

ПІСНІ МІЛАРЕПИ

ЗБІРНИК ПІСЕНЬ ТА ІСТОРІЙ ЖИТТЯ
ТИБЕТСЬКОГО ЙОГІНА Й БАРДА
(1052 - 1136 р. н.е.)

*цей переклад присвячую моему корінному Вчителеві,
Ламі Гарчену Рінпоче,
що з безперервного Роду Передачі Міларепи,
без вчень, посвячень і благословінь якого не було б цієї праці.*

переклав
Ярослав Литовченко © 2010, 2016

редагували
Журавка Тонковид
і Олександр Савицький

*Збірний варіант перекладу кількох версій «Ста Тисяч Пісень Міларепи»
й «Історій та пісень з усного переказу про Джецуна Міларепу».
Цей переклад не завершено і ймовірно буде децю змінено,
якщо справа дійде до перекладу з тибетського оригіналу.*

авторське право цього перекладу
© Ярослав Литовченко 2010, 2015

збірний, із різних версій пісень, тому вряди-годи вільний, переклад
вибірково з таких видань англійською мовою:

- "The Hundred Thousand Songs of Milarepa",
Shambhala Publishing, Colorado, 1977, в перекладі Garma Chang.
- "Milarepa: Songs on the Spot", Dharma Publishing,
Oregon, 2003, в перекладі Nicole Riggs.
- "Miraculous Journey", Lotsawa, California, 1986,
в перекладі Lama Kunga and Brian Cutillo.
- "Drinking the Mountain Stream", Wisdom Publications, Boston, 1995,
в перекладі Lama Kunga and Brian Cutillo.
- самвидав вибраних пісень Міларепи в перекладі
групади американських учнів Кхенпо Цультріма Г'ятцо.
- усний переклад (із аудіо записів) Еріка Фрай-Міллера деяких пісень
Міларепи, із його ж перекладу вчень Траги Рінпоче про Міларепу,
записане в липні 2004 р. в Гарченівському Інституті в Арізоні.

Запланована антологія життя і пісень Міларепи українською мовою
складатиметься, ймовірно, з двох частин,
як то є в більшості версій тибетського оригіналу:
частина перша – ЖИТТЄПИС МІЛАРЕПИ .
частина друга – ПІСНІ МІЛАРЕПИ.

даний переклад, який пропоную вашій увазі,
складатиме частину другу, «Пісні Міларепи».

"Пісні Міларепи " в цій антології є збірником із двох
тибетських джерел:

"Сто тисяч пісень [Міларепи]" (мГУР БУМ)

та "Історії та пісні з усного переказу про Джецуна Міларепу"

(рДЖЕ бЦУН МІ ЛА РАС ПЕЙ рДО рДЖЄй мГ'ЮР ДРУК
СОГс гСУНг рГ'ЮН ТхОР БУ ПА 'ТА)

Із вище зазначених шести варіантів англійського перекладу пісень Міларепи, які я вживав для даного перекладу українською мовою, в п'ятьох варіантах перекладачі перекладали пісні Міларепи суто верлібром (“білим віршом”) – зовсім без рим, вряди-годи з якимось ритмом, але найчастіше просто прозою, що певним розташуванням слів і речень оформлена в куплети білого віршу. Винятком є спроби громади учнів Кхенпо Цультріма Г'ятцо впорядкувати в римовані куплети деякі пісні Міларепи в англійському перекладі. Мої верлібри українською мовою пісень Міларепи просто відображують ситуацію в їхніх англійських відповідниках із яких я перекладав. У тих випадках, коли в деяких піснях у моєму перекладі з'являється якась рима, а чи якийсь менш-більш ритмічний метр, то це моя творчість, чи може – нескромно кажучи – благословіння мого Роду Передачі, Дрікунг Каг'ю, який через мого корінного Ламу, реалізованого йогіна Гарчена Рінпоче триває чисто й безперервно від Міларепи.

Підкований у буддійських догмах і термінології, перекладеній на західні мови, читач зауважить, наскільки я поекспериментував у цьому перекладі з термінами “розум”, “свідомість” і навіть “душа”. Хай прихильники ілюзії «канонів» термінології в буддійському перекладацтві простять мені за це, та справа в тім, що давно і якимось неадекватним чином усталений у буддійських західних перекладах термін “розум”, “ум”, “mind”, яким зазвичай перекладають тибетські терміни «сем», «тхуг», «ї» і «ріг» або санскритське “чїтта”, в тому своєму звичному для західної людини значенні, яке традиційно розуміють на Заході (включно з Україною) під словом «розум», «mind», – а саме щось, що є радше раціональним, концепційним, розумово-вербальним із, так би мовити, «центром тяжіння» в голові – є не зовсім адекватний тому багатогранному значенню (що включає в собі також емоції, інтуїцію і невербальне, нераціональне сприйняття), яке в буддизмі несуть у собі тибетські терміни «тхуг», «ї», і навіть «сем», чи санскритський термін «чїтта». В західних мовах (включно зі слов'янськими) немає точного одно-слівного відповідника того терміну, зокрема в його специфічному буддійському понятті; навіть “свідомість” чи, на жаль, “душа” (як той термін традиційно застосовували в юдео-християнському контексті, як щось окреме й само-суще) не зовсім йому відповідають. Можливо колись мені або якому іншому українському буддійському перекладачеві пощастить височити з багатющої української мови точніший і стисліший відповідник тому поняттю. А в міжчассі, з-поміж доступних наразі термінів надаючи перевагу назагал «свідомості», тим не менше в цьому перекладі я вирішив поекспериментувати, вряди-годи перетасовуючи їх між собою (наприклад, «свідомість-ум», «свідомість-душа», «серце-розум») і подивитися, що з того вийде. В даному перекладі це може для когось звучатиме незвично, проте ідея тут радше полягає в тому, аби за сенсом воно все ж адекватніше, ближче відображувало багатогранне значення тибетського «тхуг» або «сем», та санскритського “чїтта”, ніж наш раціональний концепційний «розум».

Також, читачу, будь-ласка розрізняйте у прочитанні та вимові між фарингальною «г» (забутій у совковій, урізаній, версії української мови) і м'якою «г».

