

2.3. Добродетельные комментарии в завершении.

Третье. Добродетельные комментарии в завершении. Здесь есть два [пункта]: памятование и самадхи

2.3.1 Памятование

Первое. Здесь [два пункта]: ключевые наставления о созерцании и практике; установление в уме сути медитации.

2.3.1.1 Ключевые наставления о созерцании и практике

Первое. Здесь [показано] собственно памятование. Оно не соотносится с йогой тела, контролем праны и пр. Здесь освобождаются узлы каналов шести чакр, обретается сила в пране блаженства, и осуществляется практика радости при любых полыхающих видениях внутреннего жара. Поэтому является высшей практикой только на основании разъяснений соответствующей собственно тантре. Здесь всё показывается в соответствии с последующим [памятованием]. В комментарии [есть два пункта]: основная часть и ветви.

2.3.1.1.1 Основная часть

Первое. Появление различных видов переживаний при отдельных помыслах [или размышлениях]. Тренируешься благим образом с помощью захватывания жизненной силы во всём вплоть до обычного вазоподобного [дыхания]. Медитируешь на основании появления переживаний при смешении [праны] жизненной силы и ниспадающей вниз [праны]. Здесь присутствуют: предварительное очищение праны и способ медитации в соответствии с основной частью.

2.3.1.1.1.1 Предварительное очищение праны

Первое. Здесь есть три пункта: формирование устойчивости в смешении [праны] жизненной силы и ниспадающей вниз [праны] посредством тренировки в положении сидя; очищение праны на основании захватывания таких ветвей, отбрасывания и пр.; тренировка в йоге тела для связывания действующего.

2.3.1.1.1.1.1 Формирование устойчивости в смешении [праны] жизненной силы и ниспадающей вниз [праны]

Первое. Такова здесь позиция гневного льва. Ноги скрещены у врат ануса. Колени установлены жестко, поскольку сидишь на корточках. Позвоночник выпрямлен. Руки расставлены около очага-сердца. Также говорится в других местах: «Стоят колени, вытянута талия. Обе руки держатся за края и иглы бедер». Любым таким способом контролируй захватывание и чакрой макушки изменяй позицию взгляда. Это является контролем для ключевых наставлений относительно энергии спереди. Также говорится, что даже если зафиксировал колени и локти, выпрямляй талию скрестив ноги. Обе руи установи на землю перед собой. Тело выпрями, горло преврати в крюк. Это будет использоваться для контроля энергии сзади.

Такова позиция мирного и гневного слона. Поставь колени, кулаками обеих рук нажми на щёки. Локти стоят на подставке. Или также вытяни ногу. Это сформирует движение движение вверх выталкивающей вниз [праны] на основании йоги праны в равновесии [при дыхании двумя ноздрями]. Также, после того как скрестил ноги и вытянул затылок, обе руки положи ваджрными кулаками на пояс сзади. Или же также лёжа на спине, слегка вытяни обе ноги. Единство лотоса и кулаки рук скрести у сердца. Осуществляй управление [праной] жизненной силы и низводящей вниз [праны]. Положени взгляда в этих двух — бурлени нектара.

В положении мирного риши будешь подобен положению льва. Будучи в нём, скрести у сердца ваджрные кулаки и также сидя на корточкаххвати пятки. Скрещенными кулаками рук

держи уши. Также колени зафиксируй на земле и руки скрести на уровне сердца, сложив в ваджрные кулаки.

Также про позицию с ногами, составляющими круг, сказано: «Ваджрные кулаки положи на каналы бедер». Всё это является также и контролем индивидуального положения энергии верхней и нижней части [тела]. Здесь положение взгляда в обоих случаях — смотри вниз. Таким образом, хотя и разъясняются как лучшее сочетание двух и другое сочетание двух позиций для сидения, но хорошо, если будешь делать все шесть. Ранние, что описаны двумя традициями среди этих шести, соответствуют разъясненным владыкой Учения Чхале Намгьялом и другими. В крупницах устных наставлений, показанных ими и великим сиддхом Юмо, и у духовного сына великого Кунпанга — описаны соответствующие видения и некоторые процедуры, такие как могущественный король вверху и пр. На основании их [практики] с большой эффективностью достигали видений. Эти две группы из шести приемлемы для всех и существуют как осуществляемые в трёх [йогах], поскольку осуществляются на протяжении одной сессии в коротких комментариях. Таков тридцать пятый цикл созерцания.

