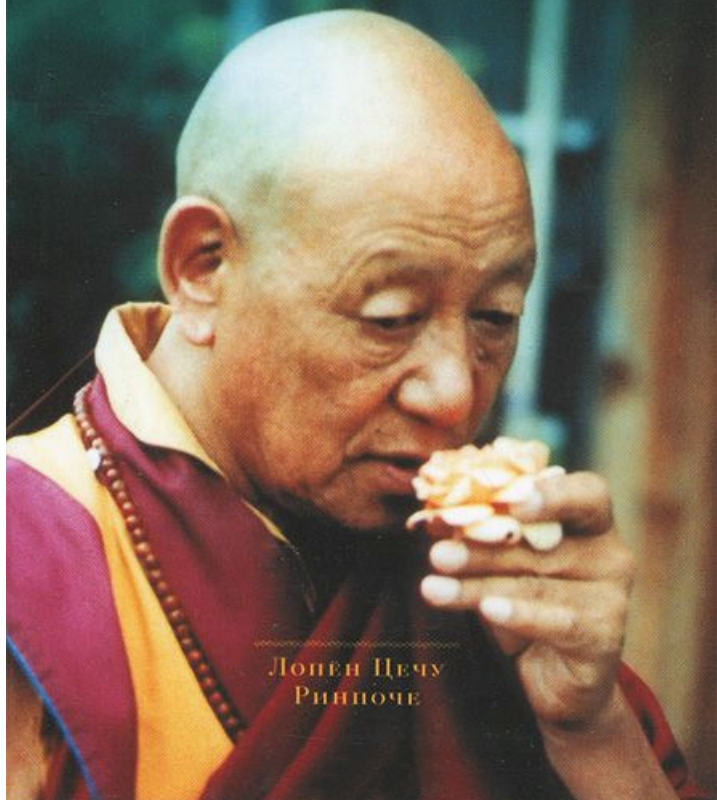


# Безмятежное СИЯНИЕ ИСТИНЫ

ВЗГЛЯД БУДДИЙСКОГО УЧИТЕЛЯ  
НА ПЕРЕРОЖДЕНИЕ



Лопен Цечу  
Ринпоче

**Лопён Цечу Ринпоче**  
**Безмятежное сияние**  
**истины. Взгляд буддийского**  
**учителя на перерождение**  
**Серия «Колесо времени (Ориенталия)»**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8490888](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8490888)*

*Безмятежное сияние истины. Взгляд буддийского учителя на перерождение/Под общ. ред. Е. Путиловой: Ориенталия; Москва; 2013  
ISBN 978-5-919940-37-1*

### **Аннотация**

Лопён Цечу Ринпоче (1918–2003) – учитель тибетского буддизма, один из высочайших лам традиций Другпа Кагью и Карма Кагью. В сборник «Безмятежное сияние истины» вошли лекции Ринпоче, прочитанные в 1992 году в Дании. автор подробно объясняет значение термина «бардо», которым обычно называют период между двумя жизнями, от смерти физического тела до следующего зачатия.

# Содержание

Памяти Цечу Ринпоче	5
Предисловие	9
Введение	14
Что такое бардо	14
Виды бардо	17
I. Бардо жизни	19
В погоне за иллюзорными целями	19
Конец ознакомительного фрагмента.	22

**Лопён Цечу Ринпоче  
Безмятежное сияние  
истины. Взгляд  
буддийского учителя  
на перерождение**

*Перевод с Тибетского на английский и немецкий Х. Нидал*



*Под научной редакцией к.и.н. Е. Леонтьевой*

# Памяти Цечу Ринпоче



Милый сердцу лик  
Не увижу в этой жизни никогда.  
Тихий и мягкий голос  
Не услышу больше,  
Пока живу в этом мире.

Улыбка сочувствия, лучащаяся,  
как тысяча солнц,  
Больше не согреет мое сердце.  
На этом сложном пути,  
полном соблазнов,  
Не поймать мне больше твой  
сочувственный взгляд.

Ты исчез подобно утренней дымке,  
Рассеявшейся до того, как я проснулась,  
Подобно льду, растаявшему на солнце.  
Пытаюсь удержать тебя живым  
в своем сердце,  
Но ты прочь ускользнул,  
Так внезапно,  
Так несомненно,  
Так бесповоротно.