Нехай ця праця піде на справу пробудження та просвітлення всіх істот, і зокрема для благодатного розвитку Дгарми в Україні

ЗМІСТ “ПІСЕНЬ МІЛАРЕПИ”

- 1. ПРИГОДА В ПЕРЛИНОВІЙ ДОЛИНІ -
- 2. ПО ДОРОЗІ ДО ЛАПЧІ -
- 3. ПІСНІ ЗАСНІЖЕНИХ ГІР -
- 4. МІЛА ПРО СЕБЕ -
- 5. ЗОЛОТА НАГОДА -
- 6. ПАСТУХ ШУКАЄ СВОЮ ДУШУ -
- 7. В ПЕЧЕРІ ЧИСТОГО СВІТЛА -
- 8. НЕДВОЇСТІТЬ -
- 9. ЗУСТРІЧ ІЗ РЕЧУНГПОЮ -
- 10. СВІДОМІСТЬ -
- 11. РЕЧУНГПА ЗАЗНАВСЯ -
- 12. КОГО НАЗИВАТИ ЙОГІНОМ -
- 13. КЕБЕТЛИВА ГАРПІЯ -
- 14. В КОРЧМІ -
- 15. ПАЛАЦ У НЕБІ -
- 16. СНІЖНИЙ КЕЛИХ -
- 17. ГОРЛИЦІ -
- 18. НАД ТРУПОМ СОБАКИ -
- 19. ПІД ЗЛИВОЮ -
- 20. ГАЛЮЦИНАЦІЇ І СУТЬ -
- 21. ПІСНІ РЕАЛІЗАЦІЇ -
- 22. ЖІНКА В ДГАРМІ -
- 23. УЧЕНЬ РОЗБІЙНИК -
- 24. КАТАРСИС НА БЕРЕЗІ СРІБНОЇ РІКИ -
- 25. ПІСНЯ ПРО ПОСОХ -
- 26. ВОСКРЕСІННЯ ПОМЕРЛОЇ -
- 27. СПРАВЖНЄ І ВИДИМЕ -
- 28. ПРИБОРКАННЯ АГРЕСИВНИХ ЧЕНЦІВ -
- 29. «ПОДАЙТЕ МИЛОСТИНЮ» -
- 30. У ГЛУХІЙ ДІРІ -
- 31. ПРО НЕПОСТІЙНІСТЬ -
- 32. НАСОЛОДА ПРАКТИКИ -
- 33. НЕМА ПРОБЛЕМИ -
- 34. НА СКОТОБІЙНІ -
- 35. ДВАДЦЯТЬ ОДНА СПОНУКА -
- 36. ПРАВИЛЬНА ЙОГА -
- 37. НЕ ВІДКЛАДАЙ НА ПОТІМ -
- 38. ЗМАГАННЯ МАГІВ -
- 39. ВАДЖРОВА ФОРТЕЦЯ НА БІЛІЙ СКЕЛІ -
- 40. ШІСТЬ ТАЄМНИХ ПІСЕНЬ -
- 41. РОЗУМНА ДІВЧИНА -

- 42. БАНДИТИ РОЗУМУ -
- 43. У ЛХАСІ -
- 44. ПІЗНІЙ СОН -
- 45. ДОПИТ -
- 46. ГРА В КОСТІ -
- 47. РИБАЛЬСТВО -
- 48. ОЛЕНЬ, СОБАКА І МИСЛИВЕЦЬ -
- 49. ЩО ТАКЕ ЦАР? -
- 50. НАПАД БОГІНИ ЦЕРІНГМИ -
- 51. ЯК ПОДОРОЖУВАТИ В БАРДО -
- 52. КАРМАМУДРА -
- 53. ПІСНІ РАДОСТІ -
- 54. НАСТАНОВА УЧНЕВІ -
- 55. НАРІЖНИЙ КАМІНЬ -
- 56. ЗУСТРІЧ ДВОХ МАЙСТРІВ -
- 57. ВАМ КОРТИТЬ ПОСПЕРЕЧАТИСЯ? -
- 58. ПРОСТЕ ГЛИБОКЕ ВЧЕННЯ -
- 59. РЕЧУНГПІ ПРИСПІЧИЛО ДО ІНДІЇ -
- 60. РІГ ЯКА -
- 61. ЩАСЛИВИЙ, НЕЩАСНИЙ -
- 62. ГАМБОПА -
- 63. ПОСВЯЧЕННЯ СХОЛАСТА -
- 64. ЯВИЩА Й СВІДОМІСТЬ -
- 65. ВЕЛИКИЙ ВОГОНЬ -
- 66. ЯК ПИТИ ПИВО -
- 67. НАРОДЖЕННЯ, СТАРІННЯ, ХВОРІННЯ, СМЕРТЬ -
- 68. КОЖНА ДІЯ – ОСТАННЯ В ЖИТТІ -
- 69. СПАСІННЯ ПОМЕРЛОГО -
- 70. ПОСВЯЧЕННЯ ВАЗОЮ -
- 71. СПОВНЕННЯ ПРОРОЦТВА ДАКІНІ -
- 72. ДОБРЕ ТОВАРИСТВО -
- 73. ДВОЄ БОЖЕВІЛЬНИХ ЙОГІНІВ -
- 74. ЗНАКИ РЕАЛІЗАЦІЇ -
- 75. ПОРАДА НА МАЙБУТНЄ -
- 76. БУЛЬБАШКИ НА ВОДІ -
- 77. РОЗСТАВАННЯ -
- 78. ОСТАННЯ НАСТАНОВА -
- 79. ЧИ МІЛАРЕПА ВМИРАЄ ? -
- 80. ЕПІЛОГ -

РОЗДІЛ ПЕРШИЙ
ПРИГОДА В
ПЕРЛИНОВІЙ ДОЛИНІ

Намо Гуру! Вчителю слава!
Джецун Міларепа медитував
Магамудру* в печері “Орлина
фортеця”, що на Багряній Скелі в
Долині Перлин. Відчувши сильний
голод, Міларепа вирішив зготувати
щось поїсти. Та озирнувшись, він
угледів, що їжі в нього катма – ні
кропиви, ні навіть води, а солі чи
борошна й поготів. “Хоч дров
набираю”, - подумав Джецун.

Він вийшов із печери й заходився
збирати хмиз. І враз здійнявся шалений
буревій. Пронизливий вітер видув
хворост із рук Міларепи і ледь не зірвав
із нього хламиду. Коли Міла хапався за
своє дрантя, вітер роздував хмиз. Як
Міла брався за хмиз, вітруган зносив із
нього хламиду. І тут Джецуна осінило:
“Ов-ва! Я практикую святу Дгарму
стільки часу, а й досі чіпляюся за своє
«я», – подумав він. – Ну який сенс у
моєму стяганні духу, якщо й далі
потураю примхам свого его. Та скільки
того життя! Хай вітер розкидає галуззя,
якщо він так хоче. Хай вітровій
втішається моїм одягом, якщо воно
йому до вподоби”. Та, виснажений
тривалим голодом, з наступним
шквалом вітру Міларепа знепритомнів.

Коли він отямився, від бурі й сліду
не лишилося. Високо в гіллі тріпотів
клапоть його хламиди. Вражений
непостійністю всього, сповнений
сильного зречення, Міларепа там же,
на камені, сів медитувати.

