

Сокращенное разъяснение Врат сути *шаматха– випашьяна* в сосредоточении сидя

/Сяо чжи–гуань/

(Т 46 [№ 1916])¹

изложил в монастыре Тяньтайшань учитель дхьяна
Чжи–и², записал для меня в земле Ци шрамана Цзин–бянь

Введение

Не творить никакого зла,
Почтительно отправлять все добрые [дела],
Самим очищать свой разум, —
Таково Учение всех будд³.

Что касается Истинной Дхармы нирваны, то есть много путей вхождения в нее, однако, рассуждая о сущностно необходимом, [увидим, что оно] не выходит [за пределы] двух дхарм: прекращения и созерцания (*шаматха–випашьяна*)⁴. Отчего так? «Прекра-

¹ Труд представляет собой сокращенный вариант пространной работы Чжи–и «Мо–хэ чжи–гуань» (Т46 [№ 1911]). Перевод выполнен А.Г. Фесюном по изданию: *Тэндай сё–сикан (дзадзэн–но сахо)*. Токио, «Иванами сётэн», 1981.

² Подробнее о Чжи–и и его трудах см.: *Hurvitz, Leon. Chih–i (538–597): An Introduction to the Life and Ideas of a Chinese Monk. Melanges Chinoises et Bouddhiques* 12 (1962): 1–372. *Neal Donner and Daniel B. Stevenson. The Great Calming and Contemplation*. Honolulu: University of Hawaii Press, 1993.

³ *Гатха* обета Семи Будд, встречающаяся во многих сутрах.

⁴ «Прекращение»: во внешнем мире останавливается движение мыслей и вещей; сердце–сознание концентрируется лишь на одном объекте и пребывает исключительно в нем. «Созерцание»: восприятие, видение истинного облика (сути) всех

щение» есть начальный способ («врата») освобождения от пут [чувственных страстей], «созерцание» же истинно необходимо для отсекания заблуждений; «прекращение» есть благоприятное средство для любовного взращивания сердца и ума, «созерцание» — прекрасное искусство вырабатывания божественного постижения; «прекращение» есть высшая («победоносная») причина погружения в *дхьяна-самадхи*, «созерцание» есть источник мудрости. Если человек осуществит становление двух дхарм: сосредоточенного погружения и мудрости, то полностью исполнит дхарму собственной выгоды и выгоды для других. Поэтому в «Сутре Цветка Закона»¹ сказано:

Сам Будда пребывает в Великой Колеснице;
Подобно этим обретенным дхармам,
Величественна сила *самадхи* и мудрости.
Ее посредством рожденные существа переправляются [на другой берег].

Следует знать, что эти две Дхармы подобны двум колесам повозки, двум крыльям птицы: если пользоваться ими односторонне, перевернешься и упадешь. Поэтому в сутре сказано: «Однoboкoe практикование *дхьяна-самадхи* и [обретение] счастливой добродетельности ведет к пренебрежению занятиями мудростью, и имя этому — глупость; однoboкoe изучение мудрости [ведет к] небрежению практикованием *дхьяна-самадхи*, и имя этому — сумасшествие. Глупость и сумасшествие немного неодинаковы, однако ложные взгляды и ошибочные повороты, [производимые ими], неразличны. Если равным образом не [практиковать обе дисциплины], это лишь закрепит («усовершенствует») отклонения; как же тогда достичь предельных высот?» Соответственно, в сутре² говорится: «Поскольку люди из шраваков [обретают] много сил от *самадхи*, [они] не видят природы Будды; в Десяти Пребываниях бодхисаттв много силы мудрости; хотя они и видят природу Будды, но еще окончательно не прояснили ее. [Лишь] все будды и татхагаты окончательно [овладели] мудростью и *самадхи* и видят природу Будды». Из этого заключаем: разве не есть прекращение и

вещей-дхарм. Посредством этих двух обретается мудрость *самадхи*. Собственно, они не есть два отдельных фактора, но «неразделимая единая суть», единое, совершенное усилие, ведущее к просветленности относительно принципа истинной сути всех дхарм.

¹ В «Разделе об упая» (Т 9.8а).

² «Нирвана-сутра» (Т 12.527с).

созерцание — сущностно [необходимые] врата к нирване, наивысший путь причин действий практикующего, место пересечения всех совершенных добродетелей и истинная суть непревзойденного, предельного результата («плода»)?

Если понимать это таким образом, Врата Дхармы прекращения и созерцания в действительности перестают быть мелкими, поэтому начинают желать повести за собой тех, кто только начал заниматься, дабы те раскрыли свое понимание и продвигались по Пути. Излагать легко, практиковать трудно; стоит ли пространно рассуждать о глубоком и утонченном? Сейчас вкратце проясним десять правил, указав только начавшему практиковать уровни подъема по истинному Пути и прочие степени перед вхождением в нирвану. Подвижнику следует относиться с должным смирением к сложности предпринимаемых практик и не пренебрегать этим текстом за его [кажущуюся] неглубокую простоту («мелкость и близость»). Если сердце оценит эти слова должным образом, то в мгновение ока его мудрость и способность разделения станут неизмеримыми, равно как и божественное восприятие. Если же попусту выдергивать [отдельные части] из текста, или произвольно изменять их толкование, тогда месяцы и годы пройдут впустую, а для истинного подтверждения не будет основы, что похоже на то, как бедняк подсчитывает богатства других. Какую выгоду из этого можно извлечь для себя?

Первое: установление [необходимых] условий («связей»),
Второе: отречение от желаний,
Третье: отбрасывание покрытий,
Четвертое: гармонизация [пяти важнейших факторов],
Пятое: задействие уловов (*упая*),
Шестое: правильное практикование,
Седьмое: проявление добрых корней,
Восьмое: осознание демонических воздействий,
Девятое: исправление [беспорядка] и излечение болезней,
Десятое: подтверждение [обретения] плода.

Разберем сейчас вкратце десять этих положений ради практикующих прекращение и созерцание, поскольку они сущностно необходимы для начального состояния («сердца») обучения сидящих в сосредоточении. Если [они] будут способны хорошо воспринять и осуществить их, то сердце успокоится, а трудности исчезнут, проявится погруженность (*самадхи*) и родится понимание, возникнет подтверждение Плода Святых с отсутствием проникновения [чувственных страстей].

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

Раздел] 1 Установление [необходимых] условий

О чем говорят, называя условия (связи)? Именуемые практикующими, — те, кто желает отправлять прекращение и созерцание, непременно должны исполнить пять условий. Эти пять условийковы: 1) чистота при принятии обетов, 2) полное довольствование [имеющейся] одеждой и едой, 3) уединение в тихом месте, 4) юрство и напряжение всех сил, 5) обретение доброго знания.

Первое: желая отправлять это прекращение и созерцание, слет очищать все принимаемые обеты. Как изложено в сутре:

В зависимости от этих обетов и по их причине
Обретается проявление («рождение») всех *дхьяна-самадхи*,
А также разрушающей страдания мудрости;
По этой причине *бхикшу*¹
Должны принимать чистые обеты².

Говорят: что именуется обликом принятия чистых обетов? Существуют три вида практикующих, [поскольку] принятие обетов одинаково.

Первый: до того, как кто-то стал учеником Будды, он не должен вершить Пяти Проступков³; позже он встречает доброго учителя, торый объясняет ему, как принять Три Прибежища⁴ и Пять обетов⁵; далее, он полностью принимает обеты, оставляет дом и принимает десять обетов *шраманера*⁶, после чего становится *икшу* или *бхикшуни*; с момента принятия обетов этот человек правляет и охраняет их в чистоте, не совершая никаких престу-

Следует заметить, что в индийской традиции *бхикшу* есть прежде всего «ниж-побирушка»; значение «монах, полностью отринувший мирскую жизнь» за *икшу* закрепилось только в буддизме.

«Сутра забытых учений». Т 12.1111а.

¹Убийство отца, убийство матери, убийство архата, пролитие крови Будды, вызвание раскола в монашеской общине (*сангха*).

²Будда, Дхарма, Сангха. Иначе именуются Три Сокровищами.

³Не убивать живые существа, не красть, не распутничать, не злословить, не употреблять спиртного.

⁴Монах, не достигший 20 лет.

плений и именуется лицом, принявшим обеты, высшего ранга. Следует знать, что, если такой человек станет практиковать прекращение и созерцание, то непременно достигнет подтверждения Дхармы Будды. Уподобим его чистым одеждам, легко воспринимающим цвет, в который их окрашивают.

Второй: если человек, принявший обеты, даже и не совершал [серьезных] проступков, однако в отношении «легких» обетов [у него] есть много небольших нарушений, то, если ради отправления *самадхи* он способен совершить покаяние [способом], предписанным Учением, его также именуют обретшим чистые обеты. Он будет способен проявить («породить») *самадхи* и мудрость, подобно одежде, принимающей краску после того, как с нее вычистили пятна загрязненности.

Третий: если человек принял обеты, но неспособен твердо охранять их в сердце, допускаются многочисленные проступки в отношении как основных («тяжелых»), так и «легких» обетов. Согласно вратам учения Малой Колесницы, не существует способов покаяния после Четырех Тяжких [преступлений]. Согласно же вратам учения Великой Колесницы, все же есть возможность разрушить это препятствие. Поэтому в сутре сказано:

В Дхарме Будды
Есть два вида здоровых детей;
Один из них
По природе своей никогда не делает никакого зла.
Другой же
Делает его, но способен раскаяться.

Что касается желающего совершить покаяние, ему непременно следует полностью отправить десять дхарм. Каковы эти десять? Первая — ясное осознание (вера) причины и результата («плода»), вторая — порождение полного бесстрашия, третья — пробуждение глубокого сострадания, четвертая — поиск способов разрушения преступлений (о них сказано в сутрах Великой Колесницы; следует использовать их в соответствии с изложенным в Учении), пятая — покаяться за прошлые проступки, шестая — отсечь мысль о продолжении [преступных действий], седьмая — пробуждение мысли о защите Дхармы, восьмая — дача великой клятвы-обета спасти рожденные существа и переправлять [их на другой берег], девятая — постоянно помнить о буддах в десяти направлениях, десятая — созерцать нерожденность природы преступлений. Если станут способны осуществлять эти десять дхарм, следует далее

украсить место величественными цветами, омыть тело, одеться в чистые одежды, зажечь благовония и разбросать цветы; затем перед Тремя Сокровищами отправляют действия в соответствии с Учением один, два или три [раза по] семь дней, либо семь раз [по] семь дней, от одного до трех месяцев, либо целый год, каясь всем сердцем в тяжких преступлениях, и прекращают лишь тогда, когда все они будут устранены.

Как увидеть признак того, что тяжкие преступления устранены? По мере того, как практикующий достигает сердцем раскаяния, если он сам ощущает, что его тело и сознание стали легкими и приятными, обретает приятный и добрый сон, либо видит чудесные и редкие облики, либо чувствует, как раскрываются и развиваются в нем мысли о добре, или когда сидит в [сосредоточении], он ощущает, что его тело подобно облаку или тени, и, отталкиваясь от этого, обретает подтверждения различных признаков всех *дхьяна*; либо, если он, возможно, испытал сильное и внезапное проявление просветленного осознания благоприятных обликов *дхарм* (вещей), стал мгновенно постигать суть и значение любой услышанной сутры, и от этого Учения в его сердце родилась радость и сознание, более не замутняемое грустью и сожалениями, такие всевозможные причины и связи должны показывать, что [последствия] проступков, препятствовавших Пути из-за нарушения обетов, устранены. Если после этого твердо придерживаться запрещающих обетов, это поддержит чистоту в *шила*¹ и сможет упрочить практикование *дхьяна*. [Такого подвижника] уподобим разорванной и загрязненной одежде, которую можно вновь покрасить и носить, предварительно починив и очистив.

Далее, если человек совершил серьезное преступление, препятствующего его [погружению в] *дхьяна*, то, хотя он и не может положиться на [способы, изложенные в] сутрах, но, отправляя все практики *Дхармы*, он в состоянии выразить глубочайшее раскаяние и перед Тремя Сокровищами исповедовать свои прежние проступки, отсечь в сердце облик их продолженности и поместить тело в [позу] постоянного сидения, созерцая пустотную природу преступлений и размышляя о буддах десяти направлений. Когда он выйдет из *дхьяна*, то должен с совершенно открытым сердцем зажечь благовония, почтительно поклониться, покаяться и продекламировать обеты, а также — сутры Великой Колесницы. Тогда тяжкие преступления, мешавшие Пути, постепенно естественным образом разрушатся и исчезнут; из-за этого его *шила* очи-

¹ Мораль; моральные нормы.

ститися, відкриється і розовьється здатність к *дхьяна*. По тому в «Сутре утонченого і неперевищеного *самадхи*»¹ сказано: «Якщо людина допустила важкий проступок, в його серці народжується безстрах, він бажає знайти [спосіб] усунути перешкоду, а крім *дхьяна-самадхи* ніщо не в силах його усунути».

Такому людині слід постійно сидіти в порожньому і уєдиненому місці, зібрав своє серце і возгласив сутри Великої Колесниці; тоді всі важкі гріхи будуть повністю знищені, а всі *дхьяна-самадхи* природним чином проявляться перед [ним].

Відносно другого — достаточності в одязі і їжі; зараз роз'яснимо положення («дхарми») про одяг, таких є три. Перше представлено Великим Учителем з Засніженої Вершини², мавши з одягу всього одна накидку і вважавши це достаточним, оскільки він ніколи не зустрічався («веселився») з людьми і зміг розвинути силу переносити [тяготу]. Друге представлено Махакаш'япой, постійно практикувавши *дхута*³, який носив лише одне грубе одяг з трьох частин і не брав собі іншого. Третє стосується до [проживаючих в] країнах, де часті холоди, і ще не володіють належним терпінням; таким Татхагата дозволив крім трьохчастинної одягу мати сто і одну річ. Однак, їх необхідно словесно очищати⁴, розуміти кількість, знати помірність. Якщо дозволити охопити себе тягою до надлишку, серцю прийде в смуту, [з'являться] перешкоди на Шляху.

Далі, положення про їжу; таких є чотири. Перше стосується до вищих людей, Великим Учителям, [перебуваючих] в глибоких горах, залишивши світ; вони вживають місцеві трави і плоди, чим задовольняють потреби тіла. Друге [стосується до] постійно

¹ Санскритський оригінал сутри втрачено; збереглися лише переписані уривки з неї в «Тэндай сикан-но кэнкю» («Дослідження припинення і медитації в школі Тэндай»).

² Розуміється Шак'ямуні, практикувавший в Гімалаях перед тим, як стати Буддой, а також в попередніх життях як бодхисаттви.

³ Около десяти порівняльно суворого аскетических практик, дозволених Буддой. Вони включають прийняття їжі лише раз на день, сон в сидячому положенні, нічні пробудження і проч. Метою їх є посилення деяких аспектів духовних здатностей, і їх слід відрізняти від особливо порицаних Буддой практик (по добних лежання на гвіздах, посипання себе угольями і т. п.).

⁴ Ментальне медитація, супроводжується словесними формулами при поданні надлишків матеріальних предметів Трьом Сокровищам з проханням до них вступити во владу цими предметами. Після цього речами можна користуватися, не вважаючи їх належними собі. Практична мета ритуалу — звільнитися від прив'язаності до матеріальному світу.

практикующим *дхута*; это — способ получения еды от подаяний. С его помощью возможно отвратить четыре вида неправильных образов жизни; полагаясь [лишь] на верный образ существования, [они становятся] способны породить Путь святых, поэтому называется видом святости. Неправильные образы жизни таковы: 1. [принятие] пищи снизу, 2. [принятие] пищи сверху, 3. [принятие] пищи из четырех средних [мест], [принятие] пищи из четырех направлений¹. Третье относится к пребывающим в *аранья*², куда *да-напати*³ посылают [подношения] пищей. Четвертое — потребление чистой пищи при пребывании в Сангхе. Такие возможности достичь подобного описанному именуется достаточностью в еде.

Это зовется достаточностью в пище и одежде. Отчего? Если не будет таких связей, сердце пребудет в беспокойстве и возникнут препятствия на Пути.

Третье [условие] — наличие тихого уединенного места; поскольку там не занимаются множеством дел, называется уединенным, поскольку нет никакой суеты, называется тихим.

Существуют три места, где можно практиковать *дхьяна-самадхи*. Первое — в глубине гор, в месте, отрезанном от людей. Второе — *аранья*, [где отправляют] *дхута*, с самым близким поселением [на расстоянии не менее] трех *ли*, чтобы звуки, издаваемые скотом, не нарушали спокойствия. Третье — в чистом *самгхарама*, вдали от мест проживания [мирян] в белых одеждах. Таковые зовутся тихими и уединенными местами.

Четвертое [условие] — заставить умолкнуть связующие обязательства, [оно включает] четыре позиции. Первая: устранить обязательства повседневной жизни, не исполнять дел, связанных с кармическими причинами. Вторая: устранить обязанности [в отношении] людей; не тянуться к («следовать за») простолюдиной, друзьями, родственникам или сведущим. С людьми порываются все отношения. Третья: устранить все связующие обязанности в

¹ Согласно классическому разъяснению Шарипутры, приводимому Нагарджуной в «Трактате о Великой Мудрости», «сверху» относится к занятиям предсказанием погоды и астрономическим прогнозам, «снизу» — к смешиванию трав, рыхлению земли, посадке фруктовых и прочих деревьев, «средними» являются оккультные занятия, включающие использование мантр, знамений, предсказаний и т. п., «направления» относятся к лести и манипулированию богатыми и власть предержащими с помощью рассылания в четырех направлениях посланий ради обретения их благорасположения.

² Уединенное место в лесу.

³ Миряне, удовлетворяющие минимальные материальные потребности монашеской общины.

отношении ремесел и искусств; не заниматься торговлей, художествами, лекарствами, сокровенными заговорами, гаданием по лицам, книгами, счетоводством и тому подобным. Четвертая: устранить связующие обязанности учебы — чтения, декламации, слушания, заучивания и подобное, полностью отбросить все слова. Вот, что подразумевается под «заставить умолкнуть связующие обязательства». Откуда такая необходимость? Если будешь связан многими обязательствами, это ухудшит практикование Пути, сердце придет в смущение, суть отстранится.

Пятое [условие] — сблизиться с добрым и знающим другом. Есть три разновидности добрых и знающих друзей. Первый: «внешне охраняющий» добрый и знающий друг, снабжающий необходимым, делающий подношения и поклонения, умеющий должным образом защитить практикующего без взаимных трений и волнений. Второй: добрый и знающий друг «одинаковой практики», совместно с которым практикуют на едином Пути. Взаимно ободряют и вдохновляют друг друга, не раздражая и не беспокоя. Третий: «наставляющий» добрый и знающий друг, с радостью применяющий к указующим учениям Врат Дхармы *дхьяна-самадхи* посредством внешних и внутренних *упая*. Таково краткое разъяснение пяти связующих [условий].

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

[Раздел] 2 Отказ от желаний

Сказанное «отказ от желаний» относится к пяти [предметам] желаний. Когда захочешь сесть в *дхьяна*, практиковать, изучать прекращение и созерцание, следует непременно отказаться от них. Пять [предметов] желаний есть формы, звуки, запахи, вкусы и прикосновения этого мира; они всегда способны вводить в заблуждение и обманывать всех простых людей, порождая [в них] любовь и привязанность. [Те, кто] сможет глубоко постичь это, превзойдет греховность, не станет приближаться и родниться с ней; это и зовется «отказом от желаний».

Первое — отказ от желаний форм; относится к броскости и пышности обликов мужчин и женщин: подведенные глаза, высокие брови, красные губы, белые зубы, либо вещи, [считающиеся] драгоценными в мире, синего, желтого, красного, белого, алого, фиолетового, зеленовато-желтого, пунцового [цветов]. Самые разнообразные утонченные формы способны воздействовать на глупых людей; взгляд [на подобные вещи] немедленно порождает в них привязанность («любовь»), производя все злые кармы. Царь Бимбисара¹ по причине плотского влечения вторгся во вражескую страну и проник в покои наложницы Амбапали². Царь Удаяна, снедаемый похотью, отсек руки и ноги у пятисот отшельников. Таковы примеры различных причин и связей этих желаний; следует знать, как превосходить их греховность, о чем пространно изложено в [текстах] Махаяны.