Мой драгоценный гуру,  
Что я без тебя?  
Опустошение подавляет меня,

Пытаюсь выдержать это,  
Сердце мое полно опасений,  
Но бесстрашно осознает,  
И все же печали груз так тяжел.

Жизнь странна,  
Чересчур странна.  
Я могла бы теперь умереть,  
Могу и остаться в живых,  
ты – навеки в моем уме.  
Сейчас уже или после —  
А может быть, никогда.

Драгоценный лама,  
Помолись обо мне в чистых сферах,  
Куда однажды я устремлюсь.  
и пока дышит еще это тело,  
Пусть моя жизнь, с ее ничтожными  
взлетами и падениями,  
Счастьем и горем, страданием и восторгом,  
Будет посвящена Освобождению  
Всех чувствующих существ.

*23 июня 2003 года*

*Аши Сёнам, сестра королевы Бутана*



# Предисловие

Издательство «Ориенталия» впервые представляет читателю книгу Лопёна Цечу Ринпоче (1918–2003), замечательного буддийского учителя, любимого и почитаемого и на Востоке, и на Западе.

Ринпоче родился в Бутане и рос обычным ребенком: в отличие от большинства высоких лам, он не был признан перерожденцем в раннем детстве. Когда ему шел 13-й год, его отец умер, и семья осталась без кормильца. Чтобы выжить, мать Лопёна Цечу вместе с ним и еще двумя детьми пешком отправилась к родне в Непал. Там их принял под свою опеку ее брат, Другпа Шераб Ринпоче, глава буддийской традиции Другпа. Вскоре Лама Шераб стал для своего племянника духовным наставником, под руководством которого юный Цечу изучал буддийскую философию и практиковал медитацию.

Лопён Цечу получил полное буддийское образование. Важнейшим его учителем был Шестнадцатый Кармапа Рангджунг Ригпе Дордже, глава традиции Карма Кагью, которого Ринпоче повстречал в Бутане в 1944 году. Их связь была настолько близкой, что его Святейшество Кармапа часто говорил: «если я Будда, то Лопён Цечу – мой Ананда». Это высказывание буддисты Тибета не назовут нескромным: Кармапа, Лама Черной короны, считается в Стране снегов про-

светленным, то есть по своему духовному достижению равным Будде. И так же, как монах Ананда, преданный и усердный, ни на шаг не отходил от Будды Шакьямуни, Лопён Цечу Ринпоче повсюду следовал за его Святейшеством, получая полную передачу Учения этой линии преемственности.

Ринпоче очень много сделал для буддистов в Южных Гималаях. Он заботился о многоликом буддийском сообществе Непала и помогал Тибетским беженцам, которые после 1959 года покидали оккупированную Страну снегов, спасаясь от китайских коммунистов. Он был близким другом и советником Непальского короля и наставником бутанской королевской семьи и потому снискал уважение и как искусный учитель, и как политическая фигура. В 1987 году он впервые посетил Европу по приглашению своих близких западных учеников – Оле Нидала и его жены Ханны. С тех пор Ринпоче много путешествовал по миру, давая поучения и посвящения в центрах Карма Кагью.

Под руководством Лопёна Цечу на Востоке и западе построены десятки буддийских ступ. Венцом его работы стала крупнейшая в Европе 33-метровая Ступа Просветления, возведенная в Беналмадене, курортном городке на юге Испании. Ринпоче несколько месяцев не дожидаясь ее инаугурации, состоявшейся осенью 2003 года. Он скончался от сердечной недостаточности в больнице Бангкока в возрасте 85 лет, оставив неизгладимый след в новейшей истории буддизма.

Ринпоче принадлежал к тому редкому ныне типу великих учителей, которые, при всей масштабности их деяний, при всей силе влияния, всегда держатся по-человечески просто, не привлекают к себе лишнего внимания, живут скромно и с отеческой любовью заботятся о других. У него было огромное сердце, его доброта глубоко трогала и открывала людей. Мощь его любви воплотилась в монументальных ступах, которые останутся в мире на века. Но, вкладывая все силы в передачу буддийского Учения и строительство памятников, Лопён Цечу не создал почти никаких печатных трудов. Лишь некоторые его лекции, прочитанные на западе, были записаны и опубликованы в виде статей в журнале *Buddhism Today*. К их числу относятся и подробные объяснения четырех видов бардо, или промежуточного состояния, включенные в эту книгу. Ринпоче прочел эти лекции в 1992 году в Родбю (Дания), опираясь на труд «зеркало внимательности» Целе Нацога Рангдрёла (XVII в.), известного мастера школ Кагью и Ньингма.