Згодом у небі далеко на сході, там,
де долина Дрово*, заклубилися лапаті
хмари. “Під тими хмарами – храм мого
Вчителя, Марпи Тлумача, - подумав
Міла. – В цей час він і його мудра
дружина навчають моїх ваджрових

братів і сестер доктринам Ваджраяни*.
О якби ж то хоч на мить узріти мого
Майстра!“ Туга пройняла Міларепу, на
очі йому навернули слюози, і він
заспівав:

*Думи про Вас, о Ламо,
серце моє пронізли.
Послухайте-но, Отче,
цю пісню гольтіпі.*

*Ой на сході над долиною
хмари замріяні.
Як слон могутній серед них -
височенний бескид,
а ген за ним –
вєрхи сніжнобілі,
наче із левицями
грається сніжний лев.*

*У долині там у храмі
трон із каменю стоїть.
Хто на ньому то сидить?
Великий Марпа Тлумач?
Якщо то Ви, мій Учителю,
радість моя лине до Вас.
Малá моя наснага,
та прагну бути біля Вас.
Ой тужу за Вами, Майстре,
і що більше медитую,
то більше - серцем до Вас.*

*Чи Дагмема, Ваша пані,
поруч там із Вами?
Вона ж мені як мати рідна –
я вдячний їй, премудрій,
на все своє життя.
Якщо вона з Вами, мій Ламо,
втішений лину до Вас.
Дорога небезпечна,
та хочу, мамо,
пригорнутися до Вас.
Ой тужу за Вами, Майстре,
і що більше медитую,
то більше лину до Вас.
О, який б я був щасливий
приєднатися до Вас!*

Нині Ви дітей своїх духовних
вводите в таїнства Ваджраяни.
Я, нетямущий, мрію послухати Вас.
Розумом я простий,
а прагну слухати Вас.
Ой тужу за Вами, Майстре,
і що більше медитую,
то серце більше співа.

Може пошепки Ви зараз
даєте учням настанови з Магамудри?
О, який б я був щасливий
приєднатися до Вас.
Заслуг мені бракує,
а мрію про вчення від Вас.
Голота я, не маю що офірувати,
а мрію про посвяту від Вас.
Своє серце-ум у Ваше розчиняю,
і що більше медитую,
то більше в мені
натхнення співа.

Може нині Ви передаєте
Шість Йог Наропи таємничі?
О який б я був щасливий
приєднатися до Вас.
Снаги мені бракує,
втім прагну досягнути
сокровенну суть буття.
Не дуже витривалий я,
та дух плекаю наче навіжений.
Ой мрію про Вас, мій Майстре,
і що більше медитую,
то більше відданість
в серці співа.

Може зараз там із Вами
із провінцій У і Цангу
мої сестри ваджрові й брати?
Моє самопізнання невелике,
та я не проти порівняти
їхне зі своїм.
О мій любий Вчителю,
єство моє палає вірою.
Чому ж тоді ця туга
млосно мене пройняла?

Ламо мій, благаю Вас –
пошліть мені розраду
і тугу відверніть.
Згляньтесь над цим галайдою!
Молю – благословіть!

Така глибока тужба за своїм Ламою охопила Міларепу, що він ледь не зомлів від неї під час жертвовного співу. Та не встигла пісня завершитись із його вуст, як йому явилось видіння, в якому Джецун Марпа з'явився на хмарі, в райдужному сяйві верхи на леві.

-- Великий Чаклун* (*"Великий Чаклун" – так Марпа називав Міларепу, бо той в юності з волі обставин мусив був навчатися чорній магії, від недобрих кармічних наслідків якої потім Марпа очищував Міларепу важкими й тривалими випробуваннями (див. "Життя Міларепи") – прим. Я.Л.), сину мій, чому ти так відчайдушно кличеш мене? – звернувся до нього Марпа. – Чому так переймаєшся? Хіба не маєш ти віри в свого Ламу та Їдама**? Хіба Вісім Вітрів Марноти*** виють у твоїй печері? (**"Вісім Вітрів Марноти" або "Вісім Оман цьогосвітності" – комфорт, дискомфорт; здобуття, втрата; хвала, критика; слава, ганьба) Невже страх і журба виснажують тебе? Хіба не присвятився ти служінню Вчителю й Триратні***? (**"Триратна (санскрит) – «Три Дорогоцінності» або «Три Перлини»: Будда, Дгарма (Його вчення) і Сангха (група Його послідовників)) Хіба не досягнув ти стану вищого блаженства, в якому достоту очищаєш карму й розвиваєш благодать? Хоч би що було, не сумнівайся, мій сину – ми ніколи не розлучимося. Наполегливо медитуй заради Дгарми во благо всіх істот.

Зворушений видінням, Міларепа спонтанно заспівав у відповідь:

коли бачу Вчителя
й чую Його голос,
праною віхи я,
жебрак, збагачуюся,
в пам'яті зринають
вчення мого Майстра,
вдячність вибухає
піснею в мені.
Ламо милосердний,
прочувши мою тугу,
Ви явилися мені.
Вас молю – розвійте
тьму невідання і ліні.
бути в Дгармі роботящим –
це найкраща Вам жертва.
трудність практики долаю –
Вам підношу наполегливість свою.
дакіням й Дгарми охоронцям
свою самотність офірую.
Доктрині присвятившись,
вірою і правдою буддизмові служу.
віддавшись цілковито практиці,
своїм всім ближнім допоможу.
у недугах терпінням,
насамоті в час смерті,
від карми злої очищаюся,
яку раніше натворив.
зав'язи витривало переносячи,
навіть такий, як я, грішний
просвітлитись може за одне життя.
аби віддячити моєму Вчителю
сумлінно медитую,
зрікшись марноти.
о мій любий Майстре,
молю – благословіть!

Утішений, Міла поправив на собі рештки хламиди і, набравши в оберемок дров, подався до свого житла. І як же він був заскочений, угледівши в печері п'ятеро демонів з величезними, як блюдця, очима. Один біс вощідав на Міларепиному сидінні й поважно щось проповідував, двоє чортів слухали його, четвертий готував щось, а п'ятий переглядав Міларепині книги.

“Це прояви місцевих духів, - подумав Міларепа. – Либонь, вони

незлюбили мене, адже живу тут досить довго, проте я ніколи не задобрював їх жертвами.” І Міларепа заспівав “Пісню до духів Багряної Скелі”:

Буддам до вподоби
ця гора висока, де моя печера.
У молочних хмарах –
велична Багряна Скеля.
Ріка Цанг сріблиться внизу,
а між хмарами й рікою
граються орли.

Пахкотінням зіль барвистих
тут п'яніють бджоли.
В гіллі струнких смерек
сміються і плачуть птахи.

На Багряній Скелі
в Перлиновій Долині
вчаться літати дітлахи синиці,
барси розважаються
і танцює рись.

Закоханий у медитацію,
плекаю врожай бодгічїтти**.
Спонтанно линуть із серця
мої думи-пісні.

О місцеві духи, демони і боги,
ви друзі Міларепі.
Втамуйтесь нектаром любові
й вертайтесь
до своїх осель.

Натомість же демони хижо втупилися в Міларепу. Двоє рушили до нього, один із них з моторошною гримасою покушував свої вуста, другий клацав гострими зубами. Третій гаспид ззаду Міларепи завив і зловіщо зареготав. Вишкіривши ікла та простягаючи костурбаті пазурі, вони поволі й знавісніло замикали коло.

Бачачи, що стає непереливки, Міларепа почав візуалізувати мандалу гнівного Їдама і промовляти захисну

мантру***. Це дещо уповільнило наступ чортів, однак вони не зникали. Тоді, розчуливши в собі велике співчуття, Міларепа заходився проповідувати демонам Дгарму, та вони все одно нікуди не дівалися.

