении мысли на объекте.»



«Источники *расплывания*» здесь следует понимать как причины *расплывания*. Слово «ленивое» относится к усердию, мысли и анализу<sup>95</sup>.

Еще сказано там же:

«Каковы источники *возбужденности*? [Первые] четыре — необузданность чувств и т. д. — такие же, как указано выше. [А остальные] — это преданность привязанности, беспокойный характер, отсутствие разочарованности, незнание методов, слишком напряженное стремление и прочее<sup>96</sup>, отсутствие привычки к старанию, культивирование одного из аспектов прочного удержания [объекта в уме] без подготовки к этому и рассеянность ума из-за дум о родственниках и прочих факторов, способствующих *возбужденности*.»

«Источники *возбужденности*» — это причины *возбужденности*.

«Слишком напряженное» — это чрезмерно крепкое удержание мысли на радостном объекте.

«Стремление и прочее» — это вышеупомянутые четыре.

Итак, указанные ранее<sup>97</sup>, в разделе о практике в периоды между созерцаниями, четыре [вида снаряжения]: обуздание чувств и прочие<sup>98</sup> — весьма важны для прекращения как *расплывания*, так и *возбужденности*. Также, если, узнав их причины, старательно предотвращать их, то это очень поможет прекратить *расплывание* и *возбужденность*.

Поэтому следует бдительно замечать даже самые незначительные [проявления] *расплывания* и *возбужденности*. И каковы бы ни были эти две, надо не

340 б

мириться с ними — всегда их побеждать. В противном случае, как сказано в «Средине и крайностях», — имеет место изъяс самадхи, называемый «неприменением воли».

Так, если вначале не удастся прекратить тонкие *возбужденность*, *рассеянность* и прочие [недостатки, некоторые] отказываются [от попыток], решив: «Прекращать не буду». Если же они невелики и непродолжительны, думают: «Поскольку они малы и кратковременны, то карма не накапливается, и прекращать их не надо». Те, кто не применяет воли к устранению этих [недостатков], не знают метода осуществления безупречного самадхи, а притворяются, что знают, и так обманывают стремящихся к самадхи.

Это далеко уводит от метода осуществления самадхи, установленного досточтимым Майтреей и другими [великими Учителями].

Но прекращению *расплывания* и *возбужденности* вначале обычно препятствуют *возбужденность* и *рассеянность*. Поэтому нужно стараться покончить с ними. Когда благодаря таким стараниям избавляются от грубых *возбужденности* и *рассеянности*, то обретают некоторую устойчивость [сосредоточения]. Тогда стараются остерегаться *расплывания*. Когда с помощью усиленной бдительности предохраняются от *расплывания*, то снова *возбужденность*, более тонкая, мешает устойчивости [сосредоточения]. Тогда стараются ее прекратить, и, когда избавляются от нее, устойчивость увеличивается. Тогда опять возникает *расплывание*, и вновь стараются избавиться от него.

Словом, притягивая назад отвлекающуюся, воз-

буждающуюся мысль, закрепляйте ее на внутреннем объекте и стремитесь к устойчивости [сосредоточения].

Каждый раз, когда устойчивость появляется, очень остерегаясь *расплывания* [мысли], усиливайте [ее] ясность. Безупречное самадхи следует осуществлять, стремясь к обеим (устойчивости и ясности). Нельзя полагаться на такую устойчивость, при которой [мысль] прочно удерживает [объект], светла, но лишена ясности.

341 a

## (2) Что делать при отсутствии *расплывания и возбужденности*

Созерцая согласно указанному, пресекая даже малейшие *расплывание и возбужденность*, достигают *ровного сосредоточения*, лишеного «неровностей» *расплывания и возбужденности*. Применение в это время воли или усилия является изъяном самадхи. Поэтому следует культивировать противоядие — *равновесие*<sup>99</sup>.

Так сказано и в «Средней ступени созерцания»:

«Когда *расплывание и возбужденность* исчезают и видите, что мысль спокойно держится на объекте, — ослабьте усилие и пребывайте в *равновесии* столько времени, сколько желаете.»

Каким же образом применение волевого усилия становится изъяном? Сначала созерцают, обращая мысль внутрь при *возбужденности* и напрягая ее при

*расплывании*. Обретя вследствие этого в каком-то из занятий уверенность, что *расплывание* и *возбужденность* более не возникают, продолжают остерегаться *расплывания* и особенно — *возбужденности*. Если так делать, то, — как сказано в двух последних «Ступенях созерцания»:

«Если при *ровном сосредоточении* применять усилие, ум становится рассеянным.»

То есть появляется *рассеянность*.

Поэтому во время [*ровного сосредоточения*] нужно уметь расслабиться.

341 б

Имеется в виду ослабление усилия, а не прочности удерживания [объекта].

Поэтому *равновесие* культивируется не в любом случае отсутствия *расплывания* и *возбужденности*, а только после полного подавления силы *расплывания* и *возбужденности*. Пока их сила не подавлена, равновесие невозможно.

Каково же это равновесие? В общем, упоминаются три [вида] равновесия: равновесие (нейтральность) ощущения, равновесие (равное отношение, равностность) как одно из Четырех безмерных<sup>100</sup> и равновесие движущих сил (воли). Здесь имеется в виду последнее. Его сущность описана в «Уровнях шравак»:

«Что такое равновесие? Это ровное, спокойное, естественное сосредоточение мысли на объекте, принадлежащем [стезе] *безмятежности* и *проникновения*, — [сопровождающееся] радостью, подвластностью ума, отсутствием усилия и активности.»

Когда, достигнув такого равновесия, культивируете самадхи, — в случае отсутствия *расплывания* и *возбужденности* ослабьте усилие и войдите в это ровное спокойствие.

Характеристика объекта [равновесия] дана в том же [сочинении]:

«Что такое источник проявляющегося равновесия? Это объект, который уравнивает ум и в отношении которого не применяется чрезмерное усердие.»

И о периоде культивирования равновесия сказано там же:

«Когда практикуется равновесие?

На [стежах] *безмятежности* и *проникновения*, когда мысль не *расплывается* и не *возбуждается*.»

Средства порождения безупречного самадхи излагаю согласно сказанному досточтимым Майтреей в «Различении середины и крайностей» (4.3-5):

«Такое состояние [приводит к] подвластности [ума], которая исполняет все цели.

Это результат применения *восьми контрфакторов*, избавляющих от *пяти преткновений*.

*Пять преткновений* — это (1) лень,

(2) забывание наставлений,

(3) *расплывание*, *возбужденность*,

(4) неприменение воли и (5) применение воли.

[А восемь контрфакторов] — это

(1) источник (стремление)<sup>101</sup>, (2) проистекающее (усердие),

(3) первопричина (вера), (4) результат (совершенная

*податливость*), (5) незабывание объекта, (6) замечание *расплывания* и *возбужденности*, (7) проявление воли к избавлению от них и (8) сохранение покоя, когда *расплывание* и *возбужденность* исчезают.»

«Такое состояние» — это преданность усердию в удалении препятствий. От него зарождается самадхи подвластного ума.

Оно является источником или «ногой» магических сил, осуществляющей сверхъестественные способности и все другие цели. Потому и [сказано о нем]: «Исполняет все цели».

Как же порождают такое самадхи? Благодаря восьми факторам, ведущим к избавлению от *пяти преткновений*.

*Пять преткновений* таковы:

(1) Начальное преткновение — лень, ибо из-за нее не приступают к сосредоточению.

(2) Преткновение во время усердствования в сосредоточении — забывание наставления; ведь если забывается объект [созерцания], то нет и ровного закрепления мысли на нем.

(3) Преткновение равномерного закрепления — *расплывание* и *возбужденность*, ибо из-за них невозможна подвластность ума.

(4) Когда возникают *расплывание* и *возбужденность*, то преткновение — воздержание от усилия, из-за чего те не пропадают.

(5) Преткновение *после* избавления от *расплывания* и *возбужденности* — волевые усилия.

[Преткновений] — пять, если *расплывание* и *возбужденность* рассматривать как одно [преткнове-

ние], но если их отделять, как в «Ступенях созерцания», то преткновений — шесть.

Противоядия от них — восемь контрфакторов.

Противоядий от лени — четыре: вера, стремление, усердие и совершенная *податливость*.

Противоядия против забывания [объекта], *расплывания, возбужденности*, неприменения и применения воли — внимательность, бдительность, которые замечают *расплывание* и *возбужденность*, волевые усилия и ровное спокойствие соответственно. Они уже подробно описаны.

Все эти [противоядия] — лучшее средство для осуществления самадхи.

Поэтому их описывает великий наставник Камалашила в трех «Ступенях созерцания», и другие великие индийские ученые их излагают во многих местах [текстов, касающихся] осуществления самадхи. Они указаны и в «Толковании “Светоча на Пути”», в разделе об осуществлении *безмятежности*. О них говорили в общих чертах и предшественники — Учителя [традиции] постепенного пути.

Однако желающие освоить медитацию [часто] не знают этих средств.

Поэтому [здесь они] подробно изложены.

Не надо думать: «Их [рекомендуют] все руководства, в которых [учат] сосредоточивать ум, [достигать] самадхи, устраняя *расплывание* и *возбужденность* посредством внимательности и бдительности. Поэтому [они] свойственны философской<sup>102</sup> Колеснице, но не нужны в Мантре.»

Они общие, поскольку о них говорится даже в Ануттарайога-тантрах, а именно — во второй главе

первого раздела прославленной «Сампуты»:

«"Нога" магических сил, поддерживающий и избавляющий [от лени] контрфактор самадхи стремления<sup>103</sup>, зиждется на уединении, бесстрастии, воздержании [и] управляется подлинным устранением [преткновений], т.е. созерцанием без чрезмерной вялости и энергичности стремления.»

Так сказано и о трех других самадхи — усердия, анализа и мысли<sup>104</sup>.

Эти самадхи уподобляются ногам потому, что являются основой осуществления магических сил и других достоинств. Поэтому это — «ноги» магических сил. «Дверей» их осуществления — четыре: (1) сильное стремление, (2) долгое усердие, (3) исследование объекта, [приводящие] к достижению [соответственных] самадхи — «самадхи стремления», «самадхи усердия» и «самадхи анализа», — а также (4) посеянное в уме в прошлых [жизнях] «семя» самадхи, благодаря которому [без усилия] достигается полное сосредоточение, называемое «самадхи мысли». Так объясняется в «Толковании "Середины и крайностей"» и в других [сочинениях].

«Чрезмерная вялость» — это чрезмерное расслабление, а «чрезмерная энергичность» — слишком большое напряжение. То есть нужно созерцать без этих двух.



## 2. Степени сосредоточения ума, достигаемые благодаря исполнению [этих правил]

☞ Здесь три [части]: А Собственно степени сосредоточения ума; Б Метод их осуществления с помощью шести сил; В Участие четырех видов внимания.

### А

☞ Степеней сосредоточения — девять:

1. *Закрепление мысли* — это ее фиксация на внутреннем объекте, при полном отвращении от всех внешних объектов. Как сказано в «Украшении сутр» (14.11):

«Закрепив мысль на объекте...»

2. *Продолженное закрепление* — это продолженная без отвлечений фиксация мысли, первоначально закрепленной на объекте. Как сказано [там же]:

«...не прерывай ее, не отвлекайся.»

3. *Поправляемое закрепление*. Если по забывчивости [мысль] отошла, осознай это и опять закрепите [ее] на том же объекте. Как сказано [там же]:

«Быстро заметив отвлечение,  
возвращай [мысль] назад.»

4. *Прочное закрепление*. О нем в «Первой ступени созерцания» сказано, что, осознав прежнюю [сте-

344 а

пень сосредоточения] как рассеянность, отбрасывают ее и, более не допуская отвлечения, старательно держат мысль на том же объекте. В «Наставлении о парамите мудрости» указано, что это улучшенное закрепление мысли вследствие ее концентрации, [достигнутой] благодаря многократному сосредоточению в соответствии со словами [Оттуда же. 14.20]:

«Все больше мудрый  
мысль сосредоточивает.»

В «Уровнях шравак» говорится, что эта [степень] — неотход мысли наружу благодаря тому, что установлена неотступная внимательность. То есть не допускают отвлечения, усилив внимательность.

5. Обуздание [ума] — это радостное сосредоточение вследствие обдумывания достоинств самадхи. Как сказано [Там же. 14.12]:

«Затем, благодаря осознанию достоинств самадхи, ум склоняется к сосредоточению.»

В «Уровнях шравак» указано, что, если формы и остальные из пяти [видов] объектов, три «яда», образы мужчин или женщин отвлекают ум, то сначала осознают ущерб этого и [при сосредоточении] не позволяют, чтобы ум увлекся этими десятью видами явлений.

6. *Успокоение* — это унятие нежелания сосредоточиваться вследствие осознания порочности рассеянности. Как сказано [Там же. 14.13]:

«Благодаря осознанию зла рассеянности  
утихомир нежелание [сосредоточиваться].»

В «Уровнях шравак» указано, что, если помыслы об [удовлетворении] желаний и прочем, скверна стремления к чувственным удовольствиям или другие вторичные клеши беспокоят ум, то сначала осознают ущербность этого и [при сосредоточении] не позволяют, чтобы ум увлекся помыслами или вторичными клешами.

7. *Полное успокоение* — это старательное устранение привязанности, уныния, вялости, сонливости и прочих проявившихся [изъянов сосредоточения], — в соответствии со сказанным [Там же. 14.13]:

«Возникшую привязанность,  
уныние и прочее тоже устраняй.»

344 б

В «Уровнях шравак» указано, что, если по неосмотрительности возникают ранее упомянутые помыслы или вторичные клеши, то их отбрасывают, никак не мирясь с ними.

8. *Однонаправленное сосредоточение* — это старание войти в [сосредоточение] без усилия, — в соответствии со сказанным [Там же. 14.14.]:

«Затем подвизающийся, применяя волю,  
достигает естественного сосредоточения<sup>105</sup>.»

В «Уровнях шравак» указано, что [на этой степени] входят в не прерываемое усилиями воли, постоянное течение сосредоточения, и потому это — *поглощенность*<sup>106</sup>. Таковой и знайте эту [степень].

Название восьмой ступени «поглощенностью» даже яснее передает суть.

9. *Ровное сосредоточение* — это сохранение спо-

койствия, когда сосредоточение становится ровным. Таково определение Камалашилы в «Ступенях созерцания». В «Наставлении о парамите мудрости» говорится, что, привыкнув к *поглощенности*, достигают естественного, самоподдерживающегося сосредоточения, — в соответствии со сказанным [Там же. 14.14]:

«Освоение этого переходит в неприменение воли.»


В «Уровнях шравак» [данная степень] названа «осуществление самадхи». Это разъяснено там же:

«Благодаря постоянным, частым занятиям и навыку достигают стези спонтанного, естественного сосредоточения. Вследствие этого неприменения усилия, этой спонтанности входят в “поток” сосредоточения, полностью лишенный рассеянности. Поэтому [он называется] “осуществление самадхи”.»

Названия девяти степеней сосредоточения даны в соответствии с «Первой ступенью созерцания», где сказано:

«Эта стезя *безмятежности* изложена в Праджняпарамите и других [сутрах]...»

### **Б Метод осуществления этих [степеней] с помощью *шести сил***

 *Шесть сил* — это сила слушания, сила вникания, сила внимательности, сила бдительности, сила усердия и сила навыка.

Они осуществляют степени сосредоточения следующим образом.

Сила слушания осуществляет *закрепление* мысли, ибо оно является только первоначальной фиксацией [мысли] на объекте, всего лишь следствием применения выслушанного у других наставления о закреплении мысли на объекте, а не освоением [фиксации], проистекающим от личного многократного вникания [в состояние закрепления].

Сила вникания осуществляет *продолженное закрепление*, ибо вследствие многократного вникания в состояние [закрепления] впервые удастся несколько продлить первоначальную фиксацию [мысли] на объекте.

Сила внимательности осуществляет *поправляемое закрепление* и *прочное закрепление*, ибо [в первом случае], когда [мысль] отвлекается от объекта, [ее] «втягивают» обратно, припомнив прежний (т.е. первоначальный) объект, а [во втором случае], с самого начала усилив внимательность, не допускают отвлечений.

Сила бдительности осуществляет степени *обуздания* и *успокоения*, ибо, осознав ущерб увлечения помыслами и проявлениями вторичных клеш и видя в этом зло, не позволяет [уму] увлечься ими.

Сила усердия осуществляет степени *совершенного успокоения* и *однонаправленного сосредоточения*, ибо прилагает усилие к избавлению даже от самых незначительных помыслов и проявлений вторичных клеш, благодаря чему *расплывание* и *возбужденность* лишаются возможности прерывать сосредоточение, и оно становится непрерывным.

Сила навыка осуществляет *ровное сосредоточение*, ибо силой хорошего освоения прежних [степеней

сосредоточения] зарождается лишенное усилий, естественное самадхи.

Эти [силы описаны] в точном соответствии с замыслом «Уровней шравак». Иные их описания не заслуживают доверия.

Достижение девятой степени сосредоточения на-поминает следующее.

У того, кто хорошо освоил декламацию священного текста и, ощутив тягу к чтению, читает его, — чтение течет непрерывно, без усилия, даже если мысль иногда отвлекается.

Так [и здесь]: если при помощи внимательности-памятования о закрепленной на объекте мысли однажды *ровно сосредоточивают* ее, то затем, хотя внимательность с бдительностью и не поддерживают постоянно, самадхи уже способно течь непрерывно и долго.

Поскольку не требуется усилия, чтобы постоянно поддерживать внимательность и бдительность, то и говорят, что [эта степень] лишена волевых усилий, или старания.

Чтобы она зародилась, сначала необходимо старательно поддерживать постоянную внимательность и бдительность и таким образом породить продолжительное сосредоточение, которое не смогут прервать *расплывание, возбужденность* и прочие помехи, — это восьмая степень сосредоточения. Хотя она сходна с девятой в том, что *расплывание, возбужденность* и прочие препятствия сосредоточению не способны прервать его, но в этой [степени] необходимо непрерывно поддерживать внимательность и бдительность, поэтому говорят, что здесь присутствуют воле-

вые усилия, или старания.

Чтобы она зародилась, необходимо немедленно устранять даже самые незначительные проявления *расплывания*, *возбужденности* и прочего. То есть требуется седьмая степень сосредоточения.

Чтобы она зародилась, необходима усиленная бдительность, [возникающая] благодаря осознанию порочности рассеянности из-за помыслов и вторичных клеш, — бдительность, следящая, чтобы они не отвлекали [ум]. То есть требуются пятая и шестая степени сосредоточения, ибо эти две осуществляются усиленной бдительностью.

Чтобы таковая зародилась, необходимо быстрое припоминание объекта в случае отвлечений, а в самом начале — [усиленная] внимательность, не позволяющая отвлечься от объекта. То есть нужны третья и четвертая степени сосредоточения, ибо они осуществляются двумя данными видами внимательности.

Чтобы они зародились, необходима первоначальная фиксация мысли на объекте и продолжение этой фиксации. То есть вначале зарождаются первые две степени сосредоточения.

Итак, сначала, следуя выслушанному наставлению, точно исполняйте правила закрепления<sup>107</sup> мысли. Затем, многократно закрепляя [мысль] и сумев немного продлить это состояние, сохраняйте его. Если потом, утратив внимательность, отвлекаетесь, быстро сосредоточьтесь и сразу же припоминайте забытый объект. Затем порождайте сильную внимательность, усильте ее [до такой степени], чтобы вовсе не допустить отвлечения. После достижения хоро-

шей внимательности, замечая *расплывание* и *возбужденность*, отвлекающие [мысль] от объекта, и прочие изъяны, порождайте усиленную бдительность. Затем, если из-за тонкой забывчивости [несколько] отвлекаетесь, сразу же замечайте и прекращайте [отвлечение], а прекратив, порождайте мощное усилие, чтобы все более продлевать не прерываемое ошибками [сосредоточение]. Когда это усилие зарождается, [обретаем] навык в старательном созерцании, и происходит расслабление, вследствие чего осуществляется девятая степень — сосредоточение без усилия.

Итак, пока не достигнута девятая степень, йогину нужно прилагать усилие, чтобы войти в самадхи. А когда она достигнута, то в самадхи входят естественно, без всякого старания *ровно сосредоточиться*.

Но, пока не достигнута совершенная *податливость*, достижение девятой степени еще не предполагает достижения *безмятежности*, а тем более — *проникновения*. Это будет объяснено ниже. Однако встречаются очень многие, кто думает, что достижение такого самадхи, украшенного блаженством, ясностью и отсутствием мыслетворения, — это зарождение недискурсивного *осознания* (ye-shes), стирающего грань между периодом созерцания и периодом после него. Особенно много считающих, что в этой девятой степени сосредоточения, описанной в «Уровнях шравак», проявлен весь *Этап завершения*<sup>108</sup> Ануттарайога [-тантр]. Об [этих заблуждениях] еще буду говорить.



## В Участие четырех видов внимания

❧ В «Уровнях шравак» говорится:

«Знайте, что в этих девяти степенях сосредоточения участвуют четыре вида внимания: напряженное, прерывающееся, непрерывное и естественное.

В *закреплении* и *продолженном закреплении* [мысли] участвует *напряженное* внимание. В *поправляемом закреплении*, *прочном закреплении*, *обуздании*, *успокоении* и *полном успокоении* [ума] участвует *прерывающееся* внимание.

В *поглощенности* [ума] участвует *непрерывное* внимание.

В *самадхи* участвует *естественное* внимание.»

То есть в двух первых степенях сосредоточение требует мощного усилия, и потому [внимание] напряжено. В следующих пяти степенях сосредоточение прерывается *расплыванием* и *возбужденностью*: долго сохранить его не удастся. Поэтому внимание прерывисто. В восьмой степени сосредоточение уже не может быть прервано *расплыванием* и *возбужденностью*: [йогин] способен сохранять его долго. Поэтому [внимание] непрерывно. В девятой степени сосредоточение и не прерывается, и не требует постоянного усилия.

Поэтому здесь участвует естественное внимание.

Возможен вопрос:

«Но ведь и в двух первых степенях сосредоточение прерывается, а в пяти средних степенях тоже требуется напряженное усилие. Почему же не говорят, что в двух первых [степенях] участвует напряженное

внимание, а в пяти средних — прерывающееся?»

Поскольку в двух первых степенях ум дольше пребывает в рассеянном, чем сосредоточенном состоянии, а в пяти средних он дольше сосредоточен, то прерывающимся сосредоточением называют не [две] первые, а [пять] последующих [степеней].

То есть и в тех, и в других присутствует напряжение усилия, однако [пять последующих степеней], в отличие [от двух первых, действительно], характеризуются прерывистостью. Поэтому эти пять степеней не относят к напряженному вниманию. Итак, подготовившись, как было описано ранее, усердно и непрерывно практикуйте сосредоточение. Только так осуществляется *безмятежность*; она не будет достигнута, если пару-другую раз позанимаетесь и опять прервете практику. Так сказано в «Кратком изложении парамит» (5.10-11):

«Вершите неотлучно медитацию,  
предавшись непрерывной йоге.

Если во время трения ты станешь отдыхать, —  
огонь не возгорится. Так и в йоге.

Поэтому ее не оставляйте,  
пока не обретете совершенства.»

### §3. Мера осуществления безмятежности

Здесь три [подраздела]: 1. Разграничение достижения и недостижения *безмятежности*; 2. Общее указание способов продвижения на основе *безмятежности*; 3. Особое изложение способа продвижения по мирскому пути.

348 а

#### 1. [Разграничение достижения и недостижения *безмятежности*]

Здесь две [темы]: а. Собственно [разграничение]; б. Признаки обладания [*безмятежным*] состоянием ума и устранение сомнений.

а.

Возможен вопрос: «Когда, хорошо ознакомившись с вышеприведенными правилами практики самадхи, мы исполняем их, то постепенно зарождаются девять степеней сосредоточения ума.

В девятой степени сосредоточение способно [течь] долго, без малейшего *расплывания* и *возбужденности*, а также не опирается на усилие постоянного поддержания внимательности и бдительности. Является ли достижение этого естественного сосредоточения достижением *безмятежности*?»

Отвечаю. Достижение этого самадхи предполагает два [случая]: достижение и недостижение совер-

шенной *податливости*. Пока совершенная *податливость* не достигнута, это еще [только] подобие *безмятежности*, а не подлинная *безмятежность*, и поэтому называется «состоянием ума, благоприятным для *безмятежности*». Ведь в «Истолковании замысла» (8.5) ясно говорится:

«— Бхагаван! Пока бодхисаттва, обратив внимание внутрь, на мысленный объект, не достигает совершенной *податливости* тела и ума, как называть его состояние? — Майтрея! Это не *безмятежность*. Сие следует называть “устремлением, благоприятствующим *безмятежности*”.»

И в «Украшении сутр» сказано (14.14-15):

«Привычка к [этому] переходит в неприменение воли. Затем, когда достигается совершенная *податливость* тела и ума, то [это] называется *обладанием [медитативным] состоянием*.»

«[Медитативное] состояние» здесь означает *безмятежность*, — в соответствии со словами, приведенными ниже из «Уровней шравак».

И в «Средней ступени созерцания» сказано:

«Когда тело и ум того, кто так осваивает *безмятежность*, становятся совершенно *податливыми* и мысль послушно [сосредоточивается] на объекте, тогда, знайте, осуществляется *безмятежность*.»

То есть требуются две вещи — послушное пребывание [мысли] на объекте и совершенная *податливость*.

Поэтому в «Первой ступени созерцания» сказано:

«Знайте, что, когда мысль естественно и столь долго, сколько желаешь, сосредоточивается на объекте, тогда *безмятежность* совершенна.»

Эти слова тоже подразумевают наличие совершенной *податливости*, ибо в «Средней ступени созерцания» об этом ясно говорится.

Также, по сути, *равновесие* — из списка указанных в «Средине и крайностях» восьми контрфакторов, избавляющих [от *пяти преткновений*] — тождественно девятой степени сосредоточения. Но его недостаточно, ибо там также упоминается [результат] — совершенная *податливость*.

И в «Наставлении о парамите мудрости» очень ясно сказано:

«Вот уединившийся бодхисаттва, запечатлев в уме смысл обдуманного, отбросив мыслетворение, раз за разом направляет внимание на проясненную таким образом сущность ума. Пока не зародилась совершенная *податливость* тела и ума, его состояние *благоприятствует безмятежности*, а когда зародилась, — это и есть *безмятежность*.»

349 а

Все это — конкретизация сказанного в сутрах и комментариях.

Но к какому же уровню относится сосредоточение, пока не зародилась совершенная *податливость*?

Такое сосредоточение относится к уровню Сферы желаний: ибо [неважно], на каком из девяти уровней Трех сфер<sup>109</sup> [находится тот, кто его достигает], — оно не доходит до порога Первой Дхьяны. Достижение ее порога обязательно требует достижения *безмятежности*.

Хотя на уровне [Сферы] желаний возможно упомянутое сосредоточение, это уровень, где *спокойного равновесия* нет. Он не называется «*ровным уровнем*» потому, что его не осуществляют с помощью *неутомимости*<sup>110</sup>, высшей радости, *блаженства* и совершенной *податливости*.

Так говорится и в «Конкретных основах уровней»:

«Почему же только такое [самадхи], а не сосредоточение в Сфере желаний, называется “*ровным уровнем*”? Потому, что это самадхи осуществляется с помощью *неутомимости*, высшей радости, совершенной *податливости* и *блаженства*. А [сосредоточение], практикуемое в [Сфере] желаний, не таково, хотя и там присутствуют размышления об истинной Дхарме.»

Итак, знайте, что, пока не достигнута совершенная *податливость*, — самадхи, в котором, хотя и не поддерживают постоянной внимательности, ум естественно сохраняет недискурсивность и [по достижении] которого кажется, что ты способен пребывать в нем во всех положениях — ходьбы, гуляния, лежания и сидения, — такое самадхи называется «полным сосредоточением ума [в Сфере] желаний»<sup>111</sup>. Его [еще] нельзя считать действительной *безмятежностью*.

Но как же достигается совершенная *податливость* и каким образом она становится *безмятежностью*? Совершенную *податливость* определяет [Арья Асанга] в «Антологии [Абхидхармы]»:

«Что такое совершенная *податливость*? Это подвластность тела и ума вследствие прекращения их неблагоприятного состояния — фактор устранения всей скверны.»

«Неблагоприятное состояние» — это невозможность произвольно использовать тело и ум для благих занятий, а его противоположность — совершенная *податливость* — полная подвластность тела и ума благим занятиям вследствие их избавления от неблагоприятного состояния.

Когда устраняется неблагоприятное состояние тела, сопряженное с клешами, препятствующее энтузиазму в устранении клеш, — «тяжесть» и прочая непослушность тела во время старания устранить клеш, [появляется] «легкость» тела. Это и есть подвластность тела.

Также, когда устраняется неблагоприятное состояние ума, сопряженное с клешами, препятствующее энтузиазму в устранении клеш, — отсутствие радостной склонности к закреплению [мысли] на благом объекте во время старания устранить клеш, мысль без всякого сопротивления сосредоточивается на объекте, что и есть *подвластность* ума.

Так говорит и наставник Стхирамати:

«Подвластность тела выражается в том, что тело легко приступает к [исполнению] своих обязанностей. Подвластность ума — это духовная перемена, обусловленная удовлетворенностью и *податливостью* ума, вошедшего в подлинно [безмятежное] состояние. Будучи «подвластен», ум без всякого сопротивления сосредоточивается на объекте.»

Короче говоря, когда достигают *податливости*, устраняется непослушность тела и ума, при которой, хотя и есть желание усердствовать в избавлении от клеш, приступают к этому неохотно, с опасением: словно плохой работник берется за дело. Вследствие

[устранения непослушности] тело и ум становятся совершенно подвластными.

Однако эта совершенная подвластность тела и ума в начале достижения самадхи бывает очень хрупкой, [но потом] усиливается и, наконец, становится совершенной *податливостью* и *безмятежным* сосредоточением. Вначале слабые, они с трудом замечаются, но потом осознаются легко.

В «Уровнях шравак» так говорится:

«В начальной [стадии самадхи] при усердствовании в праведных занятиях слабо проявляются совершенная *податливость* и подвластность ума и тела.»

И далее:

«Когда сосредоточенность ума и совершенная *податливость* ума и тела усиливаются, то [их усиление], передаваясь по причинно-следственной цепи, приносит ощутимые, ясно сознаваемые сосредоточенность ума и совершенную *податливость* ума и тела.»

Предзнаменование зарождения совершенной и ясно сознаваемой *податливости* ума состоит в том, что усердствующему в культивировании самадхи начинает казаться, что на его голову<sup>112</sup> давит тяжесть; но это не вызывает неприятного [чувства].

Как только она появляется, устраняется неблагоприятное состояние ума, препятствующее энтузиазму в избавлении от клеш, и в первую очередь зарождается противоположность этого [состояния] — совершенная *податливость* ума. Так говорится в «Уровнях шравак»:

«Признак скорого зарождения ощутимых, ясно сознаваемых сосредоточенности ума и совершенной *податливос-*



*ти* ума и тела — появление ощущения тяжести в голове, но это не плохое [ощущение].

Как только оно появляется, устраняется сопряженное с клешами неблагоприятное состояние ума, мешающее легко избавляться от них, и зарождается его противоположность — подвластность и совершенная *податливость* ума.»

Затем силой зародившейся подвластности, совершенной *податливости* ума, в теле начинают двигаться *ветры*, служащие причиной зарождения совершенной *податливости* тела. Когда движение этих *ветров* охватывает [все] части тела, устраняется неблагоприятное состояние тела, и зарождается противоположность этого неблагоприятного состояния — совершенная *податливость* тела. После того, как она распространяется по всему телу, возникает ощущение — будто оно наполнено послушной силой ветра. Так говорится в «Уровнях шравак»:

«Когда зарождается [совершенная *податливость* ума], по телу начинают двигаться *ветры* великих элементов, предзнаменующие зарождение совершенной *податливости* тела. В период их движения устраняется сопряженное с клешами неблагоприятное состояние, мешающее легко избавляться [от них], и появляется его противоположность — совершенная *податливость* тела, которая, распространяясь, будто бы заполняет все тело.»

Совершенная *податливость* тела — очень приятное чувство во всем теле, а не психический фактор. Так говорит наставник Стхирамати:

«Когда в теле возникает чувство особого наслаждения, знайте, что это совершенная *податливость* тела. Ведь в

сутре сказано:

“Если ум [испытывает] наслаждение, то это совершенная *податливость* тела”.»

Вот когда впервые зарождается совершенная *податливость* тела, силой *ветров* в теле возникает блаженнейшее чувство. Благодаря этому и в уме возникает превосходное переживание радости и блаженства.

Потом сила впервые зародившейся совершенной *податливости* начинает убывать.

351 б

Но это не процесс ее исчезновения, а появление тонкой, как тень, совершенной неколебимой *податливости*, соответствующей самадхи. Это следствие избавления от грубого ее [вида], слишком колеблющего ум.