Здесь затрагивается тема смерти и перерождения, которая в буддизме, особенно Тибетском, проработана очень глубоко. Высоких Тибетских учителей называют «тулку», (тиб. *sprul sku*) – так Тибетцы перевели санскритское слово «Нирманакая». Здесь *sprul* означает «излучение», «преобразование», «магически созданное», а *sku* переводится как «тело», «форма» или «состояние». «Состояние излучения», «тело воплощения» – вот различные переводы этого понятия. Счи-

тается, что тулку перерождаются сознательно и потому в новой жизни должны помнить процесс умирания предыдущего тела. Подлинный тулку – это Бодхисаттва, который дал обет не уходить в нирвану, пока все страдающие не достигнут Освобождения. Он добровольно возвращается в обусловленные миры сансары, чтобы помогать всем, у кого есть с ним связь. Следовательно, рождение Бодхисаттвы в каком-либо месте в какое-либо время обусловлено не кармой, а любовью и сочувствием, а также готовностью и открытостью связанных с ним существ. Вот почему в буддизме есть столько подробных поучений о смерти и переживаниях после нее. Буддисты полагают, что смерть – это не страшная трагедия и не конец всего, но лишь один из этапов на пути. Как и любое другое событие жизни, она может служить средством для быстрого развития и даже постижения природы ума для блага всех живущих. Наиболее подробно и развернуто пишет об этом Лама Оле Нидал в «Книге надежды» (изд-во «Эксмо», Москва, 2013 год).

*Елена Леонтьева, к.и.н.*



# Введение

## Что такое бардо

В наши дни под понятием «бардо» обычно подразумевается время, которое проходит от смерти до следующего перерождения. Однако истинное значение этого слова – «промежуточная стадия», «интервал между одним явлением и другим». Таким образом, первоначальный смысл оказывается значительно шире общепринятого.

В объяснениях по этой теме автор Целе Нацог Рангдрёл следует классической схеме поучений Дхармы: подготовка, само поучение и завершение.

Подготовка, как обычно, включает в себя подношения Буддам и Бодхисаттвам, что позволяет создать благоприятную карму и устранить препятствия. Если Лама пребывает в медитационном ретрите или дает поучения, то далее он берет на себя обязательство закончить начатое. Считается, что такие высокие учителя во что бы то ни стало выполняют свои обещания. Рисунок на воде скоро исчезнет, но гравюра на камне остается практически навсегда.

Текст начинается с выражения почтения к качествам трех Буддасостояний, трех «кай». И первое из них – это Состояние истины, Дхармакайя, которое описывается как полно-

стью чистое. В абсолютном смысле оно свободно от любой искусственности и пусто по своей природе. Неотлично от него и Состояние радости, Самбхогакайя, подобное отражению луны в воде. И, наконец, Нирманакайя – непрерывное сияние на благо всех существ. Целе Нацог Рангдрёл сначала обращается к этим трем состояниям и объясняет, что они неотделимы от свойств нашего собственного ума и мы можем различить их также и в нашем учителе.

Вообще, что бы ни проявлялось, сансара или нирвана, – все пусто по своей сути. Рождение и смерть, счастье и отчаяние, – все, что мы переживаем, не существует на самом деле, но содержит качества пустоты. Те, кто не понимает этого, оказываются захваченными происходящим и страдают. Они находятся во власти собственных иллюзий, идей и концепций. Из осознания иллюзорности всех вещей возникает сочувствие. Именно оно всегда побуждало высочайших мастеров давать существам методы, позволяющие понять, каким все является на самом деле. К ним принадлежат и поучения о бардо, смысл которых объясняли многие учителя.



*Рождение и смерть, счастье и отчаяние, – все, что мы переживаем, не существует на самом деле,*

*но содержит качества пустоты. Те, кто не понимает этого, оказываются захваченными происходящим и страдают.*

На самом деле вся концепция бардо относится ко времени, когда мы пойманы в сансаре. В основе лежит наше невежество. До тех пор пока мы не освободились от него и не достигли Просветления, мы находимся в различных состояниях бардо. Хотя, как уже было сказано, обычно этот термин понимается как период от смерти до перерождения.

