༄༅། ཀུན་བཟང་ཆོས་རྒྱལ་ལ་གདམས་པ་བཞུགས་སོ།

ПАТРУЛ РИНПОЧЕ

СОВЕТ КУНСАНГ ЧОГЯЛУ

Санкт-Петербург
2002

རྒྱལ་དང་རྒྱལ་བའི་སྲས་པོ་ཇི་སྙེད་པ།
ཀུན་གྱི་ཐུགས་རྗེ་བྱིན་རླབས་འདུས་པའི་དཔྱིད།
དྲིན་ཆེན་བླ་མ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དངོས།
མི་འབྲལ་སྤྱི་གཙུག་རྒྱན་དུ་རྟགས་པར་བཞུགས།

གང་ཞིག་འཁོར་བའི་གནས་ཀུན་ཉེས་པའི་སྣོད།
དུག་སྦྲུལ་གཟེབ་དང་འདྲ་བར་ལེགས་མཁྱེན་ནས།
ཡང་དག་ཐར་བའི་ལམ་ལ་འབྲོན་བཞེད་པ།
དེ་དག་ཀུན་གྱི་ལག་ལེན་འདི་ལྟར་ལགས།

Великолепье милости и благодати всех будд и бодхисаттв,
Лама великой доброты,
Воистину ты — совершенный будда,
Пожалуйста, со мной пребудь ты неразлучно,
как украшенье над моей главой!

Постигшие, что зла исполнена сансара,
Точно корзина ядовитых змей,
И жаждущие выбраться на путь освобожденья,
Все практикуйте так:

དང་པོ་ངེས་འབྱུང་ཆོས་ཀྱི་མགོ་ཡིན་པས།
ཡ་གི་དགའ་ལྡན་ལྷ་ཡུལ་མན་ཆད་ནས།
མ་གི་ངན་སོང་གནས་ཀུན་ཡན་ཆད་ཀྱི།
འཁོར་བའི་གནས་འདི་མེ་ཡི་འོབས་ལྟ་བུར།
ཞེས་ནས་ཐེག་གསུམ་ལམ་ལ་སློབ་པ་དགོས།

བར་དུ་བྱང་སེམས་ཆོས་ཀྱི་ལུས་ཡིན་པས།
འགྲོ་བ་འདི་ཀུན་ཕ་དང་མར་ཞེས་ནས།
དེ་དག་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་འདོད་བློ།
བཅོས་མ་མིན་པར་སྙིང་ནས་སྐྱེ་བ་དགོས།

ཐ་མ་ཡང་དག་ལྟ་དང་དེའི་ཉམས་ལེན།
ཐར་ལམ་མྱུར་བགྲོད་ཆོས་ཀྱི་རྐང་པ་སྟེ།
སྣང་སྲིད་ཆོས་ཀུན་སྤྲོ་བྲལ་སྟོང་བའི་ངང་།
ལུང་དང་རིག་པས་གཏན་ལ་འབེབ་བའི་ལགས།

འཁོར་འདས་ཆོས་ཀུན་རྩ་བ་རང་གི་སེམས།
སེམས་ནི་དང་པོ་བྱུང་བའི་ཡུལ་མེད་ཅིང་།
བར་དུ་གནས་པའི་གཞི་མེད་སྟོང་པ་ཉིད།
ཐ་མ་འགྲོ་འོང་བྲལ་བ་གཉུག་མའི་ངང་།

Во-первых, поскольку отречение — врата к Дхарме,
Поняв, что вся сансара от небес богов Тушита
До низших несчастливых трех уделов — огненная западня,
Нужно упражняться в пути трех колесниц.

Затем, поскольку тело Дхармы — бодхичитта,
Поняв, что все существа — наши родители,
Нужно зародить искреннее желание
Обрести просветление ради их блага.

Наконец, подлинное воззрение и его практика — опоры Дхармы,
Стремительное движение к освобождению —
Состоянию пустоты, свободному от запутанности, от всего явленного и сущего —
Надежно обеспечено священными писаниями и собственным разумом.

Корень всех явлений сансары и нирваны — твой собственный ум.
Первое, у ума нет начала,
Далее, он нигде не пребывает,
И, наконец, естественное состояние свободно от прихода и ухода.