Затем уменьшение радости ума прекращается, и достигается *безмятежность*, при которой ум пребывает в устойчивом [сосредоточении] на объекте и которая лишена беспокойства, создаваемого сильной радостью. Так говорится в «Уровнях шравак»:

«Когда [совершенная *податливость* тела] зарождается впервые, в уме проявляется радость, великое наслаждение, блаженство и экстаз.

Потом впервые зародившаяся сила совершенной *податливости* медленно уменьшается, делается очень тонкой, и тело обретает совершенную *податливость*, подобную тени.

При этом убывает радость ума, и он, обретая покой, очень устойчиво и совершенно спокойно сосредоточивается на объекте.»

[Далее] сказано:

«Это и называется достижением *безмятежности* или овладением *вниманием*.»

То есть [практикующий] становится обладателем [безмятежного] состояния.

Ведь он достиг *безмятежности*, относящейся к порогу первой Дхьяны, и, следовательно, обрел низший уровень *равной сосредоточенности*.

Так говорится и в «Уровнях шравак»:

«После этого начинающий йогин владеет *вниманием*, то есть становится обладателем [безмятежного] состояния.

Почему же? А потому, что он впервые достиг низшего из уровней *равной сосредоточенности*, относящейся к [Сфере] форм.

Отсюда и имя “обладатель [безмятежного] состояния”.»

«Уровни *равной сосредоточенности*» — это иное название уровней двух высших Сфер<sup>113</sup>.

### *б. Признаки обладания [безмятежным] состоянием ума*

Сказано:

«Их наличие [показывает] достижение [безмятежного] состояния.»

Итак, знаки и признаки, замечаемые самим [практикующим] и другими, таковы: при достижении этого [состояния] достигаются малые [степени] четырех [результатов] — (1) состояния ума, относящегося к Сфере форм, совершенной *податливости* (2) тела и (3) ума и (4) однонаправленного сосре-

точения мысли; обретается способность к очищению от клеш с помощью пути *спокойного-грубого* или [постигающего] аспекты Истин<sup>114</sup>; при ровном внутреннем сосредоточении очень быстро появляется совершенная *податливость* тела и ума, и почти не возникают жажда чувственных удовольствий и другие из пяти загрязнений ума<sup>115</sup>; тело и ум сохраняют некоторую степень совершенной *податливости* и после выхода из *ровного сосредоточения*.

В «Уровнях шравак» сказано так:

«Признаки обретения начинающим [безмятежного] состояния таковы: достижение [самой] малой степени соприкосновения души со [Сферой] форм; обретение малой совершенной *податливости* тела и ума и однонаправленной сосредоточенности мысли; обладание возможностью и способностью использовать объекты, очищающие от клеш; душа смягчается, охватывается *безмятежностью*.»

352 б

И далее:

«Когда [практикующий] действительно сосредоточивается внутри, закрепляет [на объекте] мысль, очень быстро появляется совершенная *податливость* тела и ума; ему не слишком мешает неблагоприятное состояние тела, и он не слишком подвержен загрязнениям ума.»

И еще:

«Когда он встает и ходит, некоторая совершенная *податливость* тела и ума сохраняется. Таковы подлинные знаки и признаки обладания [безмятежным] состоянием.»

После достижения [безмятежного] состояния, характеризуемого этими признаками, весьма облег-

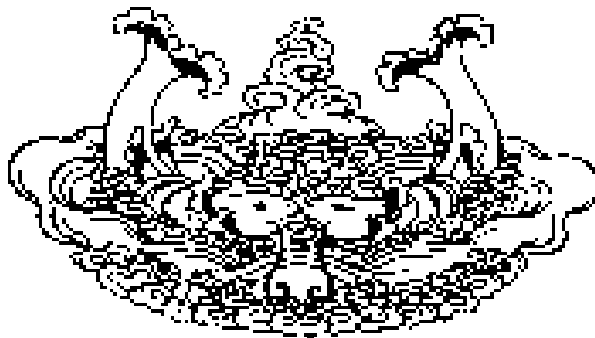
чается совершенное очищение стези *безмятежности*. Ведь в конце погружения в *безмятежность* такого полного сосредоточения мысли уже способна быстро появиться совершенная *податливость* тела и ума, вследствие чего она увеличивается. Насколько увеличивается совершенная *податливость*, настолько возрастает *безмятежность* полного сосредоточения. Таким образом они увеличивают друг друга.

Так говорится и в «Уровнях шравак»:

«Насколько увеличивается совершенная *податливость* тела и ума, настолько возрастает сосредоточенность мысли на объекте. Насколько возрастает сосредоточенность мысли, настолько увеличивается и совершенная *податливость* тела и ума. Эти два качества — т.е. сосредоточенность мысли и совершенная *податливость* — поддерживают друг друга и друг от друга зависят.»

३५३ а

Короче говоря, когда ум становится подвластным, *ветры* и ум образуют единство, благодаря которому *ветры* становятся послушными, и тогда появляется превосходная *податливость* тела. Когда она появляется, ум обретает превосходное самадхи, которое производит превосходную послушность *ветров*, а она приносит совершенную *податливость* тела и ума. Об этом ранее и говорилось.



[Возможен вопрос]:

«Когда зарождается самадхи, в котором имеется описанное в разделе о девятой степени сосредоточения недискурсивное состояние ума, погружающегося в самадхи даже без постоянного поддержания внимательности и бдительности и устраняющего силой ясности даже малейшее *расплывание* [мысли], и которое — в соответствии с прежним описанием совершенной *податливости* тела — доставляет телу и уму превосходное блаженство благодаря послушности *ветров*, имея при этом — согласно описанным в предыдущем разделе признакам — достоинство почти полного устранения влечения к чувственным удовольствиям и прочих вторичных клеш, а также достоинство сохранения совершенной *податливости* даже после выхода *из ровного сосредоточения*, — к какой же из пяти стадий оно относится?»

353 б

И прежде, и теперь многие относили такое самадхи в общем — к пути Махаяны, а в частности, замечая, что оно вызывает в теле и душе блаженное чувство, будто все тело заполнено блаженством ветров, сопровождающих зарождение совершенной *податливости*, и что ему присущи недискурсивность и большая ясность, — считали его совершенной йогой Ступени завершения Ануттарайога [-тантр].

Но если исследовать его, опираясь на великие тексты достопочтенного Непобедимого<sup>116</sup>, Арья Асанги и других, а также — на мадхьямические «Ступени созерцания» [Камалашилы] и прочие достоверные сочинения, в которых хорошо объяснены ступени сосредоточения, то мы не сможем отнести

такое самадхи к пути не только Махаяны, но и Хинаяны. Ведь в «Уровнях шравак» сказано, что на основе такого самадхи практикуют даже те мирские пути, которыми, оценивая аспекты *спокойного-грубого*, приходят к подлинной Первой Дхьяне.

Поэтому риши-иноверцы<sup>117</sup>, избавляющиеся мирским путем от привязанности к низшим уровням вплоть до [медитативного уровня] «Несуществования»<sup>118</sup>, тоже вынуждены, продвигаясь к высшим [уровням] пути, опираться на это самадхи.

Значит, оно общее для иноверцев и буддистов.

Если же мы имеем *воззрение* — правильное понимание отсутствия самости — и, хорошо осознав все недостатки сансарного существования, удручились сансарой, отrekliсь от нее, заботясь о Свободе, то данное [самадхи] становится путем Освобождения. А если имеем драгоценную Устремленность к Пробуждению, оно становится путем Махаяны. Так же, как, например, даяние животному куска пищи и соблюдение какого-нибудь правила нравственности при [первой или второй] из этих установок соответственно становится накоплением заслуг для Освобождения или Всеведения<sup>119</sup>.

Но здесь мы не исследуем это самадхи в связи с какой-нибудь другой стезей — относится оно к пути Освобождения и Всеведения или нет, а исследуем — к какому пути оно относится в зависимости от его характера.

Кстати, хотя мадхьямики и читтаматрины не согласны насчет способа установления объекта *воззрения-проникновения*, они, в общем, не расходятся во взглядах относительно определения *безмятежности*

и *проникновения*, а также общего порядка зарождения в потоке [сознания] их опыта.

Итак, в «Уровнях бодхисаттв», «Собрании уставленного», «Антологии [Абхидхармы]» и «Уровнях шравак», [рассматривая] *безмятежность* и *проникновение* раздельно, Арья Асанга говорит, что *безмятежность* осуществляется [по прохождении] девяти степеней сосредоточения. Подробно объясняя их в «Уровнях шравак», он не относит эти сосредоточения к способу осуществления *проникновения*, ибо и в [других] сочинениях отдельно толкует о *проникновении* и девяти степенях сосредоточения, и в «Уровнях шравак» описывает способ его осуществления в другом месте.

Также в мадхьямических «Ступенях созерцания» и «Наставлении о парамите мудрости» говорится отдельно о стезе *безмятежности* — девяти степенях сосредоточения и стезе *проникновения*. А трактаты Майтреи неотделимы от толкований Асанги. Поэтому видим, что все великие подвижники выражают одинаковое мнение об этом.

Может быть, [некоторые] подумают:

«Хотя в описанном в “Уровнях шравак” [самадхи] присутствуют блаженство и ясность, но отсутствует глубокая недискурсивность. Поэтому [это] всего лишь *безмятежность*. Если же присутствует недискурсивность, — это самадхи (сосредоточения) на *пустоте*.»

Но что означает слово «глубокая» в выражении «глубокая недискурсивность»? Считаете ли [вы], что это — недискурсивное сосредоточение на [сути] *воззрения* после того, как окончательно в нем убедились



при помощи пронизательного анализа, или что это — всего лишь сосредоточение без всякого рассуждения и анализа? В первом случае мы тоже считаем, что такое [сосредоточение] — это самадхи на *пустоте*.

Если ваше мнение таково, то [давайте] отличим понимающих *воззрение* о бытии как оно есть от не понимающих его. Обладающие *воззрением* индивиды, практикующие недискурсивное сосредоточение на сути *воззрения*, являются созерцателями, культивирующими самадхи на глубоком, на *пустоте*.

А не понимающие *воззрения*, созерцающие без всяких мыслей, не являются созерцателями глубокого, *пустоты*.

Такое различие правильно, и никогда нельзя говорить, что любой, кто созерцает без всяких мыслей, — это созерцатель бессубстратности, отсутствия признаков [реального существования], или *пустоты*.

Если, не оценивая — имеется или не имеется *воззрение* — понимание *пустоты*, считать любое созерцание без каких-либо мыслей и анализа — самадхи на *пустоте*, — пришлось бы помимо желания признать, что и вышеупомянутые самадхи стези *безмятежности*, описанные в «Уровнях шравак», [есть] самадхи на *пустоте*, ибо их практикуют без малейших мыслей: «Это есть то, а не то», — за исключением контрольного наблюдения при убывании силы внимательности и бдительности во время погружения в самадхи и в некоторых других случаях.

Ведь в «Истолковании замысла» сказано, что в самадхи, осуществляющих *безмятежность*, созерцают недискурсивное *отражение*.

И в «Уровнях шравак» говорится:

«Тогда созерцают это *отражение*, совсем не рассуждая; лишь полностью сосредоточивают внимание на объекте, но не *рассматривают*, не *исследуют*, *основательно не исследуют*, не *размышляют* о нем и не *анализируют* его.»

Сказанное касается *безмятежности*, а не *проникновения*.

И еще сказано там же:

«Если в [процессе] достижения *безмятежного* состояния по забывчивости и ввиду отсутствия навыка появляются, показываются, обнаруживаются [отвлекающие] образы, мысли или вторичные клеши, противодействуйте им так: оперевшись на прежнее осознание их ущербности, не памятуйте о них, не обращайтесь на них внимания. Когда такое непамятование и невнимание полностью разрушит, устранил обнаружившиеся [изъяны], достигнете сосредоточения без их проявлений.»

Такие слова находим лишь в разделе практики *безмятежности*. Сосредоточение без анализа во время практики *безмятежности* и называется в достоверных текстах «закрепленным созерцанием». Поэтому считать любое недискурсивное созерцание практикой созерцания *пустоты* — смешить мудрых<sup>120</sup>. Вышеприведенная цитата из «Уровней шравак» особенно хорошо опровергает мнение, что любое «созерцание без памятования и внимания» — это созерцание *пустоты*.

И в «Первой ступени созерцания» сказано:

«Ведь исчерпывающее [определение] сущности *безмятежности* — полное сосредоточение мысли. Это общая характеристика всех видов *безмятежности*.»

И в «Наставлении о парамите мудрости» говорится:

«Направив внимание на этот являющийся разнообразием ум, отбрось мысленный разговор и культивируй *безмятежность*.»

«Мысленный разговор» — создание мысленных построений: «Это есть то».

Также ранее [приведенным] указанием из «Драгоценного облака», что *безмятежность* — это полное сосредоточение мысли, и многими другими цитатами из сутр и сочинений великих *подвижников* уже много раз показано, что *безмятежность* — это полная недискурсивность.

Итак, существуют два [вида] недискурсивности: недискурсивность созерцания *пустоты* и недискурсивность без всякого понимания *пустоты*. Поэтому любое [самадхи], в котором проявлены блаженство, ясность и недискурсивность, нельзя считать созерцанием *пустоты*.


Здесь даю лишь краткие указания, [но вы] постарайтесь тщательно ознакомиться с методикой осуществления *безмятежности* и *проникновения* по толкованиям Майтреи, Асанги и других. Не делающие этого путают какое-нибудь недискурсивное самадхи, не дошедшее даже до *безмятежности*, с *проникновением* и, полагая, что [созерцают] *бессубстратность*, тратят время, воистину обманывая себя и других.

В сочинениях достойных мудрецов говорится, что, когда впервые осваивают *безмятежность*, то [практикуют] закрепленное созерцание, сплошь недискурсивное сосредоточение, а когда впервые осваивают

*проникновение*, — тщательное аналитическое созерцание. А если все мысли считают цеплянием за реальное [существование] и, отбросив их все, войдя в полное противоречие с достоверными Источниками, созерцают без всяких мыслей «суть глубокого проникновения», хотя еще не обрели и правильного *воззрения* на отсутствие самости, то это не что иное, как система китайского наставника Хэшана. Вдумчиво прочитайте три «Ступени созерцания» и убедитесь.

## 2. Общее указание способов продвижения на основе *безмятежности*

356 б

 [Возможен вопрос]: «Нужно ли достигшему состояния ранее описанного недискурсивного самадхи практиковать лишь это недискурсивное [самадхи], обладающее ясностью, отсутствием мыслей и прочими особенностями?»

Такое самадхи порождается в потоке [сознания] для того, чтобы зародить *проникновение*, уничтожающее клеши. Если же, опираясь на него, не порождаем *проникновения*, то, сколько ни сживаемся с этим самадхи, мы не способны избавиться даже от клеш Сферы желаний, а об избавлении от всех клеш и говорить не стоит. Поэтому необходимо осваивать *проникновение*.

Но нет иных путей продвижения, кроме двух: мирского пути *проникновения*, избавляющего от про-

явленных клеш, и немирского пути *проникновения*, искореняющего клешу вплоть до семян. Ведь в «Уровнях шравак» сказано:

«Йогин, достигший такого состояния, испытывающий малую [степень] радости избавления [от скверн], не имеет других [путей] продвижения, кроме двух. Каких двух? — Мирского и немирского.»

Итак, достигший *безмятежности*, или [безмятежного] состояния ума — желает ли он осваивать мирской или немирской путь *проникновения*, — [вначале] неустанно культивирует достигнутую ранее *безмятежность*. Когда он сживается с ней, сильно возрастает совершенная *податливость* и сосредоточенность мысли, и *безмятежность* становится очень устойчивой.

К тому же он хорошо познает характеристики *безмятежности* и *проникновения*, а затем начинает тот из двух путей, который выбрал. Так говорится в «Уровнях шравак»:

«Начинающий йогин, обладающий [безмятежным] состоянием ума, решив, что пойдет по мирскому или немирскому пути, многократно погружается в то же состояние. Чем чаще он погружается в него, тем больше — с каждым днем и ночью — увеличивается, возрастает совершенная *податливость* и сосредоточенность мысли. Когда его [безмятежное] состояние становится прочным, устойчивым и он начинает чувствовать искреннее стремление к цели, а также полностью познает характеристики *безмятежности* и *проникновения*, тогда ступает на выбранный путь — мирской или немирской.»

*Мирское проникновение* — это созерцание *спокойного-грубого*, когда смотрят на низшие уровни как на *грубые*, а на высшие — как на *спокойные*.

*Немирское проникновение* — это созерцание, при котором узревают 16 аспектов Четырех Истин: непостоянство и прочие<sup>121</sup>. Главное в нем — воззрение, постижение отсутствия индивидуальной самости.

Какие же личности в этой жизни, в которой достигают, согласно прежнему описанию, *безмятежного* состояния ума, идут по мирскому пути, а не по немирскому? Об этом сказано в «Уровнях шравак»:

«Какие индивиды затем идут в этой жизни только по мирскому, а не по немирскому пути? Отвечаю — четыре [типа индивидов]: все иноверцы и те последователи нашей Дхармы, которые раньше практиковали лишь *безмятежность* [и имеют] слабые умственные способности; те, чьи умственные способности остры, но корни добродетели полностью не созрели; и бодхисаттвы, желающие достичь Пробуждения не в этой, а в следующей жизни.»

То есть все иноверные йогины, достигшие вышеописанной *безмятежности*, не практикуют пронизательного аналитического исследования индивидуальной бессамости, ибо не верят в отсутствие самости (атмана). Поэтому они практикуют лишь ту же недискурсивную *безмятежность* или культивируют только *проникновение спокойного-грубого*, — т.е. идут исключительно мирским путем.

И даже те последователи нашей Дхармы, буддисты, чьи умственные способности слабы из-за чрезмерного культивирования в прошлом одного лишь

*безмятежного* закрепленного созерцания, не проявляют энтузиазма к тщательному аналитическому созерцанию, а если и проявляют его, не способны понять суть бессамостности. Поэтому в этой жизни они идут только по мирскому пути: т.е. практикуют лишь устойчивое удержание [мысли на объекте] или же осваивают только *проникновение спокойного-грубого*.

Те буддисты, кто [имеет] острые умственные способности и понимает смысл отсутствия самости, но чьи корни добродетели не созрели для прямого постижения истины, тоже не способны в этой жизни достичь немирского неомраченного уровня святого, и поэтому называются «идущими только мирским путем», а не потому, что якобы не способны культивировать *проникновение* в бессамостность.

[По мнению хинаянистов], бодхисаттвы, которым осталось одно рождение до Пробуждения, пройдут четыре стадии пути, начиная со стадии Применения, в своей последней, следующей жизни, а до того времени не породят в себе уровня святого. Поэтому они называются «идущими в этой жизни мирским путем», а не потому, что якобы не понимают сути бессамостности.

О них сказано в «Сокровищнице»:

«Всемирный Учитель и “носорог”<sup>122</sup> [достигают своих] Пробуждений, [проходя] сразу все [четыре стадии] в состоянии последней Дхьяны; а до того [совершают] благоприятное для Освобождения<sup>123</sup>.»

Таков процесс Пробуждения в текстах Хинаяны; это не собственное мнение наставника Арья Асанги.

358 б

Итак, будь то иноверец, который, культивируя путь *спокойного-грубого*, избавляется от проявленных клеш, или буддист, который, созерцая суть отсутствия самости, полностью искореняет клеши,— сначала им нужно достичь вышеописанного *безмятежного* самадхи. Поэтому описанная здесь *безмятежность* является и для йогоинов-иноверцев, и для буддистов основой избавления от клеш. Также это самадхи должны осуществлять йогины и Махаяны, и Хинаяны. А в Махаяне осуществление *безмятежности* необходимо для всех йогоинов Мантры и Парамитаяны. Следовательно, *безмятежность* чрезвычайно важна для всех йогоинов как основа продвижения.

*Безмятежность*, описанная в текстах Мантры, хоть и отличается [от описанной здесь] по объектам сосредоточения, таким как тела божеств, атрибуты, буквы и т. п., а также по некоторым правилам ее порождения, но во всем остальном такова же. [Осваивая ее], тоже нужно избавиться от лени и остальных из *пяти преткновений* самадхи; так же применяют противоядия от них — внимательность, бдительность и прочие; потом достигают девятой степени сосредоточения; из нее рождается совершенная *податливость*...

Значит, данное [*безмятежное*] самадхи [используется] очень широко.

На этом основании в «Сутре истолкования замысла» сказано, что все самадхи Великой и Малой Колесниц заключены в самадхи *безмятежности* и *проникновения*.

Поэтому желающим хорошо познать самадхи следует хорошо познать *безмятежность* и *проникновение*.



Вышеописанное самадхи, *безмятежное* состояние ума, порождает для очень многих целей, но в основном оно нужно для порождения *проникновения*, которое двойко: *проникновение спокойного-грубого*, общее для иноверцев и буддистов Великой и Малой Колесниц, избавляющее лишь от проявленных клеш, и исключительно буддийское *проникновение*, постигающее *реальность* — отсутствие самости и искореняющее клеши вплоть до *семян* включительно. Первое *проникновение* — прекрасное средство, но не необходимое, а второе — необходимо. Поэтому стремящимся к Освобождению следует породить в себе *проникновение*, постигающее *реальность* отсутствия самости.

То есть когда достигаете *безмятежности*, находящейся по своему уровню на пороге Первой Дхьяны, то — хотя не достигнуты ни более высокие Дхьяны, ни *безмятежность* бесформной [Сферы], — культивируя на основе [достигнутой *безмятежности*] *проникновение*, [вы] способны достичь Освобождения от всех оков *круговорота*. Если же не понимаете или не созерцаете *реальности* отсутствия самости, то, хотя при помощи вышеописанной *безмятежности* и опирающегося на нее мирского *проникновения* ваш дух и достигает *вершины* сансарного существования, избавляясь от всех проявленных клеш [на всех уровнях] вплоть до «Несуществования»<sup>124</sup>, от сансары вы не освобождаетесь.

Так говорится и в «Хвале отсутствию ответа» из «Хвалы достойному восхваления»:

«Тот человек, кому Твое Учение чуждо,  
сплошь заблуждением ослеплен, и, хоть

359 б

до самой вершины сансары он доходит, страданье снова возникает, крутится Круговорот.

Кто следует Учению Твоему, хотя бы и не достиг реальных Дхьян, но он под взглядом Мары пристальным освобождается от Круговерти.»

Итак, безмятежность, которая является основой *проникновения*, приводящего к уровню святого, [на котором находятся] все *Вступившие в поток* и [*Однажды*] *возвращающиеся*, — это та самая вышеописанная *безмятежность* порога Первой Дхьяны. Также знайте, что и все «почти-архаты»<sup>125</sup>, опираясь на вышеописанную *безмятежность*, культивируют *проникновение* и только так достигают архатства.

Если сначала не достигнуто вышеописанное *безмятежное* самадхи, то подлинное *проникновение*, постигающее сущность или явления, зародиться не может. Это будет объяснено ниже.

Поэтому йогини Ануттарайога [-тантр], хотя и не порождают *проникновения* в явления *спокойного-грубого*, так же как и создаваемой этим [*проникновением*] *безмятежности*, но обычную *безмятежность* породить должны.

Они ее впервые порождают на первой из Двух ступеней<sup>126</sup>, т.е. на Ступени зарождения, а не завершения.

Короче говоря, сначала необходимо породить *безмятежность*, затем, опираясь на нее, при помощи *проникновения в спокойное-грубое*, постепенно дойти до Вершины сансарного существования или же при помощи *проникновения в реальность* отсутствия само-

сти нужно пройти *пять стадий* к Освобождению или Всеведению. Такая необходимость подтверждена печатью всего Учения Победителя. Поэтому ни один йогин не должен уклоняться от нее.

Таково общее указание способов продвижения на основе *безмятежности*.

360 а

### 3. Специальное изложение способа продвижения по мирскому пути

Здесь две [темы]: а. Указание необходимости достижения *безмятежности* перед тем, как идти по пути *спокойного-грубого*; б. Способ избавления от страстей, опирающийся на *безмятежность*.

а.

Чтобы, исходя из различающего познания характеристик [высших и низших уровней], осваивать путь *спокойного-грубого*, сначала необходимо достичь описанной выше *безмятежности*, ибо в «Украшении сутр» (14.15-16) сказано:

«Она увеличивает [сосредоточенность],  
и, когда увеличит намного,  
достигается подлинное состояние [Дхьяны].»

То есть достижение ранее описанной девятой степени сосредоточения и совершенной *податливости* усиливает самадхи, благодаря чему реально осуществляется [Первая Дхьяна].

360 б

[Находящийся] на девятой степени сосредоточения до достижения состояния [безмятежности] — это «начинающий [входить в безмятежное] состояние», а тот, кто после достижения состояния [безмятежности], желая очиститься от клеш, культивирует установку различающего познания *характеристик*, тот называется «начинающим очищаться от клеш». Поэтому культивирование различающего познания *характеристик* предполагает достижение состояния [безмятежности].

Так говорится в «Уровнях шравак»:

«Начинающий [входить в безмятежное] состояние» является таковым, пока не достигает состояния совершенной сосредоточенности, пока его ум полностью не сосредоточится.

“Начинающий очищаться от клеш” — это тот, кто достиг [безмятежного] состояния ума, желает очистить свою душу от клеш, начал [культивировать] и усвоил установку различающего познания *характеристик*.»

И в начале четвертого отдела — о йоге — (в том же тексте) сказано, что, достигнув [безмятежного] состояния, осваивают мирской или немирской путь избавления от страстей.

[То есть] сначала осуществляют *безмятежность*, как описано выше, затем, осуществив мирское или немирское *проникновение*, избавляются от клеш. Такого подробного, ясного указания порядка [продвижения] нет ни в одном другом трактате Абхидхармы<sup>127</sup>. Поэтому великие предшественники — знатоки высшей и низшей Абхидхарм<sup>128</sup> тоже не указывают отчетливо такого порядка, при котором вначале осу-

ществляют *безмятежность* полного сосредоточения, а на ее основе избавляются от клеш.

Итак, если хорошо не знать этого указания в «Уровнях шравак», то, поскольку самый низший [уровень] стези Дхьян и бесформных [состояний] — это порог Первой Дхьяны, а первая из шести упоминаемых *установок* — различающее познание характеристик, — возникает ошибочная мысль: «Первоначальное зарождение состояния, относящегося к “порогу”, является различающим познанием характеристик».

Так думать совершенно неправильно: без достижения *безмятежности* не зарождается порог Первой Дхьяны, а без достижения ее порога не достигается *безмятежность*, а поскольку различающее познание характеристик является аналитическим созерцанием, то, культивируя его, невозможно впервые осуществить *безмятежность*.

Согласно вышеприведенной цитате из «Конкретных основ уровней», при сосредоточении, [относящемся к Сфере] желаний, отсутствует совершенная *податливость*. А пока не достигнута совершенная *податливость*, *безмятежность* не осуществляется, — сказано в «Истолковании замысла» и в других [Текстах]. Значит, пока не достигнут первый порог [Сферы форм], нет и *безмятежности*.

Итак, первая из шести установок первого порога — это начало культивирования *проникновения*, относящегося к порогу, а не начало первого порога, ибо перед ней должна идти *безмятежность*, относящаяся к порогу.

Все самадхи вплоть до достижения самадхи, принадлежащего к первому порогу, являются лишь со-

средоточением мысли [в Сфере] желаний. Поэтому, если проверить по описаниям великих исходных текстов, окажется, что есть очень мало достигших *безмятежности*, а *проникновения* — еще меньше.

*б. Способ избавления от страстей,  
опирающийся на безмятежность*

Если удовольствоваться освоением *безмятежности*, как было описано выше, — обладающей ясностью, недискурсивностью и многими другими особенностями, но не осваивать ни одного из двух *проникновений*<sup>129</sup>, то невозможно устранить даже несколько проявленных клеш Сферы желаний, а об избавлении от «семян» клеш и *завес* Всеведению и говорить не стоит. Поэтому желающим достичь Первой Дхьяны, свободной от страстной привязанности, следует, опираясь на *безмятежность*, осваивать *проникновение*.

Но разве это не противоречит прежнему указанию, что достаточно освоить *безмятежность*, чтобы подавить проявления клеш?!

— Ошибки нет, ибо в прежнем [высказывании] подразумевалась *безмятежность*, заключающая в себе мирское *проникновение*, а здесь говорится [лишь] о *безмятежности* первого порога [Дхьян], предваряющей оба *проникновения*.

Эти два *проникновения*, осуществляющие избавление от страстей — в аспектах Истин, а также *спокойно-грубого*, — [представляют собой] два способа избавления от страстей. Здесь указывается последний путь.

Его культивируют и иноверцы, вовсе не обладающие воззрением отсутствия самости, и буддисты, обладающие этим воззрением.

Какой именно путь они культивируют для избавления от клеш? Об этом сказано в «Уровнях шравак»:

«Йогин, усердно старающийся избавиться от страстной привязанности, достигает избавления от страстной привязанности при помощи семи установок.

Каковы эти семь? Отвечаю: 1) различающее познание характеристик, 2) [установка], проистекающая из *поглощенности*, 3) полная отрешенность, 4) сосредоточенная радость, 5) исследование, 6) последнее *усилие* и 7) результат последнего *усилия*.»

Последняя установка уже относится ко времени вхождения в подлинную [Первую Дхьяну] после избавления от страстной привязанности и поэтому является целью осуществления, а предыдущие шесть — осуществляющие [установки].

Если избавление от клеш не производится здесь с помощью созерцания сути бессамостности, в таком случае, созерцая суть какого убеждения, избавляются от клеш? Хотя этот путь избавляет и от других проявленных клеш, сказано: «Избавляет от страстной привязанности». То есть в основном это противоядие против страстной привязанности.

Страстная привязанность — влечение, пристрастие к пяти приятным объектам чувств. Противоядие против нее — рассматривание с разных сторон ущербности приятных объектов чувств и неотступное культивирование установки, противоположной страстной привязанности, благодаря чему от нее избавляются.

362 б

Но, хотя и безошибочно различаешь пороки желаний и достоинства Первой Дхьяны благодаря уверенной твердости различающего познания характеристик, — если сначала не осуществил *безмятежность*, то, сколько ни занимайся анализом этих пороков, — от клеш не избавишься. Даже если осуществил *безмятежность*, но не анализируешь при помощи различающего познания, — сколько ни созерцай, тоже не избавишься от клеш. Поэтому избавление от них требует культивирования и *безмятежности* и *проникновения*. Таково общее правило для избавления от клеш.

Итак, совершенное познание характеристик, различающее недостатки и достоинства высших и низших уровней, иногда возникает вследствие слушания, а иногда — вследствие размышления. Поэтому оно — смешанный [результат] слушания и размышления. Утвердившись в нем, переходят от слушания и размышления к такому созерцанию, при котором целиком *поглощаются* сущностью *спокойного-грубого*, что и есть установка, проистекающая из *поглощенности*.

По этому поводу в «Уровнях шравак» сказано:

«Созерцая эти характеристики, культивируют *безмятежность* и *проникновение*.»

Относительно шестой установки сказано, что при ней культивируют *безмятежность* и *проникновение*. Относительно первой установки говорится о созерцании сущности и других из шести предметов<sup>130</sup>. И в связи с остальными [установками] многократно упоминается *проникновение*. Поэтому отсутствие здесь



воззрения бессамостности не противоречит понятию *проникновения*.

Итак, при этих установках культивируются и *безмятежность* и *проникновение*, — вследствие чего избавляются от клеш. Они культивируются следующим способом. Многократное исследование сущности различения *спокойного и грубого* — это культивирование *проникновения*, а полное сосредоточение в конце очередного исследования на сущности *спокойного-грубого* — это культивирование *безмятежности*. Культивируемые таким образом вторая и первая установки<sup>131</sup> — это «подавляющее противоядие».

Когда благодаря *поглощенности* таким культивированием *безмятежности* и *проникновения* зарождается противоядие от клеш сильных желаний, то это «установка полной отрешенности».

Когда, усиленно культивируя *безмятежность* и *проникновение*, обретают способность к избавлению от клеш средней [силы], — это «установка сосредоточенной радости».

Затем, когда замечают, что клеши желаний, препятствующие благим занятиям, не возникают ни в самадхи, ни в период выхода из него, тогда, не думая легкомысленно: «Вот, я избавился от клеш», — исследуют: «[Клеши просто] не проявляются, хотя я еще не избавился от страстной привязанности к чувственным удовольствиям, или же они не возникают оттого, что я избавился от привязанности?» Чтобы их пробудить, воображают очень приятный объект привязанности. Заметив, что привязанность возникает, радостно медитируют, стремясь от нее избавиться. Это «установка исследования».

Она устраняет горделивую мысль: «Избавился», — при отсутствии избавления.

Потом опять созерцают, как прежде, совершая двойное: тщательное исследование сущности *спокойного-грубого* и полное сосредоточение на ней в конце исследования.

Когда благодаря этому зарождается противоядие от клеш слабых желаний, то это «установка последнего усилия».

Третья, четвертая и шестая установки — это «противоядия, избавляющие от клеш».

Когда таким образом избавляются [даже] от слабых клеш, то подавляют все проявленные клеши желаний, и они совершенно не возникают более. Но это не есть их уничтожение вплоть до *семян*.

