

2. Стадия медитации, основной части ваджрной йоги глубокого пути

В коренной тантре Калчакры и тантре Гухьясамаджи сказано: «*Растворение всего, медитативное погружение, йога ветров пранаяма, соответствующее ей удерживание, соответствующее памятование, глубокое сосредоточение — так устанавливаются шесть ветвей йоги*». В коренной тантре Чакрасамвары сказано: «*Рецитация мантры, медитативное погружение, и блаженство даруют достижение [реализации]*». В Хеваджре сказано: «*Йогин посредством медитации шести ветвей...*». Есть много подобных высказываний. Если вкратце, то есть шесть ветвей: растворение, медитативное погружение, управление жизненной силой пранаяма, захватывание, памятование и глубокое сосредоточение. С точки зрения йоги четырёх ваджров есть ваджрная йога телесной формы как растворение и погружение, ваджрная йога речи как контроль жизненной силы, ваджрная йога ума как последующее памятование, ваджрная йога изначальной мудрости как глубокое сосредоточение. Если рассматривать подобие четырём частям практики приближения, то есть приближение с растворением и погружением, практика приближения с удержанием жизненной силы, практика воспоминания, великая практика глубокого сосредоточения. Если рассматривать с точки зрения добродетели, то есть добродетель в начале от растворения и медитативного погружения, добродетель в середине от контроля жизненной силы, добродетель в завершении от памятования и глубокого сосредоточения. Если приводить соответствие причине и плоду, то растворение, управление жизненной силой и памятование — причины, медитативное погружение, удержание и глубокое сосредоточение — плод. Но всё в единой йоге Великой Печати, приводятся к завершению одна за другой в основной части. И зарождая [плод] в потоке [бытия], пребывают последовательно порождая всё с самого начала. И обучение в океане порождаемых причин соответствует последующим из шести ветвей. Очистив и растворив всё в начале, переходят к практике совершенства в одном месте впоследствии. Таким образом в основании этого раздела есть три пункта: разьяснения о первичной добродетели; разьяснения о добродетели посередине; разьяснения о добродетели в завершении.

2.1. Разьяснения о добродетели в начале

Здесь есть разьяснения индивидуального растворения и разьяснения медитативного погружения.

2.1.1. Растворение

В устной линии передачи тёмного времени, что осуществляется высшими, осуществляется суть того, что сказано: «*Необходимо постичь всё шестичастным образом*». Сделав так, благодаря шести отсечениям осуществили разьяснения всех ветвей [йоги]. Поскольку излагается содержание, приемлемо связываться соответствующим образом. В этой главе также не отходим от высказываний высших [учителей]. Если с лёгкостью связываться с пониманием, то это будет благоприятным. В дарованных разьяснениях растворения есть два пункта: ключевые моменты созерцания и практики и установление в уме сути медитации.

2.1.1.1. Ключевые моменты созерцания и практики

Здесь есть собственно растворение и ритуал нацеленный на извлечение максимальной пользы.

2.1.1.1.1. Растворение

Здесь есть йога небесного пространства без промежутков, осуществляемая в ночное время, и йога небесного пространства без облаков, осуществляемая в дневное время.

2.1.1.1.1.1. Йога небесного пространства без промежутков, осуществляемая в ночное время

В тантре сказано: *«Ум и глаза, что привязываются ко всему в небесном пространстве, открываются и полностью погружаются на ваджрный путь. Благодаря этому...»*.

Осуществи предварительные практики, как и ранее. Это место и состояние должны соответствовать только тёмному помещению. Ноги положи в ваджрную позу, скрестив. В Вималапрабхе сказано: *«Для последователей Просветлённого в Бодхгае было провозглашено в соответствии с перечислениями время медитации благодаря достоверному посвящению Учителя и время провозглашения гимнов желаемому воззрению»*. Поскольку сказано, что необходимо и приемлемо положить руки в позиции равновесия на бедра, сложив в ваджрные кулаки, то не стоит осуществлять что-либо другое.