Затем следует управление речью. Вытолкни нижнюю прану и очисти верхнюю прану с продолжительным **hūm̐**. Последовательно концентрируйся на пяти чакрах, говоря **jaḥ hūm̐ baṁ hoḥ**. С силой сдави верхнюю прану. Говоря lī, ū, gī, ī, ā, последовательно концентрируйся на пяти чакрах вместе с внутренними звуками. С силой управляй в верхние части тайной праной. Незамедлительно после этого снова перейди к удержанию в пупочном [центре] единства [пран]. Свяжи нижние врата и концентрируй сознание на межбровье [в середине лба]. Необходимо усердствовать в этих йогах праны на основании отдельных шести положений тела, показанных ранее, которые не связаны особым образом с положениями тела. В ключевых моментах относительно праны всё соответствует большинству наставлений про увеличение прогресса в захватывании. Таков тридцать шестой цикл созерцания.

Также используй подставку для медитации и пояс для медитации. Когда осуществишь то, что известно как связывание с силой очага пламени, поддерживая долгий звук hā, сделай руками кулаки. Когда вытянешь руки, так что локти соединятся с коленями, выдохни прану. Подобным образом осуществи семь раз по семь смешивание очага руками. Удерживай мягкий ветер. Осуществи несколько раз расслабление. Таков тридцать седьмой цикл созерцания. Хотя и безграничны такие [наставления], медитируй только в течении месяца.

2.3.1.1.1.2 Очищение праны

Второе. Присядь на корточки. Установи подставку как у лучника. Руками обхвати бедра изнутри и удерживай перед собой. С силой выдохни прану изо рта. Расслабь нижние врата. Также вдохни и на основании природы выпячивания вперёд живота снова расслабь нижние врата, насколько возможно удерживая заполнение праной. Это первые ключевые наставления о пране,, что называются «Смешивание внизу» и «Захватывание с собиранием разделенного».

Также на основании подобного такому осуществи заполнение и опустошение. Когда будешь так делать, скрой пламя в животе и с силой управляй изгоняющей вниз [праной]. Вытяни верхнюю часть тела. Подними и сдави голову. Это вторые ключевые наставления относительно праны, что называются «Смешивание сверху», «Опутывание», «Ослабление врат».

Также на основании этих ключевых наставлений о теле с силой скрещивай устраняющую вниз [прану]. После этого изгони наружу. С силой осуществи управление пустыми [формами]. Также вдохни и на основании природы единства, заполнения и выталкивания, поддерживай в животе. Согни поясницу, поверни верхнюю часть тела. Поддерживая руками, распрями пальцы рук. Повращай шейю, потряси головой и затем с силой выдохни. Установив колонну, что поддерживается снаружи, схвати и поддерживай голову. Прделай показанное ранее с шейю, верхней частью тела, животом. Встряхни и собери всё это. Осуществи сдавливание снизу. Это является третьим ключевым наставлением о пране. Про это говорят: «Объединение всего».

Сидя со скрещенными ногами, кулаками обеих рук надави на бедра. Немного наклонившись, останови устраняющую вниз [прану] со слогом **hūm̐**. Осуществляй управление пустотой справа, слева и посередине. Также объединени пран останови наверху, подними вверх голову и потряси. Прделай так для правой, левой стороны и центрального [направления]. Это

является четвертым ключевым наставлением о пране. Про это говорят: «объединение».

Управляй этими двумя, охватывая [всё]. Во всём этом делай одно за другим. Осуществляй с усердием очищение тела. Таков тридцать восьмой цикл созерцания.