Второе — отказ от желаний звуков; относится к голосам арф *кунхоу*, ситар и флейт, издаваемым струнами, бамбуком, металлом и камнями, а также звуками песен, чтений вслух, возгласений и декламированных гимнов мужчинами и женщинами. [Они] способны воздействовать на глупых людей, [у которых] при слушании немедленно порождается привязанность и вызываются все злые кармы. Так пятисот святых, проживавших на Заснеженной Вершине, услышав голос девушки-*гандхарва*³ немедленно лишились

¹ Пятый царь династии государства Магадха, был моложе Шакьямуни на 5 лет.

² Младенцем была оставлена в лесу; подобрана и воспитана сторожем. Повзрослев, стала красавицей, расположения которой добивались 7 царей, но удачливым оказался лишь Бимбисара. Вскоре она удалилась для практик в лес и стала монахиней-отшельницей.

³ Божества-музыканты.

[состояния] *дхьяна-самадхи*, опьянились сердцами, помешались и смутились. Таковы примеры различных причин и связей этих [желаний]; следует знать, как превосходить их греховность, о чем пространно изложено в [текстах] Махаяны.

Третье — отказ от желаний ароматов; относится к телесным запахам мужчин и женщин, запахам мирской пищи или всяческих парфюмерий и ароматизаторов. Глупые люди не понимают сущности запахов и потому, ощущая их, немедленно влюбляются, чем открывают врата привязанности. Так, один *бхикшу*, пребывая у пруда с лотосами, ощутил аромат их цветов, и в его сердце родилось удовольствие и привязанность. Тогда дух пруда упрекнул его, [сказав]: «Зачем ты крадешь мои ароматы?» Так привязанность к запаху пробуждает дотоле неподвижные действия. Таковы примеры различных причин и связей этих [желаний]; следует знать, как превосходить греховность запахов, о чем пространно изложено в [текстах] Махаяны.

Четвертое — отказ от желаний вкусов; относится к горечи, кислотности, сладости, остроте, солености, мягкости и прочим всевозможным особенностям питья и еды. Эти прекрасные и утонченные вкусы способны породить у простых людей загрязненности, пробудив в них недобрую карму. Например, один *шраманера* так привязался ко вкусу сыра, что после того, как жизнь его закончилась, немедленно родился [вновь в облике] творожного червя. Из-за всевозможных причин и связей, подобных [указанным], следует знать, как превосходить греховность вкусов, о чем пространно изложено в [текстах] Махаяны.

Пятое — отказ от желаний прикосновений; относится к мягкости и нежной гладкости частей тел мужчин и женщин, телесного тепла в холод и телесной прохлады в жару, а также к прочим приятным прикосновениям. Глупцы, которым недостает мудрости, погружаются в них с головой, что пробуждает карму, препятствующую [продвижению по] Пути. Уподобим это однороговому *риши* [из Гандхары], который из-за желания прикосновений лишился божественных сил и окончил дни с развратной женщиной, разъезжавшей у него на плечах. Из-за всевозможных причин и связей, подобных [указанным], следует знать, как превосходить греховность прикосновений, о чем пространно изложено в [текстах] Махаяны.

Спрашивая, говорят: Каким образом отбрасывают Пять Желаний? Отвечая, говорят: Учение (дхарма) отбрасывания желаний подобна изложенному в «[Трактате о великой мудрости]» Махаяны¹.

¹ Т 25.181а. № 1509. Почти все цитаты Чжи-и берет из 17-го свитка этого трактата.

Увы, рожденные существа! Постоянно опутанные Пятью Желаниями, они, тем не менее, не перестают стремиться к ним! Что же до этих Пяти Желаний, то достижение [цели] не ведет к их утихомириванию, а круговращение зла в сердцах становится еще быстрее, подобно огню, пламя которого взмывается лишь выше от подбрасываемых дров. Пять Желаний не дают [продолжительного] удовольствия; так собака все грызет и грызет побелевшую старую кость. Пять Желаний расширяют столкновения, подобно тому как стервятники бьются над падалью. Пять Желаний обжигают людей, как это бывает от огня факела, треплющегося на ветру. Пять Желаний вредят человеку, как это бывает, когда наступают на ядовитую змею. В Пяти Желаниях нет действительности; они подобны обретениям во сне. [Удовольствие от] Пяти Желаний недолговечно и похоже на мгновенное мерцание искры. [Мудрые воспринимают их как врагов и грабителей.¹] Люди мира, в глупости и заблуждениях, алчно привязываются к Пяти Желаниям и не оставляют их до смерти, из-за чего в последующем мире получают безмерные страдания. Дхарма Пяти Желаний есть нечто, чем животные и рожденные [люди] обладают в равной [степени]. Все живые существа постоянно направляются Пятью Желаниями, так что могут быть названы их рабами. Из-за этих извращающих желаний они могут пасть на три [низших] пути [перерождений — скотов, существ ада и голодных демонов. Следует рассуждать так]: «Если сейчас, практикуя дхьяна, я продолжу ставить себе препятствия и затруднения, то стану походить на великого разбойника». Следует срочно удалить эти [Пять Желаний]. Соответственно, в *гатха* «Дхьяна-сутры»² говорится:

То, что не отсечены и не отброшены рождения и смерти,
Имеет причиной алчные желания и привязанность к их
вкусу.

Лелеяние же злобы вплоть до схождения в могилу
Ведет к обретению всех горьких страданий.

Запах тела подобен запаху трупа;
Из девяти его отверстий истекает нечистота.
Подобно червям, радостно плещущимся в дерьме,

тата.

¹ Данное предложение в квадратных скобках добавлено согласно комментарию Сэкигути Синдай.

² Т 15. 336b–с.

Глупец жадно [припадает к] телу — никаких отличий...

Мудрый созерцает тело соответствующим образом
И не привязывается к загрязнениям мира.
Отсутствие бремени, отсутствие желаний —
Вот, что зовется истинной нирваной.

Подобно изложенному самим Буддой,
Практикование с единым сердцем и единой мыслью,
Считая вдохи–выдохи при нахождении в *дхьяна–самадхи*,

—
Это именуется практикованием *дхута*.

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

[Раздел] 3. Сбрасывание покровов

Относительно сказанного — «сбрасывание покровов»; таковых сбрасываний существует пять. Первое — [сбрасывание] покрыва алчных желаний, второе — покрыва гнева, третье — покрыва сна, четвертое — покрыва возбужденности и сожалений, пятое — покрыва сомнений.

Первое — сбрасывание покрыва алчных желаний; ранее излагалось о рождении желаний в пяти внешних *скандха*, сейчас выясним рождение желаний в корнях внутреннего ума. Это относится к практикующим, сидящим прямо в состоянии *дхьяна*, в сердцах которых рождаются представления желаний; мысль за мыслью делятся облики, окутывая хорошее в сердце и препятствуя его развитию («продлению»); осознав это, следует отбросить [покрыв]. Отчего так? Подобно Шубхакара¹, у которого в сердце возникали желания, можно сжечь тело; тем более огонь, порождающий в сердце желания, — не сжигает ли он все добрые дхармы? Далее, снедаемые желаниями люди далеко удалились от Пути. Отчего так? Желания есть место пребывания всяческих тягот и смущений; если сердце привяжется к желаниям, оно не сможет приблизиться к Пути. Соответственно изложено в *гатха* об устранении покрыва желаний:

Вступивший на путь стыдливый человек
Берет миску и помогает рожденным существам.
Как можно следовать пяти скандха желаний
И, погрузившись, тонуть в пяти чувствах?

Отбросив удовольствия от Пяти Желаний,
Устраняют [покрыв] и более на него не оборачиваются.
К чему желать вновь их обрести,
Подобно глупцу, пожирающему свою блевотину?

Все желания в час стремления к ним есть страдание;
Час обретения — [начало] многих страхов [их лишиться].
В час их потери [переживают] горячую скорбь, —

¹ Простой рыбак, влюбившийся в царицу и сжегший себя, не будучи в состоянии выносить телесных и моральных страданий.

Во все времена нет радости.

У всех желаний такие изъяны...

Как можно отбросить их?

Обретя радость глубокого *дхьяна-самадхи*,

Не будешь более обманываем ими¹.

По причине этих различных причин и связей следует отбросить покров желаний, как толкует об этом *гатха* Махаяны об устранении желаний.

Второе — сбрасывание покровов гнева. Этот гнев есть основа и корень лишения всех добрых дхарм, причина и связь попаданий на все злые пути, дом негодования на радость Дхармы, великий вор, [крадущий] доброе сердце, хранилище всяческих злых речей. Далее, практикующий, сидя в *дхьяна*, может подумать: «Тот человек доставляет мне неприятности, от него страдают мои близкие, он превозносит моих недоброжелателей». [Затем] он может подумать: «Так было раньше, так может быть и далее; это превращается в Девять Страданий». Из-за страданий рождается гнев, «из-за гнева рождается злоба, из-за злобы рождается ненависть, из-за ненависти возникает желание добавить страданий другим»². Гнев воспринимается, как окутывающий сердце и потому называется покровом. Следует срочно сбросить его, не позволяя увеличиваться и расширяться. Оттого Шакра-деванам-индра прочел *гатха*, прощая Будду:

Что убивает спокойствие и просветленность?

Что убивает беззаботность?

В чем корень яда,

Поглощающего и разрушающего все доброе?

Будда ответил на эту *гатха*, сказав:

Убив гнев [обретешь] спокойствие и просветленность.

Убив гнев лишишься горестей.

Корень яда — в гнев;

Гнев разрушает все доброе.

¹ «Да-чжи-ду-лунь», св. 17 (Т 25.183с–184а).

² Слова в угловых скобках отсутствуют в основном тексте, но добавлены тэндайской традицией по другим источникам.

Поняв это, следует практиковать сострадание и терпение, дабы устранить и отбросить [указанное], очищая этим сердце. Последователи учения Будды пространно излагали это в *гатха* Махаяны об отказе от гнева.

Третье — сбрасывание покрывала сна. Затемнение внутреннего сознания именуется «сонливостью»; помрачение пяти чувств, когда расслабляются суставы и издается храп, именуется «дремотой». В связи с этой причиной и дано название «покрывала сна», [который] способен разрушить плод радости в нынешней и в последующей жизни. Такая недобрая дхарма — самая плохая. Отчего так? [Потому что] прочие покрывала чувств возможно, осознав, устранить; спящий же подобен мертвому, у которого нет осознанного понимания. Поскольку нет осознания, его трудно устранить и разрушить. Так некий бодхисаттва обращался к задремавшим ученикам со словами:

Эй, вы! Поднимайтесь! Довольно обнимать зловонный труп!

«Человеком» называют лишь различные нечистоты.

Если бы вы тяжело заболели, или были поражены стрелой

—

При таком страдании от боли как можно заснуть?

Подобно закованным в кандалы и ведомым для удушения

—

Как можно заснуть при такой грозной опасности?

Грабители пут еще не разбиты, ущерб еще не предотвращен,

Как если бы вы проживали в помещении вместе с ядовитой змеей.

Либо как бы находятся в окружении обнаженных («белых») мечей, —

Можно ли спать в такой час?

Сон — это великий мрак, в котором ничего не видно.

День за днем он обманывает, смущает и крадет у человека ясность [видения].

Поскольку сон покрывает сердце, ничего не осознается.

При подобных потерях как можно спать?¹

¹ Там же, св. 17 (Т 25.184b–c).

В связи с самыми различными причинами следует отказаться от покрова сна, осознать непостоянство, беспокоиться им, разрушить [наносимый] сном вред, не позволить окутать себя [воздействием его] оглупления. Если сердце [скроется под] тяжелым покровом этого оглупления, необходимо воспользоваться пробуждающим приспособлением *дхьяна*¹.

Четвертое — сбрасывание покрова возбужденности и сожалений. Существует три вида возбужденности: телесная возбужденность, возбужденность речи и возбужденность сердца.

Телесная возбужденность [состоит в] привязанностях к удовольствиям, в блужданиях, всевозможных глупостях и неспособности даже на миг сесть и успокоиться. Возбужденность речи [состоит в] привязанности к веселым пениям и декламированиям, спорам о том что правильно, а что нет, бесполезным и развязным беседам, рассуждениям о мирских делах и прочему. Возбужденность сердца [состоит в] проявлении чувствами сердца распушенности и следование им в вольном рассмотрении происходящего; в размышлении над литературой, искусствами и ремесленническими талантами, в недобрых мыслях и представлениях («созерцаниях»), — это зовется возбужденностью сердца. Возбужденность как дхармы есть разбиение сознаний монахов («оставляющих дом»). Даже если человек собрался сердцем, он не [обязательно] обретает [состояния] *самадхи*, а уж тем более — в рассеянной возбужденности. Возбужденный и разбросанный человек подобен опьяневшему слону, не [удерживаемому] крючком [погонщика], или верблюду без кольца в носу; им не запретишь, их не приструнишь. Так, в *гатха* говорится²:

Ты уже побрил голову и надел окрашенную одежду.

Взяв глиняную миску, вышел просить пищу.

Как же теперь радоваться и привязываться к дхармам распушенной возбужденности?

От рассеянности и следования чувствам теряешь преимущества Учения.

¹ «Пробуждающее приспособление *дхьяна*» (букв. «успокоение—*дхьяна* палочка—*дхьяна*») — кусок дерева, привязывавшийся нитками к голове, резко тянувший голову послушника в сторону, когда она начинала клониться при непроизвольном засыпании.

² «Да-чжи-ду-лунь», св. 17 (Т 25.184с).

Без преимуществ Учения, лишившись к тому же радостей мира, следует осознать свои заблуждения и срочно сбросить [покровы]. Относительно сожалений, [приводящих к образованию покровов]. Если есть возбужденность без сожаления, она не образует покрова. Отчего так? Поскольку в момент возбужденности [сожаление] не пребывает в связях. Однако потом, когда желают войти в *самадхи*, то могут сожалеть о содеянном, [от чего] грусть и сожаления окутывают сердце; поэтому именуется покровом. Есть два вида сожалений. Первое имеет причиной возбужденность, в дальнейшем порождающую сожаление, как было изложено ранее. Второе подобно человеку, содеявшему великое и тяжкое преступление и постоянно испытывающему чувство страха. Стрела раскаяния вошла в его сердце, крепко [застряла в нем] и не может быть извлечена. Соответственно, в *гатха* сказано¹:

Сделав то, чего не следовало делать,
[Либо] не сделав того, что делать следовало,
[Человек] сжигается огнем раскаяния и страданий,
А в последующих жизнях попадает на пути зла.

Если человек способен сожалеть о проступках,
Раскаявшись, ему не следует продолжать переживать.
Тогда сердце [почувствует] покой и радость.
Не нужно постоянно возвращаться к этому мысленно.

Если ощущаешь [каким-либо из] двух видов сожаления —
О том ли, что сделал то, чего не следовало делать,
Или о том, что не сделал того, что делать следовало, —
Это есть признак человека-глупца.

Дело не в том, что из-за сожаления в сердце
Сможешь сделать то, что не было сделано.
Все содеянные злые дела
Не могут быть отменены.

Таковы всевозможные причины и связи необходимости сбросить покров возбужденности и сомнения; этим сердце очистится и избавится от окутывающих [его заблуждений].

Пятое — сбрасывание покрова сомнений. Поскольку сомнения

¹ «Да-чжи-ду-лунь», св. 17 (Т 25.184с).

окутывают сердце, во всех дхармах не обретается сознания веры; поскольку в сердце веры нет, в Учении Будды [оказывается] пусто, от него ничего не обретается. Сравним это с тем, как человек вступает в гору драгоценностей: если у него нет рук, то он не сможет ничего получить. Далее, изъяны сомнений многочисленны; не обязательно затрудняющее сосредоточение сейчас, сомнение может стать истинным препятствием для *дхьяна*. Есть три вида сомнений: сомнение в себе, сомнение в учителе, сомнение в Учении. Первое — сомнение в себе, когда думают так: «Все мои способности («корни») темны и незначительны; загрязненность [предыдущими] проступками глубока и тяжела. Быть может, [я] не предназначен для этого?» Если позволить возникнуть таким сомнениям в себе, никогда не обретишь проявления дхармы *самадхи*. Желая такого [проявления] не следует относиться к себе легко, так как непросто оценить [степень] корней добра, [посаженных] в прежних жизнях. Второе — сомнение в учителе, [когда думают]: «Если таковы его достоинство и облик, он сам не [достиг просветленности на] Пути. Как же он способен тогда учить меня?» Построением таких сомнений и недоумений создают препятствия *самадхи*. Желание устранить его соответствует изложенному в [трактате] Махаяны: это подобно золотому [песку] в пахнущем кожей кошеле, стремясь получить золото не следует выбрасывать кошель. С практикующим то же самое: хотя [его] учитель может быть и не чист, воспринимать его следует как того, кто родится Буддой. Об этом ясно и пространно изложено в шастрах. Третье — сомнение в Учении. Люди мира в большинстве привязаны к своим представлениям («сердцу») и неспособны сразу поверить в получаемое Учение, почитать и практиковать [его]. Если человек («рожденный») колеблется, то даже немедленное [приобщение к] Учению не оставляет отпечатка в сердце. Отчего так? Сущность сомнения изложена в *гатха*:¹

Как человек, стоящий на перекрестке дорог,
В сомнении и смущении не идет никуда,
Так и в истинно—сущем всех дхарм
Сомнение действует подобным же образом.

Из—за сомнений не действуют и не ищут
Истинно—сущего всех дхарм.
Эти сомнения порождают призрачные представления:

¹ «Да—чжи—ду—лунь», св. 17 (Т 25.184с).

Среди плохого это — наихудшее.

Среди хороших и нехороших дхарм,
В [круговороте] рождений—смертей и в нирване
Истинная, настоящая Дхарма — в [погруженности в] *самадхи*.

Не рождайте сомнений в этом!

Если станешь запутывать себя сомнениями,
Тебя опутает силками Царь Смерти,
Подобно [льву] Симха, хватаящему оленя.
Тогда не сможешь обрести освобождения.

Хотя у пребывающих в миру и бывают сомнения,
Надо следовать прекрасным и хорошим дхармам.
Сравнимо с тем, как, увидев развилку пути,
Выбирают самую благоприятную дорогу.

Далее, в Учении Будды вера — это способность войти; если не имеешь веры, то находишься даже в Дхарме Будды, в конечном счете не обретишь ничего. В соответствии с такими разнообразными причинами и связями, осознавая и понимая ошибочность сомнений, следует немедленно отбросить их.

Спрашивая говорят: «Нехорошие дхармы и песчинки [органов чувств] неисчислимы и беспредельны; отчего же [речь идет] лишь об избавлении от пяти дхарм?»

Отвечая говорят: «Эти пять покровов в своей основе включают Три Яда и [дхармы] равного разделения [между этими тремя], которые в свою очередь состоят из 84 000 моментов обретения утомленности во вратах органов чувств». Первый покров — алчности — есть яд желаний; второй покров — гнева — есть яд раздражительности; третий, из двух покровов, — сна и сомнений — есть яд глупости; таковы эти Три Яда. Возбужденность и раскаяние равно разделены между этими [тремя]; вместе они составляют четыре раздела чувственных страстей. В каждом из них есть 21 000, а во всех четырех — 84 000, поэтому устранение пяти таких покровов есть устранение всех недобрых дхарм. Следуя самым различным причинам и связям, практикующий снимает пять этих покровов. Уподобим его освободившемуся от тяжелого бремени, излечившемуся от серьезной болезни, голодающему, прибывшему в изобильную страну, или счастливо и невреждено спасшемуся от злобных разбойников, — таков этот практикующий. Устранив эти

пять покровов, его сердце спокойно и пребывает в безопасности, чисто, прохладно и радостно. Как солнце и луна могут быть скрыты пятью явлениями: дымом, облаками, пылью, туманом, а кроме того им может воспрепятствовать рука *асура* Раху¹, отчего они бывают неспособны ярко светить, так и человеческое сердце бывает укутано [покровами].

¹ Один из царей *асура*, пожирающий луну и солнце.