# Виды бардо

Встречаются разные способы классификации бардо. НА-ПРИМЕР, некоторые мастера говорили о шести его видах. Однако эти объяснения отличаются друг от друга. Не все соглашаются с существованием бардо медитации. Но это нелогично: если все, что происходит, все наше существование в сансаре есть бардо, значит, мы не можем исключить какое-либо состояние ума, в том числе и медитацию.

Деление на шесть видов происходит из традиции Ньингма и встречается также в других источниках, например в поучениях, однажды данных Миларепой<sup>1</sup> дакине Церингме<sup>2</sup>:

1. Бардо жизни,
2. Бардо сновидения,
3. Бардо медитации,
4. Бардо умирания,
5. Бардо дхармадхату,
6. Бардо становления.

Другие мастера говорят о трех или четырех основных видах. Целе Нацог Рангрёл предпочитает более легкую для по-

---

<sup>1</sup> Миларепа (1052–1135) – один из величайших йогинов Тибета, буддийский учитель, лама традиции Кагью.

<sup>2</sup> Церингма – защитница местности, в которой медитировал Миларепа, одна из его ближайших учениц.

нимания классификацию:

1. Бардо жизни,
2. Бардо умирания,
3. Бардо дхарматхату, или бардо ясного света,
4. Бардо становления.

В своем тексте он раскрывает значение этих состояний, детально описывает их и объясняет, как мы можем практиковать, чтобы достичь Освобождения, находясь в различных бардо.



# **I. Бардо жизни**

## **В погоне за иллюзорными целями**

Бардо жизни охватывает период от рождения до смерти. То, как мы ощущаем это состояние, зависит от нашего ума. Великие мастера воспринимают свою жизнь как мандалу. Это значит, что они видят все на высочайшем уровне. Мир для них – Чистая страна, а существа подобны Буддам и Бодхисаттвам. Все сказанное и услышанное – мантры. То, что происходит в их умах, неотделимо от высшей истины и мудрости. Такова реальность просветленных учителей, так они переживают все явления.

Причиной того, что другие на это пока не способны, является неведение. Опытные практикующие знают истинную природу вещей; они понимают, что ничто не отличается от трех Будда-состояний. Этот уровень восприятия для них неизменен на протяжении всей жизни. Смерть для подобных существ – естественный процесс, просто самоосвобождение. У такого рода постижения, когда все явления видятся чистыми, есть множество названий.



*Если мы еще не осознали окончательной истины, жизнь для нас – это нечто, происходящее с момента рождения до момента смерти, и то, как мы воспринимаем ее, полностью зависит от вида накопленной нами кармы.*

Некоторые описывают это как «колесо мудрости всего, что воспринимается», один лама называл такое состояние «бардо четырех кай в единстве» и «бардо самоосознающей пробужденности». Но какой бы термин мы ни использовали, смысл в том, чтобы понимать: все имеет изначальную природу мудрости нашего ума.

Если мы еще не осознали окончательной истины, жизнь для нас – это нечто, происходящее с момента рождения до момента смерти, и то, как мы воспринимаем ее, полностью зависит от вида накопленной нами кармы. Приятные события с нами происходят или неприятные – все кажется нам настоящим. Мы следуем своим кармическим тенденциям и привычкам и пойманы иллюзией реальности всего, что нас окружает. Мы глупо цепляемся за вещи, считая их действительно существующими, хотя они не таковы. Мы верим, что все постоянно, но это тоже не так. Принимая за благо то, что на самом деле причиняет сплошные страдания, мы ошибоч-

но думаем, что недолгие мирские радости и есть истинное счастье.

До тех пор, пока существует это заблуждение, мы пребываем в неведении и расходуем свою энергию впустую. Мы мечемся между желаниями и отвращением и поступаем, исходя из мотивации получить и удержать то, к чему привязаны, хотя все равно неизбежно потеряем это. Многие вещи нам не нравятся, и, пытаясь избежать их, мы совершаем негативные действия, которые тоже приносят страдание. Так мы бессмысленно существуем, тратя время на бесполезные занятия. Полностью запутанные, мы проводим всю жизнь, преследуя недостижимые цели.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.