

Калу Ринпоче

ОСНОВЫ
буддийского пути

Москва
Ориенталия
2012

Оглавление

Биография Калу Ринпоче	6
Калу Ринпоче о передаче поучений в Северной Америке.	15
Четыре благородные истины.	26
Четыре Дхармы Гампопы.	85
Пять скандх.	109
Справочная информация о пяти скандхах	199
Глоссарий.	209

Биография Калу Ринпоче

Калу Ринпоче родился в 1905 году в районе Трешо Гангчи Рава, что находится в области Хор в Кхаме (Восточный Тибет). Эта гористая местность на границе с Китаем прославилась независимостью характеров населяющих ее жителей. Отец Калу Ринпоче Карма Легше Драянг (тиб. *ka rma legs bshad sgra dbyangs*) — тринадцатый Ратаг Палзанг Тулку, обладал знаниями в области медицины, литературным дарованием и мастерством в практике медитации традиции Ваджраяны. Он и его жена Долкар Чунг

Чунг (тиб. *sgrol dkar chung chung*) — мать Ринпоче — были учениками Джамгёна Конгтрула Лодрё Тхае (тиб. *'jam mgon kong sprul blo gros mtha' yas*), Джамьянга Кхьенце Ванпо (тиб. *'jam dbyangs mkhen brtse dbang po*) и Мипама Ринпоче. Эти ламы основали движение Румэ (тиб. *ris med*), оживившее религиозную ситуацию в Тибете конца XIX века. Румэ сохранило поучения разных традиций, подчеркнуло общность их основ и акцентировало внимание учеников на важности медитации.

Будущие родители Ринпоче посвятили себя практике и сразу же после свадьбы удалились в медитационный ретрит. Во время отшельничества они мало виделись друг с другом, но однажды ночью им приснился одинаковый сон: их посетил Джамгён Конгтрул — великий ученый и мастер медитаций. Он заявил о своем намерении остаться с ними и попросил, чтобы для него подготовили комнату. Вскоре Долкар Чунг Чунг обнаружила, что беременна.

Этот сон оказался благоприятным знаком. Беременность протекала легко и без осложнений. Долкар Чунг Чунг продолжа-

ла работать вместе с мужем, собирая целебные травы. В один из дней она поняла, что скоро придет время рожать. В спешке возвращаясь домой, семейная пара увидела множество радуг в небе.

В соседней местности этот знак был воспринят как предзнаменование рождения особого воплощения. Обычно ребенка-тулку как можно раньше отделяли от семьи и отправляли на воспитание в монастырь. Но Карма Легше Драянг отказался от этого. «Если окажется, что мальчик не является высоким воплощением, то обучение будет напрасным, — сказал он, — а если ребенок действительно тулку, то сам сможет найти подходящих учителей и получить образование». Именно так он и поступил.

С ранних лет юноша, в котором пробудились превосходные добродетельные привычки, оставил заботу об имуществе и удовольствиях жизни и стал бродить по безлюдным горам и ущельям, скалам и утесам. В нем возникло неодолимое стремление и решимость обучать практике Дхармы. Ринпоче беспрепятственно путешествовал в горных районах, повторяя

мантры и благословляя животных, рыб и насекомых, которые встречались на его пути.

Домашнее образование мальчика проходило под строгим руководством отца. Овладев начальными знаниями по грамматике, письму и медитации, в возрасте тринадцати лет Ринпоче приступил к формальному образованию в монастыре Палпунг (тиб. *dpal spungs*). Одиннадцатый Тай Ситу Ринпоче — Пема Вангчо Гьялпо (тиб. *pa dma dbang mchog rgyal po*) — принял у него обеты послушника и назвал молодого монаха Карма Рангджунг Кунчаб (тиб. *ka rma rang byung kun khyab*). Приставка «Карма» свидетельствует о том, что Ринпоче является практикующим в традиции Карма Кагью, а «Рангджунг Кунчаб» означает «самовозникший», «всепронизывающий».