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

[Раздел] 4. Упорядочение

«Когда практикующий впервые садится для занятий *дхьяна*, желая отправлять Дхарму Будды в десяти направлениях и трех временах, он прежде всего должен дать великий обет привести к освобождению всех живых существ. Поклявшись следовать наипревосходнейшему Пути будд, [он делает свое] сердце крепким как ваджра, [решается быть] изобретательным и храбрым, не жалеть даже собственной жизни и никогда не отступать в стремлении к совершенствованию всех дхарм Будды. Далее, сидя в сосредоточении, правильно настроив сердце, он обдумывает истинные облики всех дхарм, включая именуемые цельными, не цельными и нейтральными, включая внешние и внутренние органы чувств, чувственные предметы, ложное сознание и все дхармы, соотносимые с истеканиями¹ и печалью, включая также обусловленные дхармы в Трех Мирах, связанные с рожденьями и смертями, с причинами и связями; [в этом рассмотрении он видит их как] существующие единственно из-за сознания. Соответственно, в «Сутре Десяти *бхуми*» сказано: «Повсеместно в Трех Мирах не существует ничего. Все создано единственно сознанием». Если понять, что сознание лишено [внутренне присущей] природы, тогда [постигаешь, что] все дхармы не-реальны. Если сознание свободно от загрязняющих привязанностей, тогда все кармические действия в области рождений и смертей прекращаются. После проведенного таким образом созерцания нужно практиковать затем в установленной последовательности.²»

Что называется «упорядочением»? Именуемое [подразумевает] установление пяти моментов («дхарм»): 1. упорядочение питья и еды, 2. упорядочение сна, 3. упорядочение тела, 4. упорядочение дыхания и *ци*, 5. упорядочение сердца. Что это такое? Проводя сравнения с этими дхармами, уподобим их [предметам], близким нам по времени: это походит на то, как мирянин-гончар желает создать различные виды сосудов. Сперва он должен хорошо под-

¹ От санскр. *асрава* — просачивание воздействий внешнего мира через органы чувств.

² Отрывки в угловых скобках здесь и далее добавлены традицией Тэндай по тексту «Мо-хэ чжи-гуань».

готовить глину, чтобы та не была ни слишком твердой, ни слишком мягкой; затем он может начинать вращать гончарный круг. Также это похоже на игру на флейте [и прочих инструментах]: сперва настраивают струны, должным образом определив их натяжение; затем можно начинать игру, производя все виды тончайших мелодий. То же и у практикующего сердцем: умело упорядочив пять дел, непременно настраивая их правильным образом, *самадхи* будет порождено легко. Если же присутствует неупорядоченность, возникнут всевозможные препятствия и трудности и корни добра станет непросто произвести.

Первое: упорядочение еды; причинная дхарма пищи исходно возникает от намерения снабдить тело [необходимым ради] продвижения по Пути. Если есть чрезмерно, дыхание («*ци*») быстро перекроется телесным, «центральная часть забьется», сто каналов станут непроходимыми, сознание закроется, при сидении мысли будут беспокойны. Если есть недостаточно, тело будет истощаться, сознание — слишком напряженным, обдумывание — некрепким. Ни одна из этих двух [крайностей] не есть путь к обретению *самадхи*. Далее, если принимать грязную пищу, сердце человека отупеет и смутится; если принимать недолжную пищу, это приведет к различным болезням, а [соотнесенность] Четырех Великих [Элементов] нарушится.

Таково начало практикования *самадхи*; следует быть крайне внимательным в продвижении. Соответственно, в сутре сказано:

Когда тело спокойно, продвигаются по Пути;
Знать должную меру в еде,
Постоянно радоваться, пребывая и в отдаленном месте,
Находить удовольствия сердца в душевных усилиях, —
Это называется учением всех будд.

Второе — упорядочение сна. Сон есть покров непросветленности и заблуждений, нельзя давать ему воли. Если спать слишком много, не только лишишься возможности практиковать Учение святых, но потеряешь также способность сосредотачиваться, что может привести к окутыванию сердца тьмой и продавливанию корней добра. Следует бодрствовать и постигать [значение] непостоянства, упорядочивать и подчинять сон, делать душевные *ци* чистыми и белыми, а мысли и сердце — ясными и незамутненными. Таким образом сможешь утвердить сердце в пределе святых и проявить перед [собой] *самадхи*. Оттого в сутре сказано¹: «В на-

¹ «Сутра забытых учений» (Т 12.1111а).

чале ли ночи, в конце ли ночи, не следует оставлять возможность [практики]». Не нужно причинами и связями сна позволять этой жизни («одному рождению») проходить впустую, безо всяких обретений. Следует помнить, что огонь непостоянства сжигает все миры, так что надо пораньше озаботиться собственным спасением («переходом») и не [увлекаться] сном.

Третье — упорядочение тела; четвертое — упорядочение дыхания; пятое — упорядочение сердца. Эти [три] следует применять совместно; они не могут быть рассмотрены по отдельности. У них лишь присутствует начальное, срединное и конечное, и в этом смысле способы неодинаковы. Потому есть различия в их обликах вхождения, пребывания и выхода.

Первое — устройство трех дел при вхождении в *дхьяна*; желая вступить в *самадхи* упорядочивают тело. Если пребывают вне сосредоточения — на ходу, стоя, делая [что-то или] прекращая [действие], в движении или неподвижно — следует быть крайне внимательным. Если действия грубы, то и дыхание будет грубым; из-за грубых *ци* сердце станет рассеянным, трудным для упорядочения. Вдобавок, когда вернешься к сидению, то будешь возбужденным и взволнованным; сердце же — беспокойным и неустойчивым. Хотя и пребываешь вне сосредоточения, сердцу следует использовать *упая*. Затем, когда войдешь в *дхьяна*, сердце должно обрести добро и спокойствие.

Впервые опускаясь на подушку, следует сесть так, чтобы место стало спокойным на долгое время и не было никаких помех. Далее, следует правильно разместить ноги: если садиться в [позу] полу-лотоса, то левую ногу следует поместить поверх правой, а затем подтянуть так, чтобы она оказалась близко к туловищу и пальцы левой ноги были вровень с правым бедром, а правой ноги — вровень с левым бедром. Если желают сесть в [позу] полного лотоса, тогда правую ногу следует поместить на левой. Далее, ослабляют пояс на одежде, удостоверившись, что он расправлен и не упадет при сидении. Затем располагают руки: открытая левая ладонь кладется на правую, так, чтобы они совместились, после чего их помещают на левой ноге и подтягивают к туловищу, чтобы они были у центра тела.

Далее, следует правильно расположить тело, удостоверившись, что оно выпрямлено, а все члены размещены симметрично; проверить это семь-восемь раз, как при самомассаже. Нельзя позволять рукам или ногам выскользывать из установленного положения. Далее, следует сидеть прямо, чтобы позвоночник ни горбился, ни прогибался; далее — выпрямить шею и голову, чтобы нос и пупок оказались на одной линии, а [голова] не клонилась на бок и

в стороны, не наклонялась вперед и не откидывалась назад.

Далее, открывая рот, следует спокойно выпускать воздух, причем способ испускания *ци* не должен быть грубым или поспешным; направлять дыхание вовне следует мягко и ровно, представив, что в разделениях тела места непроходимости ста сосудов выходят прочь с *ци*. Выдохнув, закрывают рот и через нос вбирают чистые *ци*, и так три раза. Если телесное дыхание упорядочено, достаточно и одного раза.

Далее, закрыть рот, чтобы губы и зубы были крепко сомкнуты, а язык отведен назад к твердому нёбу. Затем прикрыть глаза так, чтобы не проходил внешний свет; после этого сесть прямо, подобно каменной стеле, не позволяя телу, шее, четырем членам даже малые движения.

Таков способ упорядочения тела
При первом вхождении в *дхьяна-самадхи*.
Говоря о самом необходимом —
Не [слишком] расслаблено и не [слишком] напряжено —
Вот облик упорядоченного тела.

Второе — способ упорядочения дыхания при первом вхождении в *дхьяна*, у которого есть четыре облика: 1. ветренный, 2. неровный, 3. обычный («*ци*»), 4. легкое [дыхание]. Первые три — неупорядоченные облики, последний — упорядоченный. Что есть «ветренный» облик? Когда при сидении раздается звук от вдохов и выдохов через нос. Что есть «неровный» облик? Когда при сидении, даже если нет звуков дыхания, при выдохах и вдохах есть задержки и остановки, — это «неровный» облик. Что есть облик *ци*? Когда при сидении, даже если нет звуков дыхания и нет задержек и остановок, при выдохах и вдохах нет тонкости, — это именуется обликом *ци*. Облик же [легкого] дыхания — это ни звуков, ни задержек, ни грубости; выдох и вдох мягки и шелковисты; кажется, они еще здесь, а они уже исчезли. Тело успокаивается, душа убажается; таков этот облик [легкого] дыхания. Производя («сохраняя») ветренное становишься рассеянным; производя неровное становишься связанным; производя обычное устаешь; производя [легкое] дыхание [водишь в] *самадхи*. Если, далее, при сидении присутствуют три облика [дыхания] — ветренное, неровное и *ци*, это именуется неупорядочением. Использование сердца в таких обстоятельствах приводит к болезненному расстройству; сознанию становится трудно войти в *самадхи*.

Желая упорядочить это, следует полагаться на три приема

(«дхармы»). Первый — успокоить сердце, закрепив его внизу; второй — расслабить и отпустить свое тело; третий — видеть *ци*, проникающие во все поры и отверстия, входящие и выходящие безо всяких препятствий. Если сделать сердце утонченным, дыхание становится прекрасным; при упорядоченном дыхании не рождаются болезни мира, и сердце легко входит в *самадхи*.

Это называется способом упорядочения дыхания при первом вхождении практикующего в *самадхи*. Говоря по сути, оно ни грубое, ни ускользающее, — таков облик упорядоченного дыхания.

Третье — упорядочение сердца при первом вхождении в *самадхи*; существует два его значения: 1. упорядочение смущенных и перемешанных мыслей, дабы не позволить им ускользнуть; 2. [постановка на должное] место [состояний] «погруженности», «плавания», «вялости» и «суетливости». Что подразумевает облик «погруженности»? Если при сидении в сердце муть и мрак, если ничего не запоминаешь, а голова клонится книзу, то это — состояние «погруженности». В такой момент следует сосредоточить мысли на кончике носа, закрепив, таким образом, сердце в пребывании в [явных] связях, чтобы не было разделения и рассеивания ума. Так возможно исправить «погруженность». Что подразумевает облик «плавания» сердца? Если при сидении сознание любит двигаться, тело беспокойно, а в мысли [закрадываются] извне ложные связи, то это — состояние «плавания». Тогда следует успокоить сердце, направив его вниз и установив связи в [области] пупка; утихомирив все смятенные мысли, сердце немедленно оказывается пребывающим в *самадхи*; в этом случае сознание легко успокоить. Говоря по сути, не-погруженности и не-плавание, — таков облик упорядоченного сердца.

Спрашивая, говорят: «Ведь в сердце могут быть также [состояния] «вялости» и «суетливости», не так ли?» Отвечая, говорят: «Бывает и так». Облик «торопливости» сердца, [пребывающего в] *самадхи*, — это когда сидя соберут воедино все [возможности] использовать сердце и так, всеми помыслами стремятся войти в сосредоточение, отчего *ци* поднимается вверх, что вызывает внезапную боль в груди. Тогда следует расслабить сознание, мысленно направив течение *ци* вниз; тогда болезненные [ощущения] сами прекратятся. Что касается облика «вялости» у сердца, то это — уход воли просветленности; сознание слабеет и оседает, изо рта иногда вытекает слюна, временами разум грубеет и замутняется. Тогда следует мысленно взбодрить («ускорить») тело, заставить сердце пребывать в [причинных] связях, а тело — поддерживать

[должное] состояние; таково лечение от этого. Следует также знать, что у сердца бывают облики грубости и ускользания. Таковы способы упорядочения сердца при первом вхождении в *самадхи*.

Теперь, вхождение в *самадхи* в основе представляет следование от грубого к тонкому; «грубое» здесь представлено телом, и дыхание пребывает внутри него. Сердце наиболее тонко и спокойно; упорядочением грубого достигают утонченного и заставляют сердце успокоиться, — таков начальный способ вхождения в *самадхи*.

Второе: пребывая в сидячем [положении], упорядочивают три дела. В течении сидения — долгого ли, короткого ли, длящегося ли один, два или три из двенадцати [двухчасовых] промежутков — сосредоточивают мысли на использовании сознания. В этом [состоянии] следует хорошо понимать: упорядочены или нет облики трех областей — тела, дыхания и сердца.

Продолжая сидеть, даже закончив упорядочение тела, иногда [замечают], что это тело или вяло, или беспокойно, или согнуто, или изогнуто, или наклонено вперед, или откинута назад. Осознав это, следует исправить, убедиться в его спокойствии и неподвижности, в отсутствии в нем вялости и беспокойства, в том, что поза («пребывание») прямая, выровненная и выпрямленная. Сидя далее, даже при упорядоченном теле, [можно заметить] неуравновешенность *ци*. Признаки такой неупорядоченности подобны изложенным выше; может — это ветренное, или прерывистое [дыхание], либо — убыстренность *ци*, так что в теле [ощущается] напряженность и переполненность. Тогда следует использовать прежде[упомянутые] способы, следуя исправлениям. В каждом случае путь дыхания должен быть мягким и гладким: он как бы есть, и его как бы нет. Далее, во время сидения, даже при упорядоченных теле и дыхании сердце бывает несобранно из-за «погруженности», «плавания», «вялости» и «торопливости». Тогда, осознав это, следует использовать прежде[упомянутые] способы и вернуть его во внутреннюю неподвижность.

Упорядочение трех этих дел, безусловно, не имеют жесткой последовательности; выявляют неупорядоченное и занимаются им, чтобы во время одного сидения тело, дыхание и сердце, эти три, пребывали в должном состоянии и не являлись помехой друг для друга. Достигнув покоя и недвойственности, обретают способность устранять недуги прошлых существований, быть начеку и предотвращать возникновение [препятствий], возможность подниматься по пути *самадхи*.

В-третьих, «упорядочение трех моментов во время исхода *дхьяна*, когда практикующий» заканчивает сидение в сосредоточении, когда желает выйти из *самадхи*, ему следует сперва направить («испустить») сердце на соответствующие причинные связи, затем открыть рот и выпустить *ци*, представляя, как дыхание следует по ста каналам в соответствии с умственным направлением. Затем надо слегка подвигать телом, далее подвигать плечами, а потом руками, головой и шеей; далее двигают обеими ногами, с тем чтобы они вновь стали расслабленными. Затем руками растирают все поры, после чего массируют руки, чтобы они потеплели; затем прикрывают ими оба глаза, после чего открывает их. Подождав, пока тело нагреется, можно встать, ходить и выходить, как пожелаешь. В противном же случае, из-за того, что во время сидения сердце обрело [некое особое] пребывание, если спешить и быть резким в движениях, определенные тонкие дхармы не [успеют] рассеяться; продолжая оставаться в теле, они приведут к головной боли у человека, отвердению сочленений ста костей, подобному ревматизму. Во время последующих сидений могут возникнуть переживания, возбужденность и беспокойство. Поэтому, когда сознание желает выйти из *самадхи*, следует быть очень внимательным.

Таковы способы упорядочения тела, дыхания и сердца при выходе из *самадхи*, поскольку выходя из тонкого следуют к грубому.

Это называется умелым вхождением, пребыванием и выходом и описано в *гатха*:

В продвижении и остановке есть [должная] последовательность,

[При которой] грубое и тонкое не противоречат друг другу.

Это сравнимо с [откликом] хорошо объезженной лошади,
Когда желают остановиться, а потом решают двигаться [дальше].

«В «Сутре цветка [лотоса Благого] Закона»¹ сказано: «Ради Пути Будды все бохисаттвы великого собрания усердно практиковали в течение неисчислимых тысяч десятков тысяч *коти*² *кальпа*, стали умелыми во вступлении, пребывании и выходе из неисчис-

¹ Т 9.41с.

² В индийской традиции — число «десять миллионов», однако записывается иероглифом со значением «сто миллионов».

лимых сотен тысяч, десятков тысяч *коти самадхи*, обрели великие чудесные силы, долго отправляли практики брахманов, стали умелы в отправлении последовательности добрых дхарм».)

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

[Раздел] 5. Практикование уная

Что зовется практикованием *уная*? Называемое таким практикованием содержится в пяти дхармах: 1. желание, 2. духовная решимость, 3. мышление, 4. различающая мудрость, 5. единое сердце.

Первая — желание. Желание отстраниться от мира, ото всех ложных мыслей и ошибочных взглядов, желание обрести все *дхьяна-самадхи* и врата дхармы мудрости. Поэтому также может быть названо «решимостью», «стремлением», «приязнью к», «удовольствием от». Такой человек решительно стремится ко всем глубочайшим вратам дхармы, нравящимся ему, от которых он получает удовольствие, поэтому названо «желанием». Об этом говорил Будда, изрекая: «Все добрые дхармы имеют в основе желание»¹.

Вторая — духовная решимость. Твердо придерживаясь обетов, избавившись от пяти покровов, не отвлекаясь, собранно, [пребывают] в начальных и последних [стражах] ночи. Уподобим это сверлу для [разжигания] огня, которое еще не разогрелось, но до конца не будет знать покоя; это зовется духовной решимостью. Как сказал Будда Ананде², «Поскольку все будды обладают непреклонной духовной решимостью единого сердца, [они] обретают [*ануттара-самьяк-самбодхи*]; сколь же невыразимо изобилен добром Путь Дхармы!»

Третья — мышление. Следует помнить, что этот мир обманчив и должен быть признан низким, тогда как мудрость *дхьяна-самадхи* почтенна и благородна, и должна быть признана высокой. Если обрести *дхьяна-самадхи*, немедленно появляется способность к совершенному вырабатыванию всяческой непросачиваемости, к [появлению] сил Пути чудесных способностей; становление совершенной и равной просветленности вовлекает в широкое переправление рожденных существ [на другой берег]. Это должно быть признано благородным; это называется осознанием.

Четвертая — различающая мудрость. Измеряют радости мира [в

¹ «Да-чжи-ду-лунь», св. 26 (Т 25.249с).

² Один из 16 учеников Шакьямуни.

сравнении с] радостями мудрости *дхьяна-самадхи*, [прикидывая] обретения и потери, легкое и весомое. Отчего так? Что касается радостей мира, то радостей [в нем] мало, а страданий много; [этот мир] ложен, обманчив и неистинен, [полон] потерь и [излишней] легкости. Что касается радостей мудрости *дхьяна-самадхи*, то в них нет протекания и обусловленности, они неподвижны, спокойны и свободны. В них навечно удалены рождение и смерть, все пребывает вне страданий; в них обретения, в них весомость. Из-та таких разделений названо «различающей мудростью».

«Далее, практикующий, отправляющий прекращение и созерцание, подобно использованию освещения низлежащего, воспринимает умом пять практик *чжи-гуань*, обретает этим спокойствие сердца и потому непременно вступает во Врата Дхармы. По этой причине названо «различающей мудростью».)

Пятая — единое сердце в высветлении различений мудрости мышления. Ясно видят, что этот мир подвержен болезням, подвержен злу; хорошо понимают, что *дхьяна-самадхи* исполнены мудрости и тончайших добродетелей, признанно благородны, признанно почтенны. В такое время следует единым сердцем решиться на практикование и отправление прекращения и созерцания. [Тогда] сердце станет подобным ваджре, небесные демоны и [существа] внешних путей не смогут препятствовать и разрушать [обретаемое]. [Настрой должен быть таким, что] даже если усилия окажутся бесплодными («пустыми»), без обретений, попытки продолжатся до конца, без поворачивания назад, без изменений [решимости], — это и зовется «единым сердцем».

Далее, уподобим это страннику; первое, что он должен знать о дороге — проходима она, или имеет препятствия. После этого он собирается с духом («решается единым сердцем») и движется вперед соответственно. Потому здесь толкуется о различающей мудрости и едином сердце, а [в сутре] сказано¹:

Без мудрости нет *дхьяна*,
Без *дхьяна* нет мудрости.

В этом — значение [вышеизложенного].

¹ В «Нирвана сутре» (Т 12.546с).

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

[Раздел] 6. Истинное практикование

«Если практиковать и изучать прекращение и созерцание, следует охватить проницательным взором их общую, единую сущность в целом («от шеи до хвоста»).

Есть два типа практикования *чжи-гуань*: 1. практикование в сидении, 2. практикование [в прохождении через причинные] связи и в откликах на область [вещей].

Первый [способ] — практикование *чжи-гуань* в сидении; хотя изучение Пути и обретаемо во всех четырех видах поведения¹, сидение — наилучший [способ], поэтому сперва проясняют прекращение и созерцание в связи с сидением [в *дхьяна*]. Коротко [говоря есть] пять неодинаковых значений: 1. практикование *чжи-гуань* для прекращения («разрушения») грубости и смятения в сердце начинающего, 2. практикование *чжи-гуань* для излечения сердечных болезней «погружения» и «плавания», 3. практикование *чжи-гуань* в следовании всему правильному, 4. практикование *чжи-гуань* для исправления тонких состояний сердца в *самадхи*, 5. практикование *чжи-гуань* для достижения равновесия *самадхи* и мудрости.