Относительно способа видения в тантре сказано: *«При осуществлении приближения есть десять аспектов первичной йоги. [Один из них] — гневный взгляд как у змеи и небесное пространство»*. Поэтому говорится про *«Взгляд Чакравартина на ушнишу»*. Поэтому необходимо смотреть в небесное пространство, что находится сверху на расстоянии шестнадцати пальцев от межбровья.

Также в кратком разъяснении посвящения сказано: *«Глазами, что не открыты и не закрыты...»*. То есть глаза не должны быть открыты ни очень широко, ни очень мало. Иначе это отбросит от появления перед глазами плода из природы естественного состояния. Не полагайся и на глаза, обладающие ясностью. Что касается всех разделов о двух видах индивидуальных помыслов, то необходимо придерживаться только этого способа видения и ключевых наставлений о теле. Установив положение тела соответствующим образом, отбрось другие действия. Если будешь действовать таким образом, то каналы будут пребывать без движения и тело не будет двигаться. Действуя подобно разделу о трёх уединениях в отношении ключевых моментов связанных с речью, речь должна быть недвижимой. Так же и состояние ума должно соответствовать трём уединениям максимально возможно. Действуя так, связывай свой ум максимально с темнотой небесного пространства взирая глазами соответствующим образом и так осуществишь соприкосновение.

В Вималапрабхе сказано: *«Сперва [направляйся] к просветлению и пустоте, не формируя каких-либо помыслов в темноте»*. То есть ум — неколебим.

Подобное сказано в наставлениях сиддха Шаварипы: *«Благодаря обладанию тремя неколебимостями — немного введёшь десять ветров в центральный канал. Благодаря этому пресекутся помыслы о внутреннем и внешнем и возникнет десять знаков. Это является ветвью растворения»*. В соответствии с сутью сказанного необходимо сопоставлять величину.

Славный Сараха говорил: *«Что же делать когда говорят о многом? [Осуществляй] ритуал, что благодаря этому соизмерим Учению. Если полуприкрытые глаза смотрят вверх, то будешь постигать [истинное] благодаря устойчивости в видении»*. Также сказано *«Если свяжешь воедино и одновременно ум, ветер и глаза в пространстве, то определённо возникнут качества драгоценных Победоносных. Это говорили бескрайние [числом] Истинносущие»*. Поэтому необходимо с таким взглядом смотреть вверх. В великом комментарии сказано: *«Благодаря тому, что смотришь вверх не закрытыми полностью глазами, появятся знаки»*.

Таким образом связав тело в соответствующей позиции, нераздельно смешай с небесным пространством над головой три — ум, ветер и взгляд. Необходимо медитировать, не формируя ничего в уме. Собственно такое созерцание растворения — первое созерцание в основной части.

Таковы устные наставления, возникшие из четырёх бесподобных дарованных созерцаний на основании устных наставлений великого мудреца Вибхутичандры. Корень созерцания растворения разъяснён ранее. Это называется *«Йога отсутствия помыслов»*. Оно подобно статуе внутри храма. Из-за изъяна отсутствия погружения в ум в это время — засеваются тонкие помыслы или изъяны медитации. Если проследуешь без засыпания и сонливой медитации к ясности сознания, то будешь следовать пути взгляда. Тогда ум растворится в центре небесного пространства и определённо соприкоснёшься с сознанием, что соответствует движению. Такая медитация связывания энергичного осознания-ведения называется *«Йога однонаправленности»*. Это подобно появлению обезьяны в единственных воротах. Таков второй цикл созерцания.

Если при медитации подобного рода очищается верхний ветер, болезни глазного яблока, гордость, как не ведущую к изначальной мудрости, появляющиеся боли и пр., то связываются действия. И подобно тому как ранее не отвлекался [в подобной практике], покойся без в

сфабрикованности, создания, фиксируя взор вверху для ясности и осознания в уме. Когда отбросишь помыслы о прошлом и будущем, будешь устойчив в памятовании, распознающем собственный лик и естественное сознание в настоящий момент. Такая йога самоосвобождения называется «*Связанная с промежутком трёх отношений*». Таков третий цикл созерцания.

Пока осуществляешь эти два созерцания, пребываешь немного связывая ум. Если станешь опутан множеством мыслей когда будет проявляться это, то это будет изъяном, когда руководствуешься слишком сильным связыванием [ума]. Поэтому, полагаясь на намерение неколебимого памятования, всё следует освобождать естественно в состоянии не-медитации. Это — йога, свободная от усилий, что подобна освобождению от пут верблюда. Таков четвертый цикл созерцания.