І тут Міларепу осінило: “Завдяки благословінням мого Лами я на досвіді розпізнав неподільність явищ і свідомості. Її справжня природа – недвоїста й порожня: хоч би як і скільки шукати, ніде не знайдеш нічого остаточно само-сущого. Все постає взаємозалежно, а отже й відносно, по-суті ілюзорно, наче вві сні. Нащо ж тоді перейматися та взагалі чогось боятися? Ну й бевзь же я, що намагався навмисно позбутись цих кармічних проявів свого розуму”.

І Міларепа вибухнув піснею “Моя реалізація”:

*О Батьку, мій Вчителю, Серце моє!
Ви здолали всіх демонів М'ари* -
в пошані Вам вклоняюся,
Марпо Тлумачу.*

*Я син сніжної левиці.
Мене мати виносила в лоні.
Там в мені зросли
три канали основні.
Немовлям, спав на грудях мами.
Дитям, із нори
споглядав я білий світ.
Муж, живу в засніжених горах.*

*На горі шалена хуртовина,
а я не маю страху.
Провалля темне і глибоке,
а мені все одно.*

*Я син білого грифа,
в яйці крила й пір'я зростив.
Немовлям, спав під крилом матусі.
Дитям, із гнізда
споглядав просторий світ.
Дозрівши, я в небо злетів.*

*Небо ген високе та безмежне,
а я не маю страху.
Шлях стрімкий і карколомний,
а мені все одно.*

*Я син царівни риб,
у чреві матері мені зросли
очі золоті.
Немовлям, спав під боком мами.
Дитям, плавати навчався.
Дозрівши, поринув я
в широкий океан.*

*Ятра навколо чатують,
а я не маю страху.
Шторм суворий, величезний,
а мені все одно.*

*Я син Роду Передачі Каг'ю,
зріс під серцем матінки моєї.
Дитям, крізь прочинені двері,
ввійшов у загадковий цей світ.
Дгарму юнаком вивчав.
Муж я – йогін, медитую у печері.*

*Хоч би що ви,
демони і духи, затівали,
то все – фантазми розуму.*

*Сніжного лева пазурі
не замерзають,
інакше б його не величали
“Цар серед снігів”.
Із неба гриф не падає,
інакше був би то абсурд.
Залізо неможливо розтрити,
інакше його не кували б ковалі.
Для мене “темні сили” –
вертеп ілюзії.
Якби чорти злякали Міларепу,
його духовний гарт
був би коту під хвіст.*

*Ви духи гаспидні,
святої Дгарми вороги –
нині в гості я до себе
вас усіх запрошую.*

*Мені цікаве
ваше різношерсте товариство -
навряд чи з вами нудьгуватиму.*

*Лишайтеся, гості дорогі!
Не поспішайте ви додому,
переночуйте в мене,
часу ще достатньо
для бесід і розваг!*

*Нумо, позмагаймося:
моя біла Дгарма
супроти вашої чорної.
Буде цікаво. Подивимось,
хто кращий з нас гравець.*

*Перш, аніж прийти сюди,
ви поклялись нашкодити мені.
Якщо ви не дотримаєтесь
своєї обітниці –
ганьба вам, лоботряси!
Отож, зіграймо тепер.*

І Міларепа спокійно попрямував на демонів. Ті ж затремтіли, як осиковий лист. Завертівшись, немов у воронці води, біси розчинились одне в одного і щезли.

“Це був Вінаяка, вожак гемонів, що творять перешкоди, - подумав Міла. – Оскільки мій Лама благословив мене, темна сила не змогла мені нашкодити.”

Після цієї пригоди Міларепа мав великий поступ у своєму духовному розвитку.

РОЗДІЛ ДРУГИЙ

ПО ДОРОЗІ ДО ЛАПЧІ

Намо Гуру! Вчителю слава!

Майстер буддійської йоги, Джецун Міларепа, медитував у печері в Перлиновій Долині. Одного дня йому спало на думку: "Піду-но я медитувати на засніжену гору Лапчі" (**Лапчі* - біля *Евересту*, на межі *Тибету* й *Непалу* – прим. *Я.Л.*). Мій Лама радив мені це." І Міла знявся з місця й помандрував у напрямку височених засніжених гір.

По дорозі до Лапчі він забрів у Н'янанг. У той час селяни, щось там святкуючи всією громадою, справляли великий бенкет – їли, пили, співали, танцювали та базікали про те і се. Один із них звернувся до присутніх:

-- Друзі, чи ви чули про Міларепу? Ото, кажуть, великий йогін. Справжній аскет, живе відлюдно в горах. Винятковий практик Дгарми.

Розмова заточилася про Міларепу, йогів і Дгарму. В той сам час Міларепа постукав у двері. Молода господиня відчинила йому.

-- Хто ви, подорожній? Чого вам треба? – запитала вона його.

-- Мене звуть Міларепа. Живу в горах. Добродійко, будьте ласкаві, дайте щось поїсти.

-- Звісно я можу погодувати вас, - відповіла вражена господиня. – Та скажіть, ви справді Міларепа?

-- Так. Навіщо мені дурити вас?

Немов ошпарена, вона чкурнула до своїх гостей.

-- Ой людоньки! Ви щойно баліси точили про того славетного йогіна, що живе в горах?! І що б ви думали! Він стоїть отутечки, на порозі!

Ошелешені, гості кинулися до дверей. Дехто відразу вклонився Джецунові, інші засипали його питаннями. Коли всі переконалися в

тому, що то справді Міларепа, з великою шанною його провели до столу.

Господиню, – а була то гарна молодиця, – звали Шендормо. Щедро пригощаючи Міларепу, вона запитала його:

-- Ламо, куди Ви мандруєте?

-- До Лапчі.

-- А чому б Вам не оселитися тут у Дрелунг Кйогмо? Своєю присутністю Ви благословили б усіх нас, а ми добряче подбали б за Вас.

-- То було б чудово! - додав місцевий учитель Шак'я Гуна. - Якби Ви осіли тут, у Долині Демонів, це й Вам і нам усім пішло б на користь. Я й сам радо прислужував би Вам.

А інший селянин докинув:

-- Еге, це навіть моїм коровам пригодилося би! Знаєте, вони налякані демонами там в узгір'ї. Ті чортяки настільки знахабніли, що з'являються на пасовиську навіть серед білого дня, трясця їхній матері! Мені й самому вже лячно туди ходити. Ламо, очистіть те місце від бісівської пошесті.

-- Гаразд, - відповів Міларепа. – Сходжу провідаю, що там коїться, та не заради ваших корів, а згідно з настановами мого Вчителя.

Втішені, селяни вирішили наготувати Міларепі ласих провізій на дорогу і провести його з великими почестями, та Джецун пояснив їм:

-- Дякую за увагу, однак я звик до самоти і до простої їжі. Не треба нічого готувати й жодних церемоній. Зараз піду туди сам. Згодом, якщо захочете, можете прийти й самі пересвідчитися, що і як.

Тільки-но Міларепа прибув до підніжжя гори, духи заходилися коїти всіляку всячину. Стежка, що вела до вершини гори, розчинилася і геть щезла. Сильно гриміло, з неба палахкотіли шалені блискавки, гора задвиготіла з усіх боків. Річка раптово перетворилася на бурхливий потік, він

вийшов із берегів і затопив усю низину. Долина швидко перетворилась на озеро (згодом його назвали “озером демонів”).