Первое — отчего оно называется «практикованием *чжи-гуань* для прекращения грубости и смятения в сердце начинающего»? Сказано, что, когда практикующий впервые садится в *дхьяна*, [ему] следует практиковать прекращение ради устранения из сердца грубости и смятения. Если же прекращение не сможет разрушить их, следует немедленно практиковать созерцание. Оттого и говорится о практиковании *чжи-гуань* для прекращения грубости и смятения в сердце начинающего.

Теперь, выяснение практикования *чжи-гуань* включает два момента: 1. сперва практикование прекращения, 2. затем практикование созерцания.

Есть три разновидности прекращения. Первая — прекращение с [привязыванием] внимания к условиям вещественного окружения, например направление сознания на кончик носа или пупок, дабы оно не рассеивалось. Потому в сутре говорится: «Связывая сердце, избегают ничегонеделания, подобно тому, как обезьяну сажают в

¹ Четыре общих положения тела: хождение, стояние, сидение, лежание.

клетку»¹. Вторая — прекращение с управлением сердцем; подразумевается управление им, что бы в нем ни возникало, дабы не дать ему уклониться и рассеяться. Поэтому в сутре сказано: «Относительно этих пяти органов чувств («корней»), сердце — их правитель. Потому все вы должны умело управлять сердцем». Эти две [разновидности] проявлены в обликах и делах, и нет нужды входить в подробные разъяснения.

Третья — прекращение [постижением] истинной сути. О чем бы ни размышляло сердце, постигнув, что все и всяческие дхармы повсеместно рождаются от причин и связей и лишены само-природы, сознание не [станет] тянуться («брать») к ним. Не беря их, сердце ложных мыслей исчезнет, поэтому зовется «прекращением». Как это описано в сутре²:

Во всех и в каждой дхарме
Причины и связи пусты и лишены правителя.
Давший отдых сердцу, проникший в исходный источник
Носит звание шрамана.

«Когда практикующий впервые изучает сидение в *дхьяна*, желая практиковать Учение Будды в Десяти Направлениях Трех Миров [— прошлого, настоящего и будущего], ему следует дать торжественные клятвы и обеты оставить рожденных существ и стремиться к непревзойденному Пути. Его сердце становится крепким и несломимым как алмаз; телом, [всей своей] жизнью они обретают храбрость духа ради продвижения вперед. Если произойдет становление всех дхарм Будды, он уже никогда не отступит. Соответственно, далее, во время сидения следует думать об истинных обликах всех и всяческих дхарм, правильно их воспринимая. То, что здесь названо «всеми и всяческими дхармами», есть прояснение всех дхарм, воспринимаемых сердцем. Все добрые дхармы, недобрые дхармы, не-фиксированные дхармы, все дхармы чувственных страстей с наличием просачивания [в мир непостоянства], все Три Мира с наличием причин, рождений и смертей, причин и следствий («плодов»), все эти дхармы существуют лишь из-за [движений] сознания. Поэтому в «Сутре Десяти *бхуми*»³ сказано:

¹ «Сутра забытых учений» (Т 12.111а).

² Тэндайская традиция расходится в указании источника (см.: «Тэндай сё-сикан-но кэнкю». С. 174).

³ Отдельный перевод «Аватамсака сутры», раздел «О десяти *бхуми*» (Т 26. 169а).

В Трех Мирах нет отдельных дхарм.
Все они созданы лишь Единым Сердцем.

Если практикующий постигнет, что в сердце нет [само—]природы, это и будет действительный [облик] всех дхарм. Если во всех дхармах нет истинно—[сущего], то это — обман и ложь. Если знать, что это — обман и ложь, [постигнешь, что] это — пустота, у которой нет повелителя, в противном случае ее нельзя было бы ухватить. Если бы не было за что схватиться, сердце пребывало бы в ложных мыслях. Пребывая же в ложных мыслях, сердце пришло бы в упадок и стало бы бесполезным. Такая бесполезность есть исходных источник всех дхарм. Если успокаивать сердце в его исходном источнике, не станет загрязненностей. Если в сердце не будет загрязненностей, прекратятся кармические действия всех рождений и смертей. Если прекратятся кармические действия рождений и смертей, спадет грязная [пелена]. Поэтому в сутре сказано¹:

Наличествующее сердце не знает сердца.
Сердце не видит сердца.
Сердце пробуждает мысли — отсюда заблуждения.
Отсутствие мыслей — очищение от грязи.

Если практиковать таким образом истинную суть прекращения, это, разумеется, следует знать. Такой человек непременно обретет очищение от загрязненности и будет именован великим *шрамана*. Таково краткое изложение облика практикования истинной сути прекращения.²

¹ «Праджня-самадхи сутра» (Т 13. 903а).

² В тэндайской традиции существует иной вариант отрывка, приведенного в угловых скобках (Когда практикующий впервые изучает сидение в *дхьяна*).

Таково краткое изложение облика практикования истинной сути прекращения):

Когда практикующий впервые изучает сидение в *дхьяна*, [он должен понять, что], о чем бы ни думало его сердце, ни одна дхарма не пребывает даже на мгновение. Если ложные мысли не исчезнут, несмотря на использование вышеупомянутого способа прекращения посредством постижения истины, следует созерцать мысли, которые появляются, и понимать, что в прошлом они уже были разрушены, в настоящем они не существуют, в будущем — еще не появились. Когда ищут в этих трех областях, то ничего не могут найти. Если определить дхарму, которую невозможно найти, тогда не существует мыслей. Если мыслей нет, тогда все и всяческие дхармы полностью не—существующи.

Хотя практикующий созерцает и постигает, что мысли не пребывают и пол-

Второе: что есть практикование созерцания? Есть два вида созерцания — взаимодействующее и правильное.

[Первое] — взаимодействующее созерцание, противопоставляет созерцание нечистого чувственным желаниям; созерцание сострадательного сердца подобно противопоставлению гневу и ненависти. Соответствующим же образом все прочие созерцания именуются взаимодействующими. Не станем сейчас проводить иных разделений.

Второе — правильное созерцание, то есть созерцание мудрости истинно—сущего всех дхарм, «как лишенных признаков и произведенных причинами и связями. Отсутствие [само—]природы в причинах и связях — вот облик действительности. Если сперва постичь, что совершенно все в созерцаемой области пустотно, тогда сердце, способное погрузиться в созерцание, само по себе отстраняется от проявления. В начальных и последующих разделах работы излагается именно этот принцип. Читающему следует самому подробно это рассмотреть.» В сутре¹ это изложено так:

Все дхармы не имеют твердого основания,
Постоянно пребывая в мыслях.

ностью не—существующи, это не означает, что нет ни единой *кшана*, в которой происходит становление осознания и постижения сердца.

Дополнительно созерцают эту мысль сердца, [понимая, что] из—за внутреннего присутствия шести [органов] чувств и внешнего присутствия шести [чувственных] объектов, а также из—за их взаимной противопоставленности возникает сознание. Когда чувства и объекты еще не противопоставлены, сознание в основе своей не производит ничего. Так созерцательно воспринимается производство [мыслей] и их устранение. Названия «производство» и «устранение» применяются ложно. Когда устраняется сознание с его производением и устранением, все же перед практикующим предстает [само] устранение, и невозможно ничего обнаружить. В этом так называемый пустотный и все же вещественный принцип нирваны. [После такого созерцания] сердце обычно прекращает [движения].

В «[Махаяна] шраддхотпада шастра» сказано: «Если сердце убежало и стало рассеянным, следует немедленно привести его обратно и установить в должном виде». Относительно этого «должного вида» следует помнить, что [разговор] всего лишь о сознании; внешних пределов не существует. Само же это сознание лишено всяких внутренне присущих обликов, и нет такого момента, когда их можно было бы ухватить. Сообщалось, что есть начинающие в практиковании этих исследований, которые, не выработав еще способности обретать неподвижность сердца, подавляли его, дабы принудить к неподвижности, и поэтому часто сходят с ума. Уподобим это занятиям стрельбе из лука: если посвятить им много времени, научаешься поражать цель.

¹ «Праджня—самадхи сутра», раздел «О практиках» (Т 13.903а).

Тот, кто уже понял, узрев пустоту,
Не имеет никаких мыслей.

Второй [вид] включает практикование прекращения и созерцания в качестве противопоставления беспорядочности «погружений» и «плаваний» сердца. Когда практикующий впервые садится в *дхьяна*, если [он понимает, что] его сердце следует обусловленности, то все и всяческие дхармы не пребывают в мыслях; однако, если даже при применении вышеуказанного истинно-сущностного прекращения появятся ложные мысли, тогда нужно следовать всем дхармам обусловленного сердца, будь то [дхармы] добра, зла, неопределенные, будь то гнев, алчность, загрязненность Трех Ядов или прочее. Размышляя над всеми делами мира, следует, напротив, созерцать пробуждающее их сердце. Таким образом, в прочих сердцах то это есть, то этого нет. Если этого нет, то «отсутствие» есть «отсутствие сердца». Как может сердце пребывать? Если говорится, что в сердце это есть, значит должно пребывать в прошлом, настоящем и будущем. [Сказать, что] пребывает в прошлом — но ведь прошлое уже разрушено, как же может [там] пребывать сердце? [Сказать, что] пребывает в будущем — но ведь будущее еще не настало, как же может [там] пребывать сердце? [Сказать, что] пребывает в настоящем — но ведь его невозможно ухватить, а раз невозможно ухватить, то нельзя [утверждать, что] сердце пребывает. И далее, если сердце пребывает в настоящем, в каком облике следует созерцать действительно настоящее сердце? Созерцая его таким как есть, облика не увидишь, поскольку сердце необретаемо, а раз оно необретаемо, то и говорить о наличии сердца не приходится. И далее, если облик сердца появляется посредством рождений и разрушений, то сердце и есть эти рождения и разрушения, и не есть эти рождения и разрушения. Если оно есть эти рождения и разрушения, то во всех травах и деревьях должны содержаться рождения, разрушения, а также облики этого сердца. Если же их нет в обликах сердца, то становление обликов сердца не должно происходить посредством рождений и разрушений; следует это знать: облики сердца необретаемы. Поскольку облики сердца отсутствуют, нет и самого сердца. И далее, если даже говорят, что становление сердца происходит по причине рождений и разрушений в *кшана* настоящего, хотя в данный миг ясно ощущаешь рождение и разрушение, [сердце] все же необретаемо. Как может наличествовать становление сердца? Если говорить о том, что в настоящем есть рождения и разрушения, то тогда сердце прошлого должно было разрушиться, а сердце настоящего ро-

диться, однако оно не уничтожается и не рождается. Если бы в прошлом сердце уничтожалось, а в настоящем рождалось, из чего бы оно рождалось? Если бы не уничтожалось и не рождалось, тогда должны были бы пребывать два сердца рядом. В действительности же это не так. Как можно говорить, что оно рождается не уничтожаясь? Следует же знать, что оно не рождается и не уничтожается, а также ни не рождается, ни не уничтожается. Одним словом, рождения нет; если же нет рождения, то нет и разрушения. Если же нет рождения и разрушения, как может становление сердца проходить посредством рождений и разрушений? Знайте, поэтому, что сердце непостижимо.

И далее, если утверждать, что в настоящем наличествует сердце, тогда оно рождается из себя, рождается из других, рождается из себя и других, рождается не из себя и других. Если говорить, что рождается из себя, то отчего не рождается из себя, когда не противопоставлено вещам? Если говорить, что рождается из других, то, раз сердце есть дхармы прочих, то сердце других рождает другое сердце. Разумеется, сердце других никак не может стать своим сердцем. Если дхармы других не есть сердце, что может породить «не-сердце» в сердце? Говорить, что сердце рождается по причине смешиваемости себя и других, также неверно. Если бы и в себе, и в других было сердце, не нужно было бы ждать рождения сердца из их смешанности. Если не рождается ни из себя, ни из других, то не может родиться и из их смешения. Если бы рождалось не по причине себя или других, то должно было бы рождаться в пустоте; в действительности же это не так. Рождается от причин и связей, — соответственно непостижимо. Как же может родиться без причины? Таким образом, посредством этих всевозможных причин и связей испытывают рождение в сердце настоящего; величественный же предел [остается] непостижимым.

Если же не обретать созерцаемое сердце, обретаешь способность мудрости созерцания, и все дхармы [становятся] непостижимыми. Если все дхармы непостижимы, то нет и зависимости от сердца; если нет зависимости от сердца, то нет мыслимого и запоминаемого. Если нет мыслимого и запоминаемого, пресекаются «опрокидывающие» мысли; если устраняются «опрокидывающие» мысли, нет отдельных разделений сердца. Если нет отдельных разделений сердца, исчезают споры и пререкания сердца; если исчезают споры и пререкания сердца, нет чувственности и гнева. Если нет чувственности и гнева, не пробуждаются взбирающиеся связи постижения и созерцания; если не пробуждаются такие связи, тело и сердце пребывают в естественном покое. Если тело и серд-

це пребывают в естественном покое, обретается истинное *самадхи*; если обретается истинное *самадхи*, возникает истинно-действительная мудрость и навсегда устраняются все рождения и смерти. Поэтому в *гатха* шастры толкований¹ сказано:

Праджня—парамита
Не опрокидывает истинные дхармы.
Мысли, разум, созерцание уже устранены,
Все дхармы слов и речей уничтожены,
Неисчислимы проступки стерты и разбиты;
Чистое сердце постоянно едино.
Такой почтенный и утонченный человек
Способен видеть *праджня*.

Таково краткое изложение области прекращения и созерцания для разбивания смятенного сердца начинающего.

Второе — *чжи—гуань* практик для излечения сердечных болезней «погружения» и «плавания». Когда практикующий впервые садится в *дхьяна*, если его сердце во мраке и в пыли, если он ничего не воспринимает, [бессмысленно] уставясь [перед собой], или когда он [слишком] много спит, тогда следует практиковать созерцание ради полного прояснения. Посреди сидения сердце движется плавая, [становясь] легким, возбужденным и беспокойным; тогда следует практиковать прекращение, дабы положить этому конец. Таково краткое разъяснение особенностей (обликов) практик для излечения сердечных болезней «погружения» и «плавания». «При их употреблении следует лишь хорошо представлять, какие лекарства [применимы] к болезни. В каждом отдельном случае излечения возможны упущения от отдаления и предубежденности.»

Третье — *чжи—гуань* в следовании должному. Когда практикующий садится в *дхьяна*, однако, хотя и практикует созерцательное прояснение ради избавления сердца от «погружения», его сознание так и не [становится] светлым и чистым и нет воздаяния Дхармы, ему следует тогда практиковать прекращение, дабы остановить его. Если во время прекращения он немедленно осознает, что его тело и сердце успокоились, очистились и прояснились, следует знать, что это — должное прекращение, и надо немедленно использовать прекращение для успокоения сердца. Если практикующий во время сидения в *дхьяна* даже и практикует прекра-

¹ «Да-чжи-ду-лунь», св. 18 (Т 25.190b).

щение для избавления от «плавания» и движения, однако сердце не пребывает [в покое] и нет воздаяния Дхармы, следует практиковать созерцание. Если, находясь в созерцании, он немедленно осознает, что его сердце и дух прояснились и очистились, стали спокойными и устойчивыми, следует знать, что это — должное созерцание, и надо немедленно использовать созерцание для успокоения сердца. Таково краткое разъяснение особенностей (обликов) следования должному в практиковании прекращения и созерцания. «При их практиковании следует хорошо представлять — что есть должное; тогда сердце и дух [станут] спокойными и устойчивыми, устранятся болезни от чувственных страстей и [обретется] подтверждение всех Врат Дхармы.»

Четвертое — практикование *чжи-гуань*, исправляющие утонченные [состояния] сердца в *самадхи*. Относится к [тому случаю, когда] практикующий сперва воспользовался прекращением и созерцанием для противостояния и разрушения грубости и смятенности [мыслей] и, поскольку смятенное сознание уже прекратилось, немедленно вошел в *самадхи*. Из-за утонченности сердца в *самадхи*, он осознает, что тело пустотно и упокоено и обретает наслаждение и радость. «Либо, возможно возникновение сердца, [склоняющегося к] выгодам и удобствам, способного, посредством утонченности сознания, следовать («получать») искаженному и ложному принципу.» Если не знать ложности и обманчивости [такого] сердца в *самадхи*, непременно родятся привязанности желаний; «если родятся привязанности желаний, они будут восприниматься, как истинные». Если же знать, что они ложные и обманчивые, любовь и взгляды¹ не пробудятся; это и называется практикованием прекращения.

Если, несмотря на практикование прекращения, сердце остается привязанным к заблуждениям, «а карма пут любви и взглядов не исчезает», тогда следует практиковать созерцание, направив его на утонченность сердца в *самадхи*. Если не увидеть утонченного сердца в *самадхи*, тогда не «обретается» привязанности к *самадхи* видения; если же не обретается привязанности к *самадхи* видения, тогда карма чувственных страстей любви и взглядов будет повсеместно и полностью уничтожена и разбита; это и называется практикованием созерцания. Таково краткое изложение особенностей (обликов) практикования *чжи-гуань* исправления утончен-

¹ «Любовь» — захваченность отдельными вещами, душевные и чувственные переживания от восприятия этих вещей, возникших отношений к ним. «Взгляды» — осмысленные страдания из-за восприятия этих вещей как реальностей.

ностей сердца в *самадхи*. «Отдельные разделения способов *чжи-гуань* одинаковы с прежде[изложенными]. Единственное отличие в том, что [они направлены на] уничтожение недостатков тончайших взглядов, [присущих] *самадхи*.»

Пятое — практикование *чжи-гуань* ради уравнивания *самадхи* и мудрости. Сидя в сосредоточении практикующий по причине ли отправления прекращения, или по причине совершения созерцания входит в *дхьяна-самадхи*. Если даже обрета вхождение в *самадхи* [он] не [достигает] созерцательной мудрости, то это — «глупое *самадхи*», неспособность рассеять путы. «Либо эта созерцательная мудрость незначительна и мала; значит [он] неспособен пробуждать истинную мудрость, рассекать все путы, отворять все Врата Дхармы.» Тогда следует практиковать созерцательное исследование по разделениям. Если в *самадхи* раскроется и высвободится мудрость, то есть «*самадхи* и мудрость станут равно уравновешены», [он] будет способен рассеять путы «[и достигнет] подтверждения всех Врат Дхармы». Когда практикующий сидит в *дхьяна*, по причине практикования созерцания, или по причине практикования прекращения «внезапно проявляется мудрость, однако сердце *самадхи* отсутствует; мудрости уже много», однако сердце внезапно открывается и мудрость проясняется. Хотя, «сердце, не обретшее *самадхи*», может быть незначительным по сосредоточенности сознания; тогда это сердце движется и рассеивается. Подобно [огню] лампы на ветру, оно не освещает вещи полностью, поэтому в разъясняющей шаштре сказано: «Если нет сосредоточенности сердца, то хоть и говорится о мудрости созерцания пустоты, отсутствии обликов и прочем, все это — “опрокидывающая” мудрость, это — мудрость сумасшествия, неспособность выйти и отстраниться от рождений и смертей». Тогда следует вернуться к созерцанию прекращения, посредством которого обретешь сердце *самадхи*. Обретение же сердца *самадхи*, подобно [огню] лампы в закрытой («тайной») комнате, способно немедленно рассеять тьму, ясно осветив [все] вещи по отдельности. Таково краткое разъяснение практикования двух способов *чжи-гуань* ради уравнивания *самадхи* и мудрости.

Если практикующий, сидя прямо в истинной *дхьяна*, сможет умело использовать пять этих способов *чжи-гуань*, если в их выборе и устранении он не ошибется с тем, что должно, тогда следует знать, что этот человек умело практикует Дхарму Будды, и эта жизнь не пройдет для него впустую.