Таким способом избавляются от привязанности [ко всем уровням] вплоть до «Несуществования», но не могут устранить даже проявленные клеши *вершины* сансарного существования<sup>132</sup>, поэтому не способны выйти из сансары.

Тем не менее, на основе Дхьян достигают пяти сверхъестественных способностей<sup>133</sup>, но, опасаясь многословия, об этом писать не буду. [Этот предмет] подробно изложен в «Уровнях шравак». Смотрите там.

Ныне эти правила осуществления подлинных Дхьян и т.п. не [излагаются], поэтому нет возможности войти в заблуждение из-за [неправильностей в] их [изложении]. Все же ознакомление с этими [правилами], а не только общее представление о них, очень помогает избежать заблуждений относительно других самадхи.

Четыре Дхьяны, самадхи четырех [уровней] Бесформной [сферы] и пять сверхъестественных способностей являются общими для иноверцев и [буддистов].

Хотя и достигаются такие превосходные самадхи, их не только недостаточно, чтобы освободиться от сансары, — они даже привязывают к сансаре. Поэтому не следует довольствоваться *безмятежностью*: нужно стремиться к аналитическому *проникновению*, возрению об отсутствии самости.

Хотя и нет [нужды] быть сведущим в подробностях способов осуществления Первой Дхьяны и остальных подлинных [Дхьян], но обязательно нужно знать хотя бы разъясненный без выдумок способ осуществления вышеописанной *безмятежности*, или «[*безмятежного*] состояния». [Чтобы разобраться в этом], хорошо обдумайте принципы упомянутых в глубочайшей сутре Праджняпарамиты и прочих [сутрах] девяти степеней сосредоточения, которые приведены выше в цитате из мадхьямических «Ступеней созерцания», комментируются в «Украшении сутр», вкратце описаны Арья Асангой в «Уровнях бодхисаттв», высшей Абхидхарме, «Собрании установленного» и которые — согласно указаниям в «Собрании» [подробнее смотреть о] *безмятежности* и *проникновении* в «Уровнях шравак» — подробно истолкованы в «Уровнях шравак», а также объясняются в мадхьямических «Ступенях созерцания» и «Наставлении о парамите мудрости».

Тщательно обдумайте и принципы способа осуществления *безмятежности* с помощью восьми контрфакторов, избавляющих от *пяти преткновений*, —

метода, описанного в «Середине и крайностях». До некоторых созерцателей не доходят даже названия этих [принципов], а иные, хотя и имели некоторое теоретическое представление о них, когда раньше изучали великие Источники, но, не постигнув толком их сущности, потом, во время практики, усматривают их ненужность и пренебрегают ими. И вот — признаки такого отсутствия хорошей осведомленности: достигнув некоего самадхи, которое можно отнести к стезе *безмятежности*, считают, что это самадхи *пустоты*. Или же, достигнув девятой степени сосредоточения — самадхи, общего для иноверцев и буддистов, полагают, что достигнута совершенная Ступень завершения Ануттарайога [-тантр]; притом, объединив [период] созерцания и [период] после него, думают, что это — непрерывное недискурсивное осознание. [Таких заблуждающихся] много.

Если же хорошо постигают изложенные выше [принципы], то не поддаются искушению приписывать [своей практике] красивые названия: «созерцание бессубстратности, беззнаковости» или «конечного смысла» и тому подобные, — а умеют определить степень [своего] продвижения в самадхи, благодаря чему отличают заблуждение от отсутствия оно-го. Поэтому следует хорошо понять порядок осуществления самадхи, описанный в этих достоверных Источниках. [Напоследок] скажу:

Поскольку глубок язык, которым прекрасно изложен порядок осуществления самадхи в сутрах, комментариях и великих трактатах, малоразумные не понимают его как следует и, отнеся к другим нехватку собственного ума,

думают, что в этих прекрасных Текстах нет наставления о недискурсивном [созерцании]. Поэтому они не ищут его в Источниках, где оно содержится, а разыскивают там, где его нет, и полагают, что нашли.

Такие даже не отличают самадхи иноверцев от [самадхи] буддистов, а уж тем более не различают особенностей самадхи Великой и Малой Колесниц, Ваджраяны и Парамитаяны.

Видя это, [я] изложил легко понятным языком правила практики самадхи по великим исходным текстам.

Друзья, много лет изучавшие великие исходные тексты!

Не берите стекляшку у других, отказываясь от собственного драгоценного камня, — знайте, что имеете драгоценность при себе.

Нет предметов наставлений, обойденных Источниками, которые вы изучали!

Провидя это, Муниндра сказал:

«Много слушавший счастлив в лесу».

Следует обдумать эти слова.

Те созерцатели, которые тщательно не постигли способа и меры первоначального осуществления стези *безмятежности* — совершенного недискурсивного сосредоточения, а полагаются лишь на усердие, пусть продолжают уяснять с помощью сведущего [Учителя]

правильный способ созерцания.  
Иначе они найдут в Учении Победителя лишь краткое отдохновение, от которого [только что] вреда немного.

Итак, это описание способа осуществления *безмятежности* по Текстам Майтреи и Асанги [посвящаю] долгому процветанию Учения Победителя.

Изложение правил практики *безмятежности* — сущности медитации, которая практикуется на этапе высшей личности как [одно] из деяний бодхисаттвы, — закончено.

# Приложения





## Приложение 1

***«Исповедь во сне»***  
*из 4-ой главы «Сутры*  
*золотистого света»<sup>134</sup>*

- (1) Благодаря громкому барабанному бою святой «[Сутры] Золотистого света» да утихнут все страдания в мирах Трикосмия: страдания смерти, бедности, дурных частей!
- (2) Пусть этот звук великого барабана развеет все невежество мира! Подобно Муиндре бесстрашному, страх победившему, пусть все существа бесстрашными станут, от страха избавятся!
- (3) Пусть, подобно Муиндре, всю сансару знающему, всеми возвышенными достоинствами обладающему, все рожденные обретут достоинства самадхи — предварительные этапы Пробуждения, станут океанами достоинств!
- (4) Пусть этот звук великого барабана всем существам голос Брахмы дарует, и пусть они, достигнув святого Пробуждения Будды, вращают благое колесо Дхармы
- (5) и живут непостижимое множество калп, проповедуя Дхарму в помощь существам! Пусть клеши будут уничтожены и страдания развеяны, да исчезнут страсть, ненависть и заблуждение!

- 
- (6) Существа, страдающие в участи дурной,  
плоть и кости которых объаты языками пламени,  
пусть услышат дробь великого барабана;  
пусть полностью утихнут все их страдания,  
и да услышат они слова: «Пробужденному поклон»!
- (7) Да [узрят они] сто прошлых жизней всех существ  
и вспомнят десять миллиардов [своих] перерождений!  
Пусть постоянно помнят о Муниндрах  
и слушают великую их речь!
- (8) Пусть этот звук великого барабана  
всегда [существ] приводит к Буддам,  
и пусть они откажутся от всех греходеяний,  
только добрые дела совершают!
- (9) Какие только ни есть чаяния и стремления  
у людей, богов и всех [других] существ, —  
пусть исполнятся эти все упования  
благодаря сему звуку великого барабана!
- (10) Родившиеся в страшном аду живые существа,  
тела которых объаты языками пламени,  
беззащитные мученики, совершенно заблудшие,  
пусть обретут покой эти *матери*!
- (11) Страшны жестокие страдания существ  
в мирах ада, прет и людей.  
Пусть утихнут все они благодаря  
этому звуку великого барабана!
- (12) Для не имеющих Опоры,  
Прибежища, защиты  
пусть я стану высшим  
защитником, Прибежищем и Опорой!

- 
- (13) Прошу внимания пребывающих  
во [всех] мирах десяти сторон [света]  
Будд — святейших из двуногих,  
обладающих любящим, сострадательным сердцем!
- (14) Перед [Вами, обладателями] десяти сил<sup>135</sup>,  
я исповедуюсь во всех  
ужасающих злодеяниях,  
совершенных мною в прошлом:
- (15) в грехах, которые я совершил  
из-за непослушания родителям,  
неверия в Будд,  
отказа от добродетелей;
- (16) в грехах, которые я совершил,  
испытывая гордость от богатства,  
гордость от происхождения и достатка  
или гордость от молодости;
- (17) во зле, которое я совершил  
дурными мыслями, словами,  
проступками и отказом  
признать в них зло;
- (18) во зле, которое я совершил  
по ребяческому легкомыслию,  
омраченности невежеством,  
из-за влияния плохих друзей  
или, будучи смятенным клешами,
- (19) предаваясь увеселениям,  
горюя, болея или  
[утопая] в пороке жадности;

- 
- (20) во зле, которое я совершил  
из-за общения с неблагородными людьми,  
по причине зависти и скупости,  
будучи нечестным или бедным;
- (21) во зле, которое я совершил  
во время случившихся бед —  
по причине страшных желаний  
и утраты богатства;
- (22) во зле, мною совершенном  
из-за душевного смятения,  
желания и гнева,  
лютото голода иль жажды;
- (23) во зле, содеянном  
из-за нужды в пище и питье,  
женщинах и одеждах,  
из-за разных скверных прихотей;
- (24) в накопленных грехах тела, речи и ума:  
дурных деяниях всех трех типов, —  
исповедуюсь во всех них,  
мною таким образом совершенных.
- (25) Исповедуюсь во всем  
моем неуважении, проявленном  
к Буддам, их Учениям  
и слушателям.
- (26) Также исповедуюсь  
во всем неуважении, проявленном  
к пратьекабуддам  
и бодхисаттвам.

- 
- (27) Исповедуюсь  
во всей непочтительности  
к проповедникам священной Дхармы  
и в отсутствии почтения к Дхарме.
- (28) Исповедуюсь во всех [случаях]  
отказа от священной Дхармы  
и неуважения к родителям, [произошедших]  
по моему постоянному неведению.
- (29) Во всей омраченности исповедуюсь,  
когда-либо допущенной мною  
по глупости, ребячеству и страсти,  
ненависти, заблуждению и высокомерию.
- (30) Пусть я совершу подношения Обладателям десяти сил  
во [всех] мирах десяти сторон [света]!  
Пусть я вызволю существ десяти сторон  
из всех их страданий!
- (31) Пусть приведу всех существ, неохватных мыслью,  
к десяти ступеням [святых бодхисаттв]<sup>136</sup>!  
Пусть все они, пройдя эти десять ступеней,  
станут Татхагатами!
- (32) До тех пор, пока не смогу всех их  
спасти из океана страданий,  
пусть я хоть бесчисленные кальпы  
ради каждого из них буду трудиться!
- (33) Пусть буду проповедовать я всем существам  
эту священную «[Сутру] Золотистого света»,  
очищающую от всей кармы,  
учащую о глубоком,

- 
- (34) очищающую посредством  
единственной [чистосердечной] исповеди  
все ужасные злодеяния,  
совершенные за тысячи кальп;
- (35) быстро кладущую верный конец  
кармическим омрачениям.  
Благодаря этой благой исповеди  
из священной «[Сутры] золотистого света»
- (36) да пребудут [все] в десяти ступенях,  
десяти лучших источниках драгоценного,  
да засияют достоинствами Будды,  
освободятся из океана сансарного существования!
- (37) Пусть [станут] океаном, великим потоком Будд,  
глубоким океаном достоинств, —  
[бесчисленными] Буддами с необъятными достоинствами  
и так [обретут] полное всеведение!
- (38) Пусть предварительные этапы Пробуждения —  
сотни тысяч самадхи,  
неохватные мыслью дхарани, способности и силы  
станут у них священными *десятью силами!*
- (39) Прошу Будд взглянуть на меня,  
обратив внимание своего разума!  
Молю охватить меня, грешника,  
состраданием сердец Ваших!
- (40) Из-за зла, совершенного мною  
в прошлом, за сотни *эпох*,  
[сейчас] я горюю, несчастен,  
терзаем горьким страхом.

- 
- (41) В страхе перед содеянным злом  
мой дух постоянно подавлен:  
куда бы ни ходил я,  
радости нигде не нахожу.
- (42) Молю всех милосердных Будд,  
развеивающих страхи всех существ,  
позаботиться обо мне, злодее,  
спасти меня от врага — страха!
- (43) О, Татхагаты, смойте нечистоты  
моих клеш и кармы!  
Молю Будд омыть меня  
водой милосердия!
- (44) Исповедуюсь во всех злодеяниях.  
Исповедуюсь во всех грехах,  
которые совершил в прошлом  
и совершаю в настоящем!
- (45) Даю обещание впредь не совершить  
ни одного злодеяния,  
не скрывать никаких  
совершенных мною проступков.
- (46) Исповедуюсь во всех  
трех видах [дурных] деяний тела,  
четырех — речи  
и трех — ума<sup>137</sup>.
- (47) Исповедуюсь во всех  
десяти [видах дурных] деяний:  
совершенных телом,  
речью и умом.



- 
- (48) Да оставлю я десять неблагих деяний,  
совершу десять благих деяний<sup>138</sup>,  
да пребуду на десяти ступенях  
и стану [обладателем] высших десяти сил!
- (49) Исповедуюсь перед Буддами  
во всех  
своих злодеяниях,  
чреватых нежелательными плодами.
- (50) Радуюсь всем  
благим деяниям, совершаемым  
в этой Джамбудвипе  
и в других областях мира.
- (51) Благодаря благим заслугам,  
созданным моими телом, речью и умом, —  
благодаря этим корням добродетели  
пусть достигну я высшего Пробуждения!
- (52) Перед [Обладателями] несравненных десяти сил  
исповедуюсь в каждом из ужасающих зол,  
содеянных в суете сансарных скитаний  
из-за детского разумения.
- (53) Исповедуюсь в грехах, накопленных мною  
в суете рождений сансарного существования,  
в мирской суете, с беспокойными мыслями,  
посредством разных суетных телесных действий.
- (54) Также в присутствии несравненных Победителей  
я исповедуюсь в каждом из таких грехов,  
как глупые, детские поступки, *возбужденность* клешами,  
суетные встречи с плохими друзьями,

- (55) житейская суета, *возбужденность* страстью, омраченность ненавистью и мраком заблуждения, праздная суета, суета [пустой траты] времени и суета творения [мирских] заслуг.
- (56) Поклоняюсь Буддам — золотистым, подобным горе Меру, достоинства которых подобны океану. Как к Прибежищу обращаюсь к Победителям, склоняю голову перед этими Победителями.
- (57) Будда-солнце, чье золотистое [тело] сияет чистейшим золотом, чьи глаза — кристально-прозрачный берилл, [Ты] — источник блеска славного великолепия, рассеивающий черный мрак лучами милосердия.
- (58) Конечности [твои] чисты, прекрасны и красивы: конечности Будды-солнца словно покрыты чистым золотом. Муни, [Ты], подобно лунному свету, приносишь облегчение существам, измученным пламенем клеш, будто горящим в огне.
- (59) Тело [Твое] украшено 32 высшими Знаками и прекрасными признаками [совершенства]<sup>139</sup>. Сетями блистающих лучей достоинств великолепия [Ты], как солнце, освещаешь мрак Трех сфер.
- (60) Чистый, большой, разноцветный: [цвета] берилла, красного [цвета] зари, подобный серебру и хрусталу, с красноватыми конечностями — изукрашенный лучами разных видов, Ты, Великий Муни, красив, как солнце.

- 
- (61) Мириады лучей Сугаты-солнца сушат  
океан жестоких сильнейших страданий [существ],  
тонущих в горестно бурлящей  
волнами старости реке смерти —  
в великой реке Круговорота — потоке бед.
- (62) Поклоняюсь блестящему золотистому телу Будды,  
конечности которого напоминают лучшее золото, —  
Тому, кто является источником мудрости,  
лучшим во всех Трех сферах,  
Кто прекрасен, чье тело украшено  
знаками [совершенства].
- (63) Как вода океана неизмерима,  
как пылинки земли бесчисленны,  
как необъятны скалы горы Меру,  
как беспредельно пространство,
- (64) так и достоинства Будды безграничны:  
все существа не способны постичь их.  
Хотя бы и многие кальпы  
они их измеряли и обдумывали, —  
не смогли бы постичь предел [Его] достоинств.
- (65) Хотя, считая [целую] кальпу, можно узнать  
даже количество волосков тела  
и камней, [объем] гор и океанов,  
но достоинства Будды постичь невозможно.
- (66) Так пусть и все существа обретут  
те же достоинства, блеск, славу, известность,  
тело, украшенное благими знаками  
и 80 прекрасными признаками!

- 
- (67) Благодаря этим моим благодеяниям  
пусть мирские злодеи станут Буддами,  
проповедуют Дхарму в помощь существам,  
спасают многострадальных,
- (68) побеждают сильных когтистых Мар,  
вращают Дхармы благое колесо,  
живут непостижимое [множество] кальп,  
удовлетворяют существ эликсиром бессмертия!
- (69) Как прошлые Будды совершенствовались,  
так и [они] пусть совершенствуют шесть высших парамит,  
уничтожат клеши, устранят страдания,  
уймут страсть, ненависть, заблуждение!
- (70) Пусть я постоянно буду помнить  
сотни, миллиарды [прошлых] жизней,  
памятовать всегда о Муниндрах  
и слышать Их великую речь!
- (71) Благодаря этим моим благодеяниям  
пусть я всегда найду дружбу Будд,  
полностью избавлюсь от греходеяний  
и исполню добродетели — источники блага!
- (72) Пусть во всех мирах Вселенной  
утихнут все страдания всех существ!  
Пусть неполноценные чувства и искаленные члены существ  
сейчас же все станут полноценными!
- (73) Пусть все больные, слабые, калеки  
и беззащитные десяти сторон [света]  
быстро излечатся, обретут здоровье, силу,  
[нормальные физические] способности!

- 
- (74) Пусть все горемыки и страдальцы,  
которых грозят убить царь, разбойники или враги,  
которые терпят сотни разных страданий, —  
спасутся от сотен тех страшнейших бед!
- (75) Пусть те, кто страдает от побоев и пут,  
испытывает разные несчастья,  
смущаем многими тысячами клеш,  
попадает в страшные беды и по-разному горюет, —
- (76) все освободятся от пут;  
избиваемые пусть спасутся от побоев,  
убитые да обретут жизнь,  
и все бедствующие да избавятся от бед!
- (77) Пусть существа, изголодавшиеся и измученные жаждой,  
найдут разные кушанья и напитки!  
Пусть слепые увидят разные формы,  
а глухие услышат приятные звуки!
- (78) Пусть голые найдут разные одеяния,  
а бедные — клады!  
Пусть все существа благоденствуют,  
обладая изобилием зерна и множеством драгоценностей!
- (79) Пусть не испытывают никаких мучительных ощущений!  
Да будут все существа красивы,  
прекрасны своей внешностью и удачливы!  
Пусть всегда [имеют] много счастья и прочего!
- (80) Пусть обретут желаемые кушанья, напитки,  
большое достояние и заслуги, какие только вздумается!  
Пусть [услышат] звуки литавр, барабанчиков и лютней,  
[увидят] родники, озера, пруды и бассейны

- (81) с золотыми лотосами, обретут пищу, питье, одежду, богатство, жемчуг, драгоценные камни, сокровища, украшения, золото, разные драгоценности, берилл, какие только вздумается!
- (82) Пусть нигде в мире не возникают горестные звуки, и ни одно существо да не увидит неприятного! Пусть все [существа] обретут великолепный цвет [кожи] и станут светочами друг для друга!
- (83) Какие ни есть блага в мире людей, пусть обретаются при [одной только] мысли о них! Пусть всегда, как только подумаешь, — плоды благих заслуг становятся совершенными!
- (84) Пусть во [все] три времени<sup>140</sup> опадают с деревьев благовония, гирлянды, [ароматные] мази, одежда, [благовонный] порошок и разные цветы! Пусть существа берут их и радуются!
- (85) Пусть во всех десяти сторонах [света] почитаются все бесчисленные Татхагаты, совершенные бодхисаттвы, шраваки и безупречно чистое Учение!
- (86) Да избавятся существа от всего низменного и уйдут из восьми несвободных состояний<sup>141</sup>! Да обретут превосходнейшего «царя» благоприятного положения и всегда находят дружбу Будд!
- (87) Пусть всегда рождаются в высоком роду и да будут богаты их сокровищницы добром и зерном! Пусть многие кальпы [сущест]в украшают слава, известность, [красивые] телосложение и цвет [кожи]!

- 
- (88) Пусть все женщины постоянно становятся мужчинами мужественными, храбрыми, мудрыми и просветленными! Пусть они все практикуют во имя Пробуждения — пусть практикуют шесть парамит!
- (89) Пусть увидят в десяти сторонах [света], около драгоценных деревьев-владык, блаженно пребывающих Будд, восседающих на драгоценных берилловых тронах, и пусть услышат проповедуемую ими Дхарму!
- (90) Пусть греходеяния, которые я совершил, содеял ранее в суете существования, — греходеяния, чреватые нежелательными плодами, истощатся все без остатка!
- (91) Пусть все существа в путах Круговорота, крепко связанные веревкой аркана сансары, освободятся от пут «руками» мудрости и обретут Свободу от страданий!
- (92) Радуюсь всем различным глубоким заслугам, которые творят существа на этой Джамбудвипе и в других областях мира!
- (93) Благодаря этим моим благим заслугам, сотворенным телом, речью и умом, да обрету я плоды осуществления стремлений, достигну безупречного высшего Пробуждения!
- (94) Благодаря сему изречению — при устойчивом, незагрязненном, чистом уме — поклонения, хвалы и полного посвящения [заслуг] пусть шестьдесят калп не будет дурной участи!

- (95) Благодаря произнесению этих строф  
пусть женщины и мужчины из каст брахманов и кшатриев,  
которые, соединив ладони, восхваляют Победителей,  
помнят [прошлые] рождения во всех жизнях!
- (96) Пусть владыки-цари постоянно совершают подношения  
обладателям всевозможных заслуг и достоинств,  
органы чувств которых наделены всеми способностями,  
и благодаря этому да обретут такие же [достоинства]!
- (97) Те, в ушах которых звучит эта исповедь,  
совершали добродетели не при одном Будде,  
не при двух, не при четырех, не при пяти,  
не при десяти и [даже] не при тысяче,  
[а при намного большем числе]  
Будд творили добродетели.



## Приложение 2

*Обеты бодхисаттвы*

Переведены с тибетского текста, изданного в кн. «Источник мудрецов». Комментарии в квадратных скобках – по книге *The Six-session Guru Yoga and the Bodhisattva Vows*, compiled by Instituto Lama Tzong Khapa.<sup>142</sup>

## I

### 18 коренных падений (rtsa-ltung):

1. Хвалить себя или принижать других, уповая на подарки и почести.
2. По скупости не оказать материальной помощи страдающему и незащитному или отказаться учить его Дхарме.
3. Не принять от своего обидчика искреннего извинения, затаить на него злобу.
4. Отказаться от Великой Колесницы, [говоря, что тексты Махаяны не являются Словом Будды,] или проповедовать всего лишь подобие Дхармы.
5. Присвоить имущество Трех Драгоценностей.
6. Отказаться от священной Дхармы, [говоря, что священные тексты Трех Колесниц не являются Словом Будды].
7. [Разгневавшись,] отнять у монаха одежду [, избить его, лишить свободы или заставить отказаться от монашества, (даже если он заслуживает этого: например, безнравственен)].

8. Совершить [какое-нибудь из пяти] преступлений неотложного возмездия<sup>143</sup>.
9. Придерживаться ложных взглядов, [противоречащих Учению Будды, — таких как отрицание Трех Драгоценностей, закона причины-следствия и т.п.].
10. Разрушить [огнем, загрязнением или черной магией город] или другое населенное место.
11. Учить о *пустоте* не готовых к ее пониманию.
12. Отговаривать [других] от вступления в Махаяну, [ то есть от стремления к Пробуждению ради других и подбадривать их стремиться лишь к собственному Освобождению].
13. [Побуждать других полностью] отказаться от своих обетов Индивидуального освобождения (Пратимокши) [и стать махаянистами].
14. Принижать колесницу *слушателей*: [самому верить и других убеждать, что хинаянисты не избавляются от привязанности и прочих клеш].
15. Лгать о своих сверхмирских достижениях, [о прямом постижении *пустоты* и прочих].
16. Брать подарки, которые были предназначены Трем Драгоценностям.
17. Передать подношения, предназначенные созерцателям, всего лишь чтецам текстов или учредить плохие правила дисциплины, [вносящие в духовную общину дисгармонию].
18. Отказаться от Вдохновенной [и Практической] бодхичитты.

Для того, чтобы коренное падение (кроме 9-ого и 18-ого, которые достаточны сами по себе) полностью совершилось, требуются четыре связующих фактора:

1. Не признавать свой поступок скверным или, признав его нарушением обета, не обращать на это внимания.

2. Сохранять намерение повторить проступок.
3. Испытывать от него радость.
4. Не ощущать стыда или сожаления из-за содеянного.

Чтобы очиститься от нарушения обета, применяйте Четыре силы<sup>144</sup>. Но если коренное падение совершено полностью, нужно очиститься [теми силами], а затем повторно принять обет перед Учителем или созерцаемыми объектами Прибежища.

## II

### 46 проступков (nyes byas)

#### ***а) Проступки, препятствующие парамитам даяния и нравственности:***

1. Не совершать [каждый день] подношений Трем Драгоценностям [телом, речью и умом].
2. Лелеять корыстные помыслы [об обретениях и почестях].
3. Не уважать *старших*, [принявших обет Бодхисаттвы раньше тебя].
4. Не отвечать на [искренние] вопросы, [на которые способен ответить].
5. Не принять приглашений в гости [из-за гнева, гордыни или других отрицательных эмоций].
6. Не принять денег, золота и прочих дорогостоящих подарков.
7. Отказаться преподать Дхарму желающим.

#### ***б) Проступки, препятствующие нравственности соблюдения дисциплины:***

8. Отвергнуть злодеев и нарушивших нравственные обеты.

9. Не соблюдать общих нравственных норм, укрепляющих в других веру.
10. Ограничивать свои действия на благо живых существ: [строго соблюдать правила Винаи в таких ситуациях, когда их несоблюдение больше помогло бы другим].
11. Из-за нехватки сострадания отказаться совершить, [чтобы помочь другим,] неблагие действия тела и речи, [когда обстоятельства требуют этого].
12. Охотно принять в подарок вещи, полученные пятью недостойными [способами: лицемерием, намеками, лестью, принуждением или взяточничеством].
13. Часто отвлекаться и сильно привязаться к веселью и подобному [или побуждать других к развлечениям без всякой полезной цели].
14. [Верить и провозглашать, что последователи Махаяны должны] остаться в сансаре и не пытаться освободиться от клеш.
15. Не отказываться от [поступков, способствующих распространению] дурной славы.
16. Не пресекать [свои проступки] или проступки других, когда это полезно.

***в) Проступки, препятствующие парамите терпения:***

17. Отходить от четырех дхарм подвижника: [ответить на оскорбление, гнев, обиду или избиение тем же].
18. Пренебречь разгневанными на тебя, [не стараться успокоить их гнев].
19. Отказаться выслушать извинения других.
20. Дать волю гневным мыслям.

**г) Проступки, препятствующие парамите усердия:**

21. Собирать круг друзей или учеников, [желая почестей и подношений].
22. Не устранять три вида лени и подобного<sup>145</sup>.
23. Привязываться к пустым речам и шуткам.

**д) Проступки, препятствующие парамите медитации:**

24. Не искать средств развития сосредоточения (самадхи), [таких как хорошие наставления, условия и т.п.].
25. Не избавляться от пяти скверн — препятствий медитативному сосредоточению: 1) *возбужденности*, сожаления, 2) злонамеренности, 3) вялости, сонливости, 4) жажды удовольствий и 5) сомнений<sup>146</sup>.
26. Видеть во «вкусе» медитации достоинство [и привязываться к нему].

**е) Проступки, препятствующие парамите мудрости:**

27. Отказаться от [писаний или путей] Хинаяны [как от якобы ненужных для последователя Махаяны].
28. Прилагать усилие к другой системе практики, пренебрегая [своей, Махаяной].
29. Без необходимости усердствовать в изучении небуддийских трактатов.
30. Увлечься небуддийскими трактатами, изучаемыми по необходимости.
31. Отказаться от какой-либо части Махаяны.
32. Хвалить себя или принижать других из гордости и т.п.
33. Не ходить на духовные собрания.
34. Пренебрегать Учителем или духом учений, [полагаться лишь на слова учения].

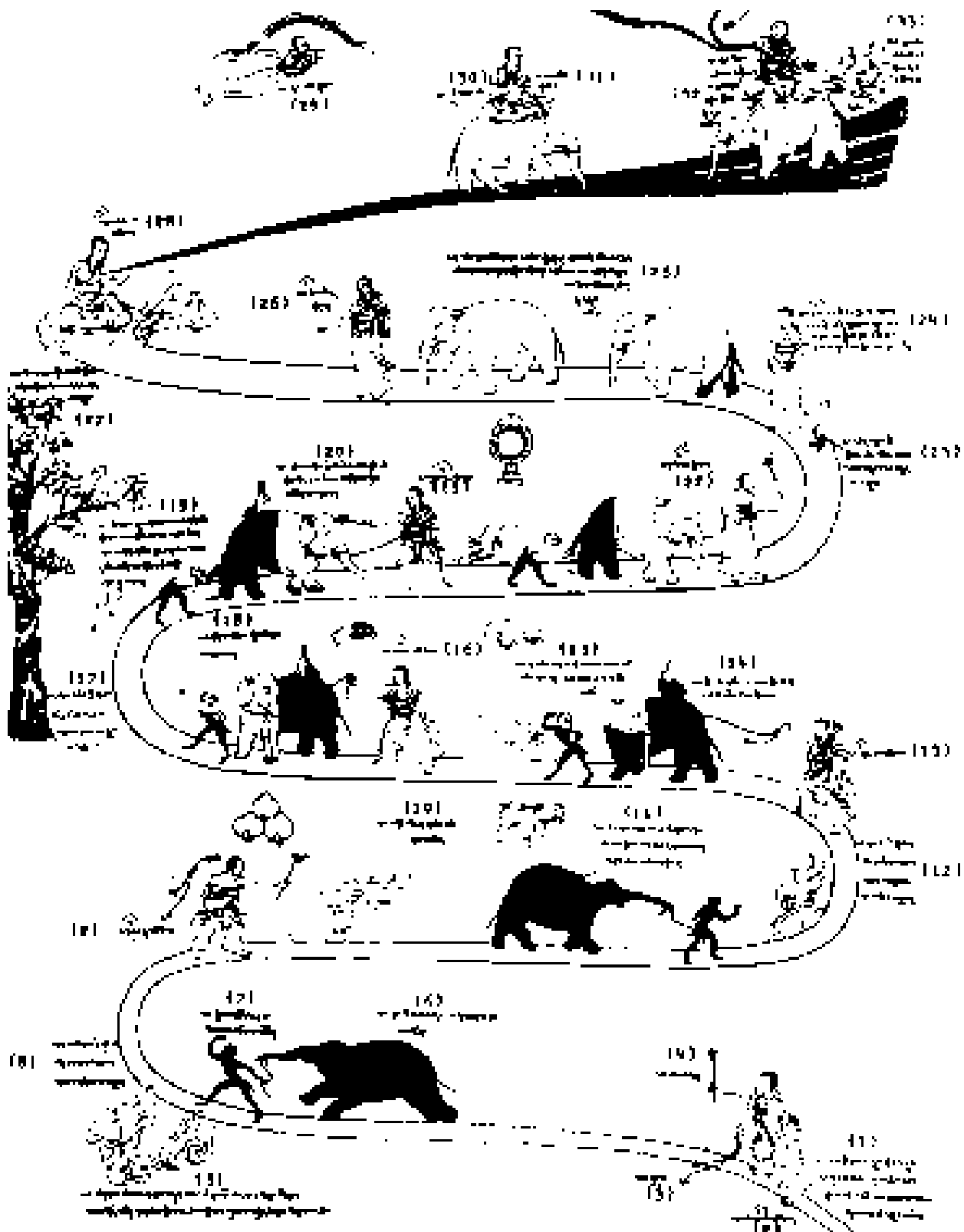
***ж) Проступки, препятствующие нравственности — помощи другим:***

35. Не помочь нуждающимся в помощи.
36. Не заботиться о больных.
37. Не облегчить страданий других.
38. Не указывать неблагоприятным правильных поступков.
39. Не помочь тому, кто помог тебе.
40. Не утешить горюющего.
41. Не оказать материальной помощи нуждающемуся.
42. Не помогать окружающим: [ученикам, друзьям и близким].
43. Не делать так, как хотят другие, [когда это не вредит ни тебе самому, ни другим].
44. Не хвалить обладающих достоинствами.
45. Не пресекать решительно<sup>147</sup> кем-нибудь творимое зло.
46. Не проявить имеющихся магических сил [ради прекращения злодеяний других].