Всё это является составленным как быстрые комментарии. Если практиковать, то будет хорошо, если осуществлять каждый цикл созерцания в каждой йоге пран. Во всём этом также присутствует позиция положения ума. Концентрируйся на пустых формах на основаии природы, что обладает трём непоколебимостями. На основании такой природы необходимо концентрировать ум на повсеместной стабилизации положения праны и необходимо пребывать в естественном расслаблении. Медитация на основании сочетания такого созерцания и йоги праны осуществляется на протяжении одного или двух часов. В оставшееся время необходимо усердствовать в йоге вазоподобного [дыхания]. Таков тридцать девятый цикл созерцания.

Медитируй согласно всему этому также на протяжении одного месяца. Когда нет ясности в созерцаниях этого раздела, главным и общим будет положение взгляда перед собой. Раздел основной части, что представлен ниже, называется «Видение без ветвей». Поскольку является взиранием на аспект повсеместного зарождения блаженства, не является определяемым как нечто одно.

2.3.1.1.1.3 Тренировка в йоге тела

Третье. Затем осуществляй такую необычную йогу. Также сказано: «В шести йогах есть тошнота тиргицы, позиция слона, форма лисицы, лев, полное освобождение, внутренне волнение, претака, прихождение и захватывание, малое управление, внутреннее управление, большое управление, скрытое управление, полёт и движение, прыжок и исчезновение, особенное вытягивание, энергия льва, вращение и остановка, установка трёх, позиция льва, становлени павлином». Осуществив последовательно тренировку в упражнениях йоги, необходимо входить в медитацию вазоподобного [дыхания] и йог праны, что показаны ранее. Сделав так, при захватываниях жизненной силы и индивидуальных помыслов появляется некоторое количество переживаний. Если можешь благодаря этому завершить все эти упражнения йоги за шесть сессий, то только за один месяц возникнут знаки, чт приемлемы для медитации основной части. Смотри на большое и малое в отношении энергии и необходимо поддерживать это в соответствии с большим или коротким периодом. Также благодаря этому установишь с [различные] виды [переживания]. Таков сороковой цикл созерцания.

2.3.1.1.1.2 Способ медитации в соответствии с основной частью

Второе. В основной части [разъяснении дается] с точки зрения соответствия ветвям памятования. На основании полагания на объект представления, связанный с одной махамудрой, здесь показывается три: тренировка в печати изначальной мудрости во время медитации; тренировка в печати рук как собственного тела; тренировка в печати действий с телом другого.

2.3.1.1.1.2.1 Тренировка в печати изначальной мудрости во время медитации

Первое. Так как позиция тела соответствует общим, то скрести у сердца кулаки рук. Что касается положения взгляда, то неколебимо смотри перед собой. Визуализируй, что ты сам есть совместно рождённый Калачакра в союзе и пр. Правильным образом в это время контролируй видения пустых форм. Когда сделаешь особенным образом посредством пустых форм видение в форме божества, находишь немного в таком состоянии без колебаний ума. Если не можешь подобным образом управлять видениями пустых форм, то пребывай [немного в созерцании], концентрируясь на [единстве] путоты и ясности в теле божества. Затем [представляй] в межбровье [в середине лба] — белый om̐, в горле — красный āḥ, в сердце черный hūm̐, в пупочном [центре] желтый hoḥ, в тайном месте синий sva, на макушке — зеленый haṁ. Из слога āḥ, пространства матери, [появляется] восьмилепестковый красный лотос. Из слога hūm̐ посреди него появляется синий ваджр отмеченный тонким [символом]. Из слога hūm̐ в тайном места отца появляется пятиконечный синий ваджр. Из слога āḥ посредине него появляется восьмилепестковый красный

лотос, отмеченный тонкостью. Представляй так.

Затем благодаря последующим страстным действиям при совокуплении и пр., расплавляется бинду в макушке и далее заполняет [нектаров] всё выше межбровья. Представляй так и смешивай с пустыми формами. Полагаясь на такие замечания о теле, осуществляй на короткое время вазоподобное [дыхание] макушки и межбровья. Это будет мгновение первой радости.