Эти три последние созерцания осуществляются после совершенства в первом. Иногда что-то связывается, иногда что-то освобождается. Иногда ум [исполнен] ясности. Взирай на природу осознания. Медитируй, большей частью действуя с полаганием на вхождение в [состояние] отсутствия усилий и отсутствия сфабрикованных [состояний]. Таков пятый цикл созерцания.

Пребывай в ретрите [осуществляя] первичное нисхождение в созерцание йоги в ночное время или, как сказано в этой главе, погружайся в святые разъяснения о темном [ретрите] основной части [практики]. Указанные ниже также являются приемлемыми.

2.1.1.1.1.2. Йога небесного пространства без облаков, осуществляемая в дневное время.

Второе. Йога дневного времени такова.

Для неё должно быть особенное место. Оно должно указывать дверью на восток или запад, быть с наполовину открытой крышей и быть удачным. Место отбросившее всё означает, что не возникают загрязнения для собственного тела и представляет собой кладбище, горы или что-то с ними связанное и пр. Необходимо, чтобы там не был виден другими людьми. Необходимо медитировать в месте, где видно обширное небесное пространство, что соответствует обоим. Некоторые высшие учителя говорят: «*Не медитируй на земле, где на пути глаз предстаёт водопад, озеро, пруд и пр.*». Хотя говорят «*Не смотри на северо-запад*», но в утверждениях некоторых указывается как место, где не возникает для пути глаз ничего из того, что наносит вред для глаз сильным сиянием, будь то солнечный свет, снежная гора и пр.

Относительно времени сказано: «*Развернись спиной к солнцу утром. И вечером поступай также. Откажись от середины дня из-за вреда для глаз*». Соответственно, медитируй утром в направлении запада, а вечером в направлении востока. Если же существует большая тень в северной части, что скрывает наполовину, такая как скала, строение и пр., то приемлемо медитировать с помощью северного направления также и в середине дня.

Поскольку также сказано «*Медитируй, когда не будет облаков, града и пр.*», то вечером, на рассвете, в середине дня, а также при наличии облаков и ветра — не следует осуществлять дневную йогу. Если при осуществлении ночной йогу в темном помещении соберешь соответствующие условия, такие как место, время и пр., то делай такую медитацию.

2.1.1.1.2. Ритуал нацеленный на извлечение максимальной пользы

Собственно осуществление медитации таково. Когда будешь обладать тремя неколебимостями, что показаны выше, может появиться необходимость в устранении препятствий, извлечении максимальной пользы, а также в трёх последующих ключевых наставлениях относительно йоги однонаправленности пр. Если возникнет, то благодаря медитации будет [осуществляться] одна из двух йог дня или ночи как собственно практика медитации. Что касается особенного, что не соответствует им, то в тантре сказано: «*Осуществляй взирание с помощью широко открытого глаза йогина для очищения и освобождения от цепляния за облака в небе*». Поскольку так сказано, то следует соотноситься с дневной йогой. Согласно ключевым наставлениям о взгляде, необходим способ взирания гневным взором, такой как пристальное взирание гневным взором. Таким образом даже при ключевых моментах [наставлений] об объекте концентрации, вместо того, чтобы смотреть на темное пространство, будешь приходить к тому, что нераздельно с синевой неба без облаков и ясным осознанием собственного ума.