## Приложение 3

Подписи к иллюстрации  
*«Ум на стезе безмятежности»*





- 1 Шесть изгибов дороги означают шесть сил, из которых первая — сила слушания. Опираясь на нее, осуществляют первую степень сосредоточения.
- 2 Закрепление мысли (I степень сосредоточения).
- 3 Внимательность.
- 4 Бдительность.
- 5 Отсюда до седьмой степени сосредоточения [изображаемые] языки пламени, [их] отсутствие или наличие и разная величина [указывают] на [наличие или отсутствие] и разную величину силы старания [сохранить] внимательность и бдительность.
- 6 Слон символизирует ум, а [его] черный цвет — *расплывание* [мысли].
- 7 Обезьяна символизирует отвлечение, а [ее] черный цвет — *возбужденность*.
- 8 Сила вникания. Она осуществляет вторую степень сосредоточения.
- 9 Продолженное закрепление (II степень сосредоточения).
- 10 Пять предметов услаждения чувств символизируют объекты *возбужденности*<sup>148</sup>.
- 11 [Слон и обезьяна] начинают с головы постепенно светлеть, что показывает увеличение ясности и устойчивости [мысли].
- 12 Сила внимательности. Она осуществляет третью и четвертую степени сосредоточения.
- 13 Поправляемое закрепление (III степень сосредоточения).
- 14 [Заяц символизирует] тонкое *расплывание* [мысли]. С этого [времени] уже различают грубое и тонкое *расплывание*.
- 15 То, что [животные] оглядываются назад, [указывает], что отвлечение мысли замечается и ее возвращают к закреплению на объекте.

- 16 Прочное закрепление (IV степень сосредоточения).
- 17 Сила бдительности. Она осуществляет пятую и шестую степени сосредоточения.
- 18 Прекращение прежней силы *возбужденности*.
- 19 Когда практикуешь *безмятежность*, то даже отвлечение мысли к благому является препятствием, поэтому должно быть прекращено; но в других случаях его не прекращают. Обезьяна срывает [с дерева] плоды обеих целей<sup>149</sup>.
- 20 Бдительность не позволяет мысли отвлечься и, придав ей бодрость, тянет к самадхи.
- 21 Обуздание [ума] (V степень сосредоточения).
- 22 Успокоение (VI степень сосредоточения).
- 23 Сила усердия. Она осуществляет седьмую и восьмую степени сосредоточения.
- 24 Полное успокоение (VII степень сосредоточения). В это время трудно возникнуть даже тонкому *расплыванию* и *возбужденности*. Но если они и возникают в малой мере, сразу же малым усилием и прекращаются.
- 25 Здесь слон уже избавлен от черноты, а обезьяна отсутствует. Это вхождение в непрерывное самадхи, когда, с применением вначале малейшей внимательности и бдительности, *расплывание*, *возбужденность* и отвлечение уже не способны препятствовать.
- 26 Однонаправленное сосредоточение (VIII степень сосредоточения).
- 27 Сила навыка. Она осуществляет девятую степень сосредоточения.
- 28 *Ровное сосредоточение* (IX степень).
- 29 Совершенная *податливость* тела.

- 30 Достигнутая *безмятежность*.
- 31 Совершенная *податливость* ума.
- 32 Сочетание *безмятежности* с *проникновением* в созерцании *пустоты* отсекает корень сансары.
- 33 [Языки пламени указывают] искание *воззрения* при помощи усиленной внимательности и бдительности.

## Примечания

<sup>1</sup> У А.Вэймана («Calming the Mind and Discerning the Real». P.82) тиб. rgyud ошибочно понято как «Tantras», из-за чего весь пассаж лишается смысла.

<sup>2</sup> Тиб.: don.

<sup>3</sup> См. соответствующие разделы тома 3.

<sup>4</sup> О смысле этих названий см. на с.11.

<sup>5</sup> О 12 разделах Слова Будды см. прим. 149 в т.1. С.364.

<sup>6</sup> Санскр.: ākāra; тиб.: sems-kyi rnam-ra. А. Вэйман отмечает, что комментарий Джнянагарбхи «Кевала» (197.4-2) объясняет «мысленные образы» как «ложные видимости» (тиб.: log-par snang-ba).

<sup>7</sup> Тиб.: spyod-yul.

<sup>8</sup> В скобках — интерполяция «Ба». Don sru'i обычно переводят как «мысленный образ», но, поскольку объект здесь смысловой, переведем этот термин как «представление». — *Прим. перев.*

- <sup>9</sup> Т.е. *пустоты* . — *Прим. перев.*
- <sup>10</sup> «Цепляние за реальное» — коренная ошибка нашего мышления, принимающего явления за сущность.
- <sup>11</sup> Тиб.: *bsdoms-pa*. Санскр.: *samvara*. А. Вэйман переводит как «*concise titles of the doctrines*» и в примечании говорит, что речь идет о сутрах (Р. 441). Однако «Ба» поясняет более понятно: «Здесь “редукция положений Дхармы” (тиб.: *chos-rnam ming-gi sdom-pa*) означает, что при созерцании объекта безмятежности следует редуцировать, сократить (тиб.: *bsdus-pa*) его смысл. Так, например, [при сосредоточении на положении] “всё обусловленное невечно” мысль фиксируется лишь на слове “невечно”.»
- <sup>12</sup> Тиб: *brjod-du med-pa*; санскр.: *nirabhilāpa*.
- <sup>13</sup> Тиб.: *dmigs-pa*; санскр.: *vastu*.
- <sup>14</sup> Санскр.: *artha*.
- <sup>15</sup> Тиб.: ‘*du-shes*.
- <sup>16</sup> Тиб.: *spros-pa*.
- <sup>17</sup> Тиб.: *yul*.
- <sup>18</sup> Тиб.: *ting-nge-‘dzin-gyi mtshan-ma*. Согласно толкованию «Ба», *mtshan-ma* («признаки») здесь следует понимать как *rgyu* («причины», «источники»), т.е. как объекты внимания. — *Прим. перев.*
- <sup>19</sup> Тиб.: *mkhas-pa*.
- <sup>20</sup> Дословно — «спокойное пребывание». — *Прим. перев.*
- <sup>21</sup> Тиб.: *dngos-po’i mtha’*. Подробнее см. с.37.
- <sup>22</sup> Тиб.: *dgos-pa yongs-su grub-pa*. Подробнее см. с.38
- <sup>23</sup> Букв.: «все большее *прозревание*».
- <sup>24</sup> Отсутствия индивидуальной самости и отсутствия самости явлений (дхарм). — *Прим. перев.*
- <sup>25</sup> Тиб.: *rigs*.

<sup>26</sup> Тиб.: lhag-mthong.

<sup>27</sup> О *ровном сосредоточении* см. ниже, на сс. 86, 95-96.

<sup>28</sup> Тиб.: de-nyid rig-ра: точнее, Знающий Истину, т.е. Будда. — *Прим. перев.*

<sup>29</sup> Удрака — тот аскет, у которого учился Гаутама, но вскоре оставил его, поскольку достигнутый им медитативный транс «ни сознания, ни несознания» не выводит из сансары. — *Прим. перев.*

<sup>30</sup> Согласно «Нга», и *безмятежность*, и *проникновение* могут иметь в качестве объекта относительную или абсолютную истину. — *Прим. перев.*

<sup>31</sup> Тиб.: yid-‘gyur-ba’i myong-ba.

<sup>32</sup> А именно — аналитическое исследование. — *Прим. перев.*

<sup>33</sup> «Украшение сутр», 16.14.

<sup>34</sup> Камалашилы, которые рассматриваются и как три части одного трактата и как отдельные произведения.

<sup>35</sup> Имеются в виду четыре вида разбора исследуемых предметов. Они уже упоминались. — *Прим. перев.*

<sup>36</sup> См. Приложение 2.

<sup>37</sup> Вопрос о тринадцати предварительных этапах *безмятежности* подробно рассматривается в упоминавшемся исследовании А. Вэймана (Calming the mind... P.31-38). Из этих 13 условий одно является главным, а 12 — дополнительными. Приведем краткое изложение этих условий, разъясняемых в «Уровнях шравак», на основе английского перевода А. Вэймана.

Вот перечень этих условий:

1 yoniśo manaskāra — «нужная установка»,

2 ātmasampat — «субъективные блага»,

3 parasampat — «объективные блага»,

4 kuśalo dharmacchandaḥ — «благой энтузиазм к Дхарме»,

б pravrajyā — «продвижение»,

- 5 śīlasaṃvara — «нравственный самоконтроль»,
- 7 indriyasaṃvara — «контроль за органами чувств»,
- 8 bhojane mātrajñatā — «умеренность в еде»,
- 9 jāgarikānuṃyoga — «бодренность»,
- 10 saṃprajñānadviḥāritā — «самонаблюдение»,
- 11 prāvivekyā — «одиночество»,
- 12 nivaraṇa-viśuddhi — «устранение преткновений»,
- 13 samādhi-saṃniśraya — «правильное самадхи».

Первое, главное из этих условий — правильная установка, внедренная в сознание благодаря наставлению тех, кто живет в Дхарме.

Второе и третье подробно излагались Чже Цонкапой в томе 1 (С.132-134).

Четвертое подразумевает отречение.

Пятое — отход от жизни домохозяина и принятие начальных монашеских обетов.

Шестое — соблюдение обетов Пратимокши.

Седьмое — сдерживание органов чувств (к числу которых, как мы помним, относится и ум — воспринимающий дхармы) от того, чтобы воспринимаемое смогло захватить наше внимание.

Восьмое — прием пищи с единственной мыслью — поддержать здоровое функционирование тела, а не из стремления извлечь из еды удовольствие и т.п.

Девятое — подробно описано Чже Цонкапой в томе 1 (С.112-114).

Десятое — внимательное осознание всего, что делаешь, — при стоянии, сидении и т.д.

Одиннадцатое — отшельничество.

Двенадцатое — борьба с *пятью преткновениями*, подробно описывается в этом томе.

Тринадцатое — последовательное прохождение уровней четырех Дхьян.

<sup>38</sup> См.: Том 1. С.90-91.

<sup>39</sup> Они представлены соответственно в первом и втором томах данного сочинения.



<sup>40</sup> Как сообщил Александр Берзин в письме редактору, поза Вайрочаны, согласно утверждению Чже Цонкапы в его Rim-linga gsal-sgron, стр. 162А3-6, связь стандартной созерцательной позы со скрещенными ногами (именуемой «поза ваджры») с именем Будды Вайрочаны, берет начало в тексте Vajramala, комментарии на коренную тантру Гухьясамаджи и упоминается Камалашилой в «Ступенях созерцания». В системе Гухьясамаджи Вайрочана связан с очищением *совокупности формы* (санскр.: рупа-скандха), поэтому поза Вайрочаны ассоциируется с очищением рупа-скандхи и, соответственно, тела.

<sup>41</sup> Обычно тибетские учителя объясняют, что смотрят глаза не на сам кончик носа, а по линии, проходящей от глаз через кончик носа.

<sup>42</sup> «Ба» приводит пример неразрешенных высоких сидений. Это высокие сидения, плетенные из ремешков ('breng ba'i dra khri), содержащие плетение из конопляных [веревки] (so ma'i dra ba can) и т.д.

<sup>43</sup> Тиб.: nyes pa lnga. Подробнее см. ниже, с.87.

<sup>44</sup> Согласно «Нга», это другое имя Шаравы. — *Прим. перев.*

<sup>45</sup> Как будет объяснено далее (см. с.89), пятерка превращается в шестерку, если *расплывание* и *возбужденность* рассматривать как два преткновения, а не одно.

<sup>46</sup> Как показал А. Вэйман (Указ. соч. Р.442. Прим. 24), имеется в виду работа Арья Асанги «Йогачарья-бхуми».

<sup>47</sup> Тиб.: spyad pa rnam par sbyong ba'i dmigs pa. В «Интерполированном комментарии» dpyad pa стоит вместо spyad pa. Это ошибка, которая повторяется и в словаре Тсерак Rigzin, где эти объекты определены как «объект для развития аналитической мысли». Неправильность этого определения очевидна из дальнейшего текста «Интерполированного комментария» (24а), где эти объекты определяются следующим образом: «объекты, очищающие от преобладающей склонности к страстной привязанности и прочему» ('dod chags sogs la shas cher spyad pa rnam par sbyong ba'i dmigs pa). — *Прим. перев.*

- <sup>48</sup> Тиб.: mkhas-ра.
- <sup>49</sup> Тиб.: dmigs-ра'i dmigs-ра.
- <sup>50</sup> Тиб.: dngos-min-ра.
- <sup>51</sup> Тиб.: dmigs-bya yul.
- <sup>52</sup> Список см.: «Уровни шравак», 2.
- <sup>53</sup> Подробнее см. «Собрание практик», гл.14.
- <sup>54</sup> Подробнее о скандхах, аятанах, дхату см., напр.: Розенберг О.О. Проблемы буддийской философии. Петроград, 1918.
- <sup>55</sup> Подробнее см. АКБ. 1.16 и далее.
- <sup>56</sup> Т.е. до третьего уровня Бесформной сферы. См.: Том 1. С.366. — *Прим. перев.*
- <sup>57</sup> Подробнее см.: Т.2. С.114.
- <sup>58</sup> См.: Том 1. С.364.
- <sup>59</sup> Санскр.: nimna, pravaṇa, prāgbhāra. Тиб.: gzhol-ba, 'bab-ра, bab-ра. Подробнее (как сообщает А. Вэйман — Указ. соч. С.444. Прим. 40) этот процесс «погружения» рассматривается в «Сутре истолкования замысла», гл.8, раздел 13.
- <sup>60</sup> «Т.д.» здесь означает аятаны и дхату.
- <sup>61</sup> Тиб.: 'dus-byas.
- <sup>62</sup> Тиб.: dmigs-rten.
- <sup>63</sup> Тиб.: shes-bya.
- <sup>64</sup> Тиб.: rnam-rtog.
- <sup>65</sup> Эти пять склонностей перечислены чуть выше, в цитате из «Уровней шравак».
- <sup>66</sup> Samādhisambhāraparivarta, Derge Kagyur, Dbu-ma, Vol. Ki. F.90a-3 ff.
- <sup>67</sup> Такого рода созерцание относится к колеснице Мантры.
- <sup>68</sup> Изображение и описание кхатванги и прочих символов см. в работе: Терентьев А. Унификация музейного описания

буддийских изображений // Использование музейных коллекций в критике буддизма. Ленинград, 1981.

<sup>69</sup> Эта цитата приводилась в томе 1 данной работы (С.236).

<sup>70</sup> Их перечень см. в томе 1 (С.374-377).

<sup>71</sup> Санскр.: samāhita. Тиб.: mnyam-bzhag.

<sup>72</sup> Т.е. не только в Тантре. — *Прим. перев.*

<sup>73</sup> Ешей-де, один из знаменитых тибетских лоцав раннего периода, перевел, в частности, и все сочинение Арья Асанги «Ступени йоги».

<sup>74</sup> Есть шесть видов сознания: пять специфических сознаний, связанных с органами чувств, и сознание ума.

<sup>75</sup> Тиб.: don-spyi. Здесь перевожу don-spyi так, как Бачелор (в кн. Geshe Rabten. The Mind and its Functions): mental image. — *Прим. перев.*

<sup>76</sup> См.: Том 3. Прим. 103.

<sup>77</sup> Т.е. первая четверка альтернатив:  
*трудно-ясно-устойчиво, трудно-ясно-неустойчиво,*  
*трудно-смутно-устойчиво, трудно-смутно-неустойчиво;*  
и вторая четверка альтернатив:  
*легко-ясно-устойчиво, легко-ясно-неустойчиво, легко-смутно-устойчиво, легко-смутно-неустойчиво.*

Однако степень трудности, ясности и т.д. у разных индивидов разная, поэтому характер «отражения» и не определен. — *Прим. перев.*

<sup>78</sup> Т.е. святых бодхисаттв Восьмого Уровня и выше. — *Прим. перев.*

<sup>79</sup> Все Четыре Дхьяны — это формные уровни, Сфера форм. Подробнее см.: Том 1. С.367. — *Прим. перев.*

<sup>80</sup> Дословно: «съеживается», «свертывается» (zhum-ra). — *Прим. перев.*

<sup>81</sup> Эти строки, очень похожие на вышеприведенную цитату из того же сочинения, тем не менее, отличаются по модальности: первая отражает «крайние» позиции, вторая указывает на поиск середины. — *Прим. перев.*

<sup>82</sup> В скобках — комментарий «Нга», кроме слов «о Дхарме», внесенных переводчиком.

<sup>83</sup> Т.е. объект созерцания. — *Прим. перев.*

<sup>84</sup> «Часок» (chu-tshod) = 24 мин. По словарю Ловсан Дондуба, «стража» (mel-tshe или большой «период», тиб.: thun) = 6 часов. «Нга» придает выражению mel-tshe смысл «остерегаться» и толкует так: «...столько [времени], сколько способны остерегаться [расплывания и возбужденности]». — *Прим. перев.*

А.Вэйман поясняет в этом месте, что 24-минутный период (половина «мухурты» — 1/30 части суток) в Индии была стандартной мерой времени пересыпания песка в песочных часах из одной половины часов в другую (Указ. соч. С.447. Прим. 80).

<sup>85</sup> Их перечень см., напр., в книге: Geshe Rabten. The Mind and its Functions. P.82-90.

<sup>86</sup> Тиб.: yi-shi-ba'i zhum-ra. (В тексте опечатка: mi-shi-ba, исправленная по ряду других изданий.) Слова yi-shi-ba нет ни в одном словаре. Но думаю, что это эквивалент yi-chad. Shi-ba здесь не означает «смерть», как полагает А. Вэйман (Указ. соч. С.127); это образное обозначение «упадка» (тиб.: chad-ra). — *Прим. перев.*

<sup>87</sup> Т.е. Тибета. — *Прим. перев.*

<sup>88</sup> Тиб.: rmugs-ra.

<sup>89</sup> Тиб.: gyeng-ba.

<sup>90</sup> Тиб.: rnam gyeng.

<sup>91</sup> Тиб.: sems-ra.

<sup>92</sup> Подробнее см. т.1.

<sup>93</sup> Тиб.: mun-ra rnam-par can.

- 94 РТТ. Vol.109. P.273.
- 95 «Ба» поясняет, что здесь имеется в виду не собственно лень, а расслабленность установки удержания объекта. — *Прим. перев.*
- 96 Т.е. усердие, мысль и анализ. — *Прим. перев.*
- 97 В томе 1. С.101-115.
- 98 Т.е. сознательность действий, разумное питание, усердствование в йоге во время бодрствования и правильный способ сна. — *Прим. перев.*
- 99 Санскр.: uprekṣā; тиб.: btang-snyoms.
- 100 «Четыре безмерных» — это безграничные любовь, сострадание, сорадование и равностность. См. также: Том 1. С.380.
- 101 Пояснения в скобках дает «Ба». — *Прим. перев.*
- 102 Тиб.: mtshan-nyid т.е. Парамитаяне. — *Прим. перев.*
- 103 «Короче [говоря], стремление как первая из четырех «ног» магических сил», — поясняет «Ба». — *Прим. перев.*
- 104 Т.е. об остальных трех «ногах» магических сил. — *Прим. перев.*
- 105 Т.е. девятой степени.
- 106 Тиб.: rgyud-gcig-tu byed-pa.
- 107 Тиб.: mnyam-par-‘jog tshul.
- 108 Об этапах порождения и завершения в тантре подробнее см.: Далай-лама. Мир тибетского буддизма. СПб.: Нартанг, 1996. Также см. т.1 данного сочинения (С.352).
- 109 Девять уровней — это Сфера желаний, Четыре Дхьяны и Четыре бесформных уровня. В словах автора, по-видимому, подразумевается, что существо, родившееся в Сфере форм или бесформной, до своего действительного уровня медитативного транса доходит постепенно. — *Прим. перев.*
- 110 Согласно словарю Ловсан Дондуба, *неутомимость* (буквально «не-сожаление»; тиб.: ‘gyod-pa med-pa) здесь означает отсутствие усталости тела и ума. — *Прим. перев.*

<sup>111</sup> У А. Вэймана ошибочно: «single area of craving mind» (Указ. соч. С.150). В действительности, здесь говорится о девятой степени сосредоточения.

<sup>112</sup> Тиб.: lci-be.

<sup>113</sup> Т.е. Сферы форм и бесформной. — *Прим. перев.*

<sup>114</sup> Тиб.: zhi-rags-kyi rnam-par-can . Здесь речь идет о путях мирского проникновения, ведущих к Сфере желаний и к Высшим сферам Круговорота (см. выше, С.118-119, 125), и о путях немирского проникновения, объясняемых далее. — См. С.128.

<sup>115</sup> Пять загрязнений ума (см.: Т.1. С.365) — это, помимо привязанности к чувственным удовольствиям, недоброжелательство, вялость-сонливость, возбужденность и сожаление (что приходится медитировать), сомнение.

<sup>116</sup> То есть Майтреи.

<sup>117</sup> То есть святые индуизма.

<sup>118</sup> См.: Том 1. С.366. «Несуществование» подразумевает отсутствие объектов, но не бытия субъекта.

<sup>119</sup> То есть состояния Будды.

<sup>120</sup> Недискурсивное созерцание *пустоты* практикуется на стезе *проникновения*, точнее — сочетания *безмятежности с проникновением*, а не на стезе обычной *безмятежности*. Подробнее см. том 5 этого сочинения. — *Прим. перев.*

<sup>121</sup> Подробнее см.: Том 2. С.114.

<sup>122</sup> Т.е. пратьекабудда, уподобляемый в буддийских текстах носорогу. — *Прим. перев.*

<sup>123</sup> Т.е., по мнению Васубандху, они, находясь на стадии снаряжения, накапливают заслуги. — *Прим. перев.*

<sup>124</sup> Третий уровень Сферы бесформного; подробнее см.: Т.1. С.366.

<sup>125</sup> Дословно — «Вот-вот архаты» (sig-car-ba'i dgra-bcom-ra), т.е. *невозвращающиеся* (санскр.: анагамин). — *Прим. перев.*

<sup>126</sup> То есть Ступеней зарождения и завершения Ваджраяны.

<sup>127</sup> То есть за исключением «Уровней шравак». — *Прим. перев.*

<sup>128</sup> Т.е. «Антологии» Асанги и «Сокровищницы» Васубандху соответственно. — *Прим. перев.*

<sup>129</sup> То есть мирского и немирского *проникновения*.

<sup>130</sup> Согласно Ловсан Дондубу, созерцание шести предметов (gzhi drug) — это тщательное искание сущности (don), вещи (dngos-po), характеристики (mtshan-nyid), направления (phyogs), времени (dus) и логического довода (rigs-pa). Такое созерцание относится к *проникновению*. — *Прим. перев.*

<sup>131</sup> Т.е. установка, проистекающая из *поглощенности*, и различающее познание характеристик — первые две из шести вышеупомянутых установок. — *Прим. перев.*

<sup>132</sup> Т.е. высшего уровня Бесформной сферы, называемого «ни сознательным, ни бессознательным». Подробнее об этом см.: Т.1. С.366.

<sup>133</sup> Согласно «Уровням шравак», пять сверхъестественных способностей — это магическая сила, способность помнить прошлые жизни, яснослышание, знание рождения и смерти, телепатия (А. Вэйман. Указ. соч. С.38). То есть здесь отсутствует еще последняя способность из стандартного списка «шести сверхъестественных способностей» (см.: Т.2. С.187, прим.103) — «познание прекращения загрязнений».

<sup>134</sup> Чже Цонкапа предлагал читать ее для воспитания любви. См.: Том 3. С.46-47.

<sup>135</sup> См.: Т.1. С.377.

<sup>136</sup> Подробное объяснение десяти ступеней бодхисаттв содержится в трактате Майтреи «Абхисамая-аламкара», русский перевод которого подготавливается к публикации нашим издательством.

<sup>137</sup> Все 10 видов дурных деяний подробно рассматривались в Т.1 (С.279-295).

<sup>138</sup> См.: Там же.

<sup>139</sup> Список см. в томе 1 (С. 374-377).

<sup>140</sup> То есть прошлое, настоящее и будущее.

<sup>141</sup> См.: Т.1. С. 130-132.

<sup>142</sup> Ср. также «Шестиразовая йога» // Журнал «Буддизм России» №25.

<sup>143</sup> См.: Т.3. С. 368.

<sup>144</sup> См.: Т.1. С. 330-333.

<sup>145</sup> То есть пристрастия к дурным занятиям и малодушия. См.: Т.3. С.257-258.

<sup>146</sup> См.: Том 2. С.127 и далее.

<sup>147</sup> При нужде применяя насилие.

<sup>148</sup> Плоды символизируют вкус, шелковая лента — осязаемое, раковина с благовонием — запах, музыкальные тарелочки — звук и зеркало — форму. — *Прим. перев.*

<sup>149</sup> Т.е. прекращение отвлечения при практике *безмятежности* и радостное влечение мысли к благому в повседневной жизни. — *Прим. перев.*



# Индексы



## Указатель-гlossарий к томам 3, 4

- абсолютное** *don-dam* XXII, 115, 121, 122, 128, 295, 304, 326
- абхидхарма** (санскр.) *chos-mngon* 336; IV.126, 133
- ад** *dmu'al-ba* 64, 66, 67, 96, 159, 173, 222, 223, 234, 239, 240, 252, 262, 279, 333; IV.141
- анализ** *yong-su dpyod-pa; dpyod-pa* 115, 126, 128, 213, 218, 289, 298, 337; IV.X, XI, 8, 9, 11, 12, 16, 22-24, 39, 40, 75, 77, 82, 87, 94, 95, 117, 130, 175
- Анугтарайога** (санскр.) *bla-med rnal-'byor* IV.89, 98, 112, 124, 134
- архат** (санскр.) *dgra-bcom-pa* 30, 79, 83, 86, 90, 93, 158, 168, 259, 320, 324, 329; IV.124, 177 святой, полностью победивший свои клеши
- арья** (санскр.) *'phags-pa* 197, 209, 267, 291, 299, 305, 324, 328; IV.9, 32, 33, 63, 104, 112, 114, 121, 133, 171, 173 также см.: святой
- аскет(изм)** *brtul-zhugs* 207, 215, 319 также см.: подвижничество
- аспект** *phyogs, rnam-pa* 214, 226, 244, 247, 258, 268, 301, 306; IV.13, 16, 18, 40, 53, 82, 83, 110, 113, 120, 121, 122, 124, 125, 128  
16 аспектов [Четырех истин] *bden-pa'i rnam-pa* IV.114
- багин** (санскр.) *gtor-ma* 77, 32
- бдительность** *shes-bzhin* 62, 280, 281; IV.III, 7, 57, 59, 66, 67, 69, 72-76, 84, 89, 94-98, 101, 112, 115, 122, 164-166
- Безмерные, четыре** *tshad-med bzhi* 37, 74, 266, 321; IV.86, 175
- безмятежность** *zhi-gnas* 12, 116, 123, 143, 145, 244, 286, 288, 307, 316, 317, 321; IV.XI, XII, XIV, 1-7, 9-19, 21-26, 29, 30, 32, 33, 35-38, 40, 42, 43, 47-50, 52, 53, 56, 67, 69, 79, 82, 86, 87, 89, 94, 98, 100-104, 108-111,

- 113-120, 122-128, 130, 131, 133-136, 162, 165, 166, 168, 169, 176, 178  
санскр.: шаматха
- беспечность** *bag-med* 64, 313
- беспокойство** *ma-zhi-ba* IV.69, 108
- бессовестность** *ngo-tsha-med* 20
- бесстрастие** *'dod-chags dang bral-ba* IV.90
- бесстыдство** *khrel-med-pa* 20
- бессубстратность** *dmigs-med* IV.115, 117, 134
- благо** *dge-ba* XX-XXII, 3-5, 15, 23, 29, 30, 34, 35, 44, 46, 51, 53, 55-58, 62-68, 82, 85-87, 91, 92, 103, 111, 131, 141, 142, 144, 145, 161, 162, 164-166, 175, 178, 180, 183, 185, 187, 190, 192, 196-198, 200-202, 208, 212, 214, 225-228, 230-233, 239, 245, 249, 250, 252, 255, 260, 264, 266, 268, 287, 290, 292, 296, 297, 300, 303-305, 307, 309, 311, 312, 314; IV.3, 17, 18, 35, 38, 53, 70, 76, 77, 105, 150, 152, 159, 169 также см.: добро
- благоговение** *dad-pa* 20, 54, 245, 253; IV.4, 20, 31, 35, 79, 82
- благословение** *byin-rlabs* 228
- блаженство** *bde-ba* 43, 67, 91, 142, 231, 232, 250, 263, 264, 287, 288, 292, 293, 294; IV.7, 13, 22, 34, 35, 49, 55, 56, 98, 104, 108, 112, 114, 117
- блуждание [мысли]** *rnam-par gyeng-ba, gyeng-ba* 174; IV.80
- бог, божество** *lha* 14, 28, 46, 65, 76, 86, 131, 180, 198, 199, 206, 303, 312; IV.33, 49, 50, 54, 60, 74, 79, 122, 141 слово, имеющее два значения. Во-первых, это класс существ более высоких сфер бытия (ср. асура) и, во-вторых, — эпитет всех высших существ, например идамов
- бодхисаттва (санскр.)** *byang [-chub] sems [-dpa']* XI-XIV, 6, 9, 12-14, 20, 24, 26, 28, 29, 31, 35, 49, 51, 52, 55, 67, 75, 77-83, 85-90, 95, 96, 99, 102, 105, 108, 110, 118, 119, 129, 133, 136-139, 142, 147, 157, 162-164, 166, 168, 170, 173, 178, 179, 184-186, 188, 189, 192, 193, 199-202, 204, 209, 215, 218, 234, 245-247, 252, 253, 259, 261-265, 269, 273, 275, 276, 281-283, 286, 288, 289, 291-294, 296, 303, 306, 307, 314-317, 319, 321, 326, 330, 332; IV.X, 3, 4, 6-8, 15, 20, 28, 51, 56, 102, 103, 120, 121, 136, 143, 144, 152, 155, 158 173, 178 тот, кто из сострадания ко всем существам устремился стать Буддой для того, чтобы спасти их, и соблюдает обеты б. Также см.: сын (Победителей, семьи)
- великие (великосущные) б. *byang-chub sems-dpa' sems-dpa' chen-po* 10, 79, 116, 117 бодхисаттвы-махасаттвы (санскр.)
- уровни б. *byang-chub-kyi sa* 79, 121-123, 175, 182, 184, 188, 192, 200, 201, 206, 251, 286, 289, 307, 324, 325, 330, 333, 334
- предреченный б. 212
- бодхичитта (санскр.)** *byang-chub sems* XI, 88, 100, 193, 264, 319, 321, 322, 323; IV.22, 157 также см.: Устремленность к Пробуждению
- относительная и абсолютная б. 115, 326
- болезнь** *nad* 86, 214, 224, 243, 262; IV.19

- больной** *nad-pa* 292
- Будда** (*санскр.*) *sangs-rgyas* XI-XIV, 3, 9-11, 20-24, 29-31, 35, 39, 45, 46, 51, 54-57, 62, 63, 65, 66, 78-83, 85, 87-89, 90, 91, 97, 101, 110, 114-116, 118, 121-123, 128, 131, 142, 149, 154, 158, 164, 168, 175, 182, 184, 185, 195-197, 199, 207, 208, 213, 225, 228, 232, 245, 250, 254, 259-261, 263, 265, 266, 268, 273, 277, 280, 284, 295, 297, 300-302, 305, 310, 311, 315, 319, 320, 322-325, 327, 328, 331, 337; IV.6, 15, 31, 41, 49-53, 72, 77, 79, 140-143, 145-150, 152-154, 156, 157, 167, 169, 171, 176, 178      букв. «пробудившийся» — архат, полностью устранивший все завесы всеведения и достигший высшего совершенства на благо всех живых существ
- будда-для-себя *rang-sangs-rgyas* 90, 324
- буддист** *nan-pa* IV.IX, XI, 113, 120-123, 129, 133, 134, 135
- Буддовость, Буддство** *sangs-rgyas-kyi go-'phang* 11, 21-23, 27, 30, 34, 35, 65, 82, 108, 113, 114, 118, 122, 125, 130, 252, 254, 258, 260, 265, 266, 315      также см.: состояние Будды
- Бхагаван** (*санскр.*) *bcom-ldan-'das* 30, 31, 80, 117, 119, 120, 140, 161, 172, 202, 210, 260, 277, 323, 324; IV.6, 11, 37, 102      букв. «Блаженный» — эпитет Будды. Также см.: Победоносный
- бытие как оно есть** *yin lugs* IV.13, 14, 16, 43, 115
- Ваджраяна** (*санскр.*) *rdo-rje'i theg-pa* XII, XV, 134, 328; IV.135, 177      также см.: Мантра(яна), Тантра(яна)
- вверение, вверяться** *bsten-pa* 298, 299
- вера** *dad-pa; mos-pa* XX, XXI, 10, 21, 22, 29, 52, 54, 78, 116, 164, 179, 191, 207, 209, 216, 245, 246, 253, 268, 291, 304, 310, 311, 330, 332, 334, 337; IV.18, 51, 87, 89, 159
- ветры** *lung* 14, 68, 123, 197, 265, 332, 336; IV.XI, 13, 14, 15, 16, 39, 107, 108, 111, 112
- вещь** *dngos-po* XVII-XX, 41, 90, 126, 130, 144-146, 157-159, 162-166, 168-170, 175, 177, 178, 183-188, 190, 191, 227, 228, 234, 243, 250, 291, 309, 323, 331; IV.7, 28, 69, 102, 159, 177
- визуализация существующего [изображения]** *rang-bzhin-gyis bzhugs-pa gsal-'debs-pa* IV.51
- Виная** (*санскр.*) *'dul-ba* 137, 281, 335; IV.159      также см.: Дисциплина
- влечение** *mngon-par zhen-pa* 256, 334; IV.5, 11, 43, 69, 112, 129, 178
- внимание** *yid-la byed-pa, sems-kyi 'phangs, shes-pa 'phangs, rig-pa'i gzengs* 80, 83, 201, 223, 236, 239, 280; IV.XIV, 7, 10, 30, 32, 47, 49, 53, 57, 60, 63, 65, 72, 79, 91, 99, 100, 102, 103, 109, 116, 117, 142, 145, 157, 168, 170
- внимательность** *dran-pa* 62, 279, 280, 281, 282, 283; IV.7, 57-60, 63-67, 73-76, 89, 92, 94-98, 101, 104, 112, 115, 122, 164, 165, 166      также см.: памятование