Благодаря единству и соединению ваджра и лотоса этот поток бинду, что показан ранее, увеличивается и плавится. Представляй, что заполняет всё выше чакры горла и сердца. Смешивай с пустыми формами. Удерживай, осуществляя на короткое время два предыдущих действия относительно вазоподобного [дыхания] горла и сердца. Это момент высшей радости.

Из-за плотной связи двуз способностей [органов чувств или частей тела], поток субстанции, что появился ранее, также становится больше и протяженней и плавится. Представляй, что благодаря этому заполняется всё выше пупочного [центра] и тайного места. Тогда осуществляй на короткое время медитацию с вазоподобным [дыханием] пупка и тайного [места]. Это будет моментом особенной радости.

Также представляй, что на основании сильного смешивания расстояние между тайным местом и ваджрной драгоценностью заполняется субстанцией. Представляй, что благодаря соответствующему вхождению в естественное равновесие в отношении пустых форм, с помощью йоги «одной йоги вазоподобного [дыхания] и шести йог», в ваджрной драгоценности останавливается исчезновение субстанции и перемещение и начинает вращаться с шумом. Это момент совместно рождённой радости.

Затем представляй, что сперва посредством йоги полного захватывания субстанция становится устойчивой. После этого представляй, что отбрасываешь во всём вплоть до макушки всё посредством внутреннего правителя, великого правителя, скрытого правителя, тигрицы, слона и связанной лисицы. Затем представляй, что всё тело охватывается pretaka, полным освобождением, встряхиванием и грузом, прыжками и движением, полетом и устранением, особенным вытягиванием. Представь, что удержание, отбрасывание и собирание осуществляются энергией льва, остановкой вершины, установкой трёх, позицией льва, превращением павлина.

В общем сказано: «Удерживай и отбрасывай. Отбрасывай и устанавливай. Устанавливай и смешивай прану. Смешивай и связывай с великой изначальной мудростью», Поскольку так сказано, Все предыдущие стадии используются с точки зрения главенства и величия. Продвигайся по ключевым наставлениям благодаря постоянным совершенным устным наставлениям относительно каждого из этих четырех наставлений. Если посредством ясности в любом из созерцаний можешь зародить чистое блаженство как основную часть, то удерживай с помощью шести йог. Незамедлительно после этого осуществляй удерживание отбрасывание и охватывание посредством йоги праны, что отбрасывает йогу. Когда будешь тренироваться, [доведа] до приемлемого уровня, после этого осуществляй йоги. Во время первичной тренировки приемлемо то, если можешь зародить чистое блаженство, или же если и не можешь зародить. Всё это необходимо сделать с совершенстве. Позже, полностью очистившись, переходи к великим ключевым наставлениям относительно отбрасывания и установки, что будет лучшим. И даже во всём подобном, ради смешивания праны в завершении, многократно медитируй на вазоподобное [дыхание]. И поскольку будешь связан с великой изначальной мудростью, то концентрируйся на переживании чистого блаженства и видениях знаков ясного света. После этого поддерживай природу, что обладает тремя непоколебимостями. Таков сорок первый цикл созерцания.

2.3.1.1.1.2.2 Тренировка в печати рук как собственного тела

Второе. В тантре сказано: «Если печатью руки, что закрыта, прикоснешься к силе собственного сердца, то полностью освободишься от всех изъянов». Такова мудра рук. Хотя и подобна печати изначальной мудрости, что показана ранее в ключевых разъяснениях, но это является соединением отдельных чакр изначальной мудрости и чакры действий. И даже тогда [больше] соотносится с чакрой изначальной мудротси, если смотреть из трёх чакр. Таков сорок второй цикл созерцания.