Второй способ: проясняя практикование *чжи-гуань* при прохождении через обусловленность и в отношении к вещам. Сидеть

выпрямившись в постоянной *дхьяна* — неперенное условие вступления на Путь; однако наличие у человека ответственностей («беспокойств») непременно вовлекает его в связи вещей. Если следовать связям мира вещей и не практиковать прекращение и созерцание, это вызовет провалы и повреждения в сердце практик, в соприкосновении [с этим миром] пробудятся путы кармы. Как тогда быстро обрести соответствие облику Дхармы Будды? Если во все времена непрестанно практиковать *уная* мудрости и *самадхи*, тогда — следует знать — это человек непременно сможет достичь проникающего постижения всех дхарм Будды. Что называют прекращением и созерцанием при прохождении через [обусловленность] связями? Называемое связями имеет шесть разновидностей: 1. хождение, 2. стояние, 3. сидение, 4. лежание, 5. делание и созидание, 6. говорение слов. Что называют практикованием прекращения и созерцания в отношении мира вещей? Именуемое миром вещей есть область Шести Пылинок. Первая — глаза в отношении обликов (форм), вторая — уши в отношении звуков, третья — нос в отношении запахов, четвертая — язык в отношении вкусов, пятая — тело в отношении к осязаемому, шестая — ум в отношении к дхармам. Отправление практикующим *чжи-гуань* в отношении этих двенадцати явлений и есть практикование прекращения и созерцания при прохождении через обусловленность. Хождение; когда ходят следует производить такую мысль: «Ради чего я сейчас хочу ходить?» Если ради недобрых и неопределенных дел, то ходить не следует; если же ради добрых приобретений, если в соответствии с Дхармой, то ходить следует. Что называется практикованием остановки во время хождения? Если в момент хождения окончательно понимают, что оно производится из-за всевозможных причин, а значит наличествуют все дхармы — хорошие, плохие и прочие, и что ни единой дхармы не обретешь, следует прекратить пробуждение ложных мыслей; это и называется практикованием остановки. Как можно практиковать созерцание при хождении? Следует произвести такую мысль: «Поскольку телом двигают по причине сознания, наличествует такое перемещение вперед. Из-за наличия причины появляются все дхармы — хорошие, плохие и прочие, потому и называется “хождением”». [После этого следует], напротив, созерцать сердце хождения, не видя в нем никаких обликов и признаков. Следует знать, что и ходящий, и все дхармы [хождения] совершенно пусты и спокойны; это и называется практикованием созерцания. Сохранение в хождении имеет смысл практикования *чжи-гуань* Пяти Пылинок; об этом разъяснялось ранее.

Далее, во время стояния следует производить такую мысль: «Ради какого дела я сейчас желаю стоять?» Если для дел недобрых и неопределенных, то не должно стоять; если же ради хороших, выгодных дел, то должно стоять.

Как можно практиковать прекращение при стоянии? Во время стояния следует полностью осознавать, что именно по причине стояния наличествуют все дхармы — хорошие, плохие и прочие, и ни единой дхармы невозможно обрести, тогда ложные мысли не пробудятся; это и называют практикованием прекращения при стоянии. Что есть практикование созерцания при стоянии? Следует создать такую мысль: «Посредством усилий сердца тело устанавливается в покое; из-за этого пребывают все дхармы — хорошие, плохие и прочие». Потому и называется «стоянием». [Тогда следует] отвернуться и созерцать сердце стояния, не видя [в нем] обликов и признаков. Следует знать, что и стояние, и все дхармы [стояния] совершенно пусты и неподвижны, — это и называется практикованием созерцания. В стоянии также есть пять видов практикования *чжи-гуань*; о них подробно говорилось ранее.

Далее, во время сидения следует производить такую мысль: «Ради чего я сейчас хочу сидеть?» Если ради недобрых и неопределенных дел, то сидеть не следует; если ради добрых и благоприносящих дел, тогда следует сидеть. Что называется практикованием прекращения при сидении? Во время сидения следует точно («окончательно») знать, что именно из-за сидения наличествуют все дхармы — хорошие, плохие и прочие, однако ни единой дхармы невозможно обрести. [При понимании этого] не станут пробуждаться ложные мысли; это и называется практикованием прекращения. Что есть практикование созерцания при сидении? Следует произвести такие мысли: «Из-за созданных сердцем мыслей успокаивают тело, скрестив ноги; из-за этого наличествуют все дхармы — хорошие, плохие и прочие». Поэтому называется «вызванным сидением». Отвернувшись [от этого и] созерцая сердце сидения не увидят обликов и признаков, так что следует знать: и сидение, и все дхармы сидения совершенно пусты и спокойны. Это и называется практикованием созерцания. В практиковании *чжи-гуань* сидения есть пять разделений, о которых подробно говорилось ранее.

Далее, во время лежания следует производить такую мысль: «Ради чего я сейчас хочу лежать?» Если ради неподобающих занятий или безделья, то лежать не следует; если ради упорядочения Четырех Великих [Элементов], тогда следует лежать, и лежать подобно царю львов. Что называется практикованием прекращения

при лежании? Когда ложатся спать, следует точно знать, что из-за лежания наличествуют все дхармы — хорошие, плохие и прочие, однако ни одной дхармы невозможно обрести; при понимании [этого] не будет пробуждения ложных мыслей. Это и называется практикованием прекращения. Что есть практикование созерцания при лежании? Следует производить такую мысль: «Из-за перетруждения сердца впадают в [состояние] затуманенности и мрака, выпуская из рук Шесть Разделений (органов чувств), по причине чего наличествуют все дхармы — хорошие, плохие и прочие». Отвернувшись [от этого и] созерцая сердце лежания не увидят обликов и признаков, так что следует знать: и лежание, и все дхармы лежания совершенно пусты и спокойны. Это и называется практикованием созерцания. В практиковании *чжи-гуань* лежания есть пять разделений, о которых подробно говорилось ранее.

Далее, при делании следует создавать такую мысль: «Ради чего я сейчас желаю заняться таким делом?» Если ради нехороших, неопределенных моментов, то делать не следует; если ради хороших, благоприятных моментов, то делать следует. Что называется практикованием прекращения в занятии делами? Когда чем-то занимаешься, следует точно знать, что именно по причине этих дел наличествуют все дхармы — хорошие, плохие и прочие, и ни одной дхармы невозможно обрести. [При понимании этого] не будет пробуждения ложных мыслей; это и называется практикованием прекращения. Что называется практикованием созерцания при занятии делами? Следует думать так: «Из-за того, что сердце двигает телом и руками, отправляются все дела; по этой причине пребывают все дхармы — хорошие, плохие и прочие; отсюда название “занятие делами”». Отвернувшись [от этого и] созерцая сердце делания не увидят обликов и признаков, так что следует знать: и делание, и все дхармы делания совершенно пусты и спокойны. Это и называется практикованием созерцания. В практиковании *чжи-гуань* делания есть пять разделений, о которых подробно говорилось ранее.

Далее, когда говорят, следует создавать такую мысль: «Ради чего я сейчас желаю говорить?» Если из-за желаний спорить и разъяснять, что есть нехорошее и неопределенное дело, тогда говорить не следует. Если ради вещей хороших и благоприятных, то говорить следует. Что называется практикованием прекращения в говорении? Когда что-то говоришь, следует точно знать, что именно по причине этих слов наличествуют все дхармы — хорошие, плохие и прочие, и ни одной дхармы невозможно обрести. [При понимании этого] не будет пробуждения ложных мыслей; это и на-

зывается практикованием прекращения. Что называется практикованием созерцания при говорении? Следует думать так: «Из-за того, что сердце осознает созерцание, когда дыхание *ци* движется в горле, по языку и губам, зубам и гортани, и выходят звуки, образующие слова речи; по этой причине пребывают все дхармы — хорошие, плохие и прочие; отсюда название “говорение”». Отвернувшись [от этого и] созерцая сердце говорения не увидят обликов и признаков, так что следует знать: и говорение, и все дхармы говорения совершенно пусты и спокойны. Это и называется практикованием созерцания. В практиковании *чжи-гуань* говорения есть пять разделений, о которых подробно говорилось ранее.

«Шесть способов практикования *чжи-гуань*, изложенные выше, следует применять соответственно тому, что должно и что соответствует определенному времени. В каждом случае они включают пять ранее [изложенных] моментов о прекращении и созерцании, [к которым следует прибегать] так, как об этом говорилось выше.»

Далее, что именуется практикованием прекращения, когда глаза видят формы? Когда перед глазами предстают облики, следует знать, что они подобны луне, [отражающейся] в воде, и в них нет истинной действительности. Если видеть согласующееся с чувствами, не будет пробуждения алчной чувственности.

Если видеть формы, с которыми чувственно расходишься, не пробудятся заблуждения ненависти; если видеть формы, с которыми не расходишься, но которым и не следуешь, не пробудится непроясненность и все смятенные размышления; это называется практикованием прекращения. Что называется практикованием созерцания в то время, когда глаза видят облики? Следует создавать такую мысль: «Во всем видимом нет форм видения». Как может такое быть? В их корнях, песчинках¹, пространстве и ясности, в каждом из них ничего не увидеть, ничего не разделить. Сочетания причин и связей рождают сознание взглядов, причины и взгляды сознания взглядов рождают сознание разума; когда же рождается сознание разума, немедленно становятся возможными разделения среди всевозможных видов форм. По этой причине появляются все виды дхарм: хорошие, плохие и прочие. Следует немедленно отвернуться и созерцать сердце, заключающее формы в мысли, не видеть обликов и признаков и понимать, что видящий и все дхармы совершенно пусты и неподвижны; это и называется созерцанием. Для глаз, видящих формы, есть пять значений практикования *чжи-гуань*, о которых подробно [изложено] ранее.

¹ *Корнях, песчинках* — органах чувств и объектах органов чувств.

Далее, о практиковании прекращения в то время, когда уши слышат звуки. Каким бы ни был слышимый звук, немедленно понимают, что он подобен эху. Если слышат звук, соответствующий чувствам, в сердце не рождается привязанностей («любви»); слыша звуки, противные чувствам, в сердце не пробуждается гнев; что же до звуков ни противных, ни соответствующих, то в сердце не пробуждается разделений, — это и называется практикованием прекращения. Что есть практикование созерцания в слышании звуков? Следует производить такую мысль: «Какой бы звук ни слышался, он пуст и не-пребывающ». Лишь из-за смешения корней и пылинок рождается сознание уха; далее, из-за его рождения появляется восприятие разума, настойчиво («сильно») пробуждающее разделения; по этой причине пребывают все дхармы — хорошие, плохие и прочие, поэтому называется слышимым. Отворачиваются и созерцают сердце, слышащее звуки, не видят обликов и признаков. Следует знать, что слышащий, а также все дхармы совершенно пусты и спокойны; это и называется созерцанием. Для ушей, слышащих звуки, есть пять значений практикования *чжи-гуань*, о которых подробно [изложено] ранее.

Далее, практикование прекращения во время, когда нос обоняет запахи. Что бы ни унюхивалось, тут же понимают, что [этот запах] подобен [всем прочим] превращениям и неистинен. Если обоняемый аромат соответствует чувствам, не пробуждают сердце привязанностей; если вдыхают *ци*, противоречащие чувствам, не пробуждают гневных мыслей; когда же ароматы ни противоречащи, ни соответствующи, не рождаются смятенные мысли, — это и есть практикование прекращения. Что называется практикованием созерцания при обонянии запахов? Следует производить такую мысль: «Ощущающийся сейчас запах ложен, обманчив и неистинен. Отчего так? Поскольку из-за соединения корней и пылинок рождается обонятельное сознание; далее, рождается сознание разума, силой воспринимающее облики запахов. По этой причине наличествуют все дхармы: хорошие, плохие и прочие; поэтому и называется ощущением запаха». Отворачиваются и созерцают сердце, чувствующее запахи, не видят обликов и признаков. Следует знать, что обоняющий, а также все дхармы совершенно пусты и спокойны; это и называется созерцанием. Для восприятия запахов есть пять значений практикования *чжи-гуань*, о которых подробно [изложено] ранее.

Далее, практикование прекращения во время, когда язык чувствует вкус. Какой бы вкус ни ощущался, знают, что он подобен вкусу, ощущаемому во сне. Если обретают прекрасный вкус, соответствующий чувствам, не пробуждают алчных привязанностей; если

вкус плохой и противоречит чувствам, не пробуждают осознание неприязни; если вкус ни противоречит, ни соответствует, не пробуждают разделений мыслей и представлений; это и называется практикованием прекращения. Что именуется практикованием созерцания воспринимаемого языком вкуса? Следует создать такую мысль: «Воспринимаемый сейчас вкус в действительности необретаем. Отчего так? И внутренне, и внешне Шесть Вкусов по природе нераздельны; из-за того, что корень собственного (“внутреннего”) языка не знает основы органа вкуса, их соединение порождает вкусовое сознание. Далее рождается сознание разума, силой воспринимающее вкусовый облик; по этой причине наличествуют все дхармы — хорошие, плохие и прочие». Отворачиваются и созерцают сознание связей вкусов, не видят обликов и признаков. Следует знать, что воспринимающий вкусы, а также все дхармы совершенно пусты и спокойны; это и называется созерцанием. Для языков, воспринимающих вкусы, есть пять значений практикования *чжи-гуань*, о которых подробно [изложено] ранее.

Далее, практикование прекращения, когда тело воспринимает прикосновения. Независимо от того, какое прикосновение воспринимается, немедленно понимают, что это подобно превращению, призраку, неистинному. Если воспринимаемое прикосновение соответствует ощущению радости, не пробуждают чувственных привязанностей; если прикосновение отвращает и вызывает неприятные ощущения, не пробуждают гнева и страданий; если восприятие прикосновения ни противоречиво, ни соответствующе, не пробуждают мыслей разделения; это и называется практикованием прекращения. Что есть практикование созерцания в то время, когда тело воспринимает прикосновения? Следует создавать такие мысли: «Холодное и теплое, грубое и гладкое, легкое и тяжелое, а также прочее производят осязание. Шесть разделов [тела] — голова и прочие, сообразуясь с Четырьмя Великими [Элементами] являют тело. Природа прикосновений пустотна и обманчива, само тело — неистинно. Из-за способности ощущать прикосновения, в смешении причин и связей рождается сознание тела; далее рождается сознание разума с его умственными, мыслительными разделениями на облики неприятного, приятного и прочие, поэтому и называется восприятием прикосновений». Отворачиваются и созерцают сердце связей осязания, не видят обликов и признаков. Следует знать, что прикасающийся, а также все дхармы совершенно пусты и спокойны; это и называется созерцанием. Для тела воспринимающего есть пять значений практикования *чжи-гуань*,

о которых подробно [изложено] ранее.

Далее, облики практикования *чжи-гуань* внутри разума, познающего дхармы подобны тем, что разъяснялись в начале [раздела] о сидении в *дхьяна*. Из способов практикования *чжи-гуань* в соответствии с шестью органами чувств выделяют тот, что наиболее соответствует обширным разделениям [целей]; не станем здесь входить в подробности.

Если практикующий способен отправлять *чжи-гуань* во всех местах, на ходу, стоя, сидя, лежа, видя, слыша, воспринимая, познавая и так далее, следует знать, что этот человек воистину практикует Путь Махаяны. Подобно [сказанному] в «Сутре Совершенной [Мудрости]»¹: «Будда обратился к Субхути²: “При ходьбе бодхисаттва осознает хождение, при сидении осознает сидение и так далее, вплоть до надевания на тело *сангхати*³, смотрения и мигания: [все это с] Единым Сердцем. [То же при] выхождении и вхождении в *дхьяна-самадхи*. Следует знать, что это именуется Махаяной бодхисаттв, поскольку непостижимо”».

Далее, если человек таким образом и во всех местах практикует Великую Колесницу, то он наивысший и непревосходнейший в мире, нет ему равных. Соответственно, в *гатха* разъяснительного трактата⁴ сказано:

Спокойно сидя в лесу среди деревьев,
Безмятежно уничтожают все злое,
Строго обретая Единое Сердце.

Люди ищут мирских выгод,
Прекрасных («известных») одежд, красивых постелей и подушек.

Но эта «радость» ни спокойна, ни безопасна:
В поисках выгоды нет насыщения.

Практикующий в заплатанной одежде побирается ради пропитания;

В движении и в остановках его сердце всегда едино,
Само прозревает мудрость.
Созерцая, он знает истинность всех дхарм.

¹ Св. 48 (Т 25. 402с).

² Один из 16 учеников Будды, первым постигший понятие «пустотности».

³ Самое большое из трех одеяний *бхикшу*.

⁴ «Да-чжи-ду-лунь», св. 13 (Т 25. 161а).

Во всеразновидности дхарм,
В каждую входят посредством созерцания [их] равенства.
Сознание, постигшее мудрость, спокойно и неподвижно
Ни с чем не сравнимо в Трех Мирах.

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

[Раздел] 7. Проявление обликов корней добра

«Если практикующий способен таким образом удачно применять прекращение и созерцание», переходя от повседневного к созерцанию пустоты, когда сидит [в *дхьяна*], его тело и сердце станут ясными и чистыми. В такое время может происходить развитие и проявление многих различных видов корней добра; это следует знать и осознавать.

Сейчас проясним проявление обликов корней добра, каковых имеется два неодинаковых вида.

Первый: облик проявления внешних корней добра; имеются в виду подаяния, придерживание обетов, сыновняя почтительность к отцу и матери и уважение к старшим, поклонение Трем Сокровищам, а также чтение и внимание к преподаваемому [Учению] и прочее; все это — облики проявления внешних корней добра. При неверном отправлении этих внешних вещей, они могут обратиться обликами демонического состояния [сердца]; не будем сейчас входить в подробности.

Второй: облик проявления внутренних корней добра; имеются в виду все Врата Дхармы *дхьяна-самадхи* — развитие и проявление корней добра. На это есть три взгляда: 1. истинное прояснение обликов проявления корней добра; 2. разделение истины и лжи; 3. прояснение долгого взращивания корней добра с использованием *чжи-гуань*.

Во-первых, что именуется обликом проявления внутренних корней добра? Существуют пять видов корней добра, и облики их проявлений неодинаковы: 1. облик проявления корней добра [в отношении к] путям дыхания; 2. облик проявления корней добра в созерцании нечистоты; 3. облик проявления корней добра в сострадательном сердце; 4. облик проявления корней добра при созерцании причин и связей; 5. облик проявления корней добра [в отношении] мыслей о Будде.

Первый: что называется обликом проявления корней добра [в отношении к] путям дыхания? Поскольку практикующий умело отправляет *чжи-гуань*, тело и сердце упорядочиваются, а ложные мысли не пробуждаются; по этой причине сердце само осознает, что погружается и входит в *самадхи*; проявляется *самадхи* мира

желаний и «недостигнутой земли»¹; тело и сердце как бы исчезают, становятся пустыми и спокойными; созерцательное сознание приобретает неподвижную умиротворенность, и в таком *самадхи* не видят никаких обликов и особенностей тела и сердца. Потом это можно продолжить [во время] одного или двух сидений, до одного или двух дней, одного или двух месяцев. Обретя место столь хорошо потребимого дыхания, не отступают [от него] и не оставляют, так что тело и сердце бесконечно пребывает в *самадхи*, испытывая все Восемь Ощущений². Имеются в виду восприятие телом [боли], чесотка, холод, жар, легкость, тяжесть, грубость, гладкость и подобное. Когда проявляются такие ощущения, тело и сердце спокойны и упорядочены, [переживается] пустотный и тонкий восторг предыдущего, счастье и удовольствие чисто и неопишимо [даже] уподоблениями. Таковы облики проявления корней добра исходного *дхьяна-самадхи*³ [в отношении к] исчисленным [созерцаниям]⁴ дыхания.

И далее, во время [пребывания] практикующего в Мире Желаний и в «недостигнутой земле» он внезапно осознает, как дыхание входит, выходит, удлиняется, укорачивается, движется отчужденно-пустотно через все поры волосков тела. Затем, посредством глаза сердца он видит тридцать шесть вещей⁵ внутри тела, как если бы, открыв кладовку, видят кунжутные семена, бобы и прочее. Сердце в великом восторге и радости; [практикующий] безмятежен и спокоен. Таковы облики проявления особо победоносных корней добра в следовании дыханию⁶.

Второй: облики проявления особо победоносных⁷ корней добра

¹ Санскр. *анагамья*, уровень «первого шага» в Мире Форм, когда отсекаются чувственные страсти Мира Желаний. Вырабатывающееся здесь *самадхи* близко к *дхьяна-самадхи* «исходных корней», однако еще не окончательно достигает его.

² Восемь разновидностей ощущений, испытываемых телесно во время попыток обрести первое *дхьяна-самадхи*.

³ Основа всех *дхьяна-самадхи*, производящая начальную, вторую, третью и четвертую *дхьяна*.

⁴ Одно из пяти созерцаний сердца, когда концентрация духа происходит со счетом количества вдохов и выдохов.

⁵ 36 частей, из которых состоит человеческое тело.

⁶ Созерцательная техника вдохов и выдохов, при которой тело и сердце успокаиваются одновременно. Ощущения вхождения и выхода дыхания, его продолжительности, того, как дыхание проникает во все тело, переживание радости, просветленности, безмятежности, производимая сознанием, — все это входит в «шестнадцать особых восходящих практик».