- возбужденность** *rgod-pa* 121; IV.XIII, 16, 51, 56, 59-64, 66-70, 72-77, 80-89, 95-99, 101, 147, 148, 160, 164, 165, 171, 174
- воздержание** *sdom-sems, 'gog-pa* 146, 167, 195, 200, 201, 202, 203, 212; IV.18, 88, 90
- воззрение** *lta-ba* 12, 116, 124, 127, 128, 188, 195, 211, 212, 215, 296-298, 301, 313, 327, 328; IV.13-15, 21, 22, 43, 113-115, 118, 120, 129, 131, 133, 166
- воля** *'du-byed, sems-pa* XIX, 44, 51, 217-219, 221, 223; IV.14, 76, 77, 84-89, 93, 94, 102, 159
- воплощение** *sprul-pa'i rnam-rol* 6, 335
- воспитание** *sbyong-ba* XII, XIII, XV, XXII, 12, 18, 27, 36, 52, 54, 57, 59, 81, 136, 255, 283; IV.17, 22, 178
- восприятие** *'du-shes; rtogs-pa; longs-spyod* 99, 305, 337; IV.4, 48, 52
- враг** *dgra* XX, 32, 33, 37, 38, 41, 47, 48, 58, 59, 62, 170, 173, 186, 206, 207, 214, 219, 224, 232-234, 278, 279, 283, 311, 323; IV.27, 31, 38, 146, 151
- врач** *sman-pa* 218, 262
- всеведение** *thams-cad mkhyen-pa; kun-shes* 6, 9, 29, 35, 55, 90, 123, 125, 130, 167, 305, 319, 324, 336, 337, 338; IV.113, 125, 128, 145
- Вступивший в поток** *rgyun-du zhugs-pa* IV.124
- вывод, преувеличенный** *ha-cang thal-'gyur* IV.22
- высокомерие** *khengs-pa; rgyags-pa; dregs-pa* 237, 238 IV.19, 144
- вялость** *rmugs[-pa]* 250; IV.31, 61, 70, 71, 77, 79, 90, 93, 160  
 чрезмерная в. *shin-tu zhum-pa* 90
- Гаруда (санскр.)** *nam-mkha'-lding* 273 «царь-птица»
- глупость** *blun* 63, 119, 120, 298, 313; IV.144
- гнев** *khong-khro* 87, 97, 174, 195, 205-209, 212-215, 217-224, 228, 230, 231, 234, 332, 333; IV.143, 158, 159
- гордость, гордыня** *nga-rgyal* XXI, 51, 100, 127, 163, 172, 215, 271-275, 298, 330; IV.19, 44, 142, 158, 160
- грамматика** *sgra rig-pa* 289, 305, 322
- грех** *sdig-pa* 15, 41, 89, 90, 99, 129, 130, 159, 178, 181-183, 185, 195, 212, 215, 223, 230, 231, 247, 270, 279, 281, 328; IV.142, 143, 146, 147
- греходеяние** *mi-dge-ba* 237, 264; IV.141, 150, 153
- Далай-лама (тиб.-монг.)** 319; IV.175 духовный глава тибетского буддизма и светский глава тибетского государства
- дацан (тиб.)** *grva-tshang* 324 факультет крупного монастыря, состоящий из комплекса храмовых, жилых и учебных помещений. В Монголии и Бурятии это наименование употребляют по отношению к отдельным монастырям и храмам
- даяние** *sbyin-pa* XII, XIV, XVII, XVIII, 14, 56, 64, 65, 82, 83, 91, 110, 115, 118, 119-121, 123-126, 128, 139, 142, 143, 145-148, 150, 156-158, 160-163, 166-193, 203, 208, 209, 212, 214, 247, 251, 262, 263, 284, 287, 290-292, 296, 297, 306-310, 314, 328, 329, 338; IV.29, 113, 158

- дверь** *sgo* XIII, 6-8, 10, 50, 122, 130, 202, 249, 269, 288  
 три д. Освобождения 296, 337  
 дверь самадхи *ting-nge-'dzin-gyi sgo* IV.47, 90
- действие** *byed-las* XIV, XIX, 67, 68, 87, 89, 94, 98, 100, 196, 204, 212, 216, 218, 221, 238, 279, 280, 308, 310, 314, 325, 331, 333, 337; IV.30, 69, 76, 77, 147, 159, 175
- дети** *byis-pa* 9-11, 13, 122, 159, 161, 175, 181, 185, 187, 220, 222, 227, 275; IV.4, 20
- деяние** *las* XIII, XIV, 94-96, 98, 99, 127, 130, 136, 141, 148, 157, 162, 175, 195, 209, 211, 222, 237, 253, 254, 268; IV.36, 136, 143, 146, 147, 178  
 также см.: действие, карма  
 д. бодхисаттвы 6, 9, 10, 12, 14, 24, 28, 29, 56, 65-67, 85, 88, 91, 93, 103, 104, 107-110, 115, 116, 120, 121, 123, 124, 126, 128, 140, 142, 153, 193, 195, 203, 218, 234, 247, 259, 261, 267, 269, 283, 285, 288, 296, 306, 315-318, 327  
 десять неблагих д. *mi-dge-ba las* 197, 202, 203, 331  
 деяния-плода закон *las-'bras* 280
- джатака (санскр.)** *skyes-rabs* 159, 214, 224, 266, 329, 333
- Дисциплина** *'dul-ba* IV.19, 157, 158 также см.: Виная
- добро** *dge-ba* XV, 4, 27, 37, 38, 40, 41, 43, 44, 51, 64, 142, 160, 170, 182, 213, 220, 266, 297; IV.152 также см.: благо, добродетель  
 добродетель *dge-ba* XVIII, 14, 15, 24, 31, 63, 83, 99, 102, 105, 116, 120, 125, 129, 146, 157, 161-163, 167, 178, 188, 193, 200, 201, 207, 209-212, 249, 250, 270, 279, 283, 284, 288, 309, 311, 313, 326, 331; IV.120, 121, 142, 147, 150, 154 также см.: благо, добро
- довольствование [скудным]** *chog-shes-pa* IV.XII, 27
- достоинство** *yon-tan* XII, XIX, XX, 3, 6, 8-11, 13, 21-23, 29, 45, 54, 55, 59, 75, 78, 94, 98, 99, 121-123, 127, 128, 141, 164, 170-173, 197, 208, 227, 228, 237, 238, 245, 250, 251, 258, 260, 265-267, 269, 277, 280, 287, 290-297, 301, 307, 315, 325, 337; IV.3, 4, 26, 35, 36, 50, 51, 56, 77, 78, 90, 92, 112, 130, 140, 145, 148, 149, 154, 160, 161
- драгоценность** *nor-bu* 13, 14, 80, 91, 92, 162, 168, 245, 257, 307, 320  
 Драгоценности три *dkon-mchog gsum* 77, 178, 243; IV.78, 156, 157, 158
- друг** *grogs-po* 13, 37, 38, 44, 47, 48, 75, 77, 79, 173, 176, 177, 210, 213, 214, 219, 226, 234, 293, 298, 301, 304, 331, 332; IV.27, 38, 135, 142, 147, 160, 161
- Друг (Благой, Духовный)** (*dge-ba'i*) *bshes-gnyen* 23, 24, 68, 81, 89, 94, 127, 171, 282, 303, 304 — Учитель Махаяны
- дух** *sems; don* 46, 76, 116, 119, 239-242, 254, 265, 269, 273, 274, 275, 276; IV.4, 70, 123, 146, 160  
 д. злой *gdon; bdud* 77, 218, 226
- душа** [*sems-/rgyud*] 13, 28, 39, 41, 48, 88, 97, 160, 164, 165, 179, 195, 205, 214, 254, 263, 264, 278-281, 288, 293; IV.4, 46, 48, 110, 112, 126 (санскр.: читта; самтана) Используя слово «душа» для перевода этого термина мы

- не подразумевали христианского или индуистского образа «постоянной» души. Душа здесь — синоним более строгого термина «психика». Также см.: ум.
- дхарани** (санскр.) *gzungs* 159, 321; IV.145 краткий ритуальный текст Мантраяны, обладающий значительной силой воздействия. Иногда это может быть просто развернутая мантра, иногда — целое повествование
- дхарма** (санскр.) *chos* 31, 289, 326, 327; IV.9, 10, 25, 29, 38, 39, 41, 64, 159, 168, 170 явление, элемент бытия
- Дхарма (санскр.) *chos* XVII, XX, 12, 13, 20, 21, 24, 79, 80, 87, 90, 91, 95, 97, 103, 116, 122, 129, 144, 168, 169, 172, 175, 178, 180, 182, 183, 189, 205, 210, 215, 216, 219, 223-225, 243-246, 257, 258, 261, 273, 279, 296, 300-304, 309-314, 316, 332, 335, 337; IV.4, 7, 8, 10, 28, 65, 79, 104, 120, 140, 144, 150, 153, 156, 158, 168, 169, 170, 174
- Дхармакая** (санскр.) *chos-kyi sku* XII, 22, 127, 131
- дхату** (санскр.) *kham*s IV.38, 39, 41, 46, 53, 172
- Дхьяна** (санскр.) *bsam-gtan* 67; IV.XI, 56, 109, 121, 123, 124, 125, 127, 128, 129, 130, 132, 133, 170, 173, 175; IV.24, 25, 55, 56, 103, 113, 123, 125
- дыхание** *dbugs 'byung rngub* 28; IV.31, 38, 39, 48, 49
- единомышленник** *lta-ba mtshungs-pa'i grogs* IV.27
- жажда** *sred-pa* 4, 88, 90, 190, 200, 275  
ж. чувственных удовольствий *'dod-pa la 'dun-pa* IV.110, 143, 151, 160
- желание** *'dod-pa* XIII, 3, 21-24, 32-35, 38, 47, 50, 54, 55, 57, 62, 114, 131, 136-138, 145, 159, 161, 178, 185-187, 196, 217, 218, 229, 233, 234, 237, 239, 244, 245, 247, 265, 268, 274, 275, 297, 301, 302, 317, 320, 330, 337; IV.XII, 27-29, 34, 36, 40, 47, 51, 55, 93, 103-105, 115, 118, 127, 128, 130-132, 143, 175, 176
- жизнь** *srog; rnam-par thar-pa; gnas-pa; tshe; rten* XI, XII, XVI, 3, 24, 40, 65, 83, 85, 93, 96, 98, 100-102, 125, 140, 141, 159, 161, 163-165, 186, 187, 190, 192, 193, 201, 204, 206-208, 214, 222, 226, 227, 230-233, 243, 244, 247, 254, 257, 263, 268, 270, 273, 285, 287, 288, 290, 302, 305, 306, 312, 332, 337; IV.28, 35, 45, 46, 90, 120, 121, 141, 150, 151, 154, 170, 177, 178
- заблуждение** *gti-mug* 20, 82, 98, 225, 298, 311; IV.33, 44, 71, 72, 82, 98, 123, 132, 134, 140, 144, 148, 150
- забывчивость** *brjed-ngas* 87; IV.63, 67, 91, 98, 116
- завершение** *rdzogs-pa; mthar-phyin* 29, 142, 147, 212, 269, 317, 329, 337; IV.98, 112, 124, 134, 175, 177
- завеса** *sgrib-pa* 146, 167, 299, 337 санскр.: āvaraṇa
- зависимое происхождение** *rten [-cing] 'brel [-bar 'byung-ba]* 130; IV.44
- зависть** *phrag-dog; spa gong-ba* 21, 74, 87, 100, 228, 232, 330; IV.143
- загрязнение** *sgrib-pa* 280, 327; IV.110, 157, 176, 177
- закрепление** *'jog-pa* 280; IV.XII, XIII, XIV, 7, 10, 22, 34, 36, 43, 47, 51, 55, 57, 59, 60, 63, 64, 66, 68, 80-82, 88, 91, 92, 95, 97, 99, 105, 164, 165



- замысел [Будды]** *dgongs-pa* 13, 128, 140, 266, 295, 328, 331; **IV.10**, 96
- занятие** *sbyor-ba* XVI, XXI, 14, 29, 76, 168, 169, 235, 244, 256, 257, 258; **IV.XIII**, 17, 18, 27, 34, 55, 62, 66, 67, 68, 82, 86, 94, 105, 106, 131, 178
- заповедь** *bka'* 213, 331; **IV.59**
- запрет** *bkag; dgag-pa'i bslab-bya* 196, 202, 203, 279, 280; **IV.28**
- заслуги** *bsod-nams* XII, XVI, 13-15, 45, 46, 56, 69, 76, 77, 80, 82, 85-88, 92, 117, 125, 129-131, 158, 161, 163, 167, 168, 172, 175, 176, 178, 184, 189, 191, 192, 208, 209, 215, 223, 227, 264, 265, 276, 285, 291, 303, 307, 321; **IV.49**, 113, 147, 148, 151-154, 177
- защитники (Учения)** *srung-ma; chos-skyong* 88, 323; **IV.51**, 141  
также см.: хранители
- звено связующее** *spyi chings* **IV.6**, 39
- зло** *nyes-pa* XIX, 14, 37, 38, 41, 58, 89, 142-144, 146, 150, 160, 168, 170, 171, 181, 186, 187, 190-195, 203, 210, 216-222, 225, 226, 233, 282, 293, 297; **IV.18**, 45, 46, 62, 92, 95, 142, 143, 145-147, 161
- злодеяние *nyes-spyod* 125, 159, 180; **IV.142**, 145, 146, 147, 161
- злонамеренность *gnod-sems* 207, 210, 212, 214, 217, 221; **IV.160**
- злословие *phra-ma* 96, 230
- знак** *mtshan; rtags* 207; **IV.49**, 51, 109, 110, 148, 149
- знание** *ye-shes; mkhas-pa* 21, 50, 117, 183, 196, 260, 267, 279, 283, 294, 298, 300-303, 305, 311, 321, 322, 337; **IV.177**
- изъян** *skyon* 128, 291; **IV.16**, 17, 33, 60, 76, 84, 85, 93, 98, 116
- иллюзия** *sgyu-ma* 48, 159, 167, 263, 338; **IV.4**
- индивид** *gang-zag* 94, 126, 186, 197, 218, 222, 295; **IV.41**, 44, 45, 46, 47, 48, 54, 115, 120, 173 также см.: личность
- иноверцы** *mu-stegs-pa* 123, 182; **IV.15**, 31, 113, 120, 122, 123, 129, 133, 134, 135
- искоренение [клеш] вплоть до «семян»** *sa-bon rtsad-nas spong-ba* **IV.18**
- искусство** *sgyu-rtsal* 289, 296, 322
- исповедь** *bshags-pa* 78; **IV.49**, 139, 145, 154
- исполнение** *sbyor-ba; sgrub-pa* XIV, 22, 105, 127, 143, 144, 179, 183, 263, 267, 306; **IV.XIII**, XIV, 34, 91, 105
- исследование** *rnam-par 'byed-pa, dpyad-nas skyong-ba, dpyod-pa'i yid-la byed-pa* 280, 295, 298, 300; **IV.3**, 4, 8-10, 12, 18, 22, 25, 63, 90, 120, 129, 131, 132, 169
- истина** *bden-pa; ji-lta-ba* 49, 79, 115, 116, 117, 121, 259, 295, 304, 312, 324; **IV.16**, 24, 25, 38, 40, 47, 110, 120, 121, 128, 169 санскр.: satya; yathābhūtam  
две и. 128
- Источник** *gzhung* 50, 104, 131, 307; **IV.10**, 32-34, 66, 72, 75, 118, 134, 135
- источник самадхи *ting-nge-'dzin-gyi mtshan-ma* **IV.47**
- источник [страдания] *kun-'byung* 5, 58, 122, 202, 257, 274, 280, 290, 307; **IV.10**, 32, 33, 34, 47, 65, 66, 82, 83, 87, 88, 134, 145, 148, 149, 150, 168

- йога, йогин** (санскр.) *rnal-'byor; rnal-'byor-pa* 145, 230, 244, 316, 322, 336; **IV.XI**, 6, 15, 18, 26, 37, 44, 46, 50, 53, 98, 99, 109, 119, 120, 122, 124, 125, 129 **IX**, 27, 44, 46, 50, 54, 100, 112, 126, 175
- йогачара** (санскр.) *rnal-'byor spyod-pa* **IV.171** также см.: виджнянавада
- йоджана** (санскр.) *dpag-tshad* 210
- кальпа** (санскр.) *bskal-pa* 62, 89, 96, 119, 120, 123, 209, 212, 253, 262, 264, 269; **IV.140**, 144, 145, 149, 150, 152, 153 также см.: Эпоха
- карма** (санскр.), **кармический** *las* 159, 190, 195, 202, 213, 214, 222-224, 235, 249, 324, 334; **IV.17**, 39, 40, 84, 144, 146 также см.: деяние, действие
- качество** *chos* **XIV**, **XXI**, 12, 31, 49, 85, 95, 122, 131, 149, 154, 166, 175, 203, 241, 247, 251, 252, 254, 255, 267, 284, 287, 305, 307, 332; **IV.X**, 21, 69, 111
- клеша** (санскр.) *nyon-mongs* **XXI**, 3, 37, 43, 44, 54, 117, 121, 122, 125, 129, 130, 141, 142, 146, 161, 167, 175, 178, 183, 195, 198, 207, 210, 211, 217-220, 226, 234, 241, 250, 251, 262, 271-274, 278, 279, 281, 283, 291, 297, 299, 300, 324, 329, 330, 338; **IV.X**, **XI**, 17-19, 21, 37, 40, 42, 45-48, 53, 69, 70, 71, 77, 93, 95, 97, 105-107, 110, 112, 116, 118, 119, 122, 123, 126-132, 140, 142, 146-148, 150, 151, 157, 159 Клеши — это «яды», которые искажают, возмущают, «аффектируют», наш поток сознания. К числу таких «аффектантов» относятся прежде всего страсти: вожделение (страстная привязанность) и ненависть (отвращение), возникающие на основе ложного мировосприятия — заблуждения и неведения. Клеши вместе с кармой являются «корнем» сансары.
- Колесница** *theg-pa* 3, 5, 6, 8, 11, 12, 99, 130, 132, 147, 202, 263, 295, 303, 321; **IV.3**, 4, 6, 56, 89, 122, 123, 135, 156; **IV.20**, 32, 51, 157, 173 санскр.: уана
- комментарий (первичный)** *dgongs-'grel* **XI**, 69, 93-98, 301, 303, 321, 323, 325, 332; **IV.X**, 103, 134, 156, 167, 171, 174
- корзина** *snod* 149, 302 санскр.: pitaka
- Круговорот, Круговерть** *'khor-ba* 9, 38, 115, 144, 190, 226, 228, 239, 262, 263, 292, 320; **IV.X**, 123, 124, 149, 153, 176 также см.: сансара
- культивирование** *sgom; bsgom-pa* **XII**, **XV-XVII**, **XXII**, 22, 40, 41, 45, 48, 49, 53, 59, 67, 93, 98, 127, 145, 209, 215, 246, 247, 268, 285, 288; **IV.24**, 36, 83, 87, 106, 120, 126, 127, 129-131 также см.: созерцание, освоение
- лама** (тиб.) *bla-ma* **X** также см.: Учитель, гуру
- Ламрим** (тиб.) *lam-rim* **XII**, **XIII**; **IV.XII**
- лекарство** *sman* 5, 242, 262, 320; **IV.27**
- лень** *le-lo* **XXI**, 175, 251, 252, 256-258, 282, 283, 293, 294, 298, 334; **IV.34**, 82, 83, 87-90, 122, 160, 175
- личность** *rgyud; skyes-bu; gang-zag* **XII**, 93, 197, 321; **IV.3**, 7, 30, 39, 46, 120, 136 также см.: душа, поток [сознания], индивид

- высшая л. *skyes-bu chen-po* XI, XIII, 1, 6, 318  
 низшая л. *skyes-bu chung-ngu* 36, 80, 257  
 средняя л. *skyes-bu 'bring* 36, 48
- логика** *tshad-ma* 128, 161, 289, 296, 305  
**ложный** *log-pa* 51, 115, 126, 172, 211, 212, 215, 217, 260, 293, 297, 298, 300, 302  
**ложь** *rdzun-pa* 325
- лоцава (тиб.)** *lo-tsa-ba* 104, 326; IV.173 переводчик с санскрита на тибетский яз. Лоцавы создали тибетский буддийский канон, переведя его с индийских языков, и почитаются за это наравне со святыми.
- любовь** *gces-pa; byams-pa* 22, 27, 30, 32-34, 37, 39, 42, 43, 45-47, 50, 53, 54, 58, 64, 65, 67, 68, 74, 91, 97, 111, 171, 172, 176, 265, 272, 293, 330; IV.38, 175
- мадхьямика (санскр.)** *dbu-ma-pa* 14, 328, 337; IV.113
- мандала (санскр.)** *man-dal* 10, 79, 124, 131
- мантра (санскр.)** *sngags* 10, 78, 86, 149, 296, 307, 329; IV.17  
 Мантра (тайная, сокровенная), Мантраяна (санскр.) (*gsang-*)*sngags* (-*kyi theg-pa*) 8, 131, 301; IV.33, 50, 54, 89, 122, 173
- махакальпа (санскр.)** *bskal-pa chen-po* 252
- Махаяна (санскр.)** *theg-chen* XI, XIII-XV, 3, 5-8, 10-12, 21, 24, 27, 28, 50-52, 68, 69, 80, 88, 95, 118, 132, 134, 135, 144, 145, 147, 253, 258, 266, 269, 285, 320, 322, 332; IV.112, 113, 122, 156, 157, 159, 160 также см.: Великая Колесница
- медитация** *bsam-gtan* XII, XIV, XXII, 12, 52, 53, 119, 124, 126, 143, 144, 146, 147, 149, 156, 167, 286, 287, 288, 290, 292, 293, 307, 316, 317, 338; IV.IX, X, 1, 2, 5, 18, 23, 29, 32, 53, 56, 89, 100, 136, 160
- медицина** *gso-rig* 289, 305, 322
- место** *gnas* XVI, 39, 53, 57, 59, 76, 77, 88, 95, 115, 179, 191, 192, 198, 303, 326, 331, 338; IV.27, 59, 89, 114, 157
- метод** *thabs* XIII-XV, XVII, XX, XXI, 5, 12, 48, 67, 74, 101, 108, 110, 118, 113-120, 124, 125, 129, 131, 139, 145-147, 207, 252, 255, 257, 258, 261, 266-268, 291-293, 302, 305, 306, 310, 311, 314, 315, 317, 321, 323, 328, 334; IV.XII-XIV, 2, 6, 26, 32, 42, 55, 56, 60, 63, 69, 72, 77, 82-84, 91, 94, 117, 134
- миры** *zhing; sa* 3, 5, 9, 45-47, 57, 65, 66, 86, 121, 123, 131, 161, 193, 198, 200, 232, 264, 292, 294, 296, 317, 319, 332, 334, 337, 338; IV.51, 140-142, 144, 147, 150-153
- моление** *smon-lam* XVI, 77, 79, 84 также см.: Пожелание
- монах** *dge-slong* 45, 90, 145, 168, 181, 184, 185, 186, 198, 200, 201, 209, 210, 312, 325, 331, 332, 335; IV.27, 44, 46, 156
- мотивация** *kun-slong* 195 также см.: намерение
- мудрец** *mkhas-pa* 5, 57, 90, 255, 281, 297, 298; IV.32, 117

- мудрость** *shes-rab; mkhyen* XII-XIV, XXII, 6, 10-14, 20, 89, 108, 113, 116-120, 124-126, 129, 131, 143, 146, 147, 149, 156, 167, 198, 264, 280, 289-300, 302, 304-307, 311, 316, 327, 329, 334, 337; IV.2-5, 9, 10, 12, 14-20, 22, 23, 25, 41, 75, 149, 153, 160
- Муни** (*санскр.*) *thub-pa* 6, 162, 218, 268, 298; IV.148 эпитет Будды Шакьямуни  
Муниндра (*санскр.*) *thub-pa'i dbang-po* IV.135, 140, 141, 150 эпитет Будды Шакьямуни
- мутность** *mi-gsal-ba* IV.72
- мысль** *'du-shes; bsam-pa; rtog-pa; sems* XVII, XX, 15, 20-22, 31, 33, 38, 43, 46, 51, 53, 55, 58, 60, 61, 63, 79, 81, 82, 92, 94, 96, 97, 101, 103, 111, 115, 123, 124-127, 129, 143, 145, 147, 149, 150, 157, 158, 162-165, 170-174, 190, 191, 207, 209, 219, 221, 233, 238, 241, 249, 253, 254, 258, 263-267, 271, 272, 280, 283, 286, 288, 292, 293, 298, 304, 330; IV.IX-XIV, 3, 4, 7-18, 22, 25, 28, 34-41, 43-47, 49-74, 76-83, 85-88, 90-92, 95-99, 102, 103, 105, 110-112, 115-119, 121, 127, 128, 132, 142, 144, 145, 147, 152, 159, 164, 165, 168, 171, 175, 176, 178  
мыслетворение *rnam-[par] rtog-[pa]* 115, 116, 121, 126, 128, 167; IV.44, 98, 103 также см.: фантазирование, мыслетворчество
- наблюдение** *brtag-bya-ba* 323; IV.44, 64, 65, 67, 75, 115
- навык** *goms-pa* 67, 146, 269, 303; IV.XI, 4, 41, 78, 80, 94, 95, 98, 116, 1 6 5  
также см.: освоение, привычка
- нага** (*санскр.*) *klu* 76 духи вод. Подробнее см.: Мифологический словарь, С.377.
- накопление** *tshogs, bsags-pa* XVI, XVIII, XXI, 28, 29, 56, 76, 80, 85, 89, 92, 101, 117, 125, 130, 131, 139, 142, 161, 183, 200, 201, 250, 252-255, 265, 284, 285, 303, 306, 307, 321, 330, 331; IV.49, 113, 143, 147
- намерение** *kun-slong* IV.158 также см.: мотивация
- наставление** *gdams-pa* XII, XV, 12, 26, 31, 51, 52, 88, 104, 110, 139, 140, 149, 280, 282, 295, 299, 303, 311, 313, 326; IV.19, 29, 32, 41, 58, 65, 87, 88, 95, 97, 135, 160, 170  
наставник *slob-dpon* 39, 75, 79-81, 83, 84, 93, 99, 149, 177, 184, 203, 218, 311; IV.8, 24, 33, 49, 52, 54, 61, 89, 105, 107, 118, 121 также см.: ачарья
- наука** *rig-pa* 289, 305, 322
- небожитель** *lha* 3 также см.: бог, божество
- неведение** *ma-rig-pa* 42, 44, 295, 297, 298; IV.144
- невозмутимость** *mi-gyo-ba'i cha* 213; IV.16
- недискурсивность** *mi-rtog-pa* 145; IV.13, 104, 112, 114, 117, 128 ср.: мыслетворение
- недостатки** *skyon* 96, 99, 290, 292; IV.62, 64, 68, 84, 113, 130 также см.: пороки, ср.: мыслетворение

- незнание** *rmongs-pa* 5, 82, 120, 279, 309; IV.46, 63, 82, 83 ср.:  
омраченность
- нелюдь** *mi ta yin* 86, 87, 169, 251
- ненависть** *zhe-sdang* 127, 210, 213, 215, 229, 234; IV.140, 144, 148, 150  
также см.: неприязнь, нетерпимость
- необусловленный** *'dus-ma-byas* 129
- неосмотрительность** *bag-med-pa* IV.28, 93
- непостоянство** *mi rtag-pa* 226, 246; IV.17, 22, 28, 40, 46, 80, 81, 120
- неприязнь** *zhe-sdang* 33, 37, 38, 230, 311 также см.: ненависть,  
нетерпимость
- нетерпимость** *zhe-sdang* XIX, 205, 216, 226, 227, 229, 237, 292;  
IV.44 также см.: ненависть, неприязнь
- неудовлетворенность** *chog-shes mi-byed-pa* 267
- нирвана (санскр.)** *mya-ngan 'das* 30, 43, 83, 117, 160, 265, 312, 319,  
320, 327; IV.19
- нравственность** *tshul-khrims* XII, XIV, XVIII, XIX, 14, 83, 90, 115,  
119, 120, 125, 137, 142, 145-147, 148, 150, 156, 167, 168, 170, 173, 194-203,  
209, 212, 292, 297, 303, 311, 312, 329, 331, 337; IV.XII, 19, 20, 28, 29, 79,  
113, 158, 161
- обет** *sdom-pa* XVIII, 116, 130, 137, 145, 147, 150, 169, 181, 196, 202,  
204, 225, 270, 279, 280, 283, 303; IV.157, 158, 170
- о. бодхисаттвы, бодхичитты *byang-sems-kyi sdom-pa* XIII, 12, 52,  
55, 56, 75, 76, 78, 82, 83, 90, 95, 102, 104, 105, 111, 136, 138, 188, 189, 192,  
200, 201, 282, 316-318, 326; IV.X, 28, 155
- о. Индивидуального Освобождения *so-sor thar-pa'i sdom-pa* 200;  
IV.28, 170 санскр.: пратимокша
- образ** *rnam-pa* XV, 31, 32, 36, 39, 77, 119; IV.8, 14, 16, 33, 37, 38, 43,  
47, 49, 51, 52, 54, 74, 92, 116, 167
- обуздание** *sdom-pa; 'dul-bar byed-pa* 202, 205; IV.XIV, 83, 92, 95, 99, 165
- Община** *dge-'dun* 91
- объект** *yul; gzhi; dmigs-pa* XVII-XIX, 28, 37, 45, 47, 79, 86, 90, 93-95,  
97-99, 116, 129, 143, 146, 149, 150, 170, 171, 181, 209, 217, 247, 249, 280,  
285, 286, 288, 291, 293, 294, 306, 317, 329, 331, 336, 337; IV.X, XII, XIII,  
3-5, 7-12, 14, 15, 17, 18, 21-23, 25, 33-49, 51-55, 57-60, 62-72, 74, 75, 77-  
83, 85-92, 95-98, 102, 103, 105, 108, 110, 111, 113, 116, 121, 122, 129, 131,  
158, 164, 167-169, 171, 174, 175
- обязанность** *bslab-bya* XVI, 52, 80, 82, 93, 103-105; IV.105
- обязательство** *dam-tshig* XIX, 12, 105, 137, 145, 200, 225, 269, 270, 271
- оживление (воодушевление)** *gzengs-bstod-pa* IV.78, 79
- омраченность** *rmongs-pa* 279; IV.71, 79, 142, 144, 148 также см.:  
незнание