2.3.1.1.2.3 Тренировка в печати действий с телом другого

Третье. Цитата в великом комментарии относительно текста коренной тантры: «Женщина, обладающая потенциалом и в возрасте шестнадцати лет. Украшенная молодостью и телесными [формами]. Потренировавшись по отношению к ней благим образом, начинают практик после посвящения. В межбровье и пр. устанавливаются тело, речь, ум и страсть. Важны svāhā и тайное место и макушка. в тайном». Затем сказано: «Поддерживай гордость захватывания ваджра. Осуществляй йогу с hūm и phaṭ. Полностью установив лингам в бхаге, не осуществляй распространение субстанции-семени. Осуществляй медитацию на форму Просветлённого всех трёх миров. Благодаря полыханию внутреннего жара в пупочном [центре] сжигается пять Татхагат. Также после сожжения Будда-лочаны и пр., начинает [расплавляться] и капать лунный слог haṁ. Субъект, представленный в виде семени нектара, падает в форме бинду. Это известно как йога бинду». Это было ранее разъяснено в разделе пеати изначальной мудрости. И это подобно медитации на сам ум и здесь, в основноц части, соответствует большинству [разъяснений], что отличаются от этой особенной практики. Таким образом, если при постоянных печати ума, печати рук и печати действий существует махамудра пустых форм и смешивание, то это соответствует памятованию. Если нет пустых форм и смешивания, то хотя и существует общее движение к ключевым напарвлениям, но не соотносится с аспектом памятования. Существует являющийся высшим способ увеличения прогресса всех ветвей, показанных ранее. Даже если не осуществишь как собственно практику печать деяний и видение, это всё равно будет главным на пути и поэтому будет соответствовать учению. Таков сорок третий цикл созерцания.

2.3.1.1.2 Ветви

Второе. Таково созерцание ветвей. Йога внутреннего жара также подобна показанному выне в отношении положения тела. Связав руки ваджром [кулаков], закрой макушку. Язык соедини с небом. Можно также, при наличии желания, подстраховать живот и позвонки. Если визуализируешь, концентрируясь на каналах и чакрах, то осуществляй медитацию обширным образом, в соответствии со способом [представления] мест ваджрного тела. Внутри пупочного [центра] чакра с четырьмя лепестками, снаружи их восемь. Снаружи их двенадцать. Снаружи их шестьдесят или шестьдесят четыре. Подобным образом, внутри сердца — чакра с четырьмя, вовне вращается восемь. Внутри горла чакра с четырьмя, посредине вращается восемь. Во внешнем круге — тридцать два. Внутри головы — вращается четыре. Посредине — восемь. Во внешнем круге — шестнадцать. В макушке нет разделения на внешнее вращение и внутреннее. Там только четыре лепестка. В тайном месте вращается шесть. В среднем круге — десять. Во внешнем — шестнадцать. Если же возникают сложности с установлением подобной визуализации, то пяти чакрах представляй каналы и по четыре лепестка. В чакре тайного места визуализируй шесть лепестков, что будет лучшим. Если будешь соотноситься с собранным в этом разделе, то медитируй таким образом. Собственное тело представь как божество. Также как правый и левый [каналы тела], что находятся в пустой пещере, центральный канал также не двигается и является прямым. Если приблизиться больше к спине, если смотреть со стороны двух, передней части и спины, то всё после чакры проявлений в пупочном [центре] и центральном канале, начиная с зеленого цвета поднимается вверх вплоть до ноздрей, головы и отверстия Брахмы. Справа от него красный расана, слева белый лалана. Оба, отстоящие от центрального канала, тонкие. Когда установишь визуализацию с устойчивостью пот ношению ко всем трём, то начиная сверху с ноздрей, на уровне одного сустава пальца снизу [под макушкой] находится чакра макушки. Межбровье [посредине лба] — чакра головы или межбровья, на расстоянии одного небольшого пальца от лба. Между вершинами плечей справа и слева, по границе впереди проходит чара шеи или горла. В передней части посредине груди [или двух сосков] находится чакра сердца. Перед отверстием пупка находится чакра пупочного [центра]. Спереди чакры связаны с каждой рукой лаланы о росаны, внутри связаны с центральным каналом. Если смотреть извне, то подобны поясу каналов, где есть росана, лалана и центральный канал. Медитируй, что из этого пояса появляются подобно пузырькам ветви мест лепестков.