2.1.1.1.2.1. Максимальная польза

Первое. В общем здесь говорится на основании тантры о том, чем является в шести ветвях [йоги] три аспекта: ритуал [увеличения] прогресса, увеличение силы и йога. Чтобы понять всё это по другому обширным способом, здесь всё связывается только с собиранием для новичка. Так в устной тантре Калачакрапеды сказано: «Польза индивидуального растворения показывается в связывании действия и сильном начале». Также сказано: «Если говорить про то, что связывается в действии, то на основании ясного сердца трёх йог пребываешь в особенном равновесии в темном доме без промежутков [света]. Практик осуществит два связывания в пяти действиях. Это понимай на основе наставлений учителя-гуру». Поскольку так сказано, это также соотносится с внутренней йогой высшей пользы и сильных методов, провозглашенных в тантре. Также пять действующих [факторов] есть ветер пяти способностей [органов чувств]. Два связывания — связывание жизненной силы и опускающегося вниз [ветра]. Поэтому такая практика подобна вышеуказанному разделу йоги дня и ночи. Во взгляде оба глаза не должны быть сильно открыты. С силой собери на чем-то одном очень тонком. Язык разверни обратно в глубину. Разверни [вспять действия] губ, носа и ушей. Сделай соответствующее гневное лицо. Тело: соедини четыре конечности и загни пальцы ног. [Пальцы рук] соедини в кулаки и составь позицию с плотно скрещенными ногами. Плечи с силой вытяни. Так свяжешь [контролируя] ветер пяти способностей [органов чувств]. Втяни живот к позвоночнику. Осуществи разворот двух [отверстий], что порождают увеличение наружу. Необходимо также увеличивать это по времени, если не будет быстрого изменения. Благодаря этому свяжешь два — ветер жизненной силы и ниспадающий вниз. Подобным образом медитируй только на протяжении трети или четверти сессии. Оставшиеся части сессии медитируй в соответствии с размером. Благодаря этому будет явлено индивидуальное растворение. Но даже если продолжительно не медитируешь [делая краткие практики], постигнешь переживание и зародится [постижение], даже если не возникло.

Даже начинающий человек, что [обладает] небольшими [нарушениями], может восстановить повреждения. Если же не было небольших повреждений у человека в прошлом, то даже если не зародился прогресс у начинающего человека, то благодаря такой медитации он проследует к увеличению. Таким образом, даже если медитируешь на основании этого «ритуала максимальной выгоды» начиная с начала, то будут появляться трудности и помехи. Если при этом будет присутствовать небольшое увеличение прогресса в будущем, то возникнет три состояния, что показаны выше. Если появится три таких состояния, что показаны выше, то нет необходимости в других медитациях. Таков седьмой цикл созерцания.

Также в устных наставлениях главного человека и старших существуют устные наставления о взгляде в окно со звездами и о взгляде на сосуд, заполненный водой. Но даже тогда будут явно присутствовать в небольшом количестве важные ключевые моменты относительно небольшого продвижения к большому прогрессу пустых форм.

2.1.1.1.2.2. Увеличение прогресса

Второе. Пока не будешь тренироваться в ключевых наставлениях о теле в индивидуальном растворении во время сна ночью, покойся в естестве. Когда будешь хорошо пребывать там, тренируйся в позиции положения тела. Сделав так, сяди на корточках или ложись на правый бок. Засыпай в положении сна льва. Закрыв глаза, глазные яблоки разверни вверх. Руководствуясь путем положения и ключевых наставлений об уме, смотри в небесное пространство. Следуй в сон на основании такой природы и таким способом.

Благодаря условию из сочетания периодов [практики] при использовании силы дневной медитации и продвижения во сне, через семь дней, половину месяца, месяц и пр. воспримешь ясный свет сновидения. Если не сможешь его воспринять, то излучай лучи света из сердца, визуализируя себя как Калачакру. Растворив сосуд и содержимое в свете, раствори в себе. Себя также раствори в свете. Последовательно растворяй скопления света, начиная с краев. Продолжительно время поддерживай ум как волосок человека или семя кунжута в направлении сердца. Затем также исчезает и он. Концентрируй ум на пространстве, пустоте. Если будешь

медитировать так только семь раз, то быстро сможешь воспринять [ясный свет] из-за действий, что осуществлялись таким образом ранее. Хотя существует множество [методов] определения величины восприятия ясного света сновидения, но когда быстро погружаешься в глубокий сон, то осознание ясности и пустоты освобождается от ржавчины мыслей. Если возникнет проявление различных видений и знаков при постижении поддержания собственной сущности, это является вхождением в перечисления о восприятии ясного света сновидения. Таков восьмой цикл созерцания.

2.1.1.2. Установление в уме сути медитации

Таково установление в уме сути медитации.