- опора** *rten* 11, 38, 49, 122, 129, 166, 247, 285, 288, 321, 327; **IV.42**, 43, 47, 50-54, 56, 58, 60, 141
- определение** *ngos-'dzin* XIII-XV, XVII, XXI, 36, 55, 103, 128, 140, 142-145, 148, 149, 178, 255, 256, 333; **IV.XIII**, 10, 55, 56, 76, 82, 94, 113, 116
- опыт** *bsgrub-rtogs* 50, 52, 76, 234, 309; **IV.21**, 22, 35, 36, 43, 52, 72, 74, 114
- орган чувств** *skye-mched* 291; **IV.154**, 170, 173
- Освобождение** *thar-pa* XX, 11, 22, 35, 42, 44, 53, 125, 143, 228, 237, 238, 250, 256, 271, 273, 287, 290, 296, 312, 329, 335-337; **IV.28**, 113, 121, 123, 125, 157 также см.: свобода  
восемь о. 335
- освоение** *sgom-pa* XVI, XVIII, XIX, 33, 34, 37, 39, 45-48, 53, 58, 88, 163, 193, 194, 195, 205, 206, 235, 244, 286, 307, 308; **IV.XII**, 2, 3, 18, 22, 26, 30, 38, 52, 79, 94, 95, 128 также см.: созерцание, культивирование
- основа** *gzhi, rtsa-ba, gnad; gtso-bo* XIV, XV, XXII, 14, 21, 23, 24, 29, 33, 35, 50, 51, 54, 59, 74, 83, 88, 98, 111, 125, 129, 143, 147, 149, 157, 193, 194, 202, 203, 250, 251, 254, 255, 267, 268, 278, 280, 282, 283, 295, 296, 299, 300, 302, 303, 306, 307, 326, 328, 330; **IV.XI**, XIV, 6, 16, 21, 23, 24, 29, 36, 57, 74, 90, 101, 113, 118, 122-125, 127, 132, 169
- осознание, осознавание** *shes-pa; rtogs-pa; mthong-ba; rig-pa; 'du-shes; dpags-pa* XI, XII, XV, 20-23, 27, 32, 33, 38, 40, 41, 49, 60, 89, 191; **IV.12**, 35, 42, 57, 58, 64, 73, 74, 78, 92, 97, 98, 116, 134, 170
- отвлечение** *gyeng-ba; yong-su gyeng-ba; rnam-gyeng; 'phro-ba* **IV.10**, 14, 41, 57, 58, 60, 65, 67, 70, 75, 91, 92, 95, 97, 98, 164, 165, 176, 178
- отвратительное** *mi-sdug-pa* **IV.38**, 44, 49
- отклонение (мысли)** *gyeng-ba* **IV.7**, 17, 57, 69, 70 также см.: рассеянность, отвлечение
- относительное** *kun-rdzob* XXII, 115-117, 128, 295, 304, 305, 326; **IV.169**
- отображение** *snang-brnyan* **IV.47**
- отражение** *gzugs-brnyan* **IV.8**, 11, 37, 38, 40, 47, 48, 51, 52, 54, 115, 116, 173
- отречение** *nges-'byung* XI, 49, 238, 320, 327; **IV.X**, XI, 170
- отрешенность** *dben-pa* **IV.129**, 131
- отчетливость** *gsal-ba* **IV.55**, 60 также см.: ясность
- Отшельник** *thub-pa* 89 эпитет Будды
- очищение** *sbyangs* 146, 211, 212, 223, 254, 292, 303
- ошибка** *skyon, sgrib* IX, 149, 189, 264, 302, 322, 324, 327, 328, 333; **IV.56**, 67, 68, 98, 128, 168, 171
- ощущение** *tshor-ba* 37, 178, 263; **IV.86**, 107, 151
- пагубность** *nyes-dmigs* 96, 163, 196, 197, 199, 208, 213, 215, 233, 258, 274, 283; **IV.28**, 29

- падение** *ltung-ba* 13, 44, 102, 105, 138, 164, 186, 196, 225, 279, 280, 306, 326, 330; **IV.**156, 157, 158
- памятование** *dran-pa* XVI, 85, 93, 193, 247, 280, 283, 285, 288; **IV.**49, 50, 58, 65, 79, 96, 116 также см.: внимательность
- панцирь** *go-cha* XXI, 96, 119, 207, 241, 252-254, 274, 285
- парамита(яна)** (санскр.) *pha-rol-tu phyin-pa (i' theg-pa)* XII-XV, XVII, 8, 14, 52, 65, 83, 115, 118, 120, 121, 123-126, 128, 129, 131, 139-141, 143-150, 152, 154, 155, 157, 158, 167, 170, 171, 173, 177, 193, 194, 200, 201, 203, 205, 209, 246-249, 251, 254, 263, 284-292, 296, 306-308, 315, 316, 321, 327-329, 337; **IV.**X, XII, 2, 23, 29, 122, 135, 150, 153, 158, 159, 160, 175
- первоисточник** *gzhung* 92 также см.: Источник
- переживание** *nyams* 48, 52; **IV.**108
- перемена духовная** *yid 'gyur-ba* **IV.**105
- перерождение** *nying-mtshams sbyor-ba* 39, 68, 87, 90, 100; **IV.**141
- пища** *zas* 14, 46, 66, 164, 181, 182, 185, 187, 219; **IV.**26, 27, 113, 143, 152, 170
- плод** *'bras [bu]* XV, XVIII, 15, 26, 27, 30, 32-34, 36, 55, 65-67, 83, 86, 114, 118, 125, 127, 141, 158, 171, 172, 174, 176, 180, 189, 191, 202, 204, 210-213, 215, 224, 229, 237, 258, 268, 270, 272, 275, 280, 293, 297, 307, 328, 329; **IV.**3, 4, 6, 19, 35, 39, 40, 147, 152, 153, 165, 178 также см.: следствие
- Победитель** *rgyal-ba* 4, 8, 9, 13, 52, 67, 79, 115, 116, 122, 128, 131, 147, 157, 163, 193, 194, 202, 234, 254, 266, 316, 318, 323; **IV.**12, 125, 136, 147, 148, 154 (санскр.: jina), эпитет Будды
- Победоносный** *bcom-ldan 'das* 4, 65, 67, 100, 122, 171, 196, 272 тибетский перевод санскритского эпитета Будды — Бхагаван («Блаженный»)
- побуждение** *bskul-ba; 'du-byed; sems-pa* 3, 21, 24, 157, 158, 169, 195, 237, 289; **IV.**77
- поведение** *spyod-pa* 141, 149, 173
- поглощенность** *rgyun gcig-tu byed-pa* 5, 56, 256; **IV.**10, 93, 94, 99, 129, 130, 131, 177
- подавление** *gnon-pa* XX, 146, 216, 287, 330, 336; **IV.**18, 40, 86
- податливость совершенная** *shin-sbyangs* 287, 312; **IV.**XI, 7, 8, 11, 17, 22, 23, 25, 31, 34, 35, 88, 89, 98, 102-112, 119, 122, 125, 127, 165, 166
- подвижник** *shing-rta* 53, 98, 115, 281; **IV.**24, 114, 117, 159
- подвластность** *las-su-rung-ba* **IV.**86-88, 104-107 также см.: послушность
- подношение** *mtchod-pa* XVI, 45, 46, 77, 78, 80, 81, 84, 87, 88, 92, 98, 124, 181, 208, 243, 323; **IV.**49, 144, 154, 157, 158, 160
- познание** *mkhas-pa; nges-pa; go[-ba]* 128, 187, 234, 246, 254, 260, 289, 297, 302, 327; **IV.**8, 10, 12, 33, 38, 46, 72, 125-127, 129, 130, 177
- покаяние** *bshags-pa* 68; **IV.**28
- поклон** *phyag 'tshal-ba* 199, 210; **IV.**49, 141, 153

- покой** *zhi-ba* 12, 13, 22, 30, 44, 96, 117, 213, 292, 319, 320, 327; **IV.19**, 40, 47, 88, 108, 141 хинаянская нирвана: искоренение клеш
- покровитель** *mgon-po* 9, 11, 131, 158, 279, 290
- поле** *zhing* 78, 86, 91, 278; **IV.49**
- положение** *rten; gnad* XIV, XVII, XX, 14, 35, 49, 63, 125, 140-142, 166-168, 238, 243, 257, 259, 269, 283, 310; **IV.XII**, 7-10, 30, 31, 78, 104, 152, 168
- польза** *don; phan-yon* XV, XVI, XX, XXI, 4, 5, 45, 52, 57, 59, 64, 85, 86, 92, 141, 146, 158, 160, 163, 168, 186, 188, 191, 196, 197, 199, 206, 215, 238, 240, 249, 250, 269, 286, 289, 290, 293, 305, 309, 330-332; **IV.XII**, 2, 3, 5, 18, 42, 50, 78
- помрачение** *mun-pa* **IV.72**
- помысел, помышление** *bsam-pa; yid [-la] byed [-pa]; 'du-shes* 35, 62, 100, 157, 158, 162, 163, 185, 194, 202, 219, 233, 243, 299, 314; **IV.XII**, 28, 38, 60, 93, 95, 97, 158
- понимание** *go-ba; nges-pa* 14, 22, 140, 167, 241, 295, 309; **IV.7**, 8, 14, 21, 23, 43, 113, 115, 117, 157
- порог** *nyer-bsdogs* **IV.XI**, 24, 55, 103, 109, 123, 124, 127, 128
- порок** *skyon* 3, 44, 45, 98, 127, 142, 162, 173, 177, 183, 189-191, 193, 206, 215, 218, 220, 258, 260, 265, 269, 272-274, 281, 282, 288, 291, 293; **IV.130**
- посвящение** *dbang* 10  
п. заслуг *bsngos-ba* 167, 184; **IV.154**
- послушность** *las-su rung-ba* 143; **IV.111**, 112 также см.: подвластность
- постижение** *nges-'byed; blo-gros* XXII, 11, 12, 52, 120, 121, 124, 128, 150, 246, 289, 290, 292, 300, 304-306, 337; **IV.12**, 13, 15, 16, 24, 120, 121, 157
- потенции скверны(е)** *gnas ngan-len* 87; **IV.4**, 38
- поток (сознания)** *rgyud* 8, 13, 59, 61, 122, 207; **IV.65**, 94, 114, 118, 124, 145, 149
- почтение** *mos-pa; gus-pa* 42, 79, 144, 176, 243, 299, 330; **IV.144**
- Праджняпарамита (санскр.)** *shes-rab-kyi pha-rol-tu-phyin-pa* 11, 77; **IV.94**, 133
- практика** *sgrub-pa; bslab-pa; nyams-len; spyod-pa* XIII-XVI, XXI, 6, 12, 25, 29, 36, 37, 50, 52, 55, 68, 76, 82, 83, 89, 92, 93, 95, 107, 108, 110, 111, 120, 121, 129-131, 133-137, 139, 140, 144, 145, 150-156, 158, 165, 175, 188, 189, 192-194, 197, 199, 201-204, 247, 249, 252, 255, 258, 261, 263, 267, 279, 283, 285, 286, 288, 289, 299-303, 306-310, 318, 320, 323, 324, 326, 328; **IV.2**, 6, 23, 24, 26, 33, 52, 53, 56, 67, 80, 82, 83, 100, 101, 116, 134-136, 160, 178  
особая (специальная) п. *thung-mong ma-yin-pa'i bslab-pa* **IV.XII**, 2  
три п. *bslab-pa gsum* XIV, 3, 147
- Пра timoksha (санскр.)** *so-sor thar-pa* 89, 164, 165, 200-202, 333; **IV.157**, 170 также см.: индивидуальное Освобождение



- пратьекабудда** (санскр.) *rang-sangs-rgyas* 9, 11, 21, 34, 35, 90, 121, 122, 124, 167, 319, 320, 324; IV.143, 177
- пределы сущего** *dngos-po'i mtha* IV.11, 23, 37, 60, 149
- предзнаменование** *ltas* 172; IV.106 также см.: знак
- предмет** *dngos-po; dmigs-pa; gzhi* IV.17, 37, 38, 47, 57, 58, 72, 77, 80, 81, 130, 132, 135, 164, 169, 177
- предписание** *bslab-pa; bslab-bya* 201, 202, 203, 279, 280, 335
- предречение** *lung-bstan* 96
- представление** *'du-shes* 59, 60, 115, 123, 125-127, 139, 191, 299, 317, 321, 332, 334, 335; IV.8, 10, 41, 60, 132, 134, 167
- преемственность** *brgyud* 78, 82, 104 также см.: традиция
- прекращение, пресечение** *'gog-pa* 46, 79, 115, 116, 145, 323, 324, 327, 336; IV.XIII, 47, 67, 76, 83, 84, 104, 161, 165, 177, 178
- препятствия** *gegs; sgrib-pa; thogs* XVIII, XIX, 59-61, 148, 158, 169, 173, 180, 189, 216, 217, 227, 230, 231, 234, 235, 245, 254, 256, 273, 277, 293, 294, 312, 324, 327, 337, 338; IV.34, 54, 56, 67, 69, 72, 88, 96, 160, 165
- прета** (санскр.) *yi-dwags* 66, 90; IV.141
- преткновение (5, 6)** *nyes-pa (lnga, drug)* IV.32, 33, 87, 88, 89, 90, 103, 122, 133, 170, 171
- Прибежище** *skyabs* XVI, 52, 54, 76, 77, 79, 80, 83, 84, 103, 104, 127; IV.141, 148, 158
- привычка** *goms-pa* XVIII, 58, 61, 189, 190, 205, 212, 241, 244, 282; IV.83, 102 также см.: навык, освоение
- привязанность** *chags-pa; 'dod-chags* XVIII, 37, 38, 62, 80, 98, 125, 145, 148, 157, 159, 162, 163, 168, 172, 187, 189-191, 195, 228, 250, 256, 262, 312, 330; IV.27, 38, 41, 44-48, 69, 80, 83, 93, 113, 128, 129, 131, 132, 157, 172, 176
- признак** *mtshan-ma* 50, 92, 99, 126, 127, 130, 260, 294, 327, 337; IV.XIV, 4, 8, 42, 43, 51, 63, 101, 106, 109, 110, 112, 115, 134, 148, 149, 168
- прилежание** *snying-rus* XX, 244; IV.75
- принцип** *gnad* 86, 116, 139, 140, 148, 285; IV.33, 35, 58, 133, 134
- природа** *rang-bzhin* 5, 11, 83, 198, 220, 263, 317
- притупленность (мысли)** *zhum-pa* IV.62, 70, 78
- причина** *rgyu* XII, XIII-XV, XVI, XIX, XX, 10, 11, 23, 24, 26, 27, 30, 32, 51, 55, 85, 90, 92, 101, 114, 125, 128, 130, 131, 141, 178, 183, 186, 195, 204, 211, 217, 218, 219, 222-235, 237-239, 251, 253, 256, 257, 260, 263-265, 275, 282, 295, 298, 301-303, 315, 330; IV.XIII, 15, 19, 22, 29, 35, 39, 40, 46, 56, 65, 70, 73-77, 79, 80, 82, 83, 107, 143, 157, 168
- Пробуждение** *byang-chub* XI-XIII, XV, 6-12, 18, 20-25, 27, 31, 32, 36, 51, 54-66, 67, 68, 79-83, 88, 91, 93, 97, 100, 102, 110, 115, 117, 120, 122, 125, 126, 129, 131, 140, 159, 162, 167, 170, 171, 174, 191, 193, 232, 233, 245,

- 246, 250-254, 258-262, 266, 285, 296, 297, 307, 319, 321, 328; **IV.X**, 17, 30, 78, 113, 120, 121, 140, 141, 145, 147, 153, 157
- прозрение** *ye-shes* XVI, 56, 85, 117, 131, 183, 306, 307, 321, 330; **IV.15**, 19, 20
- проникновение** *lhag-mthong* 12, 128, 143, 145, 149, 244, 286, 290, 307, 316, 317, 321; **IV.XI, XII**, 2-12, 14-16, 18, 21-26, 29, 33, 36-38, 42, 47, 56, 66, 79, 86, 87, 98, 113, 114, 116-124, 126-128, 130, 131, 133, 166, 169, 176, 177
- проницательность** *shes-rab* **IV.63** также см.: мудрость
- проповедовать** *bshad-pa* 21, 87, 115, 139, 144, 234, 302, 304, 311, 335  
также см.: преподавать
- проступок** *sdig-pa, mi-dge-ba* 44, 78, 105, 126, 137, 150, 165, 174, 197, 204, 247, 263, 270, 280, 281, 285, 306, 325; **IV.28**, 35, 142, 146, 158-161  
также см.: грех, греходеяние
- противоречие** *'gal-pa* 223, 232, 295; **IV.4**, 59, 118
- противоядие** *gnyen-po* 60, 94, 99, 146, 148, 149, 169, 189-192, 206, 211, 219, 273, 278, 279; **IV.XIII**, 32, 42, 67-69, 75, 76, 78, 79, 81, 85, 89, 122, 129, 131, 132
- пустота** *stong-pa-nyid* 8, 11, 12, 52, 116, 118-121, 124, 129, 306, 327, 337; **IV.XI**, 12, 13, 21, 23, 42, 43, 114-117, 134, 157, 166, 168, 176  
16 (18) аспектов п. 131, 328; **IV.53**
- путь** *lam* XI, XII, XIV, XV, 3, 5, 8, 11-14, 27, 31, 32, 44, 50-53, 68, 76, 79, 86, 89, 97, 103, 114-118, 120, 123, 127, 129-132, 139, 140, 145, 146, 148, 161, 162, 174, 195, 198, 202, 210, 212-214, 235, 236, 239, 242, 246, 247, 250, 256, 259, 260, 261, 263, 266, 267, 271, 280, 292, 294, 296, 297, 300, 302-304, 307, 309, 312, 314, 317, 320-322, 324, 327, 328, 338; **IV.XI, XIV**, 25, 32, 47, 50, 89, 101, 110, 112, 113, 118-122, 125, 126, 128, 129, 160, 176  
также см.: стезя
- равновесие** *btang-snyoms* 293; **IV.61**, 62, 63, 85-87, 103, 104
- радость** *dga-ba* XX, 33, 64, 65, 145, 171, 183, 188, 197, 206, 208, 213, 216, 232, 233, 249, 257, 275, 301, 309; **IV.7**, 11, 13, 22, 34, 35, 49, 55, 56, 82, 86, 104, 108, 119, 129, 131, 146, 158
- развитие (духовное)** *(blo-) sbyong* XIII, 1, 6, 52, 59, 62, 149, 178, 193, 197, 318, 328, 336; **IV.IX**, 160, 171
- разграничение** *sa-mtshams bstan-pa* **IV.XIV**, 101
- различение** *bye-brag 'byed-pa* 38, 279; **IV.8**, 61, 115, 131
- размышление** *sems-pa; snyam-du-sems; dmigs* XV, XIX, XX, 24, 48, 49, 57, 64, 66, 127, 137, 146, 163, 171, 227, 237, 238, 240, 246, 249, 259, 268, 286, 289, 297, 299, 301, 304, 314, 338; **IV.4**, 8, 9, 65, 77, 78, 80-82, 104, 130  
также см.: помыслы
- разочарованность** *skyo-ba* 87, 228, 256; **IV.18**, 83
- разум** *thugs* 4; **IV.145**
- рай** *mtho-ris* 202

- расплывание, расплывчатость [мысли]** *bying-ba* IV.XIII, 12, 16, 51, 56, 59-64, 66, 67-79, 82-89, 95-99, 101, 112, 164, 165, 171, 174
- рассеянность** *rgod-pa; gyeng-pa; rnam-gyeng* 149; IV.62, 70, 71, 81, 83, 84, 86, 92, 94, 97
- расслабление** *glod-pa* 226, 277; IV.61, 63, 71, 90, 98
- рассмотрение** *lta-ba* 206, 256; IV.IX, 8
- рассуждение** *rigs-pa* XIX, 213, 217, 220-225, 234; IV.8, 13, 16, 44, 115
- рвение** *brtun-pa* 129, 268, 273, 277
- реализация** *rtogs-pa; sgrub-pa* 59, 110, 118, 122, 302, 303, 324
- реальность** *de-nyid; de-kho-na-nyid* 115, 117, 122, 149, 150, 245, 292, 294, 299, 304; IV.XI, 13, 14, 15, 123, 124
- ремесла и искусства** *bzo-rig* 169, 178, 289, 305, 322, 323
- ритуал** *cho-ga* XIII, XVI, 18, 52, 73-77, 80-84, 91, 92, 95, 101, 137, 185, 317, 324, 326, 334  
Семеричный р. *yan-lag bdun-pa* 52, 78, 81, 84, 324
- рождение** *skyes; rten* XI, 12, 25, 29, 39-44, 46, 61, 85, 93, 120, 127, 130, 180, 234, 255, 269, 276, 290, 296, 302, 322; IV.19, 121, 147, 154, 177
- руководитель** *mkhan-po* 39, 93, 99
- руководство** *gdams-pa; man-ngag; gdams-ngag* 302, 303, 335; IV.32, 33, 89
- самадхи (санскр.)** *ting-nge-'dzin* 68, 122, 149, 150, 251, 286, 287, 288, 316, 317; IV.IX, XII, 2, 3, 6-10, 12-15, 17-19, 20, 23, 29, 32-36, 41-43, 47, 48, 50-52, 54-57, 59-61, 63-66, 72, 75, 76, 79, 80, 84, 85, 87-90, 92, 94, 96, 98, 99, 101, 104, 106, 108, 111-115, 117, 118, 122-125, 127, 131-135, 140, 145, 160, 165, 170  
область с. *ting-nge-'dzin-gyi spyod-yul* IV.47
- самобытие** *rang-bzhin* 128, 167 также см.: сущность собственная, природа
- самость** *bdag-nyid* 11, 12, 126, 127, 159, 245, 290, 327; IV.13, 13, 14, 15, 16, 39, 41, 113, 118, 120, 121, 122, 123, 125, 129, 133, 168
- Сангха (санскр.)** *dge-'dun* 46, 77, 79, 90; IV.79 также см.: Община
- санда** *tsan-dan* 77, 198
- сансара (санскр.)** *'khor-ba* XI, 3, 12, 13, 22, 23, 28, 35, 39, 40-42, 44, 46, 48, 57, 62, 76, 87, 115, 117, 118, 125, 143, 148, 238, 240, 253, 254, 256, 261, 263-266, 282, 292, 320, 334, 335; IV.17-19, 22, 28, 36, 113, 123, 124, 132, 133, 140, 153, 159, 166, 169 также см.: Круговерть, Круговорот
- сарвастивада (санскр.)** *thams-cad yod-par smra-ba* 209 одно из ранних направлений буддизма
- светлость** *dwangs-pa* IV.55, 70, 72
- свидетельство** *lung* 31, 116, 128, 267, 300
- свобода** *thar-pa* XIX, 3, 35, 43, 46, 117, 118, 122, 191, 199, 202, 217-219, 221, 280; IV.28, 113, 153, 156 также см.: освобождение

- свод** *gnad bsdus-pa* 20, 24, 85, 86, 139, 148, 307; **IV.29**
- святой** *'phags-pa* 3, 4, 13, 20, 24, 31, 47, 52, 57, 78-80, 88, 116, 150, 159, 161, 163, 169, 172, 182, 195, 246, 250, 253, 282, 289, 300, 303-305, 324, 328, 330; **IV.2**, 121, 124, 140, 144, 173, 176 также см.: арья
- семья** *rigs* 4, 9, 75, 86, 87, 122, 129; **IV.4**, 20
- семя, «семена»** *sa-bon* 10, 11, 30, 32, 39, 64, 69, 85, 97, 114, 132, 146, 158, 177, 180, 184, 197, 210-212, 217, 224, 253, 300, 322, 329; **IV.XI**, 18, 39, 40, 90, 119, 123, 128, 132
- сиддхи (санскр.)** *dngos-sgrub* 87, 88, 250, 325
- силы** *stobs; ngar; dbang* XXI, 3-5, 20, 24, 29, 30, 37, 46, 50, 55, 66, 83, 116, 121, 124, 144, 148, 167, 173, 188, 189, 196, 207, 213, 227, 235, 240-242, 245, 246, 254, 260, 266, 268, 270, 274-278, 283, 291, 293, 295, 296, 314, 318; **IV.13**, 15, 22, 36, 46, 55, 56, 58, 60, 64, 70, 78, 81, 86, 88, 90, 95, 96, 107, 108, 112, 115, 131, 150, 161, 164, 165, 175, 177
- десять с. *stobs bcu* 122, 296, 327; **IV.142**, 144, 145, 147
- три с. *stobs gsum* 245
- четыре с. *stobs bzhi* XIII, 24, 105, 211, 212; **IV.158**
- шесть с. *stobs drug* **IV.XIV**, 32, 91, 94, 164
- система** *lam-srol* 266, 295; **IV.X**, XIII, 36, 42, 118, 160, 171
- скверна** *sgrib-pa; dri-ma* 87, 142; **IV.18**, 19, 33, 49, 93, 104, 160, 176
- склонности** *bag-chags* XII, 202, 269, 337; **IV.4**, 5, 37, 38, 41, 44, 45, 46, 48, 59, 105, 172 (санскр.: *vāsanā*)
- следствие** *'bras* 128; **IV.95**, 108, 157 также см.: плод
- Слово [Будды]** *gsung-rab* 14, 22, 69, 116, 117, 182, 295, 300, 303, 327, 334; **IV.7**, 12, 40, 53, 63, 83, 156, 167
- слушание** *[m]nyan-pa* 24, 168, 246, 279, 282, 283, 286, 299, 300, 302, 306, 310, 338; **IV.65**, 94, 95, 130, 164
- слушатели *nyan-thos* 99; **IV.31**, 143, 157 также см.: шравака
- смерть** *'chi-ba* 39, 41, 42, 47, 76, 124, 127, 159, 188, 206, 230-232, 240, 243, 244, 257; **IV.19**, 50, 140, 149, 174, 177
- смысл** *don* XI, 12, 92, 96, 102, 104, 115, 116, 120, 126, 128, 130, 149, 161, 165, 174, 178, 181, 185, 216, 234, 249, 295, 299, 300, 309, 321-323, 328, 333; **IV.X**, 9, 10, 14, 16, 103, 121, 134, 167, 168, 174
- снаряжение** *tshogs* 103, 147, 149, 170, 316, 320, 332; **IV.29**, 32, 83, 169, 177; **IV.29**
- собрание** *tshogs* XI, XXII, 78, 80, 91, 251, 255, 266, 268, 315, 335; **IV.33**, 52, 160
- совокупление** *'jug-pa; bgrod-pa* 322, 325
- совокупность** *phung-po* 61
- совокупностей [личности] пять *phung-po lnga* **IV.XII**, 7, 26, 38, 39, 171
- созерцание** *(b)sgom-pa* XV, 3, 14, 33, 37, 39, 40, 41, 45, 47, 49, 53, 54, 68, 83, 116, 119, 120, 206, 257, 268, 279, 299, 300, 302, 314, 327; **IV.IX**,

- XIII, 3, 7, 8, 30, 32, 37-39, 42-44, 48-54, 58-63, 66, 68-70, 72-74, 77-81, 83, 90, 98, 115-118, 120, 127, 129, 130, 134-136, 166, 168, 173, 174, 176, 177  
также см.: освоение, культивирование
- аналитическое с. *dpyad sgom* 234, 300; IV.X, 4, 17, 18, 22, 47, 118, 121  
закрепленное с. *'jog-sgom* IV.XI, 4, 23, 47, 117, 121
- сознание** *rnam-shes* 8, 13, 39, 54, 59, 61, 115, 131, 210, 242, 260, 279, 322, 335, 336; IV.12, 29, 39, 52, 57, 58, 61, 72, 78, 79, 114, 118, 169, 170, 173  
с. (Будды) со-знание 121, 122, 123, 167, 197
- солнце** *nyi-ma* 5, 6, 69, 320, 334; IV.80, 148, 149
- сомнение** *the-tshom* 64, 144, 199, 299, 301, 309, 310, 312; IV.XIV, 33, 101, 160, 176
- сон** *nyal-ba; gnyid-log-pa* 4, 159; IV.82
- сонливость** *gnyid* 250, 282, 298; IV.31, 70, 77, 79, 93, 160, 176
- сосредоточение** *'jog; sems-gcig-bsams; rtse-gcig-pa* 40, 48, 124, 143, 147, 149, 167, 286-288, 316, 317, 329, 336; IV.IX, XI, XIII, XIV, 3, 4, 9-14, 16-18, 25, 32-34, 41-46, 53, 54, 56, 57, 61, 63-66, 68, 69, 82, 84-86, 88, 90-101, 103, 104, 106, 108-111, 114-117, 122, 125-127, 131-135, 160, 164, 165, 168, 176 также см.: самадхи
- 10 всепроницающих с. 336
- ровное с. *mnyam-bzhag; mnyam-par 'jog-pa* IV.XI, XIV, 16, 65, 85, 86, 93, 95, 96, 98, 104, 109, 110, 112, 165, 169
- сосредоточенность *[yid] gtod-pa* IV.106, 109, 110, 111, 119, 125, 126
- состояние** *sems-byed-pa* XI, 29, 38, 57, 68, 122, 124, 167, 223, 261, 275, 276, 312, 330; IV.XIV, 10, 12-14, 25, 38, 61, 62, 65, 70, 82, 87, 88, 95, 97, 100-107, 109, 110, 112, 116, 118-121, 123, 125-127, 133, 152, 176  
с. Будды *sangs-rgyas-kyi go-'phang* XIII, 23, 62, 65, 66, 89, 101, 110, 128, 284, 300, 325, 328 также см.: Буддство, Буддовость
- сострадание** *snying-rje, thugs-rje* XI, XII, XV, 3, 4, 6, 12, 13, 21-23, 27-35, 37, 39, 46-51, 53-55, 65, 67, 68, 76, 81, 87, 91, 94, 97, 115, 119, 127, 129, 130, 160, 163, 172, 173, 179, 180, 238, 253, 262, 264, 266, 293, 294, 320, 326, 330; IV.17, 145, 159, 175 также см.: милосердие
- сосуд** *snod* 46, 52, 144, 171, 172, 281, 310, 335
- сочетание** *zung (-du) 'brel(-ba)* 96, 286; IV.XII, 6, 26, 166, 176
- способности** *dbang-po* XX, XXI, 14, 28, 31, 35, 41, 82, 129, 132, 141, 148, 149, 150, 210, 235, 241, 253, 260, 266, 270, 271, 273, 285, 291, 298, 303, 311, 321, 325, 337; IV.X, 17, 35, 36, 58, 68, 73, 110, 120, 121, 131, 145, 150, 154  
сверхъестественные с. *mngon-shes* 105, 246, 287, 332, 335; IV.88, 132, 133, 177
- стадия** *lam; skabs* 36, 51, 123, 192, 212, 316, 330  
с. Видения *mthong-ba'i lam* 326  
с. Применения *sbyor lam* 211, 332; IV.121  
с. Снаряжения *tshogs lam* 320; IV.177  
пять с. *lam-lnga* IV.112, 125

- становление** *srid-pa* 76
- старость** *rga-ba* 61, 243; IV.19, 149
- стезя** *lam* 199, 239, 286, 315; IV.6, 9, 79, 86, 87, 94, 111, 113-115, 127, 134, 135, 162, 176 также см.: путь
- степени (сосредоточения ума, девять)** *sems-gnas* IV.XI, XIII, XIV, 25, 32-34, 63, 91-101, 103, 110, 112, 114, 122, 125, 126, 133, 134, 164, 165, 175
- стихии** *'byung-ba* 169 также см.: Элементы
- стойкость** *brtan-pa* XXI, 238, 241, 267, 268, 270, 274, 278
- страдание** *sdug-bsngal* XI, XX, 3, 5, 20, 21, 29, 32-34, 38, 41, 43, 44, 46-50, 53, 57, 59-63, 66, 67, 81, 87, 111, 115, 127, 141, 145, 146, 148, 160, 161, 174, 190, 191, 205, 216-220, 222-224, 226, 228, 229, 231, 233, 235-246, 248, 250, 252, 253, 257, 261-265, 269, 270, 273, 276, 285, 292-294, 319, 320, 330, 331, 333, 334; IV.19, 25, 29, 46, 47, 124, 140, 141, 144, 149-151, 153, 161
- стража** *mel-tshe; thun* 64, 66, 281; IV.66, 174
- страсть, страстная привязанность** *'dod-chags* 38, 80, 98, 117, 158, 163, 195, 293, 294, 302; IV.XI, XIV, 44, 69, 70, 125, 126, 128, 140, 144, 148, 150
- стремление** *'dod-pa; 'dun-pa* XXI, 13, 51, 54, 55, 69, 137, 158, 160, 164, 187, 199, 247, 268, 269, 274, 278, 285, 288, 306, 317, 319; IV.8, 35, 82, 83, 87, 89, 90, 93, 119, 141, 153, 157, 170, 175
- ступа (санскр.)** *mchod-rten* 210
- ступень** *rim [-pa]* 150, 332, 334; IV.93, 112, 124, 134, 144, 145, 147, 177, 178
- стыд** *ngo-shes-pa* IV.158
- субъект** *yul-can* XIX, 209, 217, 223, 333; IV.4, 39
- Сугата (санскр.)** *bde-gshegs-pa* 9, 260, 280, 296; IV.149 эпитет Будды
- суть** *don; snying-po; nye-bar bsdus-pa; gzhi; 'go; gnad* 39, 88, 110, 111, 157, 174, 193, 202, 219, 223, 247, 274, 280, 292, 300, 307, 323, 331, 335; IV.7, 8, 11, 12, 14, 16, 21, 23, 29, 33, 38, 40, 75, 93, 114, 115, 118, 121, 122, 129
- сутра (санскр.)** *mdo* 31, 47, 55, 85, 95, 102-104, 115, 123-125, 128, 130, 203, 295, 303, 307, 323, 325, 329, 337; IV.8, 10, 29, 32, 33, 47, 48, 50, 53, 81, 94, 103, 108, 117, 133, 134, 168 — Слово Будды
- существо** *sems-can* XI, XII, XV, XVI, XIX-XXII, 4, 5, 13, 15, 20, 21, 23, 27-30, 32-51, 53, 55, 56, 63-68, 79, 81-83, 85-87, 89, 91, 92, 97-99, 101-103, 105, 116, 117, 121, 122, 129, 142-146, 149, 157-166, 169-173, 178, 179, 180, 183, 185, 186, 189, 192, 194-196, 198-201, 203, 205, 207, 218-220, 222, 225, 226, 232, 233, 238, 241, 245, 247, 249, 251, 252, 254, 255, 260, 265, 266, 271, 272, 285, 287, 288, 293, 294, 297, 298, 304, 305, 307, 311, 314, 315, 323, 326, 329, 331, 332; IV.38, 46, 51, 140, 141, 144, 146, 148-153, 159, 176
- существование** *srid-pa; gnas-pa* 4, 20, 22, 128, 130, 292, 294; IV.8, 26, 42, 43, 113, 115, 123, 124, 132, 145, 147, 153

