

Учение Ани Декьи Чодрон по практике Тары

Вы получили посвящение Тары, и оно было от очень короткой линии передачи. Эта практика Тары идет от великого мастера Чокгьюра Лингпы. На восходе, ранним утром, у него было видение Зеленой Тары. Она сказала Чокгьюру Лингпа три слова: "Превосходно, превосходно, превосходно". И таким образом она совершила предсказание. После этого Чокгьюр Лингпа передал это Джамьяну Кхьенце Вангпо, и они держали в секрете это предсказание. Через три года они передали его великому мастеру Джамгону Конгтрулу Лодро Тхайе, и Джамгон Конгтрул сделал вот этот ритуал, эту практику Тары, на основе этих трех слов. Под тремя превосходными имеются в виду три колесницы: хинаяна, махаяна и ваджраяна. Таким образом, это посвящение Зеленой Тары, которое мы получили, передается по очень короткой линии. Чокьи Ньима Ринпоче получил его от своего отца. Чокьи Ньима Ринпоче – праправнук Чокгьюра Лингпы. Таким образом, это очень короткая, свежая линия.

Начало – стр. 134 – обращение, молитва к линии преемственности.

Зеленая Тара – это просветленная богиня, это божество мудрости. Она известна как Спасительница, или Освободительница. Также известно, что она очень быстра на помощь, обладает состраданием и приняла обет ради всех существ, что она будет перерождаться только в женском теле, для того чтобы защищать всех живых существ. Также она известна как защитница от шестнадцати страхов. Нам нужно обладать преданностью к существам, у которых такое сострадание. Если у нас есть преданность и вера, то у них всегда в ответ будет сострадание, и благодаря этому мы достигнем освобождения. Если у нас есть крюк преданности, то у просветленных божеств есть кольцо сострадания, и мы сможем крюком преданности зацепить кольцо сострадания и достичь освобождения от страданий. Тара проявляется множество разных способов. Если у нас есть преданность, и мы взываем к ней, то она всегда придет на помощь. Мы не знаем, когда и где: она может принять любую форму и появиться в любом месте, чтобы защитить тех, кто обращается к ней. Один из великих учителей, который жил в X веке, Чандрагарбха, был сыном королевской семьи. В юности его отец собрал прекрасных принцесс на большой пир для того, чтобы женить своего сына. И на этом торжественном вечере они собрались вместе, разговаривали. Чандрагарбха был очень привлекательным и отличался хорошей нравственностью, и все принцессы смотрели на него с вождением. Как-то одна девушка, оказавшись перед ним, сказала ему: "Будь осторожен, ты можешь утонуть в грязи, подобно слону, и из этой топкой грязи будет очень трудно выбраться. В течение ста своих предыдущих жизней ты был очень великим ученым и безупречным монахом. И в этот раз тебе нужно быть осторожным. Если ты не хочешь потонуть, тебе нужно искать монашеского посвящения, уподобившись лебедю, который ищет в пруду цветок лотоса". Эта девушка была не кто иная, как Тара: она уже знала, что произойдет, и впоследствии Чандрагарбха стал монахом. Когда он стал великим учителем, ему явилась Тара, для того чтобы он отправился в Тибет и принес пользу тибетцам. Когда ему было пятьдесят девять лет, он отправился в Тибет, чтобы приносить пользу всем живым существам.

Также и в нашем случае: мы никогда не можем знать, где и в каком облике перед нами предстанет Тара. Если у нас есть преданность и вера к Зеленой Таре, мы можем призывать ее и она явится и защитит нас, но мы можем и не знать, кто она, где и как это произойдет. Поэтому нам нужна непоколебимая преданность. Она защищала многих великих учителей, давая им предсказания и откровения. Так было с одним великим учителем, который был учеником Васубандху, мастера IV века. Когда этот ученик был очень маленьким ребенком, у него была статуя Зеленой Тары. Он верил, что эта статуя есть сама Тара, он думал, что это ее истинное воплощение. И когда бы он ни ел, вначале он предлагал пищу этой статуе – каждый день. Однажды у него появился горох, и когда он клал горох на ладонь Таре, горошины скатывались с ее руки. Он клал одну горошину за другой, но все они скатывались, падая на землю. Однако он не прекращал делать подношение, и сказал: "Если Зеленая Тара не будет есть, то я тоже не буду". В конце концов все горошины упали на землю. Он был разочарован и разозлился, поскольку Зеленая Тара не приняла его подношение, весь его горох оказался на земле и он не смог поесть. Этот мальчик стал сильно плакать и взывать к Таре. И благодаря его вере статуя действительно превратилась в Тару во плоти. Впоследствии он достиг свершения, реализации на пути.