Даже если разьяснить личности с очень небольшой мудростью, то не поймёт. Нет необходимости разьяснить [относящемуся] к семейству с великой мудростью. Будет лучшим, даже если не разьяснить о разделах, составляющих краткие комментарии. Разьяснения для всех семейств, что относятся к другим состояниям, являются потоком практики учителя-гуру. Подобное тому, что показано ниже, также является великим. Итак, если говорить вкратце, то здесь есть шесть [пунктов]: суть слова «индивидуальное растворение»; период медитации; измерение знаков медитации в части способа медитации; классификация из подразделений очищаемого и очищающего; плод, обретаемый медитацией.

2.1.1.2.1. Суть слова «растворение»

Первое. На санскрите, благородных писаниях, *prati* - индивидуальное [или по-отдельности]. *Āhara* означает растворение посредством обретения или захватывания возникающего. И эти возникающие [явления] растворяются на основании вхождения в устранение, истощение, отсечение, захватывание и пр. И если связываться слова, получаем *pratyāhara* или индивидуальное растворение. Здесь отсекается связь между пятью обычными органами чувств и пятью объектами. Растворяется или освобождается и сознание, [связанное] с объектом. [Обретается] наслаждение пятью другими способностями собственной природы изначальной мудрости и пятью объектами собственной природы ясного света. Осуществляется пожирание и захватывание. Такова суть. Если вкратце, то суть в том, что после растворения ума в обычных проявлениях, погружаешься в проявления изначальной мудрости. Также про это в тантре сказано: «При индивидуальном растворении не погружаешься никоим образом в объекты в теле и десять видов субъекта».

2.1.1.2.2. Естественная медитация

Второе. Вначале индивидуального растворения однократно осуществи пребывание в естественной медитации. Для этого [втяни] ветер в левую ноздрю и выдохни из правой. Если будешь медитировать в это время, когда ниспадает ветер без какого-либо промежутка, то возникнут переносы из правой [ноздри]. Поскольку это является последовательным движением к растворению, то возникнет особенная взаимозависимость растворения нечистых проявлений в пространстве [дхармадхату]. Дополнительно новичку важно медитировать с усердием, не соотносясь с временем сна. Тренируйся в положении тела. После того как станут устойчивыми различные переживания самадхи, поддерживай [опыт] на основании йоги сессий в полдень и при достижении вечера. Говорится, что если сделаешь так, то не возникнут помехи и будет большой прогресс.

2.1.1.2.3. Природа

Третье. Природа индивидуального растворения состоит в обладании возможностью растворить в центральном канале ветер посредством обладания неколебимостью и неконцептуальностью. Что касается двух йог дня и ночи, то существуют подразделения методов и мудрости, такие как два разрушения привязанности к мирозданию-сосуду, два — смерть и

рождение живых существ-содержимого, два движения года, два аспекта месяца, два — день и ночь на протажении суток, два — левый и правый при движении элементов, равное и неравное при перемещении ветров и связей времени и пр. Благодаря им необходимо с определенностью [говорить] про две йоги дня и ночи. Также про это сказано в дополнительной тантре: «Ночью в йоге [появляется] дым и пр. Также днём в небе появляется полыхание [вспышек] и пр.» . Также в сутре праджня-парамиты говорится: «Каушика! Пусть всякий осуществляет парамиту мудрости как йогу. Этим будет тренироваться в йоге в небесном пространстве. Каушика! Пусть всякий осуществляет парамиту мудрости как йогу. Этим будет тренироваться в йоге без остатка». Поскольку так сказано, то необходимо в совершенстве [разъяснить] две йоги дня и ночи как методы постижения естественного состояния. Такова мотивация из сутр и тантр. В любом случае, на основании других особенных методов, таких как важные заметки относительно тела и пр., показывается наиболее благородное из тайной мантры. Такие особенные ключевые наставления растворяют в центральном канале пять мандал справа в йоге ночи и пять слева посредством йоги дня. Благодаря этому разъясняются знаки ночной [практики], десять определенных знаков и пр. То есть это соотносится с наиболее главным.