བྱུང་གནས་འགྲོ་གསུམ་བྲལ་བའི་རང་སེམས་ལ།
བལྟར་མེད་རང་ངོ་བལྟས་ན་སྟོང་པར་མཐོང་།
སྟོང་ཉིད་ལོགས་སུ་མེད་དེ་སེམས་ཀྱི་གཤིས།
ཡུལ་མེད་ཟང་ཐལ་མཐོང་ན་ལྟ་བ་ལགས།

གནས་ལུགས་ལྟ་བའི་ཉམས་ལེན་དེའི་ངང་དུ།
རྩལ་སྣང་འཁྲུལ་བའི་རྣམ་རྟོག་ཅི་ཤར་ཡང་།
སྤྱང་བླང་ཆེད་འཛིན་མེད་པར་ཕྱམ་བརྡལ་བའི།
ཡེངས་སྒོམ་བྲལ་བའི་མཉམ་བཞག་སྒོམ་པ་ལགས།

ཡུལ་སྣང་དགའ་སྡུག་ཆགས་སྡང་རེ་དོགས་བློ།
གང་ལའང་སྤྱང་བླང་དགག་སྒྲུབ་མི་བྱ་བར།
ཐམས་ཅད་མཉམས་པའི་ངང་ནས་འགྲོ་དང་འདུག
སྒྱུ་མའི་རོལ་པར་འཆར་བ་སྤྱོད་པ་ལགས།

མདོར་ན་རང་ངོ་ཤེས་པ་ལྟ་བ་ལ།
དེ་ཡི་ངང་ལ་གནས་པ་སྒོམ་པ་སྟེ།
དེ་ཉིད་རྐྱེན་དང་བསྲེ་བ་སྤྱོད་པའི་གནད།
ལྟ་སྒོམ་སྤྱོད་འབྲས་ཐ་དད་མེད་པ་ལགས།

В собственном уме, свободном от возникновения,
пребывания и прекращения,
В не-наблюдении, увидев собственное лицо,
ты узришь его пустым.
Природа ума — ничто иное, как пустота.
Когда видишь всё беспрепятственно и безобъектно —
это истинное воззрение.

В состоянии, в котором переживаешь истинное воззрение,
Какие бы обманчивые рассудочные мысли ни возникали,
Медитация есть пребывание в равновесии без отвлечения,
Без принятия и отвержения, в покое;

Когда в уме нет ни счастья, ни печали; ни привязанности,
ни отвращения; ни надежд, ни страха перед сферой
проявленного,
Без утверждения или отрицания, принятия или
неприятия чего бы то ни было.
Действие — это возникновение, как проявление
иллюзии,
Всего приходящего и уходящего, в состоянии
невозмутимости.

Подводя итог: воззрение — это узнавание
собственного лица,
Медитация — пребывание в этом состоянии,
Сочетание его с внешними обстоятельствами —
суть действия;
Воззрение, медитация, действие и плод — нераздельны.

ལྟ་བ་གང་ཡང་ཞེན་པ་མེད་པ་གཙོ།
སྒོམ་པ་གང་ཡང་འཛིན་པ་མེད་པ་གནད།
སྤྱོད་པ་གང་ཡང་ཆོས་དང་མཐུན་པ་མཆོག
ལྟ་སྒོམ་སྤྱོད་འབྲས་གཅིག་ཏུ་འདྲིལ་བ་གནད།

ཅི་ནས་རང་གི་སེམས་ལ་མི་ཕན་པའི།
ཆོས་དེ་ཁ་ཆོས་ཡིན་གྱི་དོན་ཆོས་མིན།
རང་གི་སེམས་ལ་ཁྱད་པར་མི་འདུག་ན།
ལོ་བརྒྱར་མཚམས་སྒྲུབ་བྱེས་ཀྱང་ངལ་བའི་རྒྱུ།

དེ་ཡང་ཡང་དག་ཆོས་ཀྱི་གནད་འགགས་ཀུན།
དོར་ནས་གཟུགས་བརྙན་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་པ་པོས།
ནེ་ཙོའི་འདོན་པ་ལྟ་བུའི་ཉམས་ལེན་འདི།
འཁྲུལ་མེད་རྒྱལ་བསྟན་ཡིན་སྙམ་བདག་ལ་མེད།

ལོ་མཚམས་ཟླ་མཚམས་ཁ་གྲངས་གྲངས་རྫོགས་ཤིང་།
དུང་ཕྱུར་དུང་ཕྱུར་བཟླས་པའི་གྲངས་འཁྱོལ་ཡང་།
སེམས་ལ་ཆགས་སྡང་རྨོངས་གསུམ་མ་བྲི་ན།
ཆོས་དེ་དོན་མེད་ཁོན་ལགས་སྙམ་བགྱིད།

Главное в воззрении — непривязанность.
Медитация, по существу, — свобода от цеплянья
за что бы то ни было.
Лучшее действие — то, при котором всё в ладу
с Дхармой.
Это — ключевой момент, сводящий воедино воззрение,
медитацию, действие и плод.

