



SAMYE

Советы по практике от Чёинга Лхюндруба — Пакчока Ринпоче третьего (продолжение)

Дорогие друзья, все кто близко и кто далеко!

Надеюсь, что у вас всё хорошо, что вы здоровы и счастливы. Сегодня мы продолжим читать стихотворение «Десять ключевых пунктов о том, как следовать совершенному пути», написанное одним из моих [предыдущих перерождений](#), 17-м держателем трона Ривоче в Кхаме, третьим Пакчоком Ринпоче — Чёингом Лхюндрубом. Месяц назад, в предыдущий день Гуру Ринпоче, я поделился с вами первыми пятью пунктами. В них рассматривается часть Пути, начиная от четырёх общих предварительных практик ([четыре мысли, обращающие ум к Дхарме](#)), а также все четыре особые предварительные практики, включая Гуру-йогу. Оставшиеся пять пунктов касаются Пути Тантры — вплоть до колесницы Ати:

- (5) Йидам — источник высших и обычных сиддх;
божества — пустотность, что проявлена; непостижимые звуки мантры;
мысли, что само-освобождаются; сокровищница чакры мудрости;
усердно практикуй тройную мандалу — таков путь совершенный.
- (6) Расслабляйся в пребывании в покое,
в стабильной непоколебимой медитации,
а между сессиями сохраняй восприятие иллюзорности.
Спонтанно присутствующая пустота — великая печать самоосвобождения.
Пройди путь четырёх йог — таков путь совершенный.
- (7) Явления — снаружи — воспринимай как обманчивые и ненастоящие;
ум — внутри — воспринимай как нереальный и пустой;
мысли — между ними — воспринимай как преходящие концепции;
что бы ни возникало,
поддерживай естественное состояние — таков путь совершенный.



SAMYE

©Copyright samyeinstitute.org

(8) Не впадай в цепляние за проявления как постоянные,
и пустоту не путай с нигилизмом;
вместо этого, поддерживай естественное постижение
обнажённого распознавания пустых проявлений,
неомрачённое, свободное от крайностей — таков путь совершенный.

(9) Даже если ты уже постиг воззрение пустоты, подобное небу,
не принижай и не отвергай меньшую колесницу
и её искусное учение про причины и следствия.
Придерживайся лучше поведения мастеров Кадампа —
с осознанностью и бдительностью — таков путь совершенный.

(10) Делись словами Будды, пусть они свидетелями твоими станут,
применяй то, чему учили практикующие былых времён.
Не потеряй чувство собственного достоинства, и с уверенностью
воспользуйся выпавшей тебе сейчас удачей — таков путь совершенный.

Пожалуйста, искренне и всерьёз поразмышляйте над этими пунктами. Полный текст
на английском и тибетском [находится тут](#).

С любовью и молитвами,
Сарва мангалам (пусть всё благоприятствует)!



Кьябгён Пакчок Ринпоче