- сушность** *ji-lta-ba; ngo-bo; chos-nyid; rigs* XIV, XVII-XIX, XXI, XXII, 13, 14, 31, 51, 52, 60, 61, 122, 124, 125, 130, 147, 157, 191, 194, 195, 205, 219, 249, 286, 287, 289, 294, 307, 308, 316, 334; IV.XII, 1, 3, 7-9, 11, 15, 18, 21, 36, 38, 86, 103, 116, 124, 130-132, 134, 136, 168, 177
- Сфера** *khams* 65, 68, 122, 198, 274, 335; IV.40, 47, 103, 104, 109, 110, 118, 123, 127, 128, 133, 148, 149, 172, 173, 175, 176, 177
- счастье** *dge-ba* 4, 5, 29, 33, 34, 38, 43-47, 53, 57, 59, 60, 63, 100, 160, 166, 173, 178, 183, 191, 195, 199, 206, 208, 213, 214, 216, 217, 225, 229, 231, 232, 235, 238, 241, 264, 275, 276, 285, 320; IV.38, 151
- сыны (Победителей, Семьи)** *rgyal [-ba'i] sras* 9, 13, 67, 75, 122, 123, 129, 163, 171, 234, 254, 272, 300, 316, 318 также см.: бодхисаттва
- тантра (санскр.)** *rgyud* 137, 295, 303, 337; IV.89, 98, 112, 124, 134, 171, 173, 175
- Татхагата (санскр.)** *de-bzhin bshegs-pa* 79, 83, 84, 122, 131, 168, 210, 251, 259; IV.3, 6, 15, 19, 49, 50, 144, 146, 152 «Так пришедший» — эпитет Будды
- текст** *gzhung* IX, XI, 4, 5, 8, 31, 42, 52, 58, 81, 183, 197, 209, 275, 301, 307, 320, 322, 324, 326, 338; IV.X, 12, 24, 33, 43, 52, 71, 72, 79, 89, 96, 112, 116, 121, 122, 126-128, 135, 136, 156, 157, 171, 174, 177 также см.: Источник
- тело** *lus; sku* XII, XX, XXII, 13, 23, 39, 40, 54, 58, 63, 75, 76, 121, 123, 125, 131, 141, 142, 157-159, 160, 162-165, 174, 179-181, 185, 193, 195, 202, 207, 210, 212, 219, 224, 227, 229, 243, 244, 255, 257, 261-264, 276, 280, 281, 283, 284, 287, 288, 291, 309, 312, 322, 329, 330, 331; IV.XI, XII, 7, 8, 13, 22, 30, 31, 34, 35, 38, 47, 49, 50-54, 56, 60, 68, 71, 74, 75, 77, 102-112, 122, 141, 143, 146-149, 153, 158, 159, 165, 170, 171, 176
- термин** *tha-snyad* IV.X, 25, 43, 167
- терпение** *bzod-pa* XII, XIV, XIX, XXI, 119-122, 142, 143, 145-150, 156, 167, 173, 205-208, 215, 216, 224, 225, 234, 235, 241, 242, 247, 248, 292, 297, 300, 316; IV.8, 18, 159
- традиция** *brgyud-pa* 26, 104, 105, 333; IV.IX, 8, 32, 43, 66, 89 также см.: преемственность
- трактат** *bstan-bcos* 22, 52, 182, 300, 320; IV.IX, X, XI, 12, 33, 114, 126, 134, 160, 169, 178
- Трикосмие** *khams (sa) gsum* 14, 35, 47; IV.140
- убежденность** *nges-pa* XX, 32, 40, 55, 127, 128, 205, 208, 216, 245, 246, 268, 300-302, 304, 316, 334; IV.18, 32, 35, 73
- убиение** *gsod-pa* 65, 215
- уверенность** *nges-na* 127, 148, 174, 213, 215, 300, 304, 307; IV.60, 86
- удел** *'gro-ba* 44, 65, 90, 214, 240; IV.19
- удрученность** *yid-'byung* 49, 179, 228; IV.77

- ум** *sems; sems-rgyud; thugs* XII, XXII, 38, 42, 47, 48, 54, 56, 58, 62, 63, 75, 76, 78, 81, 105, 143, 149, 150, 159, 163, 167, 174, 182, 191, 202, 205-207, 209, 213, 214, 221, 227-229, 238, 243, 244, 250, 255, 267, 276, 280, 283, 284, 286, 287, 288, 291, 292, 294, 295, 297, 298, 304, 312, 329, 331; IV.IX-XI, XIII, XIV, 4, 7-9, 11-17, 19, 21, 22, 25, 34, 35, 37-39, 41-47, 51-54, 56, 58, 59, 61-63, 65, 68-71, 74-76, 78-83, 86-93, 95, 97, 99-112, 117, 119, 120, 123, 126, 134, 143, 146, 147, 153, 158, 164-166, 170, 173, 176; IV.162  
также см.: душа
- умножение** *spel* 255, 291
- уныние** *yid mi-bde* XX, 205, 229, 230, 231, 234, 236, 245, 264, 294; IV.19, 93
- упаваса (санскр.)** *bsnyen-gnas* 330
- упадок духа** *yi shi-ba'i zhum-pa* IV.70, 174
- уровень** *sa* 192, 322; IV.40, 56, 103, 104, 109, 113, 120, 121, 123, 124, 125, 127, 130, 132, 133, 170, 172, 173, 175-177
- усердие** *brtson-grus; brtun-pa* XII, XIV, XXI, XXII, 9, 50, 91, 119, 120, 122, 144, 146-150, 156, 167, 179, 245, 249-256, 259, 260, 268, 269, 274, 278, 283-286, 292, 293, 297, 316, 326, 329, 335, 338; IV.18, 35, 61, 62, 75, 78, 82, 83, 87-90, 94, 95, 135, 160, 165, 175
- усилие** *rtsol-ba* 4, 14, 46, 51, 62, 116, 123, 193, 198, 204, 248, 259, 277, 282, 285, 317; IV.XI, XIII, 35, 62, 76, 77, 80, 85, 90, 93-101, 129, 132, 160, 165
- условие** *rkyen* XIII, 11, 20-22, 24, 28, 114, 115, 129, 130, 141, 199, 210-212, 217, 218, 235, 260, 282, 295, 322; IV.XII, 14, 26, 29, 39, 42, 44, 46, 160, 169, 170
- усмирение** *'dul-ba* 323; IV.58
- успокоение** *zhi(-ba); zhi-bar byed-pa* 3, 121, 276; IV.XIV, 82, 92, 93, 95, 99, 165
- установка** *'du-shes; bsam-pa; yid-la byed-pa* XV, XVII, 36, 49, 53, 57, 59, 63, 82, 90, 163, 166, 170, 171, 193-195, 203, 212, 217, 285, 329; IV.XI, 7, 18, 22, 30, 38, 40, 58, 59, 63, 71, 74, 75, 78, 113, 126, 127, 129, 130-132, 169, 170, 175, 177
- установление** *nges-pa'i tshul* XIV, 140, 150, 331; IV.XII, 2, 21, 113
- устойчивость** *gnas-cha* IV.16, 52, 55, 60, 61, 62, 84, 85, 164
- Устремленность** *sems[-bskyed]* XI-XIII, XV, XVI, 6-15, 17-24, 26, 27, 29, 31-34, 36, 50-52, 55, 56, 57, 60, 65, 67, 68, 69, 71, 73-79, 81-93, 95, 97, 98, 100-105, 107-110, 115, 124, 127, 166, 180, 193, 195, 203, 225, 232, 233, 247, 253, 254, 258, 265, 266, 285, 288, 306, 319, 320, 321, 326, 338; IV.X, XI, 17, 30, 78, 113 также см.: бодхичитта
- Вдохновенная У. XVI, 51, 56, 75, 76, 84, 86, 92, 93, 102, 103, 105, 110, 318
- Практическая У. 56, 82, 105, 127, 317
- участь** *'gro-ba* 47, 87, 90, 96, 125, 127, 159, 173, 178, 186, 187, 192, 196, 199, 200, 206, 208, 211, 223, 228, 250, 257, 279, 280, 312; IV.28, 140, 141, 153



- Учение** *bstan-pa, chos* 14, 20, 21, 24, 31, 69, 77, 80, 115, 116, 129, 149, 167, 182, 202, 225, 268, 296, 301-305, 309, 313, 321, 322, 338; **IV.19**, 123-125, 136, 143, 152, 157, 160 также см.: Дхарма
- ученик** *slob-ma* 78, 94, 100, 139, 177, 214, 301, 309; **IV.32**, 51, 160, 161
- ученый** *mkhas-pa* **IV.33**, 89
- Учитель** *bla-ma* X, 14, 24, 33, 39, 48, 54, 75, 77-79, 81, 85, 93, 94, 99, 104, 120, 186, 211, 215, 243, 298, 299, 303, 311, 320; **IV.51**, 58, 59, 65, 66, 84, 89, 121, 135, 158, 160, 171
- ущербность** *nyes-dmigs* 3, 22, 57, 59, 75, 206, 236, 249; **IV.17**, 22, 79, 81, 93, 116, 129
- фактор** *rkyen; yan-lag; chos; las-can* XIII, XXI, 10, 18, 19, 93-104, 114, 127, 148, 149, 255, 256, 257, 268, 272, 273, 278, 330; **IV.57**, 59, 68-71, 76, 77, 83, 104, 107
- восемь ф. 103, 104; **IV.88**, 103
- три ф. 126, 328
- 37 ф. 131, 321
- четыре ф. 93-102; **IV.157**
- физическое** *gzugs* 23, 87, 217; **IV.39**, 150
- фиксация (мысли)** *gtod-par byed-pa; btags-pa* 143; **IV.9**, 42, 91, 95, 97
- философ** *rtog-ge-pa* **IV.89**, 172
- функция** *byed-las* **IV.58**
- характер** *ngang-tshul, rnam-pa* 241, 253, 294; **IV.29**, 54, 69, 83, 113, 173
- характеристика** *mtshan-nyid, mtshan-pa* 55, 75, 141; **IV.XI**, 8, 9, 46, 69, 70, 87, 116, 119, 125, 126, 127, 129, 130, 177
- Хинаяна (санскр.)** *theg-dman* 11-13, 22, 29, 88, 326; **IV.113**, 121, 122, 160
- храм** *pho-brang* 88
- хранители [Учения]** *chos-skyong* 86, 302 также см.: защитники
- цель** *don* XI, XIV, XV, XVII, XVIII, XXI, 3, 4, 12, 22, 23, 30, 35, 36, 45, 54, 55, 62, 64, 66, 79, 81, 89, 95, 103, 117, 122, 127, 129, 130, 142-144, 147, 163, 165, 166, 170, 171, 176, 180, 185, 196, 206, 207, 225, 238, 239, 246, 251, 252, 254, 258, 261, 266, 267, 271, 272, 274, 277, 285, 305; **IV.XI**, 11, 18, 37, 38, 42, 43, 50, 51, 54, 75, 87, 88, 119, 123, 129, 159, 165
- цепляние** *'dzin-pa* 126, 127, 130, 158, 163, 190, 337; **IV.8**, 9, 42, 43, 118, 168
- чакравартин (санскр.)** *'khor-los bsgyur-ba* 31, 210, 293
- четкость** *dwangs-cha* **IV.12**
- четыре средства обращения** *bsdu-bzhi* XII, XIV, 139, 154, 308-315
- чистота** *dag-pa* 77, 167, 196, 250
- читтаматрин (санскр.)** *sems-tsam-pa* **IV.113**
- чувства** *dbang-po; 'dun-pa* 33, 41, 90, 100, 233, 236, 275, 276, 291, 335; **IV.13**, 60, 80, 82, 83, 106-108, 112, 129, 150, 154, 164, 170, 173

- шаматха** (санскр.) *zhi-gnas* IV.1 также см.: *безмятежность*
- школа** *sde-pa* 78, 165
- шравака** (санскр.) *nyan-thos* 8, 9, 11, 21, 30, 34, 35, 49, 66, 75, 90, 121, 122, 124, 167, 202, 225, 287, 319, 320; IV.3, 6, 15, 31, 152 также см.: слушатели
- щедрость** *gtong-ba'i sems* 145, 162, 193, 291, 311, 337; IV.18, 79
- экстаз** *mngon-par dga'-ba* IV.108
- элемент** *chos; yan-lag; khams* 61, 86 также см.: дхарма; дхату
- Элементы** *'byung-ba* IV.38, 39, 44, 107 санскр.: [маха] бхута также см.: стихии
- энергичность** *gzengs-mtho-ba* IV.90
- энтузиазм** *mngon-par spro-ba; dga-ba* XVI, XXI, 64, 78, 85, 145, 146, 148, 173, 193, 249, 252, 254, 258, 274, 275, 278, 283, 284, 285, 293, 298, 300; IV.62, 105, 106, 121, 169
- этап** *rim-pa* XI, XIII, XV, 1, 4, 6, 18, 25, 27, 34, 37, 48, 50, 54, 57, 59, 76, 80, 108, 117, 133, 257, 261, 267, 303, 307, 313, 318, 324; IV.XI, 29, 30, 32, 33, 52, 67, 98, 136, 140, 145, 169, 175 также см.: ступень; стадия
- «я»** *bdag* 59-62, 130, 188, 294, 327; IV.15, 39, 46 (санскр.: атман) также см.: самость
- явления** *chos; chos-can; ji-snyed-pa* 117, 122, 124, 126-128, 167, 243, 300, 307, 317, 327, 334, 338; IV.3, 8, 9, 11, 18, 19, 21, 37, 41, 92, 124, 168 также см.: дхарма
- яд** *dug* 46, 66, 186, 187, 234, 281, 298, 300; IV.92 также см.: клеша
- якша** (санскр.) *gnod-sbyin* 86, 182
- ясность** *gsal-cha* 75, 95; IV.12, 13, 54-56, 60, 61, 63, 70, 72, 77, 85, 98, 112, 114, 117, 118, 128, 164, 173

## Указатель личных имен и географических названий

- Абаев** 328
- Аванти** 335
- Арьяшура** (санскр.) *'phags-dpa'-bo* 208, 333; IV.52 знаменитый буддийский поэт и мыслитель Также см.: Ашвагхоша.
- Асанга** (санскр.) *thogs-med* 78, 82, 103, 121, 150, 266, 267, 321 великий буддийский мыслитель IV века, основоположник философской школы йогачара (также именуемой виджнянавада или читтаматра). «А. является бодхисаттвой третьей ступени, достигшим самадхи «Потока истины». Его явление было предсказано в «Коренной тантре Манджушри», — говорит Атиша в своем автокомментарии к «Светочу на Пути» — Atisha. The Lamp for the Path..., p.70
- Атиша** *a-ti-sha* 14, 104, 326 (982-1054) также см.: Дипанкара Шри Джняна
- Ашвагхоша** (санскр.) *rta-dbyangs* 103 (ок. 80-150 гг.) великий буддийский философ и поэт, обращенный в буддизм Арьядевой. Его поэма о жизни Будды — «Буддхачарита» переведена на русский язык К. Бальмонтом. Также см.: Матричета (хотя некоторые сомневаются в отождествлении его с Матричетой). Он же — Арьяшура.
- Бачелор С.** IV.173
- Берзин А.** IV.171
- Бодхибхадра** (санскр.) *byang-chub bzang-po* IV.49 один из главных учеников Наропы
- Брахма** (санскр.) *tshangs-pa* 46, 65 индуистский бог-прародитель
- Буткус Д.** X

- Буддхашанти** (санскр.) *sangs-rgyas zhi-ba* IV.62 непосредственный ученик Буддхаджняны (IX в.?)
- Бхававивека** (санскр.) 211 (также Бхавья, ок.500-570) — крупный индийский философ, основатель школы мадхьямики-сватантрики
- Ваджрапани** (санскр.) *phyag-na rdo-rje* 9, 10 бодхисаттва, воплощающий силу; идам крия и ануттара-йога тантр
- Ваджрасана** (санскр.) *rdo-rje gdan* 88 — Бодхгайя, место, где Будда достиг Пробуждения
- Вайрочана** (санскр.) IV.30, 171
- Васубандху** (санскр.) *dbyig-gnyen* 336; IV.59 великий буддийский философ, автор «Сокровищницы Абхидхармы», брат Арья Асанги
- Вэйман А.** IX, 319, 320, 321, 322, 323, 324, 325, 326, 327, 328, 329, 330, 332, 333, 338; IV.X, 167-169, 171, 172, 174, 176, 177
- Ганг** (санскр.) *ga-nga* 88, 161, 168, 254
- Геше Рабтен** (тиб.) IV.173, 174
- Гир Р.** X
- Голубева Т.** IV.X
- Гухьясамаджа** (санскр.) *gsang-'dus* IV.171 — один из важнейших идамов ануттарайога-тантры
- Дабпа** *grab-pa* 229
- Дандарон Б.** 328
- Джетари** (санскр.) *dgra-las rnam-rgyal* 75 — один из Учителей Атиши
- Джнянагарбха** (санскр.) *ye-shes snying-po* IV.167 учитель Шантиракшиты, передавший ему монашеские обеты
- Джнянакирти** (санскр.) *ye-shes grags* IV.24
- Долунгпа** *gro-lung-pa* 246 Ученик Нгог-лоцавы. Его другое имя — Лодрой Чжунгнэй. Слушал Дхарму также у Атиши, Чангавы, Хамлунгпы, Потобы и др. Основным его сочинением считается «Этапы Учения» (Тан-рим), которое очень хвалил Чже Цонкапа и опирался на него в своем Ламриме. Это сочинение считается подробным истолкованием замысла «Светоча Пути» Атиши
- Ешей-де** *ye-shes sde* IV.52, 54 — известен как переводчик ряда канонических текстов в период раннего распространения буддизма в Тибете
- Загуменнов Б.** X
- Индра** (санскр.) *brgya-byin* 65 — царь индуистских богов
- Индрабхути** (санскр.) 103 один из 4 «великих кудесников» — махасиддх, при жизни достигший состояния Будды
- Индия** *rgya-gar* 323
- Йонтандрак** *yon-tan grags* IV.32
- Камалашила** (санскр.) *ka-ma-la-shi-la* 26, 33, 48, 115, 116 великий индийский ученик Шантиракшиты, основавшего вместе с Гуру Ринпоче

Падмасамбхавой первый тибетский монастырь — Самье. Чже Цонкапа часто цитирует в «Ламриме» его «Ступени созерцания»

- Камапа** (*санскр.*) *ka-ma-pa (shes-rab 'od)* 301 (1057-1131) один из четырех великих учеников Гонпапы. Три другие — Нэзурва, Делунгпа и Ньяннемопа.
- Камлунгпа** *kham-lung-pa* 229 в тексте I тома опечатка: Хамлунгпа (см.) Его настоящее имя sGang shakya yon-tan (1023-1115). Знаменитый ученик Дом-тонпы
- Кастлер Д.** X
- Катьяна** (*санскр.*) 281, 335 индийский монах, современник Будды
- Кашьяпа** (*санскр.*) *'od-srungs* 102, 118 Будда прошлого времени
- Конакова Л.** X
- Крапивина Р.** IX, 332; IV.X
- Крестовская Т.** X
- Лагсорва** *lag-sor-ba* IV.32
- Ловсан Дондуп** *blo-bzang don-grub* IV.174, 177
- Любовский А.** IV.X
- Лущик Л.** X
- Майтрея** (*санскр.*) *byams-pa* 12, 78, 120, 299, 320, 328 грядущий Будда
- Манг-Юл** *tang-yul* 77
- Манджушри** (*санскр.*) *'jam-dpal* 10, 28, 173 — бодхисаттва мудрости
- Мара** (*санскр.*) *bdud* 125, 126, 129, 180, 300, 323 — бог зла и страсти, главный противник Будды. Также см.: Камадева
- Матвеев А.** X
- Матричета** (*санскр.*) *ma-khol* 32, 277, 284 также см.: Ашвагхоша
- Махабодхи** (*санскр.*) 88 храм, построенный на месте, где Будда достиг Пробуждения
- Махешварараджа** (*санскр.*) 45
- Меру** (*санскр.*) *ri-rab* 9, 43, 332 также см.: Сумеру
- Нагарджуна** (*санскр.*) *klu-sgrub* 9, 11, 65, 78, 82, 103, 121, 131, 266, 279, 290, 321 величайший из буддийских святых философов, почитается как второй Будда. Он жил, вероятно, на рубеже нашей эры, и ему приписывается около 200 трудов. Поскольку некоторые из них датируются не ранее чем VII в. н.э., существует мнение, что было несколько авторов с таким именем
- Нагцо** (— **Нагцо Цултим-гьелва**) *nag-tsho lo-tstsha-ba (nag-tsho tshul-khrims rgyal-ba)* 104, 326 первый ученик Чжово Атиши, привезший его из Индии в Тибет, служивший ему проводником и переводчиком. Он перевел с санскрита многие буддийские сочинения. Атиша дал ему двадцать тайных наставлений. Некоторые из них больше никто не получал. По возвращении из Ньетанга в родной Нгари он побудил одного индийского художника нарисовать большое изображение Чжово (уже покинувшего этот мир). Там также были изображены божества-идамы Атиши, Учителя, его деяния и главные

ученики. Был там нарисован и сам Нагцо. Поскольку при освящении танки сам Атиша спустился с неба Тушита и вошел в нее, она считается нераздельной с ним и самой благодатной реликвией в Нгари. Нагцо родился в 1011 году, а дата его смерти неизвестна

- Нэлчжорпа-ченпо (Чжангчуб-ринчен)** *rnal-'byor-pa chen-po (byangs-chub rin-chen)* (еще одно его имя: *a-mes byang-chub 'byung-gnas*) 68, 300
- Нэузува** *sne'u-zur-ba (ye-shes-bar)* 229 (1042-1118) главный ученик Гонпапы
- Потоба (Ринчен-сал)** *po-to-ba (rin-chen gsal)* 40, 225, 277, 301 (1031 или 1027-1105) великий ученик Дом-тонпы. Считался перерожденцем архата Ангаджа, великого ученика Будды
- Пуранг** 104
- Ревата (санскр.)** IV.44, 46
- Рерих Ю.** 331
- Розенберг О.О.** IV.172
- Рудой В.** 337
- Рудра** *drag-po* 65 — одно из имен Шивы
- Рупака (санскр.)** XII, 125, 127, 131
- Сагарамати (санскр.)** *blo-gros rgya-mtsho* 34
- Самье** *bsam-yas* 77, 104 первый буддийский монастырь Тибета
- Семенцов В.** 334
- Семоду** 277
- Серлингпа** *gser-gling-pa* 14
- Сонам Ринчен, геше** *bsod-nams rin-chen* X
- Сумеру (санскр.)** *lhun-po ri-rab* 43 также см.: Меру — гора, стоящая, согласно древнеиндийской географии, в центре нашего мира
- Стхирамати (санскр.)** *blo-gros brtan-pa* IV.105,107 ученик Васубандху
- Тац М.** 321
- Тибет** *bod* 338
- Тонпа** *ston-pa* 31, 68, 104; IV.29 также см.: Дом Тонпа
- Удрака (санскр.)** IV.19, 169
- Уоллас А.** X
- Упали (санскр.)** 210
- Хамлунгпа** (следует читать Камлунгпа См.) 68
- Харибхадра (санскр.)** XIV, 148, 149; IV.33 известный индийский комментатор Абхисамая-аламкары, живший в 8 веке
- Хэшан** 115, 116
- Цепак Ригзин** *tshe-dpag rig-'dzin* IV.169
- Цонкапа, Чже** *btsong-kha-pa* X, 326, 336; IV.170, 171, 177 в монгольском произношении — Цзонхава
- Цыбенов Ж.** X

**Цыбиков Г.** X

**Чандрагомин** (*санскр.*) *tsandra-go-mi* 26, 33, 54, 103; **IV.61** великий индийский учитель, живший приблизительно в VII веке. В 1890 г. А. Ивановский перевел на русский язык его «Послание к ученику» (Записки восточного отделения императорского Русского археологического общества, том 4, с. 29-82)

**Чандракирти** (*санскр.*) *zla-ba grags* 26, 30, 33, 171, 203, 218 — замечательный буддийский философ седьмого века. Его «Прасаннапада» — комментарий на «Муламадхьямака-карику» Нагарджуны, а также «Мадхьямака-ватару» являются важнейшими текстами высшей философской школы индо-тибетского буддизма — мадхьямики-прасангики

**Чжамьян Кьенце, геше** IX, X, 320-323, 330-333, 338; **IV.X**

**Чжово** *jo-bo* XV, 26, 31, 67, 69, 74, 75, 77, 78, 80, 84, 88, 104, 300, 316, 317 также см.: Атиша

**Чэнгава (Цултим-бал)** *spyan-snga-ba (tshul-khrims-'bar)* 301 (1038-1103) учился у Дом Тонпы и его учеников, знал санскрит, славился своими сверхъестественными способностями

**Шавопа** *sha-wo-pa* 223

**Шакьямуни** (*санскр.*) *shakya-thub-pa* 84, 323 также см.: Будда

**Шангна Чунг-тонпа** *shan-gna chung ston-pa* 31

**Шантидева** (*санскр.*) *zhi-ba lha* X, XV, 26, 55, 57, 78, 103, 255, 322, 329, 335 выдающийся сиддха восьмого века, автор «Введения в практику бодхисаттвы». Также известен под именем Бхусуку

**Шантипа** (*санскр.*) *sha-nti-ba* **IV.11**, 24, 33 великий сиддха XI в., ученик Наропы

**Шантиракшита** (*санскр.*) *zhi-ba tsho* 103 (ок. 705-765) знаменитый буддийский философ, автор «Таттвасанграхи», основатель первого буддийского монастыря в Тибете — Самье

**Шарава** *sha-ra-ba (yon-tan grags)* 168, 229, 261, 273, 301; **IV.171** (1070-1141) известный ученик Потобы. Знал наизусть все Слово Будды.

**Шейрабдордже** *shes-rab rdo-rje* 230 великий йогин из местечка gzho, ученик Шаравы

## Тибетско-русский индекс к Указателю-гlossарию

*ka*

<b>kun-'byung</b>	источник [страдания]
<b>kun-rdzob</b>	относительное
<b>kun-shes</b>	всеведение
<b>kun-slong</b>	мотивация, намерение
<b>klu</b>	нага (санскр.)
<b>dkon-mchog gsum</b>	Драгоценности три
<b>bkag</b>	запрет
<b>bka'</b>	заповедь
<b>rkyen</b>	условие, фактор
<b>skabs</b>	стадия
<b>sku</b>	тело
<b>skyabs</b>	Прибежище
<b>skye-mched</b>	орган чувств
<b>skyes</b>	рождение
skyes-rabs	джатака (санскр.)
skyes-bu	личность
skyes-bu 'bring	средняя личность
skyes-bu chen-po	высшая личность
skyes-bu chung-ngu	низшая личность
<b>skyo-ba</b>	разочарованность
<b>skyon</b>	изъян, недостатки, ошибка, порок



<b>bskal-pa</b>	кальпа (санскр.)
<b>bskul-ba</b>	побуждение
<b>kham</b>	дхату (санскр.), Сфера, элемент
kham gsum	Трикосмие
<b>khengs-pa</b>	высокомерие
<b>khong-khro</b>	гнев
<b>khrel-med-pa</b>	бесстыдство
<b>mkhan-po</b>	руководитель
<b>mkhas-pa</b>	мудрец, ученый, познание, знание
<b>mkhyen</b>	мудрость
<b>'khor-ba</b>	Круговорот, Круговерть, сансара (санскр.)
<b>'khor-los bsgyur-ba</b>	чакравартин (санскр.)

***kha***

<b>gang-zag</b>	индивид, личность
<b>gus-pa</b>	почтение
<b>gegs</b>	препятствия
<b>go-cha</b>	панцирь
<b>go-ba</b>	понимание
<b>goms-pa</b>	навык, привычка, освоение
<b>gyeng-ba</b>	отклонение, блуждание (мысли), отвлечение
gnam-par gyeng-ba	блуждание [мысли]
yong-su gyeng-ba; gnam-gyeng	отвлечение, рассеянность
<b>grva-tshang</b>	дацан (тиб.)
<b>grogs-po</b>	друг
<b>glod-pa</b>	расслабление
<b>dga'-ba</b>	энтузиазм, радость
mngon-par dga'-ba	экстаз
<b>dgra</b>	враг
dgra-bcom-pa	архат (санскр.)
<b>dge-ba</b>	благо, добро, добродетель, счастье
dge-'dun	Община, Сангха (санскр.)
(dge-ba'i) bshes-gnyen	Друг (Благой, Духовный)
dge-slong	монах
<b>dgongs-pa</b>	замысел [Будды]
dgongs-'grel	комментарий (первичный)
<b>'gal-pa</b>	противоречие
<b>'gog-pa</b>	прекращение, пресечение, воздержание

***ga***

<b>'gro-ba</b>	удел, участь
<b>bgrod-pa</b>	совокупление
<b>mgon-po</b>	покровитель
<b>rga-ba</b>	старость
<b>rgod-pa</b>	возбужденность, рассеянность
<b>rgyags-pa</b>	высокомерие
<b>rgyal-ba</b>	Победитель
rgyal [-ba'i] sras	сыны (Победителей, Семьи)
<b>rgyu</b>	причина
<b>rgyud</b>	поток (сознания), тантра (санскр.), личность
<b>rgyun gcig-tu byed-pa</b>	поглощенность
<b>rgyun-du zhugs-pa</b>	Вступивший в поток
<b>sgo</b>	дверь
<b>[b]sgom-pa</b>	культивирование, освоение, созерцание
<b>sgyu-ma</b>	иллюзия
<b>sgyu-rtsal</b>	искусство
<b>sgra rig-pa</b>	грамматика
<b>sgrib</b>	ошибка
sgrib-pa	завеса, загрязнение, скверна, препятствия
<b>sgrub-pa</b>	исполнение, практика, реализация
<b>brgynd [-pa]</b>	преемственность, традиция
<b>bsgrub-rtogs</b>	опыт
<b><i>nga</i></b>	
<b>nga-rgyal</b>	гордость, гордыня
<b>ngang-tshul</b>	характер
<b>ngar</b>	силы
<b>nges-pa</b>	познание, понимание, уверенность, убежденность
nges-pa'i tshul	установление
nges-'byung	отречение
nges-'byed	постижение
<b>ngo-bo</b>	сущность
<b>ngo shes-pa</b>	стыд
ngo-tsha-med	бессовестность
<b>ngos-'dzin</b>	определение
<b>dnegos-po</b>	вещь, предмет
dnegos-po'i mtha	пределы сущего
dnegos-sgrub	сиддхи (санскр.)
<b>mngon-par spro-ba</b>	энтузиазм
<b>mngon-par zhen-pa</b>	влечение

**mngon-shes** сверхъестественные силы  
**sngags** мантра (санскр.)  
**bsngos-ba** посвящение заслуг

**ca**

**gces-pa** любовь  
**bcom-ldan 'das** Победоносный, Бхагаван (санскр.)

**cha**

**chags-pa** привязанность  
 'dod-chags страсть, (страстная) привязанность  
**cho-ga** ритуал  
**chog-shes-pa** довольствование [скудным]  
 chog-shes mi-byed-pa неудовлетворенность  
**chos** Учение, Дхарма, дхарма (санскр.), качество, явления, элемент, фактор  
 chos-can явления  
 chos-kyi sku Дхармакая (санскр.)  
 chos-skyong хранители, защитники [Учения]  
 chos-mngon абхидхарма (санскр.)  
 chos-nyid сущность  
**mchod-pa** подношение  
 mchod-rten ступа (санскр.)  
**'chi-ba** смерть

**ja**

**ji-snyed-pa** явления  
**ji-lta-ba** сущность, истина  
**'jug-pa** совокупление  
**'jog-pa** сосредоточение, закрепление  
 'jog-sgom закрепленное сосредоточение  
**brjed-ngas** забывчивость

**nya**

**[m]nyan-pa** слушание  
 nyan-thos слушатели, шравака (санскр.)  
**nyams** переживание  
 nyams-len практика  
**nyal-ba** сон  
**nyi-ma** солнце  
**nying-mtshams sbyor-ba** перерождение

- nye-bar bsdus-pa** суть  
**nyer-bsdogs** порог  
**nyes-pa (lnga, drug)** зло, преткновение (5, 6)  
   nyes-spyod злодеяние  
   nyes-dmigs пагубность, ущербность  
**nyon-mongs** клеша (санскр.)  
**gnyid** сонливость  
   gnyid-log-pa сон  
**gnyen-po** противоядие  
**snying-rje** сострадание  
**snying-po** суть  
**snying-rus** прилежание  
**bsnyen-gnas** упаваса (санскр.)  
**mnyam-bzhag; mnyam-par 'jog-pa** равновесие
- ta*
- ting-nge-'dzin** самадхи (санскр.)  
   ting-nge-'dzin-gyi sgo дверь самадхи  
   ting-nge-'dzin-gyi spyod-yul область самадхи  
   ting-nge-'dzin-gyi mtshan-ma источник самадхи  
**gti-mug** заблуждение  
**gtod-par byed-pa** фиксация (мысли)  
**gtor-ma** балин (санскр.)  
**btags-pa** фиксация (мысли)  
**btang-snyoms** равновесие, ровное  
**rtags** знак  
**rten** опора, положение, рождение, жизнь  
   rten [-cing] 'brel [-bar 'byung-ba] зависимое происхождение  
**rtog-pa** мысль  
   rtog-ge-pa философ  
**rtogs-pa** реализация, восприятие, осознание, осознание  
**lta-ba** воззрение, рассмотрение  
   lta-ba mtshungs-pa'i grogs единомышленник  
**ltas** предзнаменование  
**ltung-ba** падение  
**stong-pa-nyid** *пустота*  
**stobs** силы  
   stobs bcu десять с.  
   stobs drug шесть с.  
   stobs bzhi четыре с.