А Джецун, як ні в чому не бувало, попрямував далі до пасовищ на узгір'ї. Духи в той час затрясли гору й заходилися трошити скелі. З шаленим гуркотом посипалася злива каміння. Місцева благодущна дакіні створила Міларепі стежку, що звивалась, мов змія, вздовж розщеплених скель (пізніше ту стежку назвали “дакінський плай”). Це вгамувало бісів меншого калібру, однак сильніші чорти, розлютившись ще більше, згуртувалися на дакінській стежці для наступної атаки.

Міларепа ж, сильно зосередившись, самим своїм поглядом угамував навіть тих найзаядліших гаспидів. Видива щезли, а на скелі, де стояв Міларепа, лишилися заглибини від його ступнів. Небо прояснилося й Міларепа одразу ж сів медитувати на тому пагорбі (який пізніше прозвали “пагорбом доброти”). Медитуючи там *бодгічїтту*, Міларепа заглибився в стан безмірної любові до всіх істот. Через це він мав добряче зрушення у своїй практиці.

Потім Міларепа осів у тій місцині на березі ріки. Там він безтурботно медитував “текучий, як ріка, плин свідомості”.

Увечір десятого дня осені того року Вогняного Тигра, сонмище нечистої сили на чолі з могутнім непальським демоном Бгаро заявилося на пасовиську в узгір'ї, де Міларепа медитував. Знавіснілі чорти заходилися трошити скелі та жбурляти валуни в напрямку Міларепи, спрямувавши на нього, як стріли, свій бісівський шал:

-- Тобі гаплик, святошо! Ми тебе зурочимо й зачаклуємо. Ми здеремо з тебе шкіру живцем. Ми вип'ємо з тебе всю кров і поласуємо тобою! – біси

шипіли, мов змії, помножуючися в різні моторошні форми.

“Їм приспичило нашкодити мені”, – зі співчуттям до них подумав Міларепа і заспівав їм, як завжди спонтанно, пісню “Істина закону причин і наслідків”:

*Уклін усім Ламам!
Беру Притулок у Лами свого.*

*Немов із відьомського пійла
Бісівське ви породдя
Вдається до чар химерних.
Мені шкода вас, ненаситні духи.
Та хоч би як ви пнулися зі шкіри,
Мені ви не нашкодите.*

*Через свою недобру карму –
Наслідки недобрих ваших дій –
На ці огидні форми ви приречені.
Уми й тіла ваші такі покручені,
Що спокою ніде ви не знаходите.
Нещасні, злі, роз'ятрені,
Тиняєтесь у просторі,
Шукаючи, із ким би поквитатися.*

*Невроз поїв ваш розум.
Думки ваші нечисті,
Через які ви самі ж потерпаєте.
Цього вам ще замало?
Ви ще й швиргаєте погрози?*

*Я буддійський йогін –
Не чіпляюсь за думки
І не помножую концепції.
Моє переконання:
Ніщо реально не само-існує.
Своєю поведінкою
Я наче лев безстрашний.*

*Моє тіло – це Їдама веселкове тіло.
Моя мова – щира Буддова Дгарма.
Мій ум – чисте світло порожнечі.
Порожні шість свідомостей*
Та їхні органи чуття,
Як також і об'єкти,
Які вони сприймають**.*

*О духи ефемерні,
Порожні ваші витівки
Мене, порожнього,
Ніскільки не чіпляють.*

*Несхибним є закон
Причин і наслідків:
Що всіяв, те й пожнеш;
Невже не зрозуміло?
Злощасні вчинки ваші тягнуть вас
У нижчі й болісніші
Прояви самсари.
Мені шкода вас, духи нерозумні,
Що ви не бачите цю істину.*

*Я виглядаю просто, я аскет,
Та ось наспівую спонтанно Дгарму,
Аби привести вас до тям.*

*З усіх без винятку істот
По всіх світах немає жодної,
Яка б у минулих життях
Не була вам батьком чи матір'ю.
Вони любили вас
І дбали про вас чуйно.
У колесі самсари
Усі вони страждають.
Бажати зла їм і творити зло –
Всім тим, хто вас любив,
Кому ви доброту заборгували –
То просто глупство.*

*Краще б ви задумалися
Над законом карми!
Краще б ви творили
Десять Добрих Дій***!
Заради вашого ж добра
Замисліться над цим!*

(***десять добрих дій – згідно з буддизмом, десять добрих дій складаються з добрих учинків тіла, мови й розуму; це три тілесні добрі дії – 1) не вбивати й не заподіювати нікому шкоди, а натомість оберігати життя інших, 2) не красти, а творити благочинність даючись, і 3) не вдаватися до хибної сексуальної поведінки, а бути етичному; чотири добрі дії мовою – 4) не брехати, а казати правду, 5) не говорити грубо, а спокійно й лагідно, 6) не

наговорювати на інших, і 7) не говорити зайве; і три ментальні добрі дії – 8) не бути захланному, натомість бути щедрому, 9) ні до кого не мати ворожих і осоружних почуттів, натомість плекати приязність і доброту, й 10) не триматися хибних поглядів, натомість плекати прозоріння в суть того, що є насправді. прим. Я.Л.)

--- Своїми байками ти нас не заморочиш, - засичали демони. - Ти нас не зупинеш. Хоч молися, хоч ні, тут тобі й капець!

І, помноживши свої сили, вони заходилися чаклувати супроти Міларепи моторошну хімородь. Міларепа ж споглядав те все, як театральне дійство, а потім промовив: -- Слухайте, чортиська ви нещасні! З благословіння мого Лами я реалізував справжню природу свідомості. Тому для мене всі ваші витівки – то прикраси духу, паливо для вогню бодгічїтти. Позаяк, що більше “палива” труднощів і перешкод, то більше розгорається в мені вогонь усвідомлення і співчуття. Послухайте, що маю на увазі:

*Вклоняюся доземно Марпі Тлумачу.
З природного єства
Я, духи, вам співаю “Сім окрас”.
Усі, хто тут біснується – послухайте.*

*На верху гори Меру
Дивовижний храм –
Окраса неба –
Сяє лазуровим світлом.*

*Над Деревом Життя
Сонце й місяць
Світло випромінюють –
Окрасу світу.*

*Цар нагів** милосердно
Дощ посилає з неба –
Окрасу спраглої землі.*

*Із океану випари у небі
Вишивають візерунок хмар –
Окрасу простору.*

*Влітку сонце і волога
Єднаються й народжують
Веселки над луками –
Окрасу пагорбів зелених.*

*Дощ із західного океану
Живить траву й дерева –
Окрасу матері-землі.*

*Я, відлюдник, медитую
Невимовну суть ума,
Її не досягнути
Концепційним розумом.*

*Заскочені могуттю
Мого зосередження,
Ви, чорти, біснуєтесь у паніці.
Для мене ж ваші витівки –
Окраса усвідомлення.*

*Гей, нелюди, послухайте мене!
Чи знаєте, хто я такий?
Якщо не знаєте, або забули,
Я вам нагадаю:*

*Я – йогін Міларепа.
В естві своєму
Я викохав потужну бодгічітту.
Приємним голосом** співаю вам
Цю пісню-алегорію –
Я Дгармі вас навчаю.
А що я зичу вам добра,
То дам пораду щиру.*

(** «приємним голосом співаю вам...» –
відомо, що Міларепа мав гарний голос і
вмів добре співати.
прим. Я.Л.)