2.1.1.2.4 Знаки

Четвертое. Десять знаков объектов самадхи индивидуального растворения. В тантре сказано: «В пустоте [появляются] дым, очень ясный мираж, незагрязненный небесный свет, масляный светильник». Это четыре знака йоги ночи. Сказано: «Увидишь полыхание, Солнце, Луна, ваджр, аспекты высшего, бинду». Таковы шесть знаков практики дня. Десять знаков являются определенными. И хотя соотносятся со сферой каждого, что является приемлемым из этих десяти, но также присутствуют безграничные полностью не определяемые знаки. Также сказано: «Изначальная мудрость абсолютного уровня, высшей реальности, дхарматы, пребывает на своем [уровне]. Благодаря медитации на пути, она становится непосредственно [воспринимаемой], поскольку является причиной появления устремленности. [Это показывают] знаки». Благодаря этому они не являются ошибочными знаками проявления всеобманчивого уровня. Сознание, что видит знаки, подобные таким, соизмеряется как истинное. Также в тантре сказано: «Показывается в двух аспектах: непосредственно [восприятие] всего в созерцании божества и логикой. Чистое непосредственное [восприятие] — [видение] посредством связывания с высшей реальностью самбхогакаи и множества [других проявлений], что подобны звездам в небе». В соответствии со сказанным, измерение величины стадии зарождения является логическим. Но измерение шести ветвей йоги является непосредственным восприятием всего. На основании врат характеристик для непосредственного восприятия существует четыре аспекта. На основании природы — единственно непосредственное восприятие. Поэтому существует определение величины для каждого понимания аспекта характеристик, обладающих четырьмя непосредственными восприятиями среди всех непосредственно [воспринимаемых объектов] каждого индивидуального раздела шести ветвей. Но даже тогда в этом разделе являются важными характеристики непосредственного восприятия способностей [органов чувств]. Основанием этого является обычный глаз, один из пяти глаз среди органов [чувств]. Также в Вималапрабхе сказано: «Сперва здесь начинающий йогин увидит многообразие с помощью обычных глаз, что не имеют ясновидения». Если руководствоваться названием для глаза, таким как акша, то это относится ко всем органам чувств. Поэтому благодаря тому, что не воспринимаешь полагаясь только на видение аспекта формы, приходишь к бесчисленным восприятиям пустых форм, звуков, запахов, вкусов и осязательных ощущений. Ниже также показываются так некоторые виды.

2.1.1.2.5 Очищаемое и очищающий

Пятое. Основа очищения загрязнений посредством всех шести ветвей — только лишь высшая реальность, дхармата, Сугатагакха. Поэтому нет деления. Если же приводить классификацию для того, что очищается, то в общем существует тридцать шесть скандх и элементов. На основании этого очищаемое, которое представляет из себя объект пресечения в индивидуальном растворении, является единственно шестью сферами изначальной мудрости,

такой как скандха изначальной мудрости и пр. Если подразделять очищающего в индивидуальном растворении, то есть десять [пунктов], поскольку существует десять подразделений малого и большого постижения переживания в силу последовательного появления десяти знаков.

2.1.1.2.6 Плоды

«»Про достижение временного плода, осуществление слов истины и достижение плода мантры сказано: *«Благодаря собиранию йогин получает благословение всех мантр, свободное от объектов и аспектов»*. Что касается абсолютного плода, то когда обретишь уровень совершенного Просветлённого, однажды возникнут бесчисленные мандалы шести сфер [существ], изначальной мудрости, божеств, таких как Ваджрасаттва и пр. Таким образом, если осуществишь растворение этого представления в уме, [постигнув] суть медитации подобного индивидуального растворения, то за одну сессию станешь совершенным. Если же говорить пространно, то разъясняется про много сессий. Станешь также устойчивым в отсечении крайностей.

Таким образом завершаются комментарии относительно индивидуального растворения. Если сформируется понимание действия посредством лишь этого, то в этой главе разъясняются комментарии, что следуют для составленных ниже. И чтобы они составлялись также в традиции совершенных комментариев, начиная с этого раздела [будет показаны] комментарии на медитативное погружение. Если есть желание показать комментарий на медитативное погружение, то установи в уме суть медитации индивидуального растворения. И только после этого переходи к последовательному дарованию комментария на медитативное погружение.