Любая Дхарма, не приносящая блага собственному уму,
Только говорильня, не имеющая смысла.
Если она ни на йоту не изменила твоего ума,
То просиди в затворе хоть сто лет — ты только
утомишься.

Я, пренебрегший важнейшими моментами
истинной Дхармы,
И только притязающий на практику,
Бубню здесь, словно попугай —
Но думаю, увы, что эта практика — безошибочное
учение Победоносного — не для меня.

Даже если мы проведем должное количество месяцев
и лет в затворе
И ухитримся повторить миллионы и миллионы мантр,
Если привязанность, отвращение и неведение в наших
умах не уменьшились,
То смысла в такой Дхарме, я считаю, просто нет.

བསྐྱེད་རྫོགས་མེད་པའི་ཆོག་ཐུན་བཞི་དང་།
དག་དྲན་མེད་པའི་རྔ་རོལ་འུར་ཆེམས་དང་།
ཏིང་འཛིན་མེད་པའི་བཟླས་བརྗོད་འབུག་འབུག་འདི།
ཐར་པའི་ལམ་ལ་ཕྱོགས་ཙམ་ཉེ་རེ་ཀན།

གལ་ཏེ་བསྐྱེད་རྫོགས་ཏིང་འཛིན་ཡོད་ན་ཡང་།
ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དང་མ་འབྲེལ་ན།
འཁྲུལ་སྣང་འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་ས་བོན་ལས།
རྣམ་མཁྱེན་གོ་འཕང་ཐོབ་ལ་མི་ཕན་ནོ།

དེས་ན་གནད་དོན་མེད་པའི་ཆོས་གཟུགས་དང་།
འཁྲུལ་སྣང་ཚེ་འདི་སྒྲུབ་པའི་བན་འཁྱམས་དང་།
དཀོར་ཟན་དཔལ་ཁེམ་མེད་པའི་བླ་ཆུང་གིས།
ལད་མོ་མ་བྱེད་རང་སེམས་ཆོས་ཀྱིས་ཐུལ།

སེམས་ཐུལ་སེམས་ཐུལ་རང་སེམས་ཆོས་ཀྱིས་ཐུལ།
བློ་ལྡོག་རྣམ་བཞིས་རང་གི་སེམས་ཐུལ་ན།
ལྟ་སྒོམ་བཟླས་བརྗོད་བསྐྱེད་རྫོགས་མེད་ན་ཡང་།
ཐར་པའི་ལམ་ལས་གཞན་དུ་འཕྱུག་པ་མེད།

Ритуалы по четыре раза на день — без стадий
зарождения и завершенья,
Бой барабанов и бряцанье цимбал — без напоминанья
о чистом смысле,
И бормотанье мантр — без истинного созерцанья,
Всё это вряд ли нас продвинет по пути освобожденья.

И даже если практикуешь стадии зарождения
и завершения и созерцание —
Когда они не слиты с неподдельной бодхичиттой,
Они лишь сеют семена перерожденья в сансары
призрачных сетях,
И не помогут в обретении состояния всеведения.

Все эти лицемеры-практики, не видящие сути,
Бродячие монахи, не чуждые, однако, мирских забот,
И ламы, поглощенные всецело пожитками и снедью —
Не будь таким! Ум Дхармой обуздай свой!

Обуздай свой ум, обуздай свой ум, обуздай свой ум
Дхармой!
Если обуздаешь его Четырьмя мыслями, изменяющими ум,
То даже без воззрения и медитации, без повторенья
мантр и стадий зарождения и завершения,
Не ошибешься в выборе пути к освобожденью!

བློ་སྦྱོང་བློ་སྦྱོང་རང་གི་བློ་འདི་སྦྱོངས།
བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་རང་གི་བློ་སྦྱོང་ན།
ལུས་ངག་དགེ་བ་སྣ་གཅིག་མ་འགྲུབ་ཀྱང་།
རང་གཞན་དོན་གཉིས་མ་འབད་ཤུགས་ཀྱིས་འགྲུབ།

གལ་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལ་ཐུན་གཅིག་ཀྱང་།
ཉམས་ལེན་མི་བྱེད་བསྐྱེད་རྫོགས་སྒོམ་ལོ་དང་།
བཟླས་བརྗོད་བྱེད་ལོ་ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྙན་འདིའི།
ཁ་དེ་གྲོང་ཆོ་དགུ་ཡི་སྐྱག་པས་ཆོད།

