

Учения Наро-кхеччари.

Особенная стадия завершения практики небесного божества

Хвала Учителю!

В особенном и глубоком цикле Учений Наропы по практике небесного божества есть стадия зарождения и практика небесного божества Варахи, стадия завершения и центральный канал, условия пути и описание зеркала предсказаний, практика якшини, (алхимический) нектар великого лекарства и прочее. Но краткой сутью всего является это практическое руководство по особенной практике завершения Матери Ваджрайогини.

Предварительные практики руководства соответствуют обычным – приход к Прибежищу, зарождение (просветленного) настроения, сто слогов (мантры Ваджрасаттвы) и мандала. В самой практике из руководства есть два пункта: медитация посредством методов высшей реальности и медитация на самую высшую реальность.

1. Медитация посредством методов высшей реальности

Здесь есть три (пункта): обычные предварительные восхваления, основная часть и дополнения.

1.1. Обычные предварительные восхваления

Первое.

Если медитируешь на эти стадии завершения с объектом для медитации и начитывания (мантры) Ваджрайогини, то следует охватить всё. И даже если не осуществляешь медитацию и повторение (мантр), то осуществляй практику только стадии завершения. (Сперва) следует осуществить краткие или обширные приход к Прибежищу и зарождение (просветленного) настроения, что соответствуют обычным.

Медитируй так:

Передо мной находится коренной учитель, ваджра, тело Учения красного цвета.

У него три глаза. Поднимает дамару, крышку черепа и кхатангу.

Украшен костями и ожерельем из человеческих голов.

Исполни с силой молитву:

Прошу святого славного учителя благословить меня!

Прошу даровать четыре посвящения!

Прошу воспринимать с состраданием!

Представляй, что:

Учитель растворяется в свете и сливается (со мной), завершая мое созревание.

Растворяется, становясь неотделимым от меня.

Это была гуру-йога.

Подобным образом (осуществляется приход к) Прибежищу, (зарождение) настроения и гуру-йога. И хотя медитируешь и используешь концентрацию, как было сказано, но поскольку необходимо медитировать в соответствии с обычным состоянием, то первичные действия будут обычными.

1.2. Основная часть

В основной части есть три пункта: очищение каналов, пребывание в собственной ясности, введение энергии ума в ясный свет.

1.2.1. Очищение каналов

Очищение каналов таково. Вначале следует остановить и подчинить энергию¹ и очистить пятичастным образом, насколько это возможно.

Затем проявляюсь как Ваджра-йогини, совершенно пустым и с телом, что подобно радуге. Между пупком и тайным местом находятся два перекрещенных треугольника источника дхарм. Будучи взаимосвязанными, они образуют шесть углов. Медитируй, что посередине находится диск луны и звучит мантра слога Бам.

Оттуда возникает нечистый ветер, что формирует общие болезни тела. Когда ветер движется наружу, лучи света из слога Бам выходят из ноздрей. И дыхание ума заполняет небесное пространство. Когда ветер входит внутрь (во время вдоха), лучи света из ноздрей растворяются в слоге Бам в пупке.

Здесь следует постоянно дышать естественным образом, вдыхая и выдыхая. И соединив с мягкостью оба движения (ветра), медитируй и приходи к совершенству.

Таков первый цикл созерцания.

Затем следует опустить чистый ветер² и устранить колебания. Медитируй уподобившись заполненному (сосуду)³. Источник дхарм ниже пупка – вращается, насколько возможно, влево и вправо. Ум покоится только в слоге Бам посередине, при этом не излучаются и не собираются лучи света.

Таков второй цикл созерцания.

Обычно, после появления ощущений в первом цикле созерцания, медитируют как во втором. Но если медитируешь постепенно увеличивая эти две практики, появится большой прогресс. Говорится, что «переживания необходимы для быстрого обретения вершины». Эти два цикла созерцания относятся к главе, связанной с медитацией стадии зарождения Ваджра-йогини и начитыванием (мантры). Также придешь к положительному (результату) медитируя из природы, что объединяет в себе семенные слоги Ом, числом три, из колесса мантры и слога Бам.

1.2.2. Пребывание в ясности

Второе. Раскрытие врат центрального канала.

Метод введения энергии ума в центральный канал.

Здесь есть три стадии созерцания.

Вначале следует важное удерживание (концентрации) в центральном канале. (Что касается этого, то) с усилием объединяй энергию дыхания и мягкую энергию⁴. Медитируй на единственный красный источник дхарм, что находится на промежутке от пупка, до четырех пальцев ниже его.

Центральный канал, что находится посреди тела, известен тем, что обладает четырьмя свойствами: непрозрачный, тонкий, как стрела прямой и (проходит посередине). Заканчивается снизу посреди источника дхарм. Сверху соприкасается с отверстием Брахмы. Медитируй на это.

(Далее) медитируй с ясностью на на слог Бам и слоги Гам и Ам красного цвета, что находятся на краях источника дхарм внутри центрального канала со стороны пупка.