Также чакры макушки, головы и шеи перевернуты вниз, подобно спицам зонта. Сердце, и

пупочный [центр] смотрят вверх, подобно поднимающемуся зонту. Таков в этом разделе цвет чакр. Макушка — зеленая, голова — черная, шея — красная, сердце — белое, пупочный [центр] — желтый. Если смотреть с точки зрения человеческого тела, то надо соизмеряться с расстоянием восемь или десять пальцев от пупка. Медитируй, что посередине тела в направлении основания и ног, появляется направленная вверх чакра тайного места, чакра поддержания блаженства синего цвета. Нижняя часть в виде центрального канала простирается до неё. Синего цвета, оба канала, росана и лалана, от пупочного центра и до чакры тайного места [имеют следующие характеристики]. Нижняя часть расаны справа — черного цвета. Левый, лалана, в нижней части желтого цвета. И эти каналы заканчиваются там. Также центральный канал в шести этих чакрах представляй как полую тонкую трубку, прямую как стрела. Начиная из под середины чакры тайного места центральный канал или маленькая палочка — тонкая. С правой стороны ее захватывает расана. С левой стороны захватывает лалана. После того как оба соединяются там, понемногу отклоняются вперед, так что в тайном месте уголок. Начиная с центра чакры палочка лаланы захватывает сторону от середины и понемногу перемещается в направлении спины. Медитируй так на врата анального отверстия. Внутри центрального канала посередине чакры тайного места находится слог āḥ синего цвета. В пупочном [центре] находится слог hoḥ желтого цвета. Они повернуты головой слогов внутрь чакры пупочного [центра]. Над ними, на удалении одного сустава пальца, не соприкасаясь находится слог ḷi желтого цвета. В сердце находится слог u белого цвета. В горле находится слог ṛi красного цвета. В голове находится слог I черного цвета. В чакре макушки находится в нижней части слог a зеленого цвета. Посередине чакры макушки находится пустота. Поверх чакры на макушке представляй белый слог haṁ, что стоит перевернутым вниз в форме слога. Затем благодаря медитации с вазоподобным [дыханием], из слога āḥ в середине тайного места появляется стрелка, обладающая природой праны и тепла. Затем побуждаемое слогом ho, оттуда [появляется] тонкое пламя изначальной мудрости, чандали. Благодаря вспыхиванию благодаря сиянию, прочности, остроты, теплу, грубости шести последовательных видов света, главным и важным среди которых будет обладающая желтым цветом, [пламя] соприкасается со слогами ḷi, u, ṛi, i,a, находящимися в пяти чакрах, и сжигает. Когда соприкасается со слогом haṁ, плавится субстанция. Когда последовательно восстанавливаются слоги a,i, ṛi ḷi – их чистая эссенция смешивается с расплавленным нектаром. Они омывают слог hoḥ и заполняются каналы и шесть чакр. Представляй так. Таков сорок четвертый цикл созерцания.

Также таково сжатое туммо. Визуализируй шесть чакр и каналы. На макушке внутри центрального канала визуализируй белую бинду, что размерам равна четырем пальцам и подобна груди для ребенка. Представь в пупочном [центре] чандали обладающее формой булавы, красного цвета, величиной с четыре пальца. Когда представишь, посредством удержания вазоподобного [дыхания] полностью увеличивай огненный свет чандали. Представляй, что предстает путь красного цвета для всех внутренностей тела внутри каналов, шести чакр и пр. и с шумом возникает тепло и жар. Последовательно расплавляется бинду на макушке и ниспадает в центральный канал. Благодаря этому свету предстает дорога белого цвета внутри тела и возникает блаженство с помощью капель. Представляй так. В завершении бинду растворяется в чандали. Некоторое время покойся в неконцептуальности.