Вот какими были эти великие учителя: у них была вера, вот такая преданность. И если вы будете действовать так же, с преданностью, с верой, Тара защитит вас на сто процентов. Но нам необходимо иметь непоколебимую, очень искреннюю и прямую преданность. Будда Шакьямуни говорил Таре, что она будет развеивать девять кошмаров, он сделал соответствующее благопожелание. И если мы каждый день будем с преданностью обращаться к ней, молиться ей, конечно, в этой жизни она будет

защищать нас. Если мы будем каждый день выполнять практику Тары, молиться ей, то она будет спасать и защищать нас в этой жизни, даже во время сна, когда нам сняться кошмары и мы очень сильно страдаем, а также в промежуточном состоянии. И после того как мы умрем, мы освободимся. Вот почему мы каждый день практикуем садхану Тары и эти молитвы к двадцати одной Таре. Они были составлены Буддой Шакьямуни. Их автором был Будда Вайрочана, который принял форму Будды Шакьямуни и написал эти строки молитвы к двадцати одной Таре. Спустя восемь столетий Будда Падмасамбхава и царь Трисонг Децен перевели этот текст с санскрита на тибетский. Поэтому, благодаря таким большим благословениям, это очень сильная практика. Если мы будем каждый день читать эти благословенные слова, мы очистим наши омрачения и будем защищены от препятствий. Тара будет защищать нас от страхов, внешних и внутренних. Она защищает от шестнадцати внешних страхов. Что касается внутренних страхов, то она защищает от трех ядов. Когда она освобождает нас от этих ядов, то у нас не будет также и внешних страхов. То есть мы полностью освобождаемся и обретаем внутреннее спокойствие. В первую очередь, больше всего нам нужна вера в нее. Она всегда готова защищать нас. Есть ли у кого сомнения? Если вы проверите, то вы сами убедитесь. Если вы не попробуете, то вы не будете знать, что это такое. Вот почему нас самим нужно применять эти учения. Будда Шакьямуни сказал: "Если вы хотите увидеть свою природу, если вы хотите пребывать на уровне плода, то вам необходимо применять метод и мудрость". Что такое метод? Это искусные средства: бодхичитта и сострадание. Поэтому сначала нам обязательно необходимо испытывать эти чувства к другим существам. Вы должны думать, что все, что вы делаете, вы делаете ради других, ради всех живых существ.

После этого мы визуализируем божеств в их реальной форме – так, как будто они присутствуют на самом деле, для того чтобы создать связь с их добротой и любовью. Если мы очень однонаправленно сосредоточиваемся на визуализации, но при этом не напряженно, а расслабленно, то нет никаких сомнений, что мы установим эту связь с божеством и благодаря этой связи обретем любовь.

Когда мы применяем эти искусные средства, если мы будем проникать на все более и более глубокий уровень, мы сможем увидеть нашу собственную природу и достичь освобождения. Когда мы освободимся, мы всегда будем пребывать в спокойствии. Вот почему Будда Шакьямуни учил, что с помощью метода мы можем увидеть свою чистую природу. Если мы не делаем практику, то мы не сможем достичь плода. Нам нужно самим применять эти наставления, развивать эти качества.