*Коли в собі пробудите
Ви милосердя,
То навіть не допомагаючи
Навмисно іншим,
Якщо хоч би зрічетесь*

*Недобрих помислів і дій,
Ви віднайдете спокій і свободу.*

*Послухайте, суть Вчення є проста:
Зречіться зла, творіть добро,
Свій розум опануйте.
Це серцевина Буддової Дгарми.
Якщо підете шляхом Дгарми,
Ви будете щасливі.*

Пронизлива сила співчуття, з якою Міла заспівав цю пісню, приголомшила більшість духів. Вони припинили свої бісівські витівки, їхній тон змінився: -- А, ти справжній послідовник Будди! Твоє співчуття таки проймає... Нема в тобі нічого, за що наша лють зачепилась би. Дошкуляти тобі – як хапати порожнечу. Наука ж твоя про карму зачепила нас за живе. Правду кажучи, розуму в нас катма, зате пристрастей і сум'ять – хоч греблю ними гати. Порочні наші звички – то трясовина, з якої тяжко вибратися. Повідай нам щось корисне, втім легке для розуміння.

На це Міларепа заспівав їм “Реалії життя”:

*До Ваших ніг я припадаю,
Мій незрівнянний Майстре.
Благословіть плекати бодгічітту.*

*Якщо ви Дгарму самі не осмислите,
Щоб вам вона до серця досягла,
То пісня ця – лиш ладна,
Проте безглузда, маячня.*

*Якщо слова мої
Ученню Будди суперечать,
То віршування це – лиш вабна,
Проте оманлива, ілюзія.*

*Якщо не практикуєте ви Дгарму так,
Щоб нею пройнялось усе нутро,
Розумування ваші і теорії –
Замислувате словоблуддя.*

*Якщо не медитуєте
Посутні вчення Дгарми,
То ваше усамітнення в печері –
Безглузде самокатування.*

*Якщо не дбаєте за те, щоб діяти
За принципами Дгарми,
То ваша праця –
Гідне жалью самопокарання.*

*Якщо ви не вділяєте увагу
Совісті й закону карми,
То ваші молитви –
«Одухотворений» самообман.*

*Якщо ваші слова
Суперечать вашим діям,
То всі ваші розмови –
Це двоєдушність, лицемірство.*

*Зречіться дій недобрих –
Вам стане легше.
Творить добро
Й ваш розум проясниться.
Це застосуйте в практиці.*

Силою цієї пісні більшість демонів увірували в Дгарму й заповідали Міларепу. Вони вклонилися йому, багато разів обійшли його колом*** і гайнули додому. Проте їхній вожак, Бгаро, та його найзаядліші посіпаки, не вгамувалися. Вони продовжували нагнітати своє жаске ворохобництво, аби залякати Міларепу й таки нашкочити йому. Міла ж у відповідь заспівав їм “Про карму”:

*Вклоняюся доземно
Марпі благодатному.
Гей нелюди, навостріть вуха!*

*Ви все ще скаженієте?
Ніяк не угамуєтесь?
Тіла ваші літають в небі,
Та розум ваш загруз у баговинні
Помислів нечистих.
Ви психопати,*

*Вищірюєте ікла,
Щоб інших залякати,
Занурюєте пазури у жертв своїх
І ссете кров із них.
Знайте – брутальність ваша
До вас же і повернеться
Й воздасться вам сповна.*

*Закон причин і наслідків
Усе вертає на круги своя.
Закон цей – безсторонній
І несхибний.
Ніхто іще не втік
Від дозрівання результату
Своїх же вчинків.*

*Мені шкода вас, духи ви осліплі.
Вчинивши стільки лиха,
Самі себе ви прокляли,
Самі ж собі страждань
Ще більше спричиніли.
Те зло, що ви накоїли,
Несе в собі жажливу силу –
Гірку достатньо,
Щоб викликати в інших
Сльози співчуття.*

*Так звикли ви
Творити пагубу,
Що вже без зла не проживете й дня.
Так вбивством одержимі,
Що поглинати жертви плоть
І кров – це ваш дурман,
Він залишки ваших мізків
Труїть і поїдає.*

*Як наслідок того,
Що ви мордуєте живих істот,
Повторно ви народжуєтесь
В цих потворних формах
Духів ненаситних.*

*О, в яку ницість ви себе закліяли,
В яке провалля
Самі себе загнали своїми діями!
Яка це пагуба гірка!
Яке злощасне гайнування
Нагоди пробудитися!*

*Отямтеся, о духи!
Навіть у цій вашій безнадії
Є шанс ще зупинитися.
Скидайте з себе пута ці,
Що ними ви себе зв'язали!
Стяжайте Дгарму благодатну,
Аби нетлінне щастя досягти,
В якому ні страхів,
Ні сподівань немає.*

-- Гм... Жонглиувати словами ти вмієш і непогано корчиш із себе оратора, - вишкірився Бгаро. – Та краще повідай нам зі свого особистого досвіду, звідки в тобі таке переконання стосовно Буддової Дгарми?

У відповідь Міларепа одразу ж заспівав “Глибока переконаність”:

*Вклоняюсь Марпі щиросердному.
Мій Майстер насамперед ввів мене
У справжню природу свідомості –
Спалах прозріння ества,
Що невимовне і несхопне
Концепційним розумом.*

*Долаючи шаблі медитації,
Я призвичаювався
До того прозріння
Й стабілізував його старанно
Впродовж своїх пережиттів.
Тепер співаю пісню
Зі стану вищої дійсності.*

*Та через свою недобру карму
Ви затужавіли
Нашаруваннями невідання,
Тому навряд чи нині ви збагнете
Вищу істину.
Тож суть повідаю вам радше
Мовою відносної істини.*

*У сутрах незлічених
І в глибоких тантрах
Всевідуючі Будди наголошують
На істині закону карми,*

*Зокрема на тому, що
Від часів, що без початку
В колесі самсари
Всі істоти багатократно
Були батьками
Кожному з нас.*

*Ця істина зворушила би ваше серце,
Якби невіданням ви не були
Аж так зачмарені.
Духи, заклинаю вас –
Зробіть зусилля,
Прислухайтеся до Дгарми.*

*Я вдосконалив свою практику.
Тепер же, дивлячись
На світ назовні,
Ясно зрію, що всі явища,
Хоч би які вони були прості
Чи скомпліковані,
Це є проєкції дзеркальні,
Це прояв гри енергій
Невпинної свідомості.
А дивлячися
В усвідомлення всередину,
Я відаю ества одвічну природу,
Як простір неохопну і порожню –
Без центру і країни,
Без жодної основи.*

*Звідкіль в мені таке переконання?
Благословінням мого Лами
Та силі Роду Передачі завдяки,
Що від святих Тілопи і Наропи,
А також унаслідок
Споглядання й медитації.*

*Багато книжних студій не треба.
Суть Буддового вчення має стати
Об'єктом не розумових викрутасів,
А ґрунтовної роботи над собою.*

*Уживши вмілі методи Каг'ю,
Традицію мого Роду Практики,
Загадки Тантри я розкодував,
І то не на словах,
А на власному досвіді.*

Мій Майстер передав мені
Глибокі настанови.
Я згідно з ними
Медитував невтомно
Стадії творення і звершення.
В собі я загнуждав енергії,
На собі вивчав
Дію причин і наслідків
І осягнув процес
Взаємної залежності.
Прозрівши в суть того, що є насправді,
Вже не боюсь ілюзій перешкод,
Ані чіпляюсь за бажання ілюзорні.
З духовного я клану
Сараги* і Тілопи.
У нашій Роді Передачі Усної
Йогіни та йогіні реалізовані є
Незліченні, як зорі.