Другое перечисление чандали таково. Существует вспыхивание и ниспадение единства черной чакры в сердце и желтой чакры в пупочном [центре], вспыхивание и ниспадение единства красной чакры горла и белой чакры головы, вспыхивание и ниспадение единства зеленой чакры макушки и синей чакры тайного места. Представляй подобные виды внутреннего жара и пр. вместе с созерцанием. Хотя всё это, что известно как стадия завершения медитации, соотносится по своей сущности со стадией зарождения, но формируется особенная причина зарождения изначальной мудрости стадии завершения. Поэтому анализируй обычные слова относительно этого, ведь для новичка необходима определенность. И поскольку после зарождения изначальной мудрости собственно стадии завершения это предстает и как увеличение прогресса, то следуй только осуществлению медитаций разных видов. Таков сорок пятый цикл созерцания.

Когда зародишь в потоке [ума] действительное памятование, в виде ваджрного тела вспыхнет всецело совершенный внутренний жар. Когда сможешь руководствоваться всецелым совершенством четырех радостей, то сформируются путь и аспекты, что соответствуют этой

текущей медитации внутреннего жара. Также если можешь смешиваться с пустыми формами, то это будет соответствовать следованию памятованию.

2.3.1.2. Установлении в уме сути медитации

Второе. В установлении в уме сути медитации есть шесть [пунктов]: суть выражения памятование; граница времени медитации; ветви способа медитации; измерение знаков медитации; классификация очищаемого и очищающего; плод, обретаемый посредством медитации.

2.3.1.2.1. Суть выражения памятование

Первое. На санскрите **anu** означает последующее, **smṛiti** означает памятование. Слово **anu** указывает на приводящее к малому или оставшемуся. На основании этих двух в этой главе полная суть **anusmṛiti** предстает как суть памятования об оставшемся или суть последующего памятования. Так как вспоминается прошедшая медитация и делается особенное памятование, то как суть показывается сильный контроль и повторная медитация на махамудре и пустых формах.

2.3.1.2.2. Граница времени медитации

Второе. Благодаря приходу к завершению в захватывании [и удержании] обретаешь мастерство в отношении каналов, праны и бинду. Если в качестве проявлений туммо возникнут неизчислимые тела божеств, обладающих высшими среди всех аспектов, то [наступило время], определенно приемлемое для медитации памятования.

2.3.1.2.3. Ветви способа медитации

Третье. В ветвях способа медитации есть пять пунктов. [**Первый пункт** об] объекте взаимодействия при всяком памятовании. В общем, это все каналы, прана, бинду, пустые формы из проявления пламени основного туммо, бинду четырех или шести чакр-оснований, растворение основания. **Второй пункт** — необходимость. Тренируются в отсутствии нис падения капель чистого блаженства из-за реальной практики в неизменном блаженстве. **Третий пункт** — до какого времени осуществлять медитацию. Вплоть до того момента, когда впервые не появится неизменное блаженство. После получения рождения неизменного блаженства также отказываются от ежедневного памятования. Сделав так, предстают в состоянии самадхи как сути ежедневного памятования, без медитации как новому пути, что не соответствует аспектам созерцания. **Четвертый пункт** — собственная природа памятования. В тантре сказано: «Когда определенно всё заполнится видениями внутреннего жара, то далее осуществляй памятование также о пространстве и теле». Приемлемо также и наличие других дружественных мудр. Но даже если их нет, тоже приемлемо. Поскольку с помощью истинного метода, свободного от концепций, пребывают в равновесии в обладании аспектами трёх миров, тонких и грубых пустых форм, предстающих как главные в единстве божеств в союзе как полыхающие видения внутреннего жара, то это предстает как однонаправленное самадхи при повторяющемся вновь и вновь зарождении чистого блаженства, что не ниспадает. **Пятый пункт** — способ медитации, соответствующий памятованию. В тантре сказано: «Благодаря классификации всего этого, где есть малое и пр., показывается три аспекта главной практики и многообразия. Три мудры и три временных состояния проследуется как три аспекта. И в силу того, что проследуешь через них, предстает высшее постижение всего и деяния». Сперва подчинишь способности [органов чувств]. Для демонстрации пути и печати деяний [или кармаудры] во временном состоянии лёгких бинду, завершаются четыре радости. Когда это происходит, во время, когда не можешь управлять, медитируй с памятованием, что связывает воедино деяние, изначальную мудрость и махамудру. Затем следует перемещение к способностям. Здесь способности предстают как средние. Если придешь к состоянию небольшой густоты бинду, то не сможешь управлять совершенным образом блаженством только из махамудры. Тогда следует отбросить печать деяний в состоянии высшего,