གྲོགས་ཁྱོད་ཡང་དག་ཆོས་ཞིག་སྒྲུབ་དགོང་ན།
བློ་སྦྱོང་བློ་སྦྱོང་སྙིང་རྗེ་བྱང་སེམས་སྦྱོང་།
གལ་ཆེན་ལན་དགུའི་བླས་འདི་དགོངས་མཛད་ནས།
རང་སེམས་ཆོས་ཀྱིས་ཐུལ་དང་གནད་དེ་ལགས།

ཁོ་བོས་ཡང་དག་བླ་མ་མང་བསྟེན་ཞིང་།
ཕྱོགས་མེད་གྲུབ་མཐར་ཐོས་བསམ་རྒྱ་ཆེར་བྱས།
གནད་དོན་སྙིང་པོར་བདོན་ན་ཚིག་གཅིག་ཡིན།
ཚིག་འདི་དཔེ་ལ་མ་བཞག་ཉམས་སུ་ལོངས།

Упражняй свой ум, упражняй свой ум, подвергни ум свой упражненью!
И если с бодхичиттой ум твой станет неразделен —
То даже не свершив единой добродетели как телом, так и речью,
Само собой и без усилий осуществишь ты благо для себя и прочих.

Не практикующим сущностную бодхичитту даже раз в день,
Но притязающим на практику стадий зарождения и завершения,
И так называемое повторенье мантр —
Таким ты посоветуй заткнуться собственным дерьмом!

Мой друг, коль хочешь ты практиковать частицу Дхармы истинной,
То упражняй свой ум, и упражняй его ты состраданьем — бодхичиттой!
Как следует поразмышляв об этом многократно,
Ум Дхармой обуздай — вот в этом суть.

Я следовал многим истинным учителям и изучал и беспристрастно размышлял
О множестве воззрений философских,
Но самый важный, сущностный момент — в одном лишь предложеньи.
Не оставляй его лишь частью текстов — а воплоти на практике!

ཞལ་གདམས་ཞལ་གདམས་ཟེ་ར་མཁན་མང་ན་ཡང་།
དཔེ་བྲི་ཤོག་བུར་དྲིལ་ནས་ཉར་ཚག་བྱེད།
དེ་དོན་ཅི་ཡོད་ཙམ་ཡང་མི་ལྟ་ན།
དོན་མེད་ཡི་གེ་བྲིས་པ་ངལ་བའི་རྒྱུ།

དེ་འདྲའི་རང་བཞིན་མ་བྱེད་སྐུ་ཚེ་རིང་།
དེ་དོན་ཉམས་སུ་ལོངས་མཛོད་སྐུ་ཚེ་རིང་།
དེ་འབྲས་འདི་ཕྱིར་མངོན་འོང་སྐུ་ཚེ་རིང་།
ཞལ་གདམས་དེ་ལས་མེད་དོ་སྐུ་ཚེ་རིང་།

སྐུ་ཚེ་རིང་མཛོད་ཀུན་བཟང་ཆོས་རྒྱལ་ཁྱེད།
ལུགས་གཉིས་བྱ་བཞག་བྲལ་བའི་སྤྲང་འཁྱམས་བདག
བླ་མར་མཐོང་ན་ཞལ་གདམས་དེ་ཡིན་ནོ།
གྲོགས་པོར་མཐོང་ན་སྙིང་གཏམ་དེ་ཡིན་ནོ།

རྒྱལ་འཕགས་དགོན་དུ་ཀུན་བཟང་ཆོས་རྒྱལ་ལ་གདམས་པའོ།།

Есть много тех, кто нам дает советы,
Запечатленные в столь тщательно томах хранимых,
Но если ты не вникнешь в смысл их — то обесценишь их
ты написанье,
Написанное в книгах превратив лишь в памятник
усердью авторов, их написавших.

Не поступай так! Да продлятся дни твои
Для практики советов этих смысла и его осуществленья!
Живи ты долго —
Чтоб успеть пожать плоды своих усилий!
Да продлятся дни твои —
Вот мой единственный совет и пожеланье!
Живи ты долго!

Да будет жизнь твоя, Кунсанг Чогял, предолгой!
Я — бродяга нищий, оставивший мирские и духовные
деянья,
И если для тебя я лама — то это мой совет,
А если друг — то просто искреннее пожеланье.

Этот совет был дан Кунсанг Чогялу в монастыре Гялпак.

Печатается по изданию:
«Advice to Kunsang Chogyal», Universal Wisdom Treasury, 2001.

Перевод с английского: Александр Кулик и Сергей Селиванов.
Оригинал-макет: Наталья Кашинова.

© Universal Wisdom Treasury, 2001
© Дзогчен Дудул Чолинг, С-Пб, 2002
© Александр Кулик и Сергей Селиванов, перевод с английского, 2002