По этой причине я бы хотела рассказать, как заниматься практикой Тары. В этой практике есть так называемая четырехчастная мандала, то есть здесь четыре мандалы:

1. Первая – мандала подношений семи объектов, обращение с молитвой.
 2. После этого мы возвращаемся по тексту обратно и снова делаем подношение семи объектов, снова подносим мандалу, читаем молитву.
 3. Снова возвращаемся к подношению семи объектов, опять подношение мандалы и молитва.
 4. Снова возвращаемся к подношению семи объектов, опять подношение мандалы и молитва.
- Таким образом здесь выполняется четырехкратное подношение мандалы.

Первая мандала находится на стр. 146. Здесь только подношение общей мандалы, которую мы подносим буддам и бодхисаттвам.

Стр. 151 – текст подношения мандалы, которую мы подносим три раза.

Мандала подноситься четыре раза. Выполняя подношение мандалы и обычные подношения, мы призываем Тару, обращаемся к ней. Например, если я хочу встретиться с вами и для этого позвонить вам по телефону, сначала нужно знать номер, чтобы набрать его – в этом случае я смогу позвонить. То есть мы должны выполнить действие, а именно позвонить. Первая мандала подобна тому, что мы набираем номер, и звоним. Вторая мандала нужна для того, чтобы стать ближе к Таре. Это подобно тому, как мы говорим "Здравствуйте". Третья мандала подобна тому, что мы говорим после приветствия. Поднося третью мандалу, мы обращаемся к Таре и просим ее дать нам освобождение, достижения и спасти нас. Таким образом, наши действия в практике разделены на три части: сначала мы призываем, подобно тому, что когда мы пытаемся кого-то застать, мы сначала звоним этому человеку по телефону. Таково значение мандал.

Подношение мандалы на стр. 151 мы читаем один раз.

Стр. 136: мы делаем мудру приглашения (со щелчком пальцами) и представляем перед собой в небе Зеленую Тару. Мы представляем, что это действительно сама Тара, которая нераздельна с нашим коренным учителем. Очень важно делать мудру. Когда мы делаем мудру, то это добавляет нам сил для того, чтобы обрести прозрение. Это называется медитация с мудрой. Мы делаем визуализацию и мудру одновременно.

Какую бы практику мы ни делали, мы должны считать, что ум нашего коренного учителя и ум божества нераздельны. Мы представляем, что это божество в подлинной форме. Некоторые люди говорят, что им не удается думать о божестве как о настоящей форме. Почему? Например, мы можем думать о своих родителях, которых здесь сейчас нет, но когда мы думаем о них, у нас в уме появляется их настоящий образ. Почему мы тогда не можем представлять себе настоящий образ божества? Тогда будет очень просто создать связь. Этот образ напоминает радугу. Мы можем видеть радугу, мы не знаем, где именно она появляется и куда она уходит. Но мы можем видеть эту радугу и наслаждаться ей. Но куда она исчезает потом? Так же и здесь: мы можем наслаждаться этой формой божества. Когда мы видим радугу, мы думаем: "О, как чудесно!", – нам нравится. Так и здесь, в случае с божеством, мы можем наслаждаться этим, если будем думать, что божество на самом деле находится напротив нас. Мы можем испытывать радость оттого, что мы видим Тару и получаем ее любовь. Об этом сказал и Будда Шакьямуни: он также обращался, молился к Таре. Он восхвалял Тару, говоря, что, кто бы ни делал эту практику с радостью, сможет получить радость Тары. Вот почему в этой практике важны преданность, вера, сострадание, и важно делать ее с радостью. Мы наслаждаемся практикой. Например, когда мы едим, мы получаем удовольствие. Так же и здесь: когда мы делаем практику, мы радуемся этому.

Стр. 137: прибежище в Зеленой Таре.

Сначала нам нужно породить сострадание, бодхичитту. Мы представляем, что вокруг нас все живые существа: наша семья, наши друзья – и все они читают эти строки вместе с нами.

Вначале мудра приглашения с визуализацией, затем молитва прибежища.

Семичастная молитва. Если мы практикуем эту семичастную молитву правильно, то мы достигнем плода. Слушать эту молитву очень просто. Если вы шаг за шагом развиваете те качества, которые есть в этой молитве, то это окажет очень сильное действие, сразу после этого мы будем пребывать в спокойствии.