<b>brtag-bya-ba</b>	наблюдение
<b>brtan-pa</b>	стойкость
<b>brtun-pa</b>	рвение, усердие
<b>brtul-zhugs</b>	аскет(изм)
<b>bstan-bcos</b>	трактат
<b>bstan-pa</b>	Учение
<b>bsten-pa</b>	вверение, вверяться

*tha*

<b>tha-snyad</b>	термин
<b>thabs</b>	метод
<b>thams-cad mkhyen-pa</b>	всеведение
<b>thams-cad yod-par smgra-ba</b>	сарвастивада (санскр.)
<b>thar-pa</b>	Освобождение, свобода
rnam-par thar-pa	жизнь
<b>thugs</b>	разум, ум, душа
thugs-rje	сострадание
<b>thun</b>	стража
<b>thub-pa</b>	Муни (санскр.), Отшельник
thub-pa'I dbang-po	Муниндра (санскр.)
<b>the-tshom</b>	сомнение
<b>theg-pa</b>	Колесница
theg-chen	Махаяна (санскр.)
theg-dman	Хинаяна (санскр.)
<b>thogs</b>	препятствия
<b>mthar-phyin</b>	завершение
<b>mtho-ris</b>	рай
<b>mthong-ba</b>	осознание, осознавание

*da*

<b>dag-pa</b>	чистота
<b>dwangs-pa</b>	светлость
dwangs-cha	четкость
<b>dad-pa</b>	благоговение, вера
<b>dam-tshig</b>	обязательство
<b>dug</b>	яд
<b>de-kho-na-nyid, de-nyid</b>	реальность
<b>de-bzhin bshegs-pa</b>	Татхагата (санскр.)
<b>don</b>	смысл, цель, польза, суть, дух
don-dam	абсолютное

<b>dran-pa</b>	внимательность, памятование
<b>dri-ma</b>	скверна
<b>dregs-pa</b>	высокомерие
<b>gdams-pa</b>	наставление, руководство
gdams-ngag	руководство
<b>gdon</b>	злой дух
<b>bdag</b>	«я»
bdag-nyid	самость
<b>bdud</b>	злой дух
<b>bde-ba</b>	блаженство
bde gshegs-pa	Сугата (санскр.)
<b>bden-pa</b>	истина
bden-pa'i rnam-pa	(16) аспектов (Четырех) истин
<b>bsdu-bzhi</b>	четыре средства обращения
<b>mdo</b>	сутра (санскр.)
<b>'du-byed</b>	воля, побуждение
<b>'du-shes</b>	представление, мысль, установка, осознание, осознавание, помысел, помышление
<b>'dun-pa</b>	чувства, стремление
<b>'dul-ba</b>	Виная (санскр.), Дисциплина, усмирение
'dul-bar byed-pa	обуздание
<b>'dus-ma-byas</b>	необусловленный
<b>'dod-pa</b>	желание, стремление
'dod-pa la 'dun-pa	желание чувственных удовольствий
'dod-chags	страсть, (страстная) привязанность
'dod-chags dang bral-ba	бесстрастие
<b>rdo-rje'i theg-pa</b>	Ваджраяна (санскр.)
<b>sdig-pa</b>	грех, проступок
<b>sdug-bsngal</b>	страдание
<b>sde-pa</b>	школа
<b>sdom-pa</b>	обуздание
sdom-sems	воздержание
<b>na</b>	
<b>nang-pa</b>	буддист
<b>nad</b>	болезнь
nad-pa	больной
<b>nam-mkha'-lding</b>	Гаруда (санскр.)
<b>nor-bu</b>	драгоценность
<b>gnad</b>	положение, принцип, суть, основа
gnad bsdus-pa	свод

<b>gnas</b>	место
gnas-pa	существование, жизнь
gnas ngan-len	потенции скверны(е)
gnas-cha	устойчивость
<b>gnod-sbyin</b>	якша (санскр.)
<b>gnod-sems</b>	злонамеренность
<b>gnon-pa</b>	подавление
<b>rnam-pa</b>	образ, аспект, характер
rnam-[par] rtog-[pa]	мыслетворение
rnam-par 'byed-pa	исследование
rnam-shes	сознание
<b>rnal-'byor</b>	йога (санскр.)
rnal-'byor-pa	йогин (санскр.)
rnal-'byor spyod-pa	йогачара (санскр.)
<b>snang-brnyan</b>	отображение
<b>snod</b>	корзина, сосуд

**pa**

<b>dpag-tshad</b>	йоджана (санскр.)
<b>dpags-pa</b>	осознание, осознавание
<b>dp Yad sgom</b>	аналитическое созерцание
<b>dp Yad-nas skyong-ba</b>	исследование
<b>dp yod-pa; yong-su dp yod-pa</b>	анализ
dp yod-pa'i yid-la byed-pa	исследование
<b>spa gong-ba</b>	зависть
<b>spel</b>	умножение
<b>spyi chings</b>	связующее звено
<b>sprul-pa'i rnam-rol</b>	воплощение
<b>spyod-pa</b>	поведение, практика

**pha**

<b>pha-rol-tu phyin-pa (i' theg-pa)</b>	парамита(яна) (санскр.)
<b>phan-yon</b>	польза
<b>phung-po lnga</b>	совокупностей [личности] пять
<b>pho-brang</b>	храм
<b>phyag-'tshal-ba</b>	поклон
<b>phyogs</b>	аспект
<b>phra-ma</b>	злословие
<b>phrag-dog</b>	зависть
<b>'phags-pa</b>	арья (санскр.), святой
<b>'phro-ba</b>	отвлечение

<b>bag-chags</b>	склонности
<b>bag-med</b>	беспечность
bag-med-pa	неосмотрительность
<b>byang-chub</b>	Пробуждение
byang-chub-gyi sems	бодхичитта (санскр.), Устремленность
byang [-chub] sems [-dra']	бодхисаттва (санскр.)
byang-sems-kyi sa	уровни бодхисаттв
byang-sems-kyi sdom-pa	обеты бодхисаттвы, бодхичитты
<b>byams-pa</b>	любовь
<b>bying-ba</b>	расплывание, расплывчатость [мысли]
<b>byin-rlabs</b>	благословение
<b>byis-pa</b>	дети
<b>bye-brag 'byed-pa</b>	различение
<b>byed-las</b>	действие, функция
<b>bla-ma</b>	лама (тиб.), Учитель
<b>bla-med rnal-'byor</b>	Ануттарайога (санскр.)
<b>blun</b>	глупость
<b>blo-gros</b>	постижение
<b>blo-sbyong</b>	развитие (духовное)
<b>dbang</b>	посвящение, силы
dbang-po	способности, чувства
<b>dbu-ma-pa</b>	мадхьямика (санскр.)
<b>dbugs 'byung rngub</b>	дыхание
<b>dben-pa</b>	отрешенность
<b>'byung-ba</b>	стихии, Элементы
<b>'bras [-bu]</b>	плод, следствие
<b>sbyangs</b>	очищение
<b>sbyin-pa</b>	даяние
<b>sbyong-ba</b>	воспитание
<b>sbyor-ba</b>	занятие, исполнение

<b>ma-zhi-ba</b>	беспокойство
<b>ma-rig-pa</b>	неведение
<b>man-ngag</b>	руководство
<b>man-dal</b>	мандала (санскр.)
<b>mi-dge-ba</b>	греходеяние, проступок
mi-dge-ba las	десять неблагих деяний
<b>mi-gyo-ba'i cha</b>	невозмутимость



<b>mi rtag-pa</b>	непостоянство
<b>mi-rtog-pa</b>	недискурсивность
<b>mi-sdug-pa</b>	отвратительное
<b>mi ma yin</b>	нелюдь
<b>mi-gsal-ba</b>	мутность
<b>mu-stegs-pa</b>	иноверцы
<b>mun-pa</b>	помрачение
<b>mel-tshe</b>	стража
<b>mos-pa</b>	вера, почтение
<b>mya-ngan 'das</b>	нирвана (санскр.)
<b>dmigs</b>	размышление
dmigs-pa	предмет, объект
dmigs-med	бессубстратность
<b>dmyal-ba</b>	ад
<b>rmongs-pa</b>	незнание, омраченность
<b>rmugs[-pa]</b>	вялость
<b>sman</b>	лекарство
sman-pa	врач
<b>smon-lam</b>	моление

***t******sa***

<b>tsan-dan</b>	сандал
<b>gtso-bo</b>	основа
<b>rtsa-ba</b>	основа
<b>rtse-gcig-pa</b>	сосредоточение
<b>rtsol-ba</b>	усилие
<b>brtson-grus</b>	усердие

***t******sha***

<b>tshad-ma</b>	логика
<b>tshad-med bzhi</b>	Безмерные, четыре
<b>tshul-khrims</b>	нравственность
<b>tshe</b>	жизнь
<b>tshogs</b>	снаряжение, собрание, накопление
<b>tshor-ba</b>	ощущение
<b>mtshan</b>	знак
mtshan-ma	признак, источник проявления
mtshan-nyid, mtshan-pa	характеристика

***d******za***

<b>'dzin-pa</b>	цепляние
-----------------	----------

**rdzun-pa**           ложь  
**rdzogs-pa**       завершение

**zhi-gnas**           *безмятежность*, шаматха (санскр.)  
**zhi(-ba); zhi-bar byed-pa**   покой, успокоение  
**zhing**             поле, миры  
**zhum-pa**           притупленность (мысли)  
     yi shi-ba'i zhum-pa   упадок духа  
     shin-tu zhum-pa     чрезмерная вялость  
**zhe-sdang**       ненависть, неприязнь, нетерпимость  
**gzhi**             предмет, суть, основа, объект  
**gzhung**          Источник, первоисточник, текст

**zha**

**zas**               пища  
**zung (-du) 'brel(-ba)**   сочетание  
**gzugs**           физическое  
     gzugs-brnyan   отражение  
**gzungs**         дхарани (санскр.)  
**gzengs-bstod-pa**   оживление (воодушевление)  
**gzengs-mtho-ba**   энергичность  
**bzo-rig**         ремесла и искусства  
**bzod-pa**         терпение

**za**

**yan-lag**           элемент  
     yan-lag las-can     фактор  
     yan-lag bdun-pa   Семеричный ритуал  
**yi-dwags**       прета (санскр.)  
**yin lugs**       бытие как оно есть  
**yid**             ум  
     yid 'gyur-ba     перемена духовная  
     yid-'byung     удрученность  
     [yid] gtod-pa   сосредоточенность  
     yid mi-bde     уныние  
     yid-la byed-pa   внимание, установка, помысел, помышление  
**yul**             объект  
     yul-can         субъект  
**ye-shes**       прозрение, знание  
**yon-tan**       достоинство

**ya**

***ra***

<b>rang-bzhin</b>	природа, самобытие
rang-bzhin-gyis bzhugs-pa gsal-'debs-pa	визуализация существующего [изображения]
<b>rang-sangs-rgyas</b>	будда-для-себя, пратьекабудда (санскр.)
<b>rig-pa</b>	наука, осознание, осознавание
rig-pa'i gzengs	внимание
<b>rigs</b>	семья, сущность
rigs-pa	рассуждение
<b>rim [-pa]</b>	ступень, этап

***la***

<b>lam</b>	путь, стадия, стезя
lam-linga	пять стадий
lam-rim	Ламрим (тиб.)
lam-srol	система
sbyor lam	стадия Применения
mthong-ba'i lam	стадия Видения
<b>las</b>	деяние, карма (санскр.), кармический
las-can	фактор
las-'bras	деяния-плода закон
las-su rung-ba	послушность, подвластность
<b>lung</b>	свидетельство, ветры
lung-bstan	предречение
<b>lus</b>	тело
<b>le-lo</b>	лень
<b>longs-spyod</b>	восприятие
<b>lo-tsa-ba</b>	лоцава (тиб.)
<b>log-pa</b>	ложный

***sha***

<b>shes-pa</b>	осознание, осознавание
shes-pa 'phangs	внимание
shes-bzhin	бдительность
shes-rab	мудрость, пронизательность
shes-rab-kyi pha-rol-tu-phyin-pa	Праджняпарамита (санскр.)
<b>shing-rta</b>	подвижник
<b>shin-sbyangs</b>	податливость совершенная
<b>bshags-pa</b>	исповедь, покаяние
<b>bshad-pa</b>	проповедовать

- sa** уровень, поле, миры
- sa-mtshams bstan-pa** разграничение
- sa-bon** семя, «семена»  
sa-bon rtsad-nas spong-ba искоренение [клеш] вплоть до «семян»
- sangs-rgyas** Будда (санскр.)  
sangs-rgyas-kyi go-'phang Буддовость, Буддство, состояние Будды
- sems[-pa]** дух, ум, размышление, побуждение, воля, мысль  
sems[-bskyed] Устремленность  
sems-kyi 'phangs внимание  
sems-rgyud ум, душа  
sems-can существо  
sems-gcig-bsams сосредоточение  
sems gnas степени (сосредоточения ума, девять)  
sems-byed-pa состояние  
sems-tsam-pa читтаматрин (санскр.)  
snyam-du-sems размышление  
gtong-ba'i sems щедрость
- so-sor thar-pa** Пратимокша (санскр.)  
so-sor thar-pa'i sdom-pa обеты Индивидуального освобождения
- srid-pa** становление, существование
- sred-pa** жажда
- srung-ma** защитники (Учения)
- srog** жизнь
- slob-dpon** наставник
- slob-ma** ученик
- (gsang-)sngags (-kyi theg-pa)** Мантра (тайная, сокровенная), Мантраяна  
gsal-cha ясность
- gsal-ba** отчетливость
- gsung-rab** Слово [Будды]
- gso-rig** медицина
- gsod-pa** убиение
- bsags-pa** накопление
- bsam-pa** мысль, установка, помысел, помышление  
bsam-gtan Дхьяна (санскр.), медитация
- bsod-nams** заслуги
- bslab-pa** практика  
bslab-pa gsum три п.  
thung-mong ma-yin-pa'i bslab-pa особая (специальная) п.
- bslab-bya** обязанность, предписание  
dgag-pa'i bslab-bya запрет

***ha***

<b>ha-cang thal-'gyur</b>	вывод, преувеличенный
<b>lha</b>	бог, божество, небожитель
<b>lhag-mthong</b>	<i>проникновение</i>

Тибетско-русский индекс к Указателю имен и  
географических названий

**ka-ma-pa** (**shes-rab 'od**) Камапа (санскр.)  
**ka-ma-la-shi-la** Камалашила (санскр.)

***ka***

**kham-lung-pa** Камлунгпа

***kha***

**ga-nga** Ганг (санскр.)  
**grab-pa** Дабпа  
**gro-lung-pa** Долунгпа  
**dgra-las rnam-rgyal** Джетари (санскр.)  
**rgya-gar** Индия  
**brgya-byin** Индра (санскр.)

***ga***

**jo-bo** Чжово  
**'jam-dpal** Манджушри (санскр.)

***ja***

**rta-dbyangs** Ашвагхоша (санскр.)  
**ston-pa** Тонпа

***ta***

**tha**

**thogs-med** Асанга (санскр.)

**da**

**drag-po** Рудра (санскр.)

**bdud** Мара (санскр.)

**rdo-rje gdan** Ваджрасана (санскр.)

**na**

**nag-tsho lo-tsa-ba** Нагцо (=Нагцо Цултим-гьелва)

**nag-tsho tshul-khrims rgyal-ba** (Нагцо Цултим-гьелва)

**rnal-'byor-pa chen-po (byangs-chub rin-chen) (= A-mes byang-chub 'byung-gnas)**  
Нэлчжорпа-ченпо (Чжангчуб-ринчен)

**sne'u-zur-ba (ye-shes-bar)** Нэузурва

**pa**

**po-to-ba (rin-chen gsal)** Потоба (Ринчен-сал)

**spyang-snga-ba (tshul-khrims-'bar)** Чэнгава (Цултим-бар)

**'phags-dpa'-bo** Арьяшура (санскр.)

**phyag-na rdo-rje** Ваджрапани (санскр.)

**ba**

**bod** Тибет

**byangs-chub rin-chen (= A-mes byang-chub 'byung-gnas)** Нэлчжорпа-чен-  
по (Чжангчуб-ринчен)

**byang-chub bzang-po** Бодхибхадра (санскр.)

**byams-pa** Майтрея (санскр.)

**dbyig-gnyen** Васубандху (санскр.)

**blo-gros rgya-mtsho** Сагарамати (санскр.)

**blo-gros brtan-pa** Стхирамати (санскр.)

**blo-bzang don-grub** Ловсан Дондуп

**ma**

**ma-khol** Матричета (санскр.)

**mang-yul** Манг-Юл

**tsa**

**tsandra-go-mi** Чандрагомин (санскр.)

**tshul-khrims-'bar** Чэнгава (Цултим-бар)

**btsong-kha-pa** Цонкапа, Чже

<b>tshangs-pa</b>	Брахма (санскр.)	<b>tsha</b>
<b>tshe-dpag rig-'dzin</b>	Цепак Ригзин	
<b>zhi-ba tsho</b>	Шантиракшита (санскр.)	<b>zha</b>
<b>zhi-ba lha</b>	Шантидева (санскр.)	
<b>zla-ba grags</b>	Чандракирти (санскр.)	<b>za</b>
<b>'od-srungs</b>	Кашьяпа (санскр.)	<b>'a</b>
<b>ye-shes grags</b>	Джнянакирти (санскр.)	<b>ya</b>
<b>ye-shes snying-po</b>	Джнянагарбха (санскр.)	
<b>ye-shes sde</b>	Ешей-де	
<b>yon-tan grags</b>	Йонтандрак	
<b>rin-chen gsal</b>	Потоба (Ринчен-сал)	<b>ra</b>
<b>lag-sor-ba</b>	Лагсорва	<b>la</b>
<b>shakya-thub-pa</b>	Шакьямуни (санскр.)	<b>sha</b>
<b>sha-nti-ba</b>	Шантипа (санскр.)	
<b>shan-gna chung ston-pa</b>	Шангна Чунг-тонпа	
<b>sha-wo-pa</b>	Шавопа	
<b>sha-ra-ba (yon-tan grags)</b>	Шарава	
<b>shes-rab rdo-rje</b>	Шейрабдорчже	
<b>shes-rab 'od</b>	Камапа (санскр.)	
<b>sangs-rgyas zhi-ba</b>	Буддхашанти (санскр.)	
<b>gsang-'dus</b>	Гухьясамаджа (санскр.)	<b>sa</b>
<b>gser-gling-pa</b>	Серлингпа	
<b>bsam-yas</b>	Самье	
<b>bsod-nams rin-chen</b>	Сонам Ринчен, геше	



			<i>ha</i>
<b>lhun-po ri-rab</b>	Сумеру (санскр.)		
			<i>a</i>
<b>a-ti-sha</b>	Атиша		
<b>A-mes byang-chub 'byung-gnas</b>	Нэлчжорпа-ченпо (Чжангчуб-ринчен)		

## Цитируемая литература

(список включает только издания, не упоминавшиеся в тт. 1,2)

### Тексты, цитируемые Чже Цонкапой

Для текстов, входящих в тибетский канон, указывается порядковый номер по дергескому изданию, согласно каталогу Тохоку.

- «Автокомментарий на “Собрание практик”»      bslab-btus rang-‘grel  
(Шантидева: Śikṣāsamuccaya №3940)
- «Благородная Сутра великой сокровищницы» (следует читать: «Священная  
Сутра небесной сокровищницы»)      ‘phags-pa nam-mkha’i mdzod-kyi  
mdo      (Арья гаганаганджа париприччха нама махаяна сутра №148)
- «Вопросы девушки Чандроттары»      bu-mo zla-mchog lung-bstan      (Арья  
Чандроттара-дарика париприччха нама махаяна сутра №191)
- «Вопросы Нараяны»      sred-med-kyi bus zhus-pa      (Нараяна париприч-  
чха арья махамаявиджаявахини нама дхарани №684)
- «Вопросы Реваты»      nam-grus zhus-pa nyan-sar drangs-pa
- «Высшее полное пробуждение Вайрочаны»      rnam-par-snang-mdzad  
mngon-par rdzogs-par byang-chub      (Махавайрочана абхисамбодхи ви-  
курвитадхиштхана вайпуля сутрендрараджа нама дхармапарьяя №494)
- «Гаягаури»      gā-ya-gau-ri      (ārya gayāśīrṣa nāma mahāyāna sūtra №109)
- «Глава о видах силы»      stobs-kyi rigs gi le’u      — Balagotra — из «Уров-  
ней бодхисаттв»
- «Дхарани, открывающее бесчисленные двери»      sgo mtha’-yas-pa sgrub-pa’i  
gzungs      (anantamukhanirhāradhāraṇī cp. №2695)
- «Жизнеописание Майтреи»      byams-ba’i rnam-par thar-pa

- «**Золотое ожерелье**» gser-phreng (сочинение Чже Цонкапы)
- «**Истолкование замысла**» См. «**Священная [сутра] истолкования замысла**»
- «**Наставление о парамите мудрости**» shes-rab-kyi pha-rol-tu phyin-pa'i man-ngag [Шантипа (Ратнакарашанти): праджняпарамита упадеша №4076]
- «**Первая ступень созерцания**» bsgom-pa'i rim-pa dang-po (Камалашила: пурва-бхавана-крама, №3917)
- «**Первое лучшее счастье**» dpal mchog dang-po (Шри парамадья нама махаяна кальпа раджа №487)
- «**Подлинный свод Дхармы**» chos yang-dag-par sdud-pa (ārya dharmasamgīti nāma mahāyana sūtra №238)
- «**Порядок действий Учителя**» bla-ma'i bya-ba'i rim-pa (Атиша: Gurukriyākrama № 2561)
- «**Ритуал Устремленности**» sems-bskyed-pa'i cho-ga (Атиша: Читотпада самвара видхи крама №3969)
- «**Самадхи жеста осознания**» ye-shes phyag-rgya'i ting-nge-'dzin (ārya tathāgata jñānamudrāsamādhi №131)
- «**Сампута**» yang-dag-par sbyor-ba (Сампута нама махатантра №381)
- «**Священная [сутра] царя самадхи**» см. «**Царь самадхи**»
- «**Священная [сутра] груди драгоценностей**» 'phags-pa dkon mchog brtsegs-pa (Арья махаратнакута дхармапарья шатасахасрика грантхе трисамвара нирдеша париварта нама махаяна сутра №45)
- «**Священная сутра культивирования благоговения к Махаяне**» 'phags-pa theg-chen-po la dad-pa bsgom-pa'i mdo (Арья махаянапрасада прабхавана нама махаяна сутра №144)
- «**Священная [сутра] облака драгоценностей**» dkon-mchog sprin (Арья ратнамегха нама махаяна сутра №231)
- «**Середина и крайности**» dbus-mtha' (Майтрея-Асанга: Мадхьянта вибханга карика №4021)
- «**Собрание из всех сутр**» mdo kun las btus-ba (Нагарджуна: sūtrasamuccaya №3934)
- «**Собрание нарушений**» см. «**Сутра собрания всех нарушений**»
- «**Средняя ступень созерцания**» bsgom-pa'i rim-pa (Камалашила: Бхавана-крама, №3917)
- «**Стихи царя наг [по имени] “Барабанный звук”**» klu'i rgyal-po rnga sgra'i tshigs-su-bcad (Nāgarājabherīgāthā №325)
- «**Сутра головной драгоценности**» gtsug-na rin-po-che'i mdo (ārya ratnacūḍaparipṛicchā №91)
- «**Сутра золотистого света**» gser-'od (Арья суварна-прабхаса уттама сутрендрараджа нама махаяна сутра №556)
- «**Сутра, которую изложил Акшаямати**» blo-gros mi-zad-pas bstan-pa'i mdo

- (ārya akṣayamatīnirdeśa nāma mahāyana sūtra №175)
- «Сутра наставлений царю» gsal rgyal la gdams-pa (ārya rājā vavādaka sūtra №221)
- «Сутра об очищении от кармической скверны» las-kyi sgrib-pa rnam-par dag-pa'i mdo (ārya karmāvaraṇaviśuddhi-sūtra №218)
- «Сутра о происхождении Татхагат» de-bzhin-gshegs-pa skye-ba 'byung-ba'i mdo tathāgatotpattisaṃbhava-sūtra (Jikodo Takasaki в своей работе «A Study on the Ratnagotravibhāga» /Rome, 1966, P. 189/ сообщает, что эта сутра является 32 главой из Аватамсака-сутры, хотя и на китайский язык тоже переведена как отдельное произведение)
- «Сутра проповедей Вималакирти» dri-ma-med-par grags-pas mdo (Арья Вималакирти-нирдеша нама махаяна сутра, №176)
- «Сутра проявлений Манджушри» 'jam-dpal rnam-par-rol-pa'i mdo (ārya Mañjuśrī-vikrīḍita nāma mahāyana sūtra №96)
- «Сутра светила луны» zla-ba sgron-me'i mdo (Чандра прадипа сутра пранидхана №5080)
- «Сутра семи законов» chos bdun-pa'i mdo
- «Сутра счастливой калпы» bskal-bzang (ārya bhadrakalpika nāma mahāyana sūtra №94)
- «Толкование “Вхождения в срединность”» 'jug-'grel (Чандракирти: Мадхьямака-аватара бхашья нама №386)
- «Толкование “Главы о нравственности”» tschul-khrims le'u'i 'grel-pa (Сочинение Чже Цонкапы)
- «Толкование “Середины и крайностей”» dbus-mtha'i 'grel-bshad (Стхирамати: Мадхьянта-вибханга тика №4032)
- «Толкование “Украшения сутр”» mdo-sde'i rgyan-gyi 'grel-pa (Стхирамати: Сутраламкара-вритти бхашья №4034)
- «Толкование “Хвалы покаянию” [Чандрагомина]» bshags-pa'i bstod-pa'i 'grel-ba (Буддхашанти: дешана-става вритти №1160)
- «Три набора» phung-bo gsum-pa (ārya triskandhaka nāma mahāyana sūtra №284)
- «Устройство земли Манджушри» 'jam-dpal-gyi sangs-rgyas-kyi zhing-bkod (ārya mañjuśrībuddhakṣetraguṇavyūha nāma mahāyana sūtra №59)
- «Хвала беспредельным достоинствам» yon-tan mtha'-yas-par bstod-pa (Trirātnadasa: Guṇāparyantastotra №1155)

### Прочие книги

Алмазная сутра (Арья ваджраччхедика нама праджняпарамита махаяна сутра №16 Издано несколько русских переводов).

Дандарон Б.Д. «Теория шуны у мадхьямиков» // Тибетский буддизм: теория и практика/ Отв. ред. Н. Абаев. Новосибирск: «Наука», 1995. С.29-46.

Добротолюбие. Москва. Типо-литография И. Ефимова. Изданием Русского на Афоне Пантелеймонова монастыря. 1895 г., т.2.

Источник мудрецов. (Тибето-монгольский терминологический словарь буддизма). Разделы «Парамита» и «Мадхьямика» // Пер. Дандарон Б.Д., Пубаев Р.Е. Улан-Удэ. 1968.

Рудой В.И. Некоторые вопросы структуры и терминологии абхидхармы. Диссертация на соискание уч. степени кандидата исторических наук. (На правах рукописи) Л., 1980.

Семенцов В.С. Проблемы интерпретации брахманической прозы. М.: «Наука», 1961.

Geshe Rabten. *The Mind and its Functions* / Tr. and ed. by Stephen Batchelor. Switzerland: «Tharpa Choeling», 1979.

Pabongka Rinpoche. *Liberation in our Hands. Part 1: The Preliminaries.* Transcribed and Edited by Yongzin Trijang Rinpoche Losang Yeshe Tenzin Gyatso / Tr. by Lobsang Tharchin with Artemus B. Engle. New Jersey: Mahayana Sutra and Tantra Press, 1994.

*The Six-session Guru Yoga and the Bodhisattva Vows* / Compiled by Instituto Lama Tzong Khapa. Italy. (No date, no author/translator).

Takasaki Jikodo. *A Study on the Ratnagotravibhāga.* Rome, 1966.

Wayman A. "Ethics of Tibet: Bodhisattva Section of Tson-kha-pa's Lam rim chen mo / State University of New York, 1991.

Wayman A. *The Significance of Mantras...* // *Buddhist Insight: Essays by Alex Wayman* / Ed. G.R. Elder. Delhi, 1984.

Wayman A. *Eschatology in Buddhism* // *Studia Missionalia.* 1983. Vol. 32.

Wayman A. *A Report on the Akṣayamatīnirdeśasūtra* // *Studies in Indo-Asian Art and Culture* / Ed. by L. Chandra. New Delhi, 1980. Vol. 6. P. 216-217

Tatz M. *Difficult Beginnings: Three Works on the Bodhisattva Path* by Candragomin. Boston, 1985.

Tatz M. *Asanga's Chapter on Ethics With the Commentary of Tsong-Kha-Pa.* Lewiston/Queenston, 1986.

*Sanskrit-Tibetan-English Vocabulary* by Alexander Csoma de Kőrös / Ed. by D. Ross. Calcutta, 1910.

dkon-mchog gsum la mchod-pa 'bul tshul (ксилограф издания Агинского дацана).

*Samādhisambhāraparivarta*, Derge Kagyur, Dbu-ma, Vol. Ki.

### Список исправлений и уточнений к тому 3

Страница и строка	Напечатано	Следует читать
X, 13 св.	Г.Ц. Цыбикова	Г.Б. Цыбикова
X, 18 св.	Буткасу	Буткусу
X, 3 сн.	IX	XXIV
X, 2 сн.	«БА», «КХА»	«БА»
XVIII, 5 сн.	Обетов	воздержания
14, 4 св.	мадхьямики	мадхьямики
33, 9 св.	нестерпимости	нетерпимости
34, 2 св.	ственное	ственное
37, 7 сн.	привязаность	привязанность
63, 11 св.	Введении в практику	«Введении в практику»
68, 13,16 св.	сфер	Сфер
75, 9 сн.	упо-	где упо-
144, 7 сн.	благами	в благах
165, 1 св.	несостоятельно;]	несостоятельно;
170, 9 св.	нравственностью 91а	нравственностью
183, 12 св.	грех.»	грех.
195, 4 св.	как <i>мотивацию</i>	вместе с <i>мотивацией</i>
202, 16 сн.	обетов	воздержания
230, 2 св.	Шейрабдорчже	Шейраб-дорчже
236, 4-5 св.	страдания — душевной подавленности	страдания, — душевная подавленность
256, 4 св.	вступление	вступления
274, 3 св.	сфер	Сфер
283, 11 св., 6 сн.	ответственности	заботливости
291, 7 св., 299, 11 св.	Арья Шура	Арьяшура
309, 2 св.	Почему же средств обращения именно четыре	Почему же средств обращения именно четыре
320, 7 сн.	матери отшельников	замысла Муни
321, 3 св.	Разновидности	22 разновидности
321, 7 св.	Первые десять — это	А именно:
322, 8 сн.	К г s	Кцгös
325, 6 сн.	Светочем	Светочем на
327, 13 св.	bzag	bzhag
329, 12 сн.	§	ā
333, 3 св.	8-ой стадии	8-го уровня
333, 6 св.	Арьяшура	Арьяшура. Гирлянда джатак
333, 14 сн.	Джатакамала	Арьяшура. Гирлянда джатак
336, 3 св.	проницательных	всепроницающих
337, 6-5 сн.	мадхьямиков	мадхьямиков
340, 9-11 св.		
(Исправление к стр. 226 следует читать так:)		
один из пяти главных учеников Нагцо-лоцавы		индийский ученик Атиши
340, 10-11 сн.	Рудра, Раудра (правильно: Угра)	Угра
340, 14 сн.	У.	

## Как обращаться с буддийскими книгами

Дхарма — Учение Будды — священное лекарство, которое помогает и Вам, и другим избавляться от страданий. Поэтому ко всем книгам, содержащим Учение Будды, на каком бы языке они ни были написаны, надо относиться с уважением. Не следует класть их на пол или на стул, ставить на них какие-либо предметы — даже изображения Будды. Нельзя слюнявить пальцы, переворачивая страницы. Хранить книги Дхармы полагается в алтаре или другом почетном месте. Если надо избавиться от испорченного или поврежденного священного текста, лучше сжечь его, чем выбросить в мусорное ведро.

Подобным же образом рекомендуется почитать священные книги других религий.