Очистив нечистый ветер (энергии), удерживай его с силой (в форме тела, что подобна) вазе. Посредством этого нижние и верхние ветра встретятся в слоге Бам.

1 Ветер или прана.

2 Т.е. очищенную энергию дыхания.

3 Вазоподобное дыхание. Т.е. глубокий вдох с продолжительной задержкой дыхания. Тело при этом будет в некоторой степени походить на вазу.

4 Не совсем ясный момент. Может происходить объединение чистой энергии дыхания и энергии тела.

Соединившись, что подобно пламенной (встрече) матери и сына, вспыхивают горячим и тонким языком пламени. Сперва величиной в палец, а в завершении – сияют величиной в четыре пальца.

Сконцентрируйся, подобно тому как показано выше, с однонаправленным умом на ясно пылающем огне внутреннего жара. Отбрось множество умопостроений и если осуществляешь только эту медитацию, то незамедлительно порождает переживания практики пребывания в центральном канале энергии, блаженства, ясности и пустоты. Так как порождает от этого жар, то третий цикл созерцания называется – тонкие качества естественного состояния.

Затем снова следует открытие врат центрального канала.

Затем посредине между глаз появляется белая капля. Формой как диск луны. Величиной с ноготь, круглая. Медитируй на масляную каплю четырехрукой в капле блаженства. Удерживай при этом равновесие мягкого ветра.

Из природы ветра, что движется медленно, (проявляется) капля круга радости между глаз, дышащая огнем. Она вращается вправо и влево. Благодаря вращению, тело и ум заполняются блаженством, на котором следует концентрировать однонаправленно свой ум.

Здесь, капля, что находится между бровей посреди центрального канала, представляет собой основание, что поддерживает ум в циклическом существовании. Так что нет необходимости в медитации, что соответствовала бы форме самого канала.

Таков четвертый цикл созерцания, что говорит о порождении блаженства.

Далее следует тренировка в отворении врат нижних частей центрального канала. Очищай с помощью уст мягкий ветер и опускай, сперва понемногу, снова и снова вниз по двум путям (боковым каналам). Привыкнув так делать, осуществляй с силой.

Медитируй на треугольный размером с четыре пальца источник дхарм, что находится в теле, начиная с уровня на четыре пальца ниже пупка и вплоть до тайного места.

Посреди него находится красная капля, подобная кругу солнца. Медитируй на рисунок капли радости.

Благодаря тому, что с силой давишь на тайный центр, чтобы соединить ветра, быстро вращается капля центра радости, но при этом не вращается источник дхарм. Концентрируй одноточечно ум на этом.

Тем самым главным образом порождается переживание пустоты.

Таков пятый цикл созерцания.

1.2.3. Введение энергии ума в ясный свет.

Таково погружение ветра в центральный канал. Здесь следует медитировать как в сути вазоподобного (дыхания), что обладает четырьмя соединениями.

Медитируй, как показано выше, на слог Ам в центральном канале посреди красного источника дхарм, что находится под пупком и имеет протяженность в четыре пальца.

Медитируй на слог Хам белого цвета, что находится на голове в верхней части центрального канала.

Благодаря тому, что удерживаешь ветра при вазоподобном (дыхании), вспыхивает сильное пламя величиной в четыре пальца, что возникает из слога Ам в пупке, подобно указанному выше. Из его верхушки возникает природа красного сияния (жар). И язык пламени постепенно становится очень длинным. Став таким, он соприкасается со слогом Хам на макушке. После этого из слога Хам возникает поток капель, что подобен веревке. И истекает постепенно вниз, являя природу белого света.

После того, как растворится в слоге Ам в пупке, пламя ниспадает подобно ниспадающим волосам на голове. Сконцентрируйся на этом.

И хотя говорится, что посредством этого «отворяются врата центрального канала», но по сути здесь пресекается движение (ветра) в двух боковых каналах и увеличивается центральный канал.

Опутывая ум и энергию (ветра), пребывают в природе ветра-энергии ясного света.

Этим порождаются все бесчисленные качества, как мирские, так и превзошедшие мирское.

Таков шестой цикл созерцания.

1.3. Дополнения.

Дополнение пути. Йога переноса (сознания).

Обычное тело кристально чисто, отбросив три обычных части, такие как мясо, кровь и кости. Посреди тела находится центральный канал, как показано выше. Справа от него находится канал разана красного цвета. Слева от него находится канал лалана белого цвета. Оба – толщиной с солому пшеницы. Между макушкой и пупком все три тянутся параллельно.

Снизу оба канала выходят от центрального канала. Сверху они пересекают центральный канал с противоположных сторон (т.е. входят в него перпендикулярно). И с двух сторон от макушки они тянутся к выходу, заканчиваясь в левой и правой ноздрях.