Далее – подношение семи объектов Зеленой Таре. Мы делаем визуализацию, а также у нас на алтаре должно быть семь объектов.

1. Аргхам символизирует воду для питья. Мы визуализируем подношение питьевой воды, и не только маленькую чашечку, а много воды, которая чиста и вкусна. В Тибете было недостаточно воды, но тибетцы хранили воду: даже если они сами не пили, они ее хранили для того, чтобы делать подношения воды. Если мы с помощью нашего чистого восприятия делаем такие подношения, мы накопим много заслуг. В Непале есть два типа кранов с водой: в одних кранах течет чистая вода, которую можно пить, в других – та, которую пить нельзя. Чистой воды мало, ее не хватает, и тибетцы все равно хранят эту воду для того, чтобы делать подношения, даже если им приходится пить другую, плохую воду. Нам нужно вот такого рода чистое восприятие, когда мы хотим отдавать самое лучшее другим. Сейчас мы, допустим, еще не слишком искусны в том, чтобы отдавать лучшее другим: мы хотим забрать это себе. Это и есть сансара: «Все хорошие вещи я хочу для себя». Если мы будем делать эту практику постепенно, очень медленно, это принесет пользу другим, и мы будем отдавать самое лучшее, что у нас есть, другим, но делать это очень сложно. Таково восприятие: мы делаем подношение чистой и вкусной воды Зеленой Таре.

2. Падьям – вода для умывания, омовения ног и рук. В прошлом в Индии, если кто-либо приходил к вам в гости, сначала гостю предлагали помыть ноги и руки, после этого делали другие подношения. На стр. 140 есть эти слова.

3. Пушпе – цветок. Мы представляем множество цветов. Мы можем купить столько цветов, на сколько у нас хватит денег. Но в независимости от этого на уровне ума мы можем подносить сколько угодно: тысячи цветов, даже еще больше. Мы подносим это Зеленой Таре, у которой есть украшения, для того чтобы эти цветы могли быть использованы в ее украшениях, и она была бы еще красивее.

4. Дхупе – благовония. Большой палец внутри. Мы подносим это для того, чтобы Зеленая Тара обоняла приятные ароматы.

5. Алоке – масляные лампы, которые мы подносим для того, чтобы доставить удовольствие глазам

Зеленой Тары.

6. Гэндхе – приятно пахнущие духи, масла для массажа, для растирания.

7. Невидья – еда. Мы представляем вкусную еду в огромных количествах.

8. Шапта – музыка. Когда мы слышим ужасную музыку, которая нам не нравится, мы сильно злимся, не так ли? Иногда нам не нравится какая-то музыка. Но есть способ, как не злиться. Такую музыку можно подносить гневным божествам. И тогда они благословят ваш ум спокойствием. Вы должны думать обо всем негативном как о позитивном. Если мы будем практиковать на более высоком уровне, то нам нужно уметь заменять отрицательное положительным. Сначала, пока мы начинающие, нам трудно это сделать, мы не можем превращать все отрицательные мысли в положительные. Если вы практикуете и получаете все более и более глубокие учения, то все отрицательное превращается в положительное. А сейчас мы еще находимся на уровне начинающих. Когда мы представляем музыку, то мы подносим всю музыку, которая нам нравится, какая бы она ни была, мы подносим ее Зеленой Таре. Иногда мы слышим очень хорошую музыку. Если мы хотим накопить заслугу, то мы подносим такую музыку Зеленой Таре и посвящаем заслугу всем существам, которые страдают. Они также получают благословение.

Молитва двадцать одной Таре (стр. 164).

Тара проявляется в виде двадцать одной манифестации и в виде обстоятельств. Сначала мы выражаем почтение.

Теперь мы посвящаем ту заслугу, которую накопили в результате чтения молитвы к Таре, всем живым существам.

Молитва о здоровье Чокьи Ньимы Ринпоче (стр.262, внизу).