В монастыре Палпунг и повсюду в Кхаме Ринпоче изучал поучения, содержащиеся в сутрах и тантрах, и получал наставления и посвящения от множества великих лам. В возрасте пятнадцати лет во время традиционного отшельничества, которое

со времен Будды Шакьямуни проводится в сезон дождей (тиб. *dbyar gnas*), Ринпоче прочитал перед собранием из сотни монахов и мирян содержательную лекцию с наставлениями о трех обетах.

В шестнадцать лет Ринпоче прибыл в центр отшельничества (тиб. *sgrub khang*) под названием Кунзанг Дечен Осал Линг, основанный Джамгёном Конгтрулом Лодрё Тхае. Это одно из двух мест отшельничества, связанное с монастырем Палпунг. Пройдя традиционное трехлетнее отшельничество под руководством коренного Ламы (тиб. *rtsa ba'i bla ma*) Досточтимого ламы Норбу Дёндруба (тиб. *nor bu don sgrub*), он получил полную передачу традиций Карма Кагью и Шангпа Кагью.

В возрасте двадцати пяти лет Ринпоче удалился в длительное одиночное отшельничество в безлюдных горах Кхама. Он бродил, не имея имущества, находил кров там, где мог, и не искал общения с людьми, не нуждаясь в нем.

Так он прожил двенадцать лет, доводя до совершенства свою практику и делая всевозможные подношения, чтобы развить

беспристрастную любовь и сочувствие¹ ко всем существам. «Нет более высоких сиддхи, чем сочувствие», — сказал его коренной Лама. Он с удовольствием продолжил бы такую жизнь, но Ситу Ринпоче в конце концов сообщил, что настало время вернуться в мир и передавать поучения.

Калу Ринпоче прибыл в Палпунг и приступил к исполнению обязанностей ответственного за проведение трехлетних отшельничеств (тиб. *sgrub dpon*). В то время Рангджунг Ригпе Дордже, Шестнадцатый Гьялва Кармапа, признал Калу Ринпоче излучением активности (тиб. *'phrin las sprul*)

¹ Одна из современных концепций перевода буддийских текстов на западные языки предполагает нахождение слов, максимально близких по смыслу к исходным санскритским или тибетским терминам. Иногда авторы настоящего перевода отступают также от общепринятых в российской буддологии оборотов. В частности, санскритское слово «*karuna*» мы переводим как «сочувствие», а не «сострадание», поскольку каруна не подразумевает «совместного страдания». Напротив, важным аспектом буддийского сочувствия является радость (санскр. *mudita*). — *Здесь и далее прим. ред.*

Джамгёна Конгтрула Лодрё Тхае². Это признание совпало с предсказанием Джамгёна Конгтрула о том, что излучение его активности станет мастером традиции *Римэ* и посвятит себя работе по распространению практики и проведению отшельничеств.

В 1940 году Ринпоче начал поездки по всему Тибету, посещал монастыри и традиционные центры, принадлежащие многим школам и линиям передачи. Во время визита в Лхасу он дал поучения регенту молодого Далай-ламы.

В 1955 году, за несколько лет до того, как Китай осуществил полный военный захват территории Тибета, Ринпоче поехал

² В это же время было еще четыре излучения Джамгёна Конгтрула: его тела, речи, ума и качеств. Из этих четырех лам излучение ума, Джамгён Кхьенце Озер (тиб. *mkhyen brtse 'od zer*), вместе с Тай Ситу Ринпоче, коренным гуру Гьялва Кармапы, был резидентом-тулку монастыря Палпунг. Наряду с этим Джамгён Кхьенце Озер был учителем и другом Калу Ринпоче так же, как и Джамгён Пема Тримэ (тиб. *pa dma dri med*), который был еще одним из пяти эманаций Джамгёна Конгтрула и учителем в монастыре Шечен (Восточный Тибет), принадлежащем традиции Ньингма.