даже если нет кармабудры. И следует осуществлять медитацию памятования, свзав воедино изначальную пучать и махамудру. Также когда будет подъем способностей, они проследуют к состоянию остроты. Если не появляется во временном состоянии очень густая субстанция, то можно управлять в завершении чистым блаженством только с помощью махамудры. Если в этом разделе не обретишь неизменного блаженства, то осуществляй медитацию памятования, полагаясь только на махамудру. Но в этом случае также нет определенности во взаимосвязи с практикой аскезы для последующего обретения [результатов] с точки зрения великого главного медитативного погружения. Сказано «В этих трёх временных состояниях есть йога четырех мудр, йога трёх мудр или йога двух мудр,». Также существуют последовательные йоги, такие как «йога трёх, йога двух, йога одной»,

2.3.1.2.4. Измерение знаков медитации

Четвертое. Знаки соответствуют времени, когда следуешь к совершенству четырех радостей. Когда на основании этого будешь полностью входить во всё большее и большее возникновение проявлений бескрайних полыхающих видения внутреннего жара, даже если контролируешь падение кунда и субстанции, то ниспадать не будут. Когда поднимается с силой [пламя] из драгоценности, проследуешь у естественному отбрасыванию. Но даже и собственное тело проявляясь как мандала света и пустых форм. Постоянно излучай и собирай отражения трёх миров, как чистых, так и нечистых. Что касается величины, то хотя и измеряется постоянством четырех непосредственных [проявлений], но переживается в практике святое внутренне блаженство и предстает изначальная мудрость осознания. Важнейшим и главным является непосредственное самоосознание.

2.3.1.2.5. Классификация очищаемого и очищающего

Пятое. Если классифицировать очищаемое, то то определяется одна связка скандх, как то различающее сознание и пр., шесть дхату, элемент вода и пр. Есть десять подразделений в ветвях памятования как очищающего. В тантре сказано: «Будут очищены помыслы, желание, болезни тела, высохший лотос дворца, отсутствие взаимодействия с пищей, сотрясение, сумасшествие, полное омрачение, совершенные заблуждения ума, сильную гордыню. Что касается десяти совершенно ясных аспектов, таких как обладающих ваджром дым и пр., то они полностью проясняются как мир в теле живого существа. Во временном состоянии, когда ум разламывает всё это с определенностью, всяко устанавливается как победа». Если руководствоваться блаженством благодаря последовательности индивидуальных пустых форм, обладающих разделением на десять знаков, то это соответствует временному состоянию помыслов. Там последовательно обретается десять бесподобных блаженств, таких как обретение совершенно чистого блаженства и пр.

2.3.1.2.6. Плод, обретаемый посредством медитации

Шестое. Временный плод. В тантре сказано: «Памятованием всё очищается благим образом. И даже мандалы незагрязненного света [появляются] из формы и изначальной мудрости». Внутренности каналов полностью заполняются субстанцией. Благодаря этому всё внутри и снаружи охватывается мандалой света. Даже неизменное состояние тела полного созревания есть собственный ум, что предстает реальное тело божества. Также обретается безграничные ясновидение, магические проявления и пр. [Присутствует] непресекаемый поток переживаний [единства] блаженства и пустоты.

Окончательный плод. Явно воспринимаемая мандала одной связки шести сфер воды и пр. и виде божества, такого как Победоносный Амитабха и пр. Так посредством одной сессии относительно этой сути медитации и пр. завершается комментарий о памятовании.