



# ИЗ КНИГИ «МИР ТИБЕТСКОГО БУДДИЗМА»

Комментарий к практике переживания ДЕТОНГ в рамках подхода  
Ануттарайога-тантры

**Автор: Его Святейшество Далай-Лама XIV**



Что касается нераздельности блаженства и пустоты, то здесь подразумевается единство Знания, постигающего пустоту, и глубокого переживания блаженства. В таком единстве ранее обретенное Знание пустоты возникает из состояния блаженства ума, и в этом случае Знание и блаженство переживаются нераздельно. Такой же опыт нераздельности может возникнуть и в том случае, если глубокое переживание блаженства используется для того, чтобы заново постичь пустоту. Иными словами, существуют две возможные последовательности прихода к состоянию нераздельности блаженства и пустоты. Некоторые йогины могут войти в состояние блаженства ума в результате растворения тиглэ в энергетических каналах, и тогда энергия этого блаженства приводит к постижению пустоты. Но у большинства практиков Ануттара-тантры постижение пустоты предшествует реальному переживанию великого блаженства. Некоторые йогины могут не владеть теорией пустоты в таком полном виде, как ее дает школа мадхьямика-прасангика, а придерживаться воззрений, близких школам йогачара или мадхьямика-сватантрика. Благодаря использованию определенных медитативных методов Тантры, таких как разжигание внутреннего огня или проникновение в жизненные центры тела с помощью прана-йоги, йогин может испытать таяние элементов тела, пробуждающее переживание блаженства. Достигнув уровня, когда окажется возможным растворить верхние слои психики и соответствующие энергии, посредством опыта такой глубокой медитации йогин, даже при несовершенном (в смысле теории) понимании пустоты, может продвинуться к более тонкому ее переживанию, прозрев в конце концов, что любые явления - это лишь определения, простые ярлыки, которые ум навешивает на Основу. Переживание великого блаженства помогает практику обучиться восприятию всех вещей и событий как простых проявлений блаженства или игры тонких энергий-пран. Так можно прийти к наиболее тонкому переживанию пустоты. У таких практиков вначале достигается блаженство, а реализация пустоты приходит потом.

Как правило, полагается сначала постичь, что такое пустота, и только потом получать посвящение в Ануттарайога тантру. В этом случае Знание пустоты обретают до переживания блаженства. Такой йогин, обладающий высшими способностями, во время туна медитации о природе "я" применяет методы разжигания внутреннего огня, йоги божества и вхождения в жизненные центры тела посредством управления тонкими энергиями и т.п. Он плавит тиглэ, сущности элементов своего тела, и силой ранее порожденного желания испытывает великое блаженство. В этот момент медитирующий распознает свое прежнее переживание пустоты и распознает его нераздельность с переживанием великого блаженства.

Как породить переживание великого блаженства? Когда в теле происходит таяние тиглэ, переживается неповторимое ощущение, идущее из центрального канала. От него загорается мощное переживание физического блаженства, которое, в свою очередь, приводит сознание к чрезвычайно тонкому переживанию, проникнутому духовным блаженством. И далее, даже при простом размышлении, ведущем к постижению пустоты, это духовное блаженство спонтанно воссоединяется с пустотой. Таков метод соединения блаженства и пустоты....

Существует три вида блаженства:

1. Блаженство оргазма при семяизвержении;
2. Блаженство, связанное с протеканием жизненных элементов по энергетическим каналам;
3. Блаженство, называемое нерушимым;

В Тантре для постижения пустоты используют два последних вида блаженства. Значение применения блаженства для реализации пустоты столь велико, что большинство йидамов Ануттарайога-тантры изображают яб-юм. Но, как я уже говорил, это блаженство принципиально отличается от того, которое испытывается при половом акте"

Еще одна выдержка из текста Его Святейшества: "Когда практик доходит до высоких уровней тантрийского пути, ему рекомендуют найти партнершу, дабы ускорить дальнейшее продвижение. При этом, если мужчина дальше продвинулся на пути, он сможет помочь партнерше прийти к реализации различных высших состояний. То же самое справедливо, если дальше продвинулась женщина: она тоже может помочь своему партнеру достичь высших состояний. Таким образом, это влияние обоюдно независимо от пола практикующих.

Поэтому в Ануттарайога-тантре, например, в коренной тантре Гухьясамаджи, открыто и безоговорочно признается возможность для практикующей женщины достичь полного пробуждения за одну жизнь. Это возможно, прежде всего, потому, что в Тантре, и особенно в Ануттарайога-тантре, практики занимаются методом распознавания и раскрытия в себе скрытых возможностей и, в первую очередь, сознания Ясного Света Основы. С точки зрения обладания этим сознанием-основой, нет никакой разницы между мужчиной и женщиной. Поэтому с высшей буддийской точки зрения, то есть с точки зрения Ануттарайога-тантры, дискриминация по половому признаку невозможна".