в Цурпху и посетил Гьялву Кармапу. Кармапа попросил его покинуть Тибет и подготовиться в Индии и Бутане место, куда можно будет совершить неизбежный исход. Ринпоче отправился в Бутан, основал там два центра отшельничества и принял обеты у трехсот монахов. Далее, двигаясь по направлению к Индии, он совершил длительное паломничество по всем великим буддийским местам. В 1965 году в Сонаде близ Дарджилинга Калу Ринпоче основал монастырь Самдруб Дардже Линг (тиб. *bsam sgrub dar rgyas gling*), где находится его резиденция. Несколько лет спустя после основания монастыря Ринпоче организовал при нем, а также в других регионах Индии, места для проведения трехлетних отшельничеств.

С 1971 года Калу Ринпоче совершил четыре путешествия по Европе и Северной Америке, где основал центры для практики Дхармы и места, где западные люди могут проходить традиционные трехлетние отшельничества. В 1983 году в Сонаде в присутствии четырех великих сыновей сердца (тиб. *thugs sras*) Гьялвы Кармапы, то есть

его близких учеников и преемников, а также тысяч тулку, лам, монахов, монахинь и мирян Калу Ринпоче передал великий цикл посвящений, называемый «Ринчен Тердзё» (тиб. rin chen gter mdzod). Это одна из «Пяти великих сокровищниц» поучений и посвящений (тиб. mdzog chen gnam par nga), собранных Джамгёном Конгтрулом Лодрё Тхае.

Калу Ринпоче о передаче поучений в Северной Америке

Я уже четыре раза побывал в Северной Америке. Мой первый приезд состоялся в 1971 году, когда Чогьям Трунгпа уже начал передавать здесь поучения. Он считал необходимым делать это с учетом взглядов американцев. Вместо того чтобы учить в традиционной манере, он нашел множество искусных способов преподнести поучения в свете мирских знаний, чтобы люди, незнакомые с буддизмом, могли приспособить свой образ мышления к буддийским взглядам. Таким образом, он со временем сумел дать поучения многим людям.

Это замечательное начинание стало возможным благодаря его личным качествам, великолепному знанию английского языка и желанию обосноваться в Соединенных Штатах. Мой первый визит сюда продлился не больше года, и я убедился, что для достижения результата стоит передавать поучения традиционным способом, не сочетая их с какими-либо иными точками зрения.

Стараясь делать это с большей ясностью, я давал поучения, которые, по моему мнению, заложили основы понимания и подлинной практики Дхармы. Это множество поучений о Четырех мыслях, обращающих ум к Просветлению. Особое внимание было уделено идее кармы, или закона причины и следствия, формирующего наши переживания.

До того как учение Будды проникло в Тибет, в Стране снегов царили варварские нравы. Не было большой разницы между населявшими ее народами и пожирающими людей демонами или примитивными дикарями. Затем у тибетцев появился правитель по имени Сонгцен Гампо (тиб. *strong btsan sgam po*), которого считали излуче-

нием Бодхисаттвы сочувствия Ченрези. Благодаря своим невероятным способностям Сонгцен Гампо стал управлять всем регионом, известным под названием Тибет. На этой политической основе он распространял Дхарму по всей Центральной Азии. Сонгцен Гампо особенно усердно медитировал на Ченрези. В результате Тибет стал полем активности Бодхисаттвы сочувствия. Ченрези настолько укоренился в сознании тибетцев, что каждый ребенок, научившийся говорить «мама», мог повторить мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ³.

Эта широко распространенная медитация на Ченрези помогла многим людям обрести постижения.

Начиная с этого времени все собрание буддийских поучений сутрической и тантрической традиций, включая все коренные тексты и комментарии, постепенно было принесено из Индии в Тибет. Собрание поучений передано и переведено на тибетский язык настолько точно и полно, что ничего не было утрачено.

³ Тибетцы часто произносят эту мантру как ОМ МАНИ ПЕМЕ ХУНГ.