Слоги Гам, Ам и Бам в пупке превращаются в телесную форму Ваджра-йогини. Правая и левая яноги ее стоят на двух каналах в нижней части. Из тела излучаются лучи света. Они распространяются по каналу разана и излучаются из правой ноздри. Лучами света охватывается всё, сосуд и содержимое, осуществляются подношения Благородным, осуществляются цели живых существ.

Всё превращается в телесную форму Ваджра-йогини. Всё, сосуд и содержимое, растворяется в свете. Излученные лучи света возвращаются обратно и естественно входят в левую ноздрю. Распространяются по каналу лалана и растворяются в Ваджра-йогини.

Такое следует осуществлять один или три раза.

Затем Ваджрайогини начинает двигаться вверх по центральному каналу. И поэтому снизу два боковых канала начинают соединяться подобно соединению женщин и мужчин. Когда (Вайджра-йогини доходит) до верха, боковые каналы отсоединяются от ноздрей, с которыми они были соединены. И подобно связанным шарам, они соединяются, сливаясь.

И начиная со стоп внешнего тела вплоть до тайного места – всё исчезает. И Благодатная следует по центральному каналу до сердца, горла, макушки и пр. И когда она движется вверх, все естественно растворяется вслед за ней в центральном канале. И даже внешние телесные формы последовательно исчезают.

Она появляется из отверстия Брахмы и собственный ум предстает как телесная форма Благодатной, что есть ясный свет. Раствори это в пустоте. Пребывай в равновесии в этой природе, что подобна небесному пространству (и является) нераздельностью сферы (высшей реальности) и осознания-ведения.

Медитируй снова и снова, проявляясь и растворяясь.

Поскольку здесь собственное тело очищается до пустоты, то нет никакой необходимости концентрироваться, падая обратно. Также нет необходимости испускать и собирать лучи света каналами разана и лалана. Осуществляй перемещение самой Благодатной из пупка. И когда будешь осуществлять перенос, некоторые говорят про проявление необычной концентрации при осуществлении переноса из левой ноздри и пр.

Обычные разъяснения – безошибочны. И в них также говорится про небольшое перемещение Ваджра-йогини. Также существует традиция, в которой осуществляется передача золотого Учения, устная передача и передача слов.

Таков седьмой цикл созерцания.

2. Медитация на самую высшую реальность.

Способ осуществления медитации на самую Высшую реальность таков.

Телесная форма вместе со структурой предстает в естественном состоянии энергией. Ум – не концентрируется ни на чем и не смешивается с ошибочным воззрением. И чтобы ни формировалось в уме, всё это предстает как обособленное. Если смотреть всё больше и больше на собственный лик этого, то действительно распознаешь всё и проявится собственное ведение превосходящее концептуальный ум, что лучезарно и свободно от умопостроений. И посредством такого проявления будешь пребывать в созерцании. Если будешь пребывать там, то это хорошо.

Итак, если будешь памятовать об уходе от движения мыслей, что совершалось ранее и пр., то постигнешь суть их. И поскольку всё это исчезнет и не останется даже частички, то проявления, что сейчас подобны явленным объектам счастья и страдания, являются заблуждением. Ведь цепляние на возникновение подобно небесному пространству, что не рождается. Чаяния и страхи, что основаны на будущем, и прочее – порождаются помыслами. И если они возникают, то очищай их. Если они не возникают в настоящем времени, то нет ничего. Проявления, что подобны счастью и страданию, называются заблуждением. Поэтому пресечение веревки рождения подобно небесному пространству, что вне его. И если возникают в настоящем помыслы, такие как враги, друзья и прочее, то все эти проявления подобны сну. И являются лишь проявлением заблуждения. Поэтому следует пресекать веревку возникновения (помыслов), что подобны нерожденному небесному пространству.

Таков восьмой цикл созерцания.

Также есть одно устное наставление из устной передачи из «уст в ухо».

Когда введешь энергию и ум в ясный свет, то если ранее были привычки к разделению, изменению, то следует очищать всесторонне и постоянно все частички корней благого и пагубного и с большой силой (явленные) и с малой.

Далее следует удерживать, чтобы как в пустом желудке, содержимое исчезло. Если тело трясется или появляется хрип, то неправильно входишь во врата разъяснений. Когда появится сила (стабильности), то следует ее распространять.

Когда возникнет пламя, его следует распространять. Когда возникнет ниспадение (расплавленного слога), следует все соединять пред собой. Объединив, следует встряхивать тело и похлопывать по нему.

Это следует как девятый цикл созерцания.

Таким образом разъясняется особенная стадия завершения учений Наропы о практике небесного божества Ваджра-йогини.

Суть сказанного была явлена великим известным святым в виде записей разъяснений о центральном канале. И поскольку нет подобного человека, то следует постигать именно это.

В общем так разъясняются подразделения двух стадий завершения Матери в великих устных наставлениях относительно центрального канала и стадии завершения. Тут представлены устные наставления относительно центрального канала (составленные) Наропой и являющиеся кратчайшими среди «устных наставлений» внутри кратчайших «устных наставлений»

Перевел лама Карма Палджор (Филиппов О.Э.).