"Наиболее полно глубина Тантры выявляется в теории и практике Ануттарайога-тантры. Полное значение таких выражений из Третьего поворота колеса Дхармы, как "знание необусловленного", "суть природы Будды" и т.п., окончательно раскрывается лишь там. Независимо от того, признаем мы, что Ануттарайога-тантра прямо говорит о глубоком сознании Ясного Света Основы, или нет, именно эта глубочайшая природа сознания и является высшим значением таких выражений как "суть состояния Будды" или "природа Будды". Поэтому высший смысл учения о природе Будды следует понимать в соответствии с учением о глубоком сознании Ясного Света Основы, открыто и пространно излагаемом в Ануттарайога-тантре.

Подход Ануттарайога-тантры считается уникальным и наиболее глубоким. В нем не только объясняются и очерчиваются методы прохождения пути на уровне грубого ума, но также преподаются различные приемы и методы использования осознания (более) тонких уровней и особенно глубокого сознания Ясного Света Основы для превращения их в сущность пути к пробуждению. Когда достигается способность превратить глубокое осознание Ясного Света Основы в сущности пути, практика становится необыкновенно мощной.

Обычно, занимаясь медитацией с фиксацией на объекте, мы используем грубые, верхние слои ума. Поэтому, чтобы сохранить сосредоточение на объекте медитации и избежать отвлечений, требуется повышенное внимание и бдительность. Следовательно, необходимо постоянно сохранять осознание и быть настороже. Но если бы можно было обойтись без этих слоев грубого ума, например, исключить из сознания отвлекающие его процессы мышления, не было бы нужды в постоянном и остром внимании и бдительности. Вот почему в Ануттарайога-тантре объясняется особый метод медитации для растворения и устранения грубых слоев ума, в результате чего ум приводится к его глубочайшему уровню, где уже нет опасности отвлечься.

Общая практика Ануттарайога-тантры - это метод превращения глубокого осознания Ясного Света Основы, то есть наитончайшего слоя психики, в сущность пути; он состоит в растворении и устранении верхних слоев ума и движущих ими энергий-пран. Три главных метода достижения этой цели:

Йога дыхания - прана йога;

Порождения четырех видов блаженства;

Культивирование состояния отсутствия отвлекающей мысли (нирвикальпа);

Важно иметь в виду, что это не просто разные методы, но отличающиеся друг от друга по существу. Достижение растворения и устранения грубых слоев ума и соответствующих

энергий можно посредством любого из этих приемов, однако это не означает, что достаточно использовать только один из трех методов. Главный метод практики должен поддерживаться разными дополнительными факторами....

В Гухьясамаджа-манджуваджре, "слове из уст Манджушри", тексте по стадии завершения, индийский учитель Буддхашириджняна утверждает, что, благодаря физическим особенностям нашего человеческого тела и составляющих его элементов, мы иногда даже на обыденном уровне естественно переживаем проблески наитончайшего уровня осознания, которые называются Ясный Свет отсутствия отвлекающей мысли. Это может происходить во время сна, чихания, обморока и оргазма. Хотя здесь и используется бытовой термин, относящийся к сексуальной сфере, речь идет отнюдь не об обычном сексе. В данном случае имеется в виду такое переживание соития с партнером, посредством которого жизненные элементы плавятся в области темени и стекают вниз, после чего силой медитации их поток обращается вверх. Одно из предварительных условий для начала такой практики - это обретение способности воздержаться от семяизвержения. Извержение жидкости в половом акте считается губительным для духовной практики, особенно согласно комментариям Калачакратантре. В ней подчеркивается, что тантрист должен удерживаться от семяизвержения даже во сне. Поэтому в тантрах описывается множество способов, позволяющих этого избежать. Это даже строже монашеских правил винаи, где Будда сделал исключения для семяизвержения во сне. В контексте винаи потеря семени во сне считается чем-то выходящим за рамки сознательного контроля, в то время как в Тантре особо подчеркивается необходимость воздержаться от семяизвержения во сне.

Чтобы по-настоящему пережить таяние бодхичитты, практикующий медитацию должен породить желание, которое обычно испытывается по отношению к сексуально привлекательному человеку. Силой такого желания можно расплавить элементы тела, что и приведет к состоянию отсутствия отвлекающих мыслей. И тогда следует сосредоточить внимание на устремленности к пробуждению.

При таянии бодхичитты в теле рождается состояние блаженства (дэва) и отсутствия мыслей (митогпа). Если вам удастся преобразовать состояние блаженства в переживание пустоты, - произойдет претворение омраченности, а именно страстного желания, в Знание пустоты. Если обретена способность использовать состояние вне мыслей, то есть состояние блаженства, для постижения пустоты, то возникающее в результате этого живое Знание, оказывается исключительно мощным противоядием от всех эмоциональных и познавательных омрачений. Поэтому можно сказать, что в некотором смысле именно омрачение - в форме Знания, рожденного от неведения, - в действительности разрушает омрачение: ибо сила сексуальных импульсов растворяется в блаженном переживании пустоты, производном от сексуального желания. Это подобно жизни древесных насекомых: они пожирают дерево, дающее им жизнь. Такое использование омрачений в качестве неотъемлемой части пути к пробуждению является уникальной чертой Тантры. Для иллюстрации этого положения Будда, проповедуя Ануттарайога-тантры, являлся в облике соответствующего центрального божества мандалы яб-юм. Поэтому практикующие эти тантры должны представлять себя подобным же образом.