Я возлагал большие надежды на возможность передачи поучений в Соединенных Штатах, Канаде, Европе и давал поучения о Четырех мыслях, то есть четырех размышлениях, которые обращают наш пребывающий в сансаре ум к практике. Дав такую основу, я очень часто объяснял буддийскую идею о Прибежище и проводил церемонию принятия обета Прибежища. Наряду с этим я поощрял выполнение медитации на Ченрези, а также давал посвящения, по-тибетски *ванг* (тиб. *dbang*), и наставления, по-тибетски *тхри* (тиб. *'khrid*), на этот просветленный аспект везде, куда бы ни приезжал. И ощутил, что это оказало благотворное влияние.

Идея Прибежища и действительное принятие Прибежища являются основой буддийской практики. Без этого начального обязательства невозможны никакие последующие уровни принятия обетов или вовлечения в практику. Прибежище — это необходимое основание для путешествия по буддийскому пути к Просветлению. Во время церемонии принятия Прибежища я давал буддийские имена людям, при-

нимавшим в ней участие. Каждое из них начиналось со слова «Карма». Оно подобно семейному или родовому имени, означающему, что эти мужчины и женщины стали буддистами и приняли Три драгоценности как источник вдохновения. «Карма» в имени означает также особую связь с линией передачи Карма Кагью. Я до сих пор сохранил свою привычку давать такие буддийские имена во время церемонии принятия Прибежища.

Поскольку все аспекты, на которые мы медитируем (*Йидамы*), являются излучениями Просветления, все они имеют благословение, то есть способность помогать и приносить пользу существам. Так, Ченрези выражает сущность любви и сочувствия всех Будд и Бодхисаттв, всех просветленных существ; он соединяет в себе эти качества. Медитация на Ченрези может пробудить в каждом практикующем любовь и сочувствие, поможет двигаться к постижению пустоты и получить опыт медитативного погружения. Именно поэтому я выбрал этого *Йидама* и стал знакомить с ним людей на Западе.

Второе путешествие в Северную Америку я совершил в 1974 году. Мой предыдущий визит уже заложил некоторые основы, поэтому я смог давать поучения об Основополагающих упражнениях, или *нёндро* (тиб. *sngon 'gro*). Я уделял внимание этому этапу поучений во время второго визита.

Все основные школы тибетского буддизма — Сакья, Гелуг, Кагью и Ньингма — учат четырем обычным предварительным практикам (четыре мысли, обращающие ум к практике Дхармы) и четырем особым Предварительным практикам (*нёндро*). Я передаю знания о той форме *нёндро*, которая принадлежит моей линии передачи — Карма Кагью. Эти практики известны как Основополагающие — они закладывают основу для постижения Махамудры. Поступая так, я вдохновлял людей сосредоточиться на четырех аспектах медитации:

— развитие преданности и полного понимания сути Прибежища в Трех драгоценностях, а также развитие Бодхичитты — Просветленного, или альтруистического, настроя приносить пользу другим, основанного на любви и сочувствии ко всем существам;

— очищение от омрачений посредством практики медитации на Дордже Семпа (тиб. *rdo rje sems dra'*);

— накопление заслуги и углубление осознания благодаря практике подношения мандалы;

— создание открытости благословению линии передачи с помощью Гуру-йоги.

Медитация на Зеленую Тару — еще одна практика, которую я представил во время второго визита. Эта форма Тары связана с защищающей активностью, она способна избавить от страхов и страданий этой жизни и помочь нам развиваться на буддийском пути. На основе такой практики, состоящей из трех частей (Основополагающих упражнений и медитаций на Ченрези и Зеленую Тару), я открыл множество центров, и они успешно развиваются.

В каждой из четырех школ тибетского буддизма есть линии передачи, ведущие к полному Просветлению, и на абсолютном уровне между этими школами нет различий. Несмотря на это я осознал важность определения особенностей линии передачи Кагью. На то было несколько причин.