⁷ «Шестнадцать особо победоносных», или «шестнадцать победоносных практик». Многочисленные техники объединения сознания из состояния рассеянности и рассосредоточенности.

в созерцании нечистоты. Во время [пребывания] практикующего в Мире Желаний и в «недостигнутой земле» его тело и сердце [могут стать] пустыми и безмятежными, но все же он внезапно может увидеть других мужчин и женщин, тела которых умирают, а после этих смертей — гниение и разложение трупов, кишущих червями и потоки гноя, [а затем] видеть разбросанные побелевшие кости. Его сердце [может впасть в] сострадание или радость, отталкивание и отвращение к [прежде] любимым. Таковы облики проявления корней добра в девяти наблюдениях¹.

Либо, среди начального *дхьяна-самадхи*² он внезапно видит нечистое внутри и вовне тела; [чье-то тело — как] раздувшееся и разбросанное, а свое тело — как побелевшие кости с головы до ног, где каждое сочленение поддерживает соседнее. Увидев это, сознание *самадхи* успокаивается и становится неподвижным, потрясенное просветлением [в отношении общего] непостоянства, с отвращением и неприязнью [воспринимает] Пять Желаний, не привязывается ни к [своему] «я», ни к [другим] людям. Таковы облики проявления корней добра при [поворачивании] спиной и оставлении [мира]³.

¹ Практики наблюдения за: 1. раздувшимся трупом, 2. посиневшим трупом, 3. искалеченным трупом, 4. трупом, покрытым кровью, 5. разлагающимся трупом, 6. трупом, погрызенным животными и расклеванным птицами, 7. расчлененным трупом, 8. скелетом, 9. сожженным трупом. Цель: устранение состояния заблужденности, «привязанности к красивому и отвержения уродливого».

² Первый уровень четырех *дхьяна* в Мире форм, также называемым «первым очищением от пыли». Различия между четырьмя уровнями зависят от наличия или отсутствия сопровождающих их усилий сознания. Первый уровень подразделяется на «пять ветвей»: поиск (осознания), узнавание (в созерцании), веселость, радость, *самадхи*.

³ «Восемь освобождений». Отбрасывание сердца алчности и привязанностей с помощью сил восьми видов *самадхи*: 1. освобождение при возникновении субъективных желаний с помощью исследования отдельного предмета, или всех вещей и постижения их нечистоты; 2. освобождение, когда не возникает никаких субъективных желаний, но в той же сосредоточенности, что и в первом виде (эти два способа — 1-й и 2-й есть сосредоточение на нечистом; остальные — сосредоточение на чистом); 3. освобождение с помощью сосредоточения на чистом до тех пор, пока не осознают постоянного состояния независимости от всех желаний (первые три способа соответствуют «четырем *дхьяна*»); 4. освобождение при осознании бесконечности пространства или всего нематериального; 5. освобождение при осознании бесконечности познания; 6. освобождение при осознании того, что «нигде не существует ничего»; 7. освобождение при состоянии сознания, для которого нет ни мыслей, ни отсутствия мыслей (способы 4, 5, 6, 7 возникают при абстрактном медитировании над желаниями и формами и связаны с Четырьмя Пустотными Небесами: а. безграничного пространства, б. безграничного знания, в. непребывания ничего, г. ни думания, ни недумания, т. е. интуитивной

Либо, с сердцем, пребывающим в *самадхи*, видят все внутри тела и вне тела совершенно нечистым, [будь то] сам, или другие, летающие птицы и бегающие звери, одежда, питье и еда, комнаты, строения, горы и леса. Таковы облики проявления корней добра в отношении великой нечистоты.

Третий: облики проявления корней добра в любящем сердце. Если практикующий по причине отправления *чжи-гуань* обретет *самадхи* в Мире Желаний и «недостигнутой земле», то в этом сосредоточении он может внезапно произвести сознание любви к рожденным существам и размышления [о них], либо могут появиться признаки того, что близкий [ему] по связям человек обретает радость, поэтому он немедленно производит глубокое *дхьяна-самадхи*, обретает в сердце чистоту и блистательную радость, недоступную сравнениям. [Такое может произойти в отношении] людей средне [знакомых], людей, [на которых он] негодует, а затем распространиться и на рожденные существа в десяти направлениях и на Пяти Путих. Пробудившись от такого *дхьяна-самадхи*, его сердце столь блистательно радостно, что, каких бы людей он ни видел, выражение («цвет») его лица постоянно упорядочено (гармонично). Таковы признаки проявления корней добра любящего сердца.

Найдите, что в сравнении с этим можно [понять] признаки проявления корней добра сострадания, веселья и равенства.

Четвертый: облики проявления корней добра в созерцании причин и связей. Практикующий из-за отправления *чжи-гуань* обретает *дхьяна-самадхи* Мира Желаний и «недостигнутой земли», где тело и сердце [пребывают] в спокойной неподвижности. Тогда он внезапно может осознать просветленность рожденного сердца [со следующими признаками]: ища в Трех Мирах, в неясности поступков и во всех прочих [из двенадцати] причин и связей, он не видит ни других, ни себя, немедленно отстраняется от прерывистости и постоянства¹, разбивает все заблуждения и привязанности, обретает *самадхи* спокойствия и безмятежности; открывается понимание, проявляется мудрость; в сердце рождаются дхармы радости; нет мыслей о мирских делах. Это разделенное восприятие подобным же образом распространяется и на Пять *скандха*, Две-

сферы); 8. освобождение с помощью такого состояния сознания, из которого окончательно устранены и чувства (*ведана*), и мысли (*самджня*).

¹ «Прерывистость»: представление о том, что тело и сознание, в которых наличествуют чувства, прекращают существовать после ограниченного периода времени; «постоянство»: представление о том, что и тело, и сознание неразрушимы и пребывают вечно.

надцать Входов¹ и Восемнадцать Миров². Таковы признаки проявления корней добра при созерцании причин и связей.

Пятый: облики проявления корней добра [в отношении] мыслей о Будде. Практикующий из-за отправления *чжи-гуань* обретает *дхьяна-самадхи* Мира Желаний и «недостигнутой земли», где тело и сердце [пребывают] в пустоте и спокойствии. Тогда он внезапно может вспомнить и помыслить о приятных обликах непостижимых тончайших добродетелей всех будд, о Десяти Силах³ пребывания, о [Четырех] Бесстрашиях⁴, о [Восемнадцати Дхармах, присущих] не всем⁵ («не-общих»), о [трех] *самадхи*, о [ста восьми] освобождениях и прочих дхармах, о [шести] непостижимых божественных силах и [о четырнадцати духовных] превращениях, о [четырёх] безошибочных изложениях Учения, об обширных, чудесных выгодах для рожденных существ. Когда он производит такие мысли о подобных поразительных, неизмеримых, тончайших добродетелях, немедленно рождается сердце почтительности и любви, раскрывается и проявляется *самадхи*, тело и сердце становятся просветленными, радостными, чистыми и спокойными, лишенными всех злых помыслов. Пробудившись от *дхьяна-самадхи*, его тело легко, [ум] остр; сам осознает, что тончайшие добродетели поразительны, любимы и почитаемы людьми. Таковы облики проявления корней добра в *самадхи* мыслей о Будде⁶.

Далее, если практикующий, вследствие отправления *чжи-гуань*, обретает чистоту и ясность тела и сердца, он обретает проявления [десяти] мыслей: о непостоянстве, о страдании, об отсутствии «я», о не-чистоте, об отвержении мира, о нечистой пище; о смерти, об отсечении [желаний], об отстранении [от заблуждений], об истощенности; ему следует в них еще шире разделять и изучать облики проявления всех Врат Дхармы [этих корней добра, соотнесенных с шестью] мыслями о Будде, Дхарме, Сангхе, об обетах и отвержениях, о [возможном пребывании на] небесах; [соотнесенных с че-

¹ Шесть Корней (органов чувств) и Шесть Областей (объектов органов чувств).

² Шесть Корней, Шесть Областей и Шесть Сознаний.

³ Присущи одному Татхагате; десять из восемнадцати «не-общих» дхарм.

⁴ Способность будд и бодхисаттв в любом месте и в любое время, сохраняя полное спокойствие, бесстрашно излагать основы Учения.

⁵ Особенности и признаки будд и бодхисаттв, которых лишены обычные существа и последователи Второй Колесницы (Хинаяны). Образуются из сложения Десяти Сил, Четырех Бесстраший, Трех Пребываний Мыслей (само-природы, отстранения от признаков, связанности) и Великого Сострадания будд.

⁶ «Единым Сердцем» размышлять о Будде, обладающем 32 признаками, проповедующем Учение среди людей; созерцание Будды в состоянии *самадхи*.

тырьмя] состояниями разума («местами мыслей»)¹, [четырьмя] верными усилиями², [четырьмя] основами сверхъестественной [силы]³, [пятью] корнями, [пятью] силами⁴, [семью] составляющими [элементов]⁵, [восемью Истинными] Путями⁶, [тремя Вратами Освобождения]: пустотой, без-образностью, несотворенностью; всеми *парамита* Шести Путей, [шестью] чудесными силами, [четырнадцатью] превращениями и прочим. Поэтому в сутре⁷ сказано:

«Управляя сердцем в едином месте,
Нет такого дела, которое невозможно совершить».

Второе — «различение истинного и ложного» — имеет два значения: 1. прояснение обликов ложного [сосредоточения], 2. изложение признаков истинного и верного [сосредоточения].

Что называется признаками ложного [сосредоточения]? Когда практикующий [ощущает] проявления всех изложенных выше *дхьяна*, следуя проявленным *дхармам*, его тело может самопроизвольно двигаться, либо временами [возникает] телесная тяжесть, как будто что-то давит на него; иногда тело [ощущается] легким и хочет летать; иногда [чувствует себя] связанным путами, иногда дергается во все стороны, как будто его связали и варят, иногда —

¹ Обретя мудрость, созерцают предметы, останавливая в этом состоянии поток мышления, иными словами разрушают соотнесенность «тело-обретения-сердце-дхармы» с «чистота-радость-постоянство-“я”».

² Отсекать уже родившееся зло; не порождать еще не родившееся зло; порождать еще не родившееся добро; всемерно расширять уже родившееся добро.

³ *Сиддхи-пада*, третья группа из четырех ступеней подъема к обретению чудодейственных способностей, когда тело становится независимым от природных и общественных законов. Это т. наз. «четыре разновидности *дхьяна-самадхи*», к которым, однако, имеются некоторые определения: *чанда-сиддхи-пада* (желание, интенсивное стремление или сосредоточенность), *вирья-сиддхи-пада* (энергия для интенсификации усилий), *читта-сиддхи-пада* (память, или крепкое удержание достигнутых позиций), *миманса-сиддхи-пада* (сосредоточение или наблюдение, состояние *дхьяна*).

⁴ Силы веры, устремленности, мысли, сосредоточенности, мудрости.

⁵ Сила знаний и исследований, употребляемая для определения того, пребывает ли сердце в истинно сбалансированном состоянии, или неустойчиво («мысли, избранные *дхармы*, дух, радость, легкое спокойствие, сосредоточенность, отбрасывание»).

⁶ Истинный, Срединный Путь реализации с отсечением крайностей все-лъя-желаний и страданий-метаний: верное видение, думание, говорение, действие, поведение, духовное продвижение, размышление и созерцание.

⁷ «Сутра забытых учений» (Т 12.1111а).

как будто замораживают. Временами может [испытывать] сильный жар; иногда видит самые различные сферы и миры; иногда становится темным и закрытым, а иногда порождает всевозможные злые мысли. Временами внешние мысли вызывают разбросанность в добрых делах, а иногда — радость или возбужденность; иногда переполняемо грустными мыслями, а иногда — от нехороших прикосновений все волоски на теле становятся дыбом («отвердевают»). Иногда от великой радости становятся потерянными и опьяненными. Все эти, а также прочие разнообразные обманчивые дхармы, проявляясь в *дхьяна*, именуются ложными.

Если человек полюбляет и привязывается к этому ложному *самадхи*, его облик становится соответствующим дхармам девяносто пяти видов демонов и духов [Внешнего Пути]; в большинстве [случаев он] теряет осознание («сердце») [должного] и помешивается рассудком. В иные времена все демоны и прочие узнают, что такой человек стал мысленно привязан к их дхармам, после чего умножают усилия и старания, вызывая всевозможные проникновения (просачивания), ложные *самадхи* и ложные знания, а также производящее на людей впечатление красноречие и чудодейственные силы. Видящие такое становятся совершенно уверены, что [практикующий] обрел плод Пути, несмотря на то, что в его сердце все перевернуто и он отправляет дхармы демонов. [После того, как] жизнь такого человека окончится, он никогда («вечно») не сможет [встретить] Будду лицом к лицу, а, напротив, падет на путь демонов и духов. Если же даже и родится человеком, то немедленно падет в ад из-за многих практик злых дхарм. Если он желает знать причины и связи этого, ему следует разыскать девяносто шесть видов сутр [Внешнего] Пути. Следует ясно видеть это.

Если практикующий во время отправления *чжи-гуань* входит («подтверждает») в *дхьяна*, подобную указанной и прочим [того же рода], и если в ней наличествуют признаки обмана и лживости, ему следует немедленно выйти из нее. Как выйти из нее? Узнав об ее двусмысленной ложности, следует с правильным сердцем не принимать и не привязываться, тогда она будет уничтожена и исчезнет. Если же она не разрушается и не исчезает, следует созерцать и разрушать ее соответствующим применением *чжи-гуань*, тогда будет уничтожена.

Второе: далее, о выявлении обликов проявления истинной *дхьяна*. Если при сидении, во время проявления *дхьяна* не наличествует ничего из изложенного выше о всех ложных и прочих дхармах, во время проявления истинной *дхьяна*, в следовании соответствующим признакам *самадхи* ощущают ясную пустотность

и чистоту, искрящуюся радость в сердце, счастье неподвижности, отсутствие покровов; открывается и проявляется сердце добра, растет и увеличивается вера и почтительность, зеркало мудрости [становится] четким и ясным, тело и сердце — гибкими и мягкими; [ощущается] чудесная и утонченная пустота и безмятежность; мирское отвергается и не принимается; отсутствуют действия и желания. [Достаточность] самопробывания при вхождении и выходе [из такой сосредоточенности] и есть облик проявления истинной *дхьяна*.

Подобно тому, как, когда занимаются делами совместно с плохими людьми, постоянно возникают трения, а, когда делают что-то вместе с хорошими людьми, непременно усматривают в них прекрасное, так и с признаками проявлений двух видов *дхьяна* — ложной и истинной.

Третье: далее, прояснение практикования *чжи-гуань* ради возвращения корней добра. Когда при сидении проявляются все корни добра, следует соответствующим образом использовать две дхармы прекращения и созерцания, дабы практикой увеличить и развить их. Как надо практиковать для их увеличения и развития? Если более подходит использование прекращения, практикуй прекращение; если подходяще созерцание, практикуй созерцание. Таково краткое указание на Великий Смысл.

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

[Раздел] 8. Осознание дел Ма[ра]

Мара на языке [времен династии] Цинь¹ значит «убийца», так как он отбирает у практикующего его богатство — тонкие добродетели и убивает мудрость его жизни. Что называется «делами Ма[ра]»? Подобно тому, как Будда, посредством мудрости тончайшей добродетели освобождает и переводит [на другой берег] рожденные существа, [дабы те] вошли в нирвану, — что составляет «дела» [Будды], так Ма[ра] постоянно, путем разрушения корней добра рожденных существ, принуждает их обращаться в поток рождений и смертей, — вот его дела. Если бывают способны успокоить сердце у врат Пути, [то уместно напомнить]: «на возвышенном Пути изобилуют демоны», так что следует хорошо знать демонические дела. Существуют всего четыре разновидности демонов: 1. демоны чувственных страстей, 2. демоны [пяти органов тела] [двенадцати] чувственных основ («вхождений») в [восемнадцать] областей чувств («миров»), 3. демоны смерти, 4. демоны духов и божеств. Первые три — обычные мирские явления; так же, как и проявления отдельного человеческого ума; от них освобождаются очищением собственного сердца; не будем о них [говорить] подробно. Знать же надо демонов духов и божеств; изложим это сейчас вкратце. Существует три вида демонов духов и божеств: 1. духи и демоны светлых [периодов дня]², 2. демоны дуй-ди³, 3. демоны Мара.

Первые, духи и демоны светлых [периодов] двенадцати часов в зверских [ликах], оборачиваются самыми различными обликами и формами, либо представая мальчиком, девочкой или стариком, либо они еще могут принимать устрашающие обличья, не ограниченные каким-то одним видом; они обманывают подвижника и заставляют его страдать. Все эти духи и демоны желают принести практикующим страдания; каждый из них приходит в соответствующий ему час; следует хорошо знать и различать их. Если они

¹ 246–207 гг. до н. э.

² Демоны в животных обличьях, принимающие различные облики и мешающие практикующим. Китайское разъяснение демонов.

³ Демоны, мешающие практикам посредством проникновения в сознание подвижников в виде сомнений, ложных умопостроений и проч. Индийское разъяснение.

приходят в час *инь*¹, то это, непременно, тигры, барсы или подобные [существа]; если приходят в час *мао*², то это непременно кролики, олени и тому подобные; если приходят в час *чэнь*³, то это непременно черепахи, драконы и тому подобные; если приходят в час *сы*⁴, то это непременно змеи, питоны и тому подобные; если приходят в час *у*⁵, то это непременно лошади, мулы, верблюды и тому подобные; если приходят в час *вэй*⁶, то это непременно овцы и тому подобные; если приходят в час *шэнь*⁷, то это непременно обезьяны, бабуины и тому подобные; если приходят в час *ёу*⁸, то это непременно курицы, вороны и тому подобные; если приходят в час *сюй*⁹, то это непременно собаки, волки и тому подобные; если приходят в час *хай*¹⁰, то это непременно боровы, свиньи и тому подобные; если приходят в час *цзы*¹¹, то это непременно крысы и тому подобные; если приходят в час *чоу*¹², то это непременно коровы, волы и тому подобные. Если практикующий сможет хорошо рассчитать час прихода, он узнает, какой именно дух явился ему в зверином облике; тогда он назовет его имя («знак»), упрекнет его, и тот отступит и исчезнет.

Вторые, демоны *дуй—ди*, также создают различнейшие виды страданий и препятствий для практикующих; иногда они уподобляются насекомым и скорпионам, бросающимся на головы и лица людей, жалящим их, производя яркий свет. Иногда они колют или пронзают человека снизу с обоих боков, либо внезапно стискивают практикующего в объятиях, либо говорят, издают звуки, рычания, или даже являются в различных звериных обликах; формы их проявлений многочисленны («не—единичны»). Столкнувшийся с этим практикующий должен немедленно понять, [что происходит], с единым сердцем закрыть глаза и про себя («втайне») поносить их такими словами: «Сейчас я узнал тебя! Ты — [злбный демон] Кичча из Джамбудви́па, пожирающий огонь, распространяющий зловоние и похищающий чистоту. Ты получаешь удовольствие от

¹ От 3 до 5 часов утра.

² От 5 до 7 часов утра.

³ От 7 до 9 часов.

⁴ От 9 до 11 часов.

⁵ От 11 до 13 часов.

⁶ От 13 до 15 часов.

⁷ От 15 до 17 часов.

⁸ От 17 до 19 часов.

⁹ От 19 до 21 часа.

¹⁰ От 21 до 23 часов.

¹¹ От 23 до 01 часа.

¹² От 01 до 03 часов.

разрушения обетов ложными взглядами; я же сейчас придерживаюсь [данных] клятв и до конца не уstraшусь!» Если этот человек — оставивший дом [монах], ему следует читать тексты Виная; если это — пребывающий в доме [мирянин], ему следует возглашать [формулы] Трех Прибежищ, Пяти Обетов, Восьми Обетов и тому подобное, тогда демон отступит от практикующего и отползет прочь. Подобные различные виды препятствий, всевозможные проявления, заставляющие людей страдать, а также приемы и способы для их устранения пространно разъясняются в *дхьяна-сутрах*.

Третьи — Мара — мучат и смущают практикующих. Эти демоны трех видов создают многочисленные превращенные формы в сфере пяти органов чувств («пылинок»), чем разрушают доброе сердце человека. Первый [вид] производит вещи противные чувствам; уstraшая Пять Пылинок, они повергают человека в ужас. Второй [вид] производит вещи, согласующиеся с чувствами; проявляясь как любимые Пятью Пылинками, они побуждают человека рождать в сердце любовь и привязанность. Третий [вид] производит вещи ни противные, ни согласующиеся [с чувствами]; будучи нейтральными для Пяти Пылинок, они смущают практикующего и [приводят его в] замешательство. Поэтому демоны именуются «убийцами», именуются «цветочными стрелами», именуются «пятью стрелами», поскольку стреляют они в Пять Чувств.