Уважно у собі я споглядав
Природу позамежну і несхопну,
Її можна звідати в собі,
Втім достоту не окреслиш
Жодними поняттями;
«Ум», «душа», «свідомість», -
То лиш умовні назви нашого
Єства, що невимовне.
В тій суті невимовній, назви і думки –
Свідомо незачеплені
Й свідомо нефіксовані –
Самозвільняються
У простір усвідомлення,
Як у безмежжі неба
Хмари розчиняються.

Послухайте!
Пізнайте Дгарму ізсередины –
Дивіться в свою істинну природу,
Вона не улягає жодним мислеформам.
Там ви не побачите
Ні зла реально,
Ані того реально, хто творить зло.

У цьому – суть Буддової Дгарми.
Хай вона піде во благо вам.

Сила великого всеохопного
співчуття, з якою Міларепа заспівав цю

пісню, врозумила навіть
найзапекліших духів. Бгаро та його
демони офірували Міларепі свої
черепи** й розпростерлися перед
Джецуном. Потім вони обійшли його
колом, пообіцяли йому харчів на цілий
місяць і щезли в небі, як веселка.
Наступного ранку, на схід сонця, Бгаро
повернувся з багатьма демоницями, що
були гарно вбрані й рясно прикрашені
коштовностями. Вони офірували
Міларепі вино в інкрустованих
перлинами чашах і різноманітні яства
на мідних тацях. Потім, поклявшись
Міларепі, що вони виконуватимуть усі
його накази, духи щезли.

Внаслідок приборкання тих демонів
Міла мав великий поступ у своїй
практиці Дгарми. Його реалізація
поглибилася, а тіло і психіка зазнали
великої насолоди. Не звідуючи голоду,
він медитував там цілий місяць.

Потім Міларепа пригадав, що біля
Лапчі є місце, славетне своїми
цілющими водами, і помандрував туди.
По дорозі до тієї місцини він забрів на
барвисто завітчану полонину.
Посередині там бовванів великий
камінь. Всівшись на ньому, Міла
насолоджувався чудовим краєвидом,
квітами і сонцем. У той час йому
з'явилося багато дакінь. Вони
вклонилися Джецунові й
прислужували йому всім, чого його
душа бажала. Дві з них залишили на
тому камені вм'ятини від своїх ніг.
Потім дакіні щезли.

Міла ж помандрував далі. Місцеві
духи витворили на дорозі
фантасмагорію дев'яти величезних
жіночих статевих органів. А Міларепа у
відповідь, здійнявши хламиду й
оголивши свій прутень, зосередився і
створив видиво дев'яти прутнів.
Пройшовши повз міраж жіночих
органів, Джецун дійшов до місця, де
стояв валун, що був у формі піхви –
місце сили тієї місцевості. Міла

видобув звідкілясь камінь у формі фаллоса і встромив його в отвір у валуні. Одразу ж витівки місцевих духів припинилися. Пізніше те місце назвали “Дев’ять вершин і дев’ять долин”.

Незабаром Бгаро знову заявився з багатьма офірами й попросив у Міларепи Дгармічне вчення. Джецун детальніше роз’яснив йому закон карми та важливість того, щоб понад усе плекати в собі любов і доброту до всіх істот. По завершенні вчення Бгаро розчинився перед очима Міларепи у великий камінь поблизу.

Ще цілий місяць Міла перебував у піднесеному настрої на тому місці, яке він очистив від потороччя, а потім повернувся в поселення Н’янанг до своїх благодійників і доповів їм:

-- Роботу зроблено. Демонів приборкано. Тепер те місце добре не лише для випасу корів, а й для медитації. Далєбі, мене знову тягне туди медитувати.

РОЗДІЛ ТРЕТІЙ

ПІСНІ ЗАСНІЖЕНИХ ГІР

Намо Гуру! Вчителю слава!

Слава про Міларепу швидко зростала. Всі говорили про те, як він приборкав хижих демонів між Н'янангом і горою Лапчі. Багато хто в Н'янангу стали його благодійниками, дехто з них почали навчатися в нього Дгармі.

Жителі Н'янангу наполегливо вмовляли Міларепу, аби він пожив серед них. Зрештою Джецун пристав на їхні прохання й тимчасово оселився в домі своєї учениці Шендормо. Проте не сплило багато часу, як Міларепа вкрай засмутився через те, що переважна більшість поселян дбали лише за матеріальну сторону життя, а на практику Дгарми в них, мовляв, «не лишалось ні часу, ні сил». Невдоволений цим, Джецун дав знати благодійникам, що він повертається на Лапчі.

Почувши це, селяни не на жарт сполошилися:

-- Ламо! Залишіться в нас хоч би на зиму! Демони там ніде не дінуться, Ви дасте їм раду пізніше. Навесні все буде готове для Вашої мандрівки на Лапчі.

Сільський учитель Шак'я Гуна, Шендормо і газдиня Вурмо заголосили: -- Джецуне! Майте ж голову на плечах! Зима ж настає! Зима на височенній Лапчі – не жарти! Ви там загинете! Лишіться в нас до весни!

Міларепа відповів:

-- Я практик ордену Каг'ю, нащадок духовного Роду Тілопи, Наропи й Марпи. Йогіни нашого ордену не бояться труднощів, а перешкоди застосовують для тренування в Дгармі. Мені не страшні мороз і сніжні бурі на Лапчі. Я можу там загинути? Та я швидше беркицьнуся тут у вашому поселенні від розпачу, коли бачу, як ви

служите мамоні й відкладаєте суттєву – духовну – роботу на так зване «потім».

До того ж, – додав Міларепа, – мій Лама Марпа наказав мені медитувати в пустельних гірських місцях.

Тоді жителі Н'янангу хутко назбирали Міларепі чималу купу харчів для зимування на Лапчі. Джецун пообіцяв їм, що він завжди радо прийматиме тих, хто прийде навчатися Дгармі.

Вчитель Шак'я Гуна, Шендормо й четверо інших учнів навантажили на себе провізії для Джецуна й пішли провести його. Перетнувши гірський перевал, вони дібралися до плато. Там Міларепа подякував їм за допомогу. Зі всієї маси харчів, що йому наготували, він узяв лише трохи борошна, трохи рису, шматок м'яса і трішки масла, сказав усім “до побачення” й подався до “Печери приборкання демонів”.