Во-первых, передача благословения может быть утрачена, если линии смешаются или передача неожиданно прервется. Во-вторых, людям важно понимать, в рамках какой линии передачи поучений они практикуют. Это позволит получать особое благословение, присущее линии. Чтобы сохранить чистоту передачи Махамудры линии Кагью, я сочинил молитву-пожелание, дающее ученику возможность развить безграничное отождествление с настоящей линией передачи этих наивысших поучений.

Во время третьего визита в 1977–1978 гг. пришло время сделать еще один шаг для переноса поучений на Запад, уделив наибольшее внимание медитациям, которые по-тибетски называются *шинэ* (тиб. *zhi gnas*) и *лхагтонг* (тиб. *lhag mthong*): медитация успокоения ума и медитация, развивающая проникающее видение его истинной природы. В связи с этим я подчеркивал важность как обычных техник, общих для всех школ буддизма, так и особых наставлений, характерных для моей линии передачи. Именно на этом я сосредоточился во время моего третьего визита.

До настоящего момента много внимания уделялось основам: были представлены особые подготовительные практики, связанные с линией передачи Махамудры, а также поучения о медитации на Ченрези и техники выполнения *шинэ* и *лхагтонг*.

Когда в 1980 году Его Святейшество Шестнадцатый Кармапа вернулся в Индию из поездки по Западу, он прибыл в аэропорт Силигури, чтобы на следующий день отправиться в Румтек, Сикким. Все обитатели моего монастыря приехали из Дарджилинга встретить его. Он провел ночь в отеле в Силигури, а вечером сказал мне примерно следующее: «Если подсчитать общее количество центров традиции Кагью во всем мире, их получится около трехсот двадцати. Каждый центр нуждается в руководстве и поддержке, чтобы люди могли практиковать учение Будды в чистом, подлинном виде. Сейчас, несмотря на пожилой возраст, ты по-прежнему находишься в добром здравии. Тебе нужно снова приехать на Запад, посетить эти центры и оказать им любую возможную помощь». Его Святейшество попросил меня вернуться

в Нью-Йорк и дать посвящение Калачакры, чтобы таким образом способствовать перенесению поучений на Запад. Он настаивал на этом и не принял бы отказа. Я согласился и прибыл сюда настолько быстро, насколько это было возможно.

Я дал это посвящение, и получившие его люди создали хорошую связь с поучениями, поскольку Калачакра — вершина традиции Ваджраяны. Сейчас я ощущаю, что заложено, по крайней мере, одно крепкое основание для знакомства с Махамудрой — корнем медитаций Кагью. Чтобы представить эти поучения надлежащим образом, мне нужно в первую очередь рассмотреть понятие пустоты, на санскрите *шуньята*, но сначала рассказать немного о природе сознания. Без этого подлинные поучения Махамудры не принесут пользу или люди окажутся не в состоянии воспринять их глубину и установить с ними связь. Однако заложенные основы уже позволяют думать о передаче поучений Махамудры. Я искренне надеюсь, что это продолжит приносить благо, которое люди уже ощутили, и поможет извлечь пользу от дальнейших поучений о природе ума.

Представляя эти поучения, я желаю передать свое понимание Дхармы и делюсь всем, чем могу, настолько широко, насколько могу.

Чтобы покрасить кусок белой ткани в другой цвет — красный, желтый или зеленый, мы разводим в горшке краску и окунаем в нее ткань. Если краска хороша, она действует, и материя меняет свой цвет. Она будет не белой, а зеленой, красной или желтой. Если же ткань останется белой, мы поймем — что-то было сделано неправильно, и краска не подействовала. Так же я отношусь к передаче поучений: если они влияют на умы людей, меняют их жизни и приносят им пользу, я чувствую, что передача подействовала, была эффективной. Если я даю поучения, но их не понимают или, поняв, ничего с этими знаниями не делают, если люди только слушают и не практикуют, тогда передача подобна неэффективной краске.