В пределах одной формы они создают три разновидности сфер, вводя в заблуждение и смущая практикующего. Создавая формы, согласующиеся с чувствами, могут проявляться в обликах отца, матери, старших и младших братьев, всех будд, привлекательных мужчин и женщин или иных приятных вещей, побуждающих человеческое сердце привязываться к формам. Создавая предметы, противные чувствам, могут проявляться в обликах тигров, волков, львов или *ракшасов*¹, во всевозможных уstraшающих формах, наводящих ужас на практикующего. Создавая ни противные, ни согласующиеся [с чувствами] облики, могут являть обычные вещи, уводящие [в сторону] и смущающие человеческое сердце, от которых теряется *дхьяна-самадхи*. Поэтому называются «демонами». Превращаясь, производят всевозможные приятные и отвратительные звуки, все виды ароматов и зловония, различные утонченные и неприятные вкусовые [ощущения], либо всяческие состояния страдания и радости, насылая их на человеческое тело. Все это — демонические дела. Облики их многочисленны; не бу-

¹ Страшные летучие демоны, пьющие у людей кровь и пожирающие их плоть.

дем рассматривать их подробно.

Говоря о сущности, — будь то создание различных [проявлений] Пяти Пылинок, мучающих и смущающих практикующего, или принуждение к утере добрых дхарм, что пробуждает всевозможные чувственные страсти, все это — [работа] полчищ демонов. Они способны разрушить Дхарму Будды равенства, вызвать пробуждение всевозможных препятствий Пути: алчности, желаний, гнева, сонливости и прочего, поэтому в *гатха* сутры¹ сказано:

Желание — первая из твоих армий,
Беспокойство и уныние — вторая.
Голод и жажда — третья армия,
Жажда любви — четвертая.

Сонливость — пятая армия,
Ужас и страх — шестая.
Сомнение и разочарование — седьмая армия,
Гневливость — восьмая.

Выгодные подношения и пустые похвалы — девятая,
Самовознесение и презрение к людям — десятая.
Подобные этим многочисленные армии
Подчиняют и хоронят оставивших дом [монахов].

Я, с помощью силы мудрости *дхьяна*,
Разобью все твои армии.
Окончательно обрета становление Пути Будды
Освобожу всех людей, переведя [их на другой берег].

Осознав присутствие («дела») демонов, практикующий должен немедленно прогнать их.

Есть два способа изгонения. Первый — практикование прекращения; увидев все внешние облики демонов — привлекательные или отталкивающие, зная, что они ложны и обманчивы, он не привязывается («не любит») к ним и не пугается их, не хватается за них, не отбрасывает их, не [производит] разделений и различий. Если сердце будет спокойно и неподвижно, они рассеются и исчезнут сами. Второй — практикование созерцания для их изгонения. Если, наблюдая все вышеописанные демонические облики, использовать прекращение, а они не изгоняются, следует немедленно отвратиться

¹ «Да-чжи-ду-лунь», 5 св. (Т 25.99а).

и созерцать сердце, способное видеть. Место его [пребывания] невозможно увидеть, что же они смогут заставить страдать? Когда созерцают таким образом, они в конце-концов исчезают. Если же они медлят и не отступают, следует исправить свои мысли и не порождать страха и ужаса; не следует даже бояться потери собственной жизни. Истинное сердце неподвижно; следует знать, что «таковость»¹ мира демонов есть «таковость» Мира Будды. Если же «таковости» мира демонов и Мира Будды единоподобна и недвойственна, то в мире демонов нет ничего, что следовало бы отбросить, а в Миров Будды — ничего, что следовало бы обрести. Тогда Дхарма Будды сама проявится перед [практикующим], а демонические сферы сотрутся и исчезнут.

И далее, если увидят, что демонические сферы не исчезли, не следует предаваться («порождать») унынию; если увидят, что они стерлись и исчезли, не следует выражать радость. Отчего так? Мы еще не видели, чтобы был человек, сидящий в *дхьяна*, а перед ним явился демон, обратившийся тигром или волком, подошел и действительно сожрал практикующего. Также мы еще не видели, чтобы демон, обратившийся мужчиной или женщиной, мог действовать как муж или жена. Следует знать, что все это — призрачные превращения. Глупцы не понимают, что сердце рождает содрогание и страх, пробуждая даже алчные привязанности; оттого в таком сердце [возникает] смута и теряется сосредоточенность, пробуждается беспокойство и даже помешательство. «Человек сам приносит себе несчастье.» Все это — невзгоды, возникающие от отсутствия мудрости у практикующего, а не что-то, созданное демонами.

И далее, если все демонические сферы доставляют страдания и приносят смятение, не прекращаясь месяцы и годы, следует просто выпрямить сердце, дабы истинность мыслей стала твердой. Не [следует] жалеть ни тела, ни самой жизни; нельзя быть охваченным грустью и отчаянием. Следует возглашать *дхарани* («заговор») для изгнания демонов из всех *вайпулья*—сутр Великой Колесницы; возглашать их нужно про себя («в молчании»), пребывая в умо[созерцании] Трех Сокровищ. И во время выхода из *дхьяна* нужно читать эти *дхарани* [как средство] самозащиты; с чувством стыда и вины совершать покаяние и возглашать обеты *пратимокша*². Ложное несмешиваемо с истинным; со временем оно исчезнет само.

¹ Санскр. *татхата*: «подобие», «истинное подобие». Все сущее исходно едино и неразлично по своей принципиальной природе.

² Набор обетов, которые должны исполняться монахами и монахинями. Часть

Дела демонов многочисленны, изложениям не было бы конца; следует хорошо их знать. По этой причине начинающий практиковать должен разыскать хорошего и знающего наставника именно из-за возможности столкнуться с подобными трудностями. Когда эти демоны входят в человеческое сердце, то способны смутить его душу и свести его с ума, так что он либо грустит, либо радуется; по этой причине возникают несчастья, которые могут привести и к смерти. Либо иногда приводят к обретению ложных *дхьяна-самадхи*, мудрости, чудесных сил и *дхарани*; [подвижник даже] проповедует Дхарму превращенным учением, а люди верят и подчиняются. Позже это может принести большой ущерб человеческой целостности и даже разрушить Истинную Дхарму.

Все подобные этим странные вещи не одного [вида], рассказ о них был бы бесконечным. Сейчас мы вкратце указали лишь на их суть, дабы побудить практикующего, сидящего в *дхьяна* не хвататься ошибочно за все демонические сферы. Говоря о самом основном, если желают отстранить ошибочное и вернуться к истинному, следует созерцать истинно[—сущие] облики всех дхарм. Если хорошо практиковать *чжи-гуань*, не останется [ни одного] неразрушенного отклонения, поэтому в разъяснительной шастре¹ сказано: «Помимо истинного облика всех дхарм все прочее — демонические дела». В *гатха* это изложено так:

Если разделять мысли и воспоминания,
Это и будет сеть Мара.
Неподвижность и неразделенность —
Это и есть Печать Дхармы².

Виная, состоящая из 227 дисциплинарных правил для монахов и 348 — для монахинь, возглашаемых на каждой церемонии *упосатха*. Во время ее проведения каждый член общины должен каяться в малейшем нарушении установленных правил.

¹ «Да-чжи-ду-лунь», 20 св. (Т 25.211а).

² Подтверждение полного соответствия учению Будды. Три ключевых буддийских аксиомы — «все действия непостоянны», «во всех дхармах отсутствует “я”», «нирвана есть тишина и покой» — именуются Тремя Печатами Дхармы. В буддизме Махаяны истинный облик всех дхарм толкуется как «единая Печать Дхармы — единая печать Истинного Облика».

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

[Раздел] 9. Излечение недугов

Практикующий успокаивает сердце в практиковании Пути, а в исходных Четырех Великих [Элементах] может содержаться недуг; по причине нынешнего использования сердца барабанный бой сердечного дыхания дает толчок к движению исходных недугов. Иногда бывают неспособны умело согласовать и настроить три составляющих («дела»): тело, дыхание и сердце, а из-за наличия вовне и внутри отклонений и проступков проявляются недуги. Что же касается дхармы сидения в *дхьяна*, то, если способны умело использовать сердце, четыреста и четыре недуга сами собой устраниваются и излечаются; если же в использовании сердца будут упущения, это придаст движение четыремстам и четырем недугам. Поэтому, практикуешь ли сам, или обращаешь других, следует хорошо знать источник недугов, хорошо знать способы излечения недугов сердца, пребывающего в [сосредоточении] сидя. Если не знать способов излечения недугов, то, когда произойдет их подвижка, не только возникнут препятствия Пути, но можно потерять и жизнь.

Теперь, в разъяснении способов излечения недугов есть два значения. Первый — разъяснение признаков проявления недугов; второй — разъяснение способов излечения недугов.

Первый — разъяснение признаков проявления недугов; хотя таких проявлений и существует множество, при кратком рассмотрении они не выходят [за пределы] двух разновидностей: 1. недуг увеличения или уменьшения Четырех Великих [Элементов], 2. недуги, рождающиеся из Пяти Органов.

Недуг, проявляющийся в Четырех Великих [Элементах]: если [элемент] земли становится излишне большим, возникают опухоли, затруднения прохода, затопления и утяжеления, тело же может истощиться; могут возникнуть сто и одна подобная болезнь. Если [элемент] воды становится излишне большим, образуется мокрота, [появляются] вздутия; питье и еда могут не перевариваться, в животе возникнут боли, откроется понос; таких болезней есть сто и одна. Если [элемент] огня становится излишне большим, может возникнуть сильная лихорадка, при которой жар [перемежается] ознобом, болят все суставы; дыхание, малое и большое отправления теряют обычную легкость; возникает сто и одна [подобная] болезнь. Если [элемент] ветра становится излишне большим, рож-

даются сто и одна такие болезни, как [ощущение, что] тело болтается в пустоте, [пришел] последний [час], острая боль [повсюду], мучительный зуд, быстро [возникающие] опухоли, рвота, кашель, учащенное дыхание. Поэтому в сутре сказано:

[Когда] неустроен хоть один Великий [Элемент],
Могут возникнуть страдания от ста одной болезни;
[Когда] неустроены четыре Великих [Элемента],
Единовременно могут появиться четыреста четыре болезни.

Болезни, проявляющиеся [от неупорядоченности] четырех Великих [Элементов], каждая имеет отличительные особенности. Необходимо исследовать их во время сидения [в сосредоточении] и даже во сне.

Далее, выяснение признаков недугов, рождающихся из Пяти Органов; если болезнь родилась из сердца, тело часто бывает либо холодным, либо горячим, возникают головные боли и сухость во рту, поскольку сердце — повелитель рта. Если болезнь родилась из легких, тело часто распухает, руки и ноги пронизывает острая боль, сердце подавляется, нос забивается и так далее, поскольку легкие — повелители носа. Если болезнь родилась из печени, обычно исчезают радостные мысли и наваливаются печаль, тоска, грусть и раздраженность; болит голова, глаза затягивает пеленой, ведь печень — повелитель глаз. Если болезнь родилась из селезенки, по телу и лицу как бы гуляет ветер, вызывая небольшие боли, чесотку и раздражение; питье и пища теряют свой вкус, ведь селезенка — повелитель языка. Если болезнь родилась из почек, горло становится как бы забитым и непроходимым, живот распухает, уши как бы наполняются, ведь почки — повелители ушей. Болезни, вызываемые Пятью Органами, имеют много особых признаков; следует тщательно изучать их сидя [в сосредоточении] и даже во сне; их постижение следует обретать само[стоятельно].

Причины возникновения болезней и страданий от Четырех Великих [Элементов] и Пяти Органов не [ограничены] одним [видом]; признаки недугов весьма многочисленны и не могут быть полностью разъяснены. Если практикующий желает отправлять Врата Дхармы *чжи-гуань*, для освобождения от возможного рождения недугов ему следует хорошо знать причины их возникновения. Существует два вида болезней, причины которых возникают извне и изнутри; в случае поражений извне от холода, ветра или жары, пища станет перевариваться неудовлетворительно, и болезни возникнут по двум направлениям [— от элементов и органов]; следует знать, что причина их проявления внешняя. Если же использование

сердца неуравновешенно, созерцания практикуются неверные и противоречивые, либо во время проявления *дхарма-самадхи* из-за незнания [должного в] восприятии и отдаче недуги рождаются в обоих местах, то это зовется возникновением болезней по внутренним причинам.

Далее, есть три вида обретения недугов, причины и связи которых неодинаковы: 1. от увеличения и убывания четырех Великих [Элементов] и Пяти Органов, о чем разъяснялось ниже, 2. от действий демонов и божеств, 3. от кармических воздаяний. Такие недуги легко излечимы, если ими заняться сразу; если же они затягиваются надолго, происходит их становление и привыкание тела, то излечить их бывает трудно. Второе: краткое разъяснение способов излечения болезней; глубоко постигнув источник недуга, выявив его причину и связи, следует применять [соответствующий] способ его излечения. Существует много разновидностей таковых способов, но, если говорить о сути, они не выходят [за пределы] двух *упая* — прекращения и созерцания. Каков вид прекращения для излечения недуга? Есть учителя, говорящие, что просто успокоив сердце в прекращении при виде недуга, возможно немедленно излечить его. Отчего так? Сердце есть повелитель единого промежутка воздаяния; для сравнения — когда царь приходит в какое-то место, банды грабителей немедленно разбегаются. Далее, есть учителя, говорящие, что место на один *цунь* ниже пупка называется *удана*¹; у нас это зовется *дань-тянь*, [«поле «вращивания» пилюли «бессмертия»»], что если смочь остановить там сердце и охранять его от рассеивания, тогда через продолжительное время происходит излечение. Есть и другие учителя, говорящие, что, если постоянно останавливать сознание на том, что под ногами, независимо от [состояния]: ходишь ли, стоишь, или ложишься спать, то станешь способным излечить многие недуги. Отчего так? Поскольку у людей из-за неурегулированности четырех Великих [Элементов] возникает масса болезней; сердце и ум связываются верхним, и четыре Великих [Элемента] приходят в расстройство. Если успокоить сердце в пребывании внизу, четыре Великих [Элемента] естественным образом упорядочатся, а масса недугов будут устранены. Другие же учителя говорят, что следует просто знать, что все дхармы пусты и нет ничего существующего; не принимая облики недугов, пребывая в естественном покое и

¹ Санскр. «пупок».

прекращении многое будет излечено. Соответственно, из-за того, что мысли и воспоминания сердца барабанят по четырем Великим [Элементом], рождается наличие недугов; приведя дыхание и сердце в покой и неподвижность, излечивают массу недугов. Поэтому в «Сутре Чистого Имени»¹ сказано:

Что именуется основой недуга,
То есть всякие карабкания по связям?
Как прервать это карабкание?
[С помощью] именуемого «необретением сердца».

Все подобные виды разъяснений видов использования прекращения для излечения недугов не одно[типны], поэтому практикующий должен знать и умело отправлять *чжи-гуань*, будучи в состоянии излечивать всяческие болезни.

Далее, прояснение созерцания, излечивающего недуги. Некоторые учителя говорят, что созерцание мыслей сердца и использование шести видов [дыхания] *ци* излечивают недуги; именно такое созерцание способно излечивать недуги. Каковы шесть видов *ци*? Первый — дуновение (*чуй*), второй — выдыхание (*ху*), третий — веселое хихикание (*суй*), четвертый — пыхтение (*хэ*), пятый — задержанное дыхание (*сю*), шестой — обычное дыхание (*сы*)². Каждый из этих шести видов *ци* есть *уная* мыслей сердца, производимые между губами и во рту, когда поворачивают в сторону, что делается мягко и плавно. В *гатха* сказано:

Сердце относится к *хэ*, а почки — к *чуй*;
Селезенка — к *ху*, а легкие — к *сы*, это знают все святые.
Когда воспаляется печень, выступает знак *сю*;
Когда ограничено Тройное Обогревание (?) стоит лишь
сказать *суй*.)

Если во время сидения [становится] холодно, следует делать *чуй*, когда жарко — *ху*; излечивая недуги, *чуй* прекращает охлаждение, а *ху* прекращает жар; посредством *суй* излечиваются болезни, точнее — вздутия («ветры»); *хэ* прекращает страдания, точнее — по-

¹ «Вималакирти сутра» (Т 14.545а).

² Наставник *дхьяна* Бао-цзин в комментарии предостерегает практикующего от стремления воспринимать буквальные значения иероглифов и призывает обращать особое внимание интонации произнесения знака при медленном и осторожном выдохе с соответствующей визуализацией. За подробным разъяснением этой техники он отсылает нас к тексту «Мо-хэ чжи-гуань».

нижает *ци*; *сю* рассеивает мокроту, точнее — устраняет переполненность; *сы* восполняет усилия. При стремлении излечить Пять Органов, посредством двух *ци* — *ху* и *чуй* излечивают сердце, посредством *сю* излечивают печень, посредством *хэ* излечивают легкие, посредством *суй* излечивают селезенку, посредством *сы* излечивают почки. Далее, есть учителя, говорящие, что если умело пользоваться созерцанием мыслей для сотворения двенадцати видов дыхания, то станут удачно излечивать все множество болезней. Первое — восходящее дыхание, второе — нисходящее, третье — наполненное, четвертое — горячее, пятое — расширенное и удлиненное, шестое — разрушительное, седьмое — теплое, восьмое — прохладное, девятое — выдыхание толчками, десятое — задержанное, одиннадцатое — упорядоченное, двенадцатое — восполняющее дыхание. Все они рождаются от созерцания мыслей сердца. Сейчас разъясним вкратце излечивающие особенности 12-ти дыханий. Восходящее излечивает погружение и отяжеление; нисходящее — пустоту и задержки; наполненное — высыхание и истощение; горячее — раздутость и наполнение; расширенное и удлиненное — ущерб от изнуренности; разрушительное — от чрезмерного пресыщения; теплое — от охлаждения; прохладное — от жара; выдыхание толчками — препятствия от непроходимости; задержанное — трясение и дрожь; упорядоченное — неупорядоченность Четырех Великих [Элементов]; восполняющее — укрепляет и восполняет [недостающее у] Четырех Великих [Элементов]. Умелое использование этих дыханий сделает способным излечивать повсеместно все множество недугов; при упущениях же в этих использованиях родятся всевозможные болезни, — следует это знать. Далее, есть учителя, говорящие, что умелое использование созерцания ложных мыслей способно излечить множество недугов. Так, если человек страдает от [пере]охлаждения, представив, что в его теле возникают *ци* пламени, можно вылечить его от холода. Относительно этого пространно разъясняется в «Агама [сутре]»¹ в 72-х тайных способах *дхьяна*-излечений. Далее, есть учителя, говорящие, что единственно использованием *чжи-гуань*, исследованием [соотношения] четырех Великих [Элементов] невозможно обрести [понимания] недуга в теле, невозможно обрести [понимания] недуга в сердце, [а, значит], все множество болезней не излечить, они различаются сами [на те, которых пройдут, и те, которые излечить не удастся]. Подобных несхожих разъяснений насчет использования созерцания для излечения болезней существует великое множество; хорошо постиг-

¹ Т 14.545а (раздел «О вопрошении Маньджушри относительно болезней»).

нув их смысл, станешь способен излечивать все недуги, принцип которых непременно различается. Следует знать два способа: прекращение и созерцание; если человек хорошо поймет их значения, не будет такой болезни, которой он не смог бы вылечить.

«Однако силы и способности людей нынешнего века неглубоки и тусклы; когда они производят такое созерцательное видение, то часто не могут достичь успеха, поэтому они не широко распространились по миру. К тому же, не следует выходить за рамки этих способов ради изучения приемов обращения с чудодейственными силами ограничений в еде, требующих воздержания от хлебных злаков. Есть опасение, что в этом случае разовьются ложные взгляды. Лекарства из трав и минералов могут использоваться для лечения недугов; их можно принимать также [и самим с теми же целями].»

Если болезнь вызвана демонами, следует использовать сильное сердце, добавить заклинания и излечивать с их помощью. Если болезнь вызвана кармой, следует непременно использовать помощь добродетельных практик и [очистительных] покаяний, тогда недуг исчезнет сам. [Относительно] двух этих способов излечения недугов: когда практикующий хорошо понял смысл одного, он может действовать и сам, но способен поделиться и с другими; насколько же лучше, если он проник в полное постижение! Если же он не знает ни одного, то может возникнуть недуг, для которого нет излечения; тогда это будет не просто бесцельное практикование Истинной Дхармы, но возникнут опасения и за собственную жизнь. Как можно тогда будет своими практиками учить людей? Поэтому желающий практиковать *чжи-гуань* непременно должен хорошо понимать способы излечения недугов внутри сердца. При излечении недугов внутри сердца способы многочисленны; как смочь передать все это на письме? Желая заниматься познанием этого следует интересоваться и спрашивать.

Прекращение указывает на великий смысл выхождения [ради] прибытия к вершине. Если же пользоваться им, полагаясь лишь на это, определиться окончательно, по-видимому, невозможно¹.

Спрашивая, говорят: «Непременно ли бывает положительный результат, когда излечивают недуги с использованием сердца при сидении?» Отвечая, говорю: «Если задействовать десять дхарм, не будет отсутствия пользы». Эти десять дхарм: 1. вера, 2. использо-

¹ Смысл абзаца неясен.

вание, 3. усердие, 4. постоянное пребывание в связях¹, 5. различение причины возникновения недуга, 6. *упая*, 7. долгие практики, 8. знание получаемого и отбрасываемого, 9. утверждение и защита, 10. осознанное избегание препятствий. Что именуется «верой»? Уверенность в том, что этот способ непременно излечит недуг. Что именуется «использованием»? Постоянное использование во все времена. Что именуется «усердием»? Непрестанное, упорное использование, когда обретаемое воспринимается как должное. Что именуется «постоянным пребыванием в связях»? Тончайшие зависимости каждой мысли сознания от Дхармы и не-[отвлечение на] ложные связи. Что именуется «различением причины возникновения недуга»? Соответственно изложенному выше. Что именуется *упая*? Умело и ничего не упуская в становлении отправлять сосредоточенные выдохи, перемещения сердца и осмысливания связей. Что именуется «долгими практиками»? Если при использовании не обретаются улучшений, не считать дни и месяцы, постоянно заниматься и не откладывать прочь [начатое]. Что именуется «знанием получаемого и отбрасываемого»? Познав благоденствие, используют упорно; при наличии же ущерба [от способа] отбрасывают его. Следует обретать излечение тончайшими поворотами сердца. Что именуется «утверждением и защитой»? Хорошее знание [возможности] недобрых вмешательств от ложных связей. Что именуется «осознанным избеганием препятствий»? Обретая благоденствие, не обращаться вовне к людям, не рассуждать и не разъяснять; если же благоденствий нет, не выражать сомнений, не злословить. Если применять эти десять дхарм, в результате непременно достигнется излечение, [а усилия не пройдут] впустую.

¹ Постоянная сосредоточенность на конкретных, объективных условиях.

Врата Дхармы практикования прекращения и созерцания

[Раздел] 10. Подтверждение плода

Когда практикующий отправляет *чжи-гуань* таким образом, он становится способным окончательно постичь, что все дхармы рождаются из сердца и, по причине ложности и бессущности («пустотности») причин и связей, не-истинны, а потому пусты; из-за понимания, что они пусты, он не обретает в именах, знаках и обликах всех дхарм [видения какой-либо «действительности»], «в этом сущностная истина прекращения». В такое время не видят плода Будды выше, который можно искать позже; не видят рожденных существ ниже, которых можно было бы перевезти [на другой берег к освобождению]. Это называется созерцанием проследования от ложного ко вхождению в пустоту¹; также называется созерцанием двух истин, также называется глазом мудрости², также называется всеобщей мудростью³. Если пребывать в таком созерцании, то немедленно попадешь на уровень шраваков и пратьекабудд, поэтому в «Сутре цветка Закона»⁴ сказано: «Все шраваки и прочие вздохнули про себя и изрекли:

Если мы слышим
О Чистой Земле Будды,
Об обучении и превращении рожденных существ,
Наше сознание не радуется.

Отчего так?
Все и всяческие дхармы
Повсеместно пустотны и неподвижны.
Ни рожденные, ни разрушаемы,

¹ Либо, короче, называется просто «созерцанием пустоты», т. е. способ созерцания того, как ложное переходит в пустотное. Подтверждается принцип пустотности всего «сущего» с помощью высветления неистинности, бессодержательности всех дхарм.

² Один из Пяти Глаз: 1. телесный, 2. небесный, 3. мудрости, 4. Дхармы, 5. Будды. Он способен ясно видеть истинную пустотность, безобразность всех объектов.

³ Одна из Трех Мудростей: 1. всеобщая, 2. разновидностей Пути, 3. всех видов. Способность осознавать единый — пустотный и упокоенный — облик всего сущего.

⁴ Раздел «О постижении веры» (Т 9.18b).

Ни велики, ни малы.
Нет ни проникновений, ни чего-то созданного.
Размышляя таким образом,
Мы не производим ни радости, ни веселья».

Поэтому следует понимать, что, если видеть «не-делание», как вхождение в истинный уровень [Пути], такой человек никогда не сможет произвести сознание [*самъяк-самбодхи*]. В этом — не-видение природы Будды из-за чрезмерного [упования на] силу *самадхи*.

Поскольку бодхисаттва занимается становлением всех дхарм Будды ради переправления всех живых существ [на другой берег], ему не следует обретать привязанность к «не-деянию»; в такое время следует отправлять созерцание выхода из пустоты и проследования к непостоянному («ложному»)¹. Следует созерцать ту истину, что, хотя природа сознания пустотна, во время опутанности связями все же есть способность произвести рождения всех дхарм, как если бы они являлись призрачными превращениями. Хотя они и лишены определенной действительности, все же существуют особенности и облики [в областях] видимого, слышимого, постигаемого, известного и прочих, — различные и неодинаковые. Когда практикующий созерцает подобным образом, несмотря на то, что он знает, что все дхармы предельно пусты и упокоены, он все же способен посреди пустоты отправлять всевозможные практики, как если бы он [сажал] в пустоте дерево. Также он способен разделять и различать рожденные существа, все их корни, природы и желания и толковать неисчислимое [количество] дхарм. Если способен производить становление неизмеримого красноречия, то способен и принести выгоду рожденным существам на Шести Путях. «Это называется прекращением с *упая* в следовании связям²; это также» созерцание выхода из пустоты и проследования к непостоянному; именуется также созерцанием равенства³; именуется также Глазом Дхармы¹; именуется

¹ Более кратко именуется «созерцанием ложного». Созерцание «вхождения» в ложное из пустоты, на уровень обучения и превращения рожденных существ.

² Одно из трех прекращений: 1. сути и истинности, 2. с *упая* в следовании связям, 3. разделений и различий двойственности. Следование связям всех проявленных обликов с помощью различных приемов и уловок. Поскольку знают, что «пустота непустотна», говорится об *упая*; поскольку различают «болезни привязанностей», говорится о следовании связям; поскольку сознание успокаивается в рамках так наз. «мирских истин», говорится о прекращении.

³ Отбрасывая привязанности, разрушают ложное и задействуют созерцание пус-

также мудростью различных путей². Пребывая в этом созерцании, хотя и видят природу Будды, но из-за чрезмерного [ударения на] силе мудрости не постигают ее окончательно.

Хотя бодхисаттва и осуществляет становление этих двух созерцаний, все же это пока — врата созерцания *упая*, а не истинное созерцание. Поэтому в «Сутре ожерелья [бодхисаттв]» сказано³: «Два предыдущих созерцания создают Путь *упая*; из-за этих двух созерцаний пустоты⁴ обретается созерцание первого значения вступления на Срединный Путь⁵». Также проясняет две истины: успокоение и разрушение каждой мысли сердца и естественного вливания в море *сарва-жняяна*⁶. Если бодхисаттва желает совершенствоваться в единой мысли все дхармы Будды, ему следует отправлять истинное созерцание Срединного Пути «в практике прекращения, разделяющей две крайности». Как практикуется истинное созерцание? Если смогут «сущностно понять природу сердца, которая не-истинна и не-ложна, прекратится осознание связей как истинных и ложных; это называется истинным». Определенно созерцают природу сердца, которая не-пустотна и не-ложна, не разрушая [притом] дхармы пустотные и ложные. Если смогут хорошо постичь такую окончательную просветленность, тогда проникнут в Срединный Путь в самой природе сознания и достигнут совершенного прояснения Двух Истин. Если увидеть Две Истины Срединного Пути в своем сердце, то увидят Две Истины Срединного Пути и во всех дхармах, еще не обретая этих Двух Истин. Поскольку определенной и установленной природы невозможно обрести, это именуется верным созерцанием Срединного Пути. Так,

тоты; оставляя многочисленные заблуждения, разрушают пустоту и занимаются созерцанием ложного. Каждое из состояний: «следование пустоте», «вхождение в ложное» содержит момент «разрушения»; облики же до и после него в обоих случаях одинаковы, отсюда — созерцание равенства.

¹ Один из Пяти Глаз, которым бодхисаттвы просветленно взирают на врата всех дхарм ради спасения всех рожденных существ.

² Одна из Трех Мудростей, с помощью которой бодхисаттвы полностью познают виды и разделения всех путей ради научения и превращения рожденных существ.

³ Т 24.101b.

⁴ Комментатор Бао-цзин считает, что первое относится к пустоте существ, а второе — к пустоте дхарм.

⁵ Отказ от абсолютизирования одного из двух созерцаний: пустоты при выходе из ложного, или ложного при выходе из пустоты; созерцание дхармы подтверждения принципа Срединного Пути: равных обликов ложного и пустотного. Поскольку этот способ созерцания превосходит все остальные, назван «первым».

⁶ Всеприсущность и все-знание Будды.

в *гатха* «Срединной шастры»¹ разъяснено:

Дхармы, рожденные причинами и связями,
Я объявляю пустотными.
Они также именуются «ложными названиями»;
В них также значение Срединного Пути.

Глубоко проникнув в значение этой *гатха*, [видим, что здесь] не только полностью разделяются облики верного созерцания, но также проясняются врата созерцания двух предыдущих видов *упая*. Следует знать, что верное созерцание Срединного Пути есть Глаз Будды, есть все виды мудрости.

Если пребывать в этом созерцании, *самадхи* и сила мудрости будут равными, полностью и окончательно узришь природу Будды, а это — успокоенное пребывание в Великой Колеснице. «При движении шаги тверды и спокойны; скорость же подобна ветру»². Так, естественным образом входят в море *сарва-жняна*. Естественное вхождение в *сарва-жняна* есть практика Татхагаты; если отправлять практику Татхагаты, это значит входить в комнату Татхагаты; если входить в комнату Татхагаты, это означает надевать одежду Татхагаты; если надевать одежду Татхагаты, это значит воссесть на сидении Татхагаты³; если воссесть на сидении Татхагаты, это значит самому обрести величественность Татхагаты и при этом получить очищение Шести Корней. Обретя очищение Шести Корней, входят в предельный мир Будды. Если войти в предельный мир Будды, во всех дхармах не будет загрязненности; если во всех дхармах не будет загрязненности, все будды проявятся перед [подвижником]; если все будды проявятся перед [подвижником], это будет становлением осмысления *самадхи* Будды; при становлении осмысления *самадхи* Будды спокойно пребывают

¹ Раздел «О созерцании Четырех [Благородных] Истин» (Т 30.33b).

² Цитата из «Раздела уподоблений» Лотосовой сутры, где описывается большой белый бык — символ Единой Колесницы. Бао-цзин считает, что «тверды и спокойны» относимы к равенству медитативного сосредоточения и мудрости, — признаков совершенного созерцания Будды, тогда как «скорость же подобна ветру» — к остроте совершенного созерцания, отражающего истинную природу и легкое, без усилий вступление на Путь. Также он замечает, что вся фраза относится к практике на восьмеричном Пути, быстро приводящей к морю *сарва-жняна*.

³ Бао-цзин замечает, что в этой дополнительной цитате из Лотосовой сутры «практика» относится к практике Будды, где единая практика включает в себя все практики; «одежды» относятся к терпению, «комната» — к доброте и состраданию, а «сидение» — к пустотности всех дхарм.

в *шурамгама-самадхи*¹; при спокойном пребывании в *шурамгама-самадхи* обретают *самадхи* повсеместного проявления телесных обликов²; при обретении *самадхи* повсеместного проявления телесных обликов становятся способными везде входить в земли будд десяти направлений, учить и превращать рожденные существа; при обретении способности везде входить в земли будд десяти направлений, учить и превращать рожденные существа, украшают и очищают все *кшетра* Будды; если способны украшать и очищать все *кшетра* Будды, делают подношения всем буддам десяти направлений; если делают подношения всем буддам десяти направлений, способны получать и удерживать сокровищницу Дхармы всех будд; будучи способны получать и удерживать сокровищницу Дхармы всех будд, совершенствуют все практики и все *парамита*; совершенствуя все практики и все *парамита*, входят в чистую просветленность уровня великих бодхисаттв; входя в чистую просветленность уровня великих бодхисаттв, становятся равными [бодхисаттвам] Самантабhadра и Маньджушри³; становясь равными [бодхисаттвам] Самантабhadра и Маньджушри, обретают постоянное пребывание в теле природы Дхармы; обрета постоянное пребывание в теле природы Дхармы, восхваляются всеми буддами десяти направлений и [им] предсказывается [скорое становление буддами]; будучи восхвалены всеми буддами десяти направлений, украшают путь на небо Тушита; украсив путь на небо Тушита, указывают и проявляют спуск духа во чрево матери; если способны указать и проявить спуск духа во чрево матери, способны указать и проявить оставление дома; практиковать и петь под деревом на Пути⁴; если способны проявить практики и пение под деревом на Пути, показывают и проявляют повержение могучих злобных демонов; если способны проявить повержение могучих злобных демонов, то способны показать и проявить становление равной, истинной просветленности; если способны показать и проявить становление равной, истинной просветленности, то могут показать и проявить поворот колеса истинной Дхармы; если могут показать и проявить поворот колеса истинной Дхармы, то

¹ Состояние силы, храбрости и твердости, фиксации всех дхарм. В нем побеждают демонов плотских страстей и преодолевают нехороших людей.

² «Сила исходных источников», с которой будды и бодхисаттвы проявляются ради спасения живых существ во всевозможных обликах этого мира.

³ Два бодхисаттвы — основных помощника Будды; первый восседает на слоне, второй на льве; являются предводителями всех бодхисаттв.

⁴ Имеется в виду дерево *сала* («дерево бодхи»), под которым обрел просветленность Шакьямуни.

способны показать и проявить вхождение в нирвану; если способны показать и проявить вхождение в нирвану, то это предельные дела всех будд в землях десяти направлений; если способны к предельным делам всех будд, то это — завершенность Двух Тел: истинного и соответствующего [необходимости]¹; если это — завершенность Двух Тел, это — состояние сердца пребывания бодхисаттвы начального возникновения.

Поэтому в «Сутре Величественного Цветка» сказано²: «Когда впервые выражают намерение («сердце») [обрести *бодхи*], становятся истинно просветленными, проникают в понимание истинно-сущей природы всех дхарм; наличествующие мудрости и тела не пробуждаются в зависимости от других». И еще сказано: «Бодхисаттва, впервые выразивший [такое] намерение, обретает Единое Тело Татхагаты и создает бесчисленные тела». И еще сказано: «Бодхисаттва, впервые выразивший [такое] намерение, совершенствует Восемь Стадий³ становления на Пути». И еще сказано: «Бодхисаттва, впервые выразивший [такое] намерение, — это и есть Будда». В «Нирвана-сутре» говорится⁴: «Первое выражение намерения и предельная [просветленность] нераздельны, [не есть] два; из этих двух “сердец” предыдущее сознание трудно[постижимо для начинающих]». И еще, в «Сутре Великих Разделов» сказано: «Субхути, есть бодхисаттвы-махасаттвы, которые с первого пробуждения сердца немедленно сели в месте [практикования] Пути, где поворачивали Колесо Дхармы. Следует знать, что такие бодхисаттвы подобны буддам». В «Сутре [цветка] Величественной Дхармы» это подтверждается поднесением дочерью [царя] драконов [драгоценной] жемчужины⁵. Все такого рода сутры проясняют, что начальная решимость совершенствует все дхармы Будды. При начальной решимости совершенствуются все дхармы Будды, будь это врата знака «А»⁶ в «Сутре Великих Разделов», [которыми достигают просветленности], будь то

¹ Первое — истинная мудрость, совмещенная с Дхармакайя («Телом Дхармы»); второе — Нирманакайя, «Тело Соответствия», всевозможные проявления для спасения живых существ.

² Раздел «О практиках брахманов» (Т 9.449с).

³ Восемь стадий земной жизни Будды: от предсказания чудесного рождения до вхождения в нирвану.

⁴ Раздел «О бодхисаттве Кашьяпа» (Т 12.808а).

⁵ В главе 12 («Девадатта») рассказывается, как дочь Сагара, царя драконов, преподнесла Будде драгоценную жемчужину, после чего в одно мгновение обратилась в юношу, а затем стала Буддой.

⁶ 42 литеры санскритского алфавита соответствуют 42-м уровням совершенствования бодхисаттв, от первой («А») — «начального пребывания» до 42-й — «утонченной просветленности». Первая литера считается «матерью» всех ос-

призыв к рожденным существам открыть знание и видение Будды в «Сутре [цветка] Величественной Дхармы», будь то пребывание в великой нирване от видения природы Будды из «Нирвана-сутры».

Разъясняя вкратце, бодхисаттвы начальной решимости по причине отправления *чжи-гуань* являют различные облики подтверждения плода.

Далее, прояснение обликов подтверждения плода на последующих ступенях («сердцах») [практикования]. Подтвержденные предельные миры последующих состояний [нам] неизвестны; если сейчас исходить из того, что разъясняет Учение, [увидим, что] в конце они не удалены от двух дхарм: прекращения и созерцания. Почему так? Подобно [сказанному] в «Сутре [цветка] Величественной Дхармы», «усердно восхваляли мудрость всех будд», «мудрость» имеет здесь значение «созерцания»; соотнесенность с созерцанием здесь проясняет [способ] обретения плодов [практик]. «Что касается пространного описания в «Нирвана-сутре» с использованием ста положений об освобождении, как способах разъяснения великой нирваны, то «нирвана» [там] соответствует значению, [заключенному в понятии] «прекращение». В данном случае соотнесенность с прекращением использована как средство прояснения плода [практик].» Потому сказано: «*Паринирвана* именуется постоянным покоем в *самадхи*»¹, где «*самадхи*» имеет значение «прекращения». Хотя в «Сутре [цветка] Величественной Дхармы» мудрое прояснение плода, соотнесено с созерцанием, сюда также включается и прекращение; потому сказано: «...и даже полнейшая нирвана с постоянным покоем и разрушением [всяких] обликов в конце возвращается к пустоте»². Хотя в «Нирвана-сутре» прояснение плода соотносится с прекращением, тем не менее, в него включается и созерцание, поэтому Великую Нирвану составляют Три Добродетели³. Хотя тексты и слова этих двух великих сутр неодинаковы, [будучи] то явными, то сокровенными («погруженными»), они соотнесены с Двумя Вратами — прекращением и созерцанием — и излагают их предельное; также,

гальных 41-й; войдя в ее «начальные врата» обретают добродетельную силу «утонченной просветленности» (42-го уровня).

² Т 8.256а.

³ Т 9.449с.

⁴ Дхармакая, Праджня, Освобождение.

посредством обоих врат *самадхи* мудрости не может не проясниться высший плод. Практикующему следует знать, что начальный, срединный и заключительный плоды, — все непостижимы. Поэтому в новом переводе «Сутры золотого света» сказано¹:

Татхагата «начального края»²

Непостижим.

Татхагата «среднего края»

Украшен разнообразно и величественно.

Татхагата «конечного края»

Постоянен и неразрушим.

Во всех этих [временах] соотносённость с практикованием двух состояний («сердец») — прекращения и созерцания описывает их плоды. Поэтому в *гатха* из «*Прат்யютпанна-самадхи* сутры» сказано³:

Все будды следуя сердцу обретают свободу;

Сердце же чисто и именуется незагрязненным.

На Пяти Путях оно свежо, незапятнано, не принимает обликов.

Обладающий пониманием этого [производит] становление Великого Пути.

«Заявляю как торжественную клятву: для практикующего необходимо очиститься от Трёх Препятствий и Пяти Покровов. Если же от них не отделаться, то, даже если со рвением прилагать усилия, в конце не получишь ничего.»

¹ Т 16.362с.

² «Начальный, средний, конечный края»: прошлое, настоящее, будущее.

³ Т 13.90а.