По дорозі додому шестеро учнів Міларепи попали в страшну заметіль. Віхола нагрянула така шалена, що вони не бачили й за крок від себе і мусили пробиратися навпомацки, та так тяжко, що ледь не пропали в тій хуртовині. До поселення вони, напівживі, допленталися пізньої ночі.

Такої лютої заметілі не пам'ятали навіть старожили. Сніг падав безперестанку протягом вісімнадцяти діб. Всі шляхи зв'язку між Н'янангом, що з одного боку Лапчі, і Дріном з другого боку було цілком заблоковано на шість місяців. Учні й благодійники Міларепи дійшли висновку, що Джецун загинув від голоду й холоду серед тих снігів, як вони того й боялися. Горюючи за ним, вони влаштували ритуальну трізну на вшанування Міларепи.

В квітні місяці частина снігу розтанула і вже можна було пересуватися в горах. Міларепині учні, взувшись в снігоступи та прихопивши з

собою сокири й заступи, подалися шукати труп Джецуна.

Зійшовши на гірський перевал, вони зупинилися перепочити. Звіддала вони вгледіли сніжного барса – хижак виліз на скелю, позирнув на них і, позіхаючи, потягнувся всим тілом. Вони пасли барса очима, доки той не зник. Стривожені, учні скрушно загомоніли:

-- Скоріше за все той хижак уже поласував трупом Джецуна.

-- Ех, тепер ми навряд чи знайдемо тіло нашого Лами!

-- Та хто зна, може там лишилися хоч би клапти його хламиди, чи рештки волосся або кісток? Хоч щось, що було б нам у згадку про нього.

Понурі, дехто й не ховаючи сліз, учні рушили далі в напрямку “Печери приборкання демонів”. Неподалік від скелі, де був барс, вони вгледіли на снігу його сліди, а далі – таку чудасію: в певному місці барсові сліди змінилися на людські. Учні здивувалися: “Чи в нас усіх гарячка і ми колективно маримо, а чи це витівки місцевих духів?” (Пізніше стежку, на якій вони бачили ті сліди, було названо “барсовий плай”). Збентежені, вони підкралися до печери й почули, як Міла в ній співає. Мов громом прибиті, вони наблизилися до входу й почули з печери Міларепин голос:

-- От лайдаки! Ви кілька годин тому зійшли на перевал. Чому ж так довго швендяли сюди? Якби я знав, що ви повзтимете як слимаки, то зготував би їжу пізніше. А так вона вже охолола. Що ви там стали як вкопані?! Ану гайда сюди!

Учні заволали від радості й кинулися до печери. Вони й кланялися Джецунові, й обіймали його, і плакали щасливі, й не знали, вірити своїм очам, чи ні.

-- Джецуне! – наввипередки закидали вони його питаннями. – Невже якісь

відчайдухи-мисливці надибали тут на Вас і дали Вам їжу? А чи Ви знайшли якусь падаль і харчувалися нею? Як Ви спромоглися вижити стільки часу серед цих шалених снігів і лютого морозу? Минуло ж півроку!

-- Вгамуйтеся, люди добрі. Тепер час на вечерю, а не на балачки, - відповів Міларепа і поставив перед ними коржі, спечені з борошна, зварений рис і м'ясо – ті самі борошно, рис і м'ясо, які Міларепа взяв від них півроку тому.

-- Джецуне, - запитав учитель Шак'я Ґуна, - а як Ви знали, що ми йдемо до Вас?

-- Я виліз на скелю і звідти угледів де ви вештаєтеся, - відповів Міларепа.

-- А ми Вас не бачили, там був лише барс на тій скелі.

-- Так то ж я й був, - зізнався Міларепа.

– Йогін, який цілком опанував свою прану-свідомість*, водночас опановує в собі й сутність усіх чотирьох елементів**. Такий адепт може перетворитися на що завгодно. Я показав вам дешицію своєї сили, бо ви – віддані й здібні мої учні. Однак не кажіть нікому про те, що ви бачили!

Шендормо звернулася до Міларепа:

-- Ламо, Ваше лице й усе тіло аж сяють ще більшим здоров'ям, ніж минулого року. Всі шляхи з усіх боків гори було цілком заблоковано. Ніхто не міг дістатися сюди протягом шести місяців. Той мізер їжі, який Ви взяли з собою півроку тому, Ви зготували тепер, аби зустріти нас. Що Ви їли весь цей час?

-- Більшість часу я був у стані *самадгі*** (***самадгі – глибоке і стабільно тривале медитативне зосередження. прим. Я.Л.*), тому не потребував їжі, - відповів Міларепа. - В календарні тантричні свята дакіні офірували мені їжу з їхніх ритуальних зібрань. Час-од-часу я їв трохи сухого борошна на кінчику ложки, як це зробив учора й кілька днів тому. Наприкінці місяця Коня я мав

видіння, в якому ви, мої учні, оточили мене й офірували мені так багато різних яств і напоїв, я думав що лопну і кілька днів по тому взагалі не відчував голоду. До речі, що ви робили наприкінці місяця Коня?

Учні заходилися рахувати назад місяці та дні й згадали, що саме в той час вони, вважаючи, що Джецун представився, справляли ритуальну учту* в пам'ять про нього.

(**ритуальна учта* – ганачакра (санскрит), цог (тиб.). Я.Л.)

Учні попрохали Міларепу, щоб він повернувся з ними до Н'янангу, та Джецун відмовив їм:

-- Мені тут добре. Тут медитація глибока. Вертайтеся без мене.

-- Джецуне, якщо Ви не повернетесь з нами, односельчани четвертують нас за те, що ми полишили Вас.

-- Якщо Ви не підете з нами по-доброму, - додала газдиня Вурмо, - ми зв'яжемо Вас в оберемок і понесемо з собою. Або так і сидітимемо тут з Вами, доки не простягнемо ноги.

Таким чином вони вмовили Міларепу піти з ними до поселення.

Наступного ранку вони рушили назад до Н'янангу. Шендормо гайнула поперед усіх, аби першою принести поселенцям добру вістку.

Біля Н'янангу Міла та його учні зійшли на пласку скелю, на якій селяни зазвичай молотили зерно. На той час великий гурт чоловіків і жінок, дорослих і дітей, молодих і старих, зібрався чекаючи на Джецуна. Всі кинулися до Міларепи, кланялися йому, торкалися його, гомоніли, плакали від радості й засипали його питаннями.

У відповідь Міла, обпершися на свій посох, заспівав усім пісню "Туммо і заметіль":

Добродії!

*Ви питаєте, як мені булося.
Тож слухайте, заспіваю вам.*

*На схилі року Тигра
відчув я зречення велике
й подався на Лапчі.*

*Земля і небо наче
змовилися між собою
й уклали угоду з крижаним вітром,
що ріже шкіру.*

*Ріки вийшли з берегів і збожеволіли,
чорні хмари запрудили все небо,
сузір'я затремтіли,*

*Чумацький Шлях
на палю настромили,
всю довкола – у густу імлу.*

*У тому мороці – скажений ураган:
шалений сніг невпинно падав
два-три тижні,*

*такими клаптями густими,
наче торби шерсті,
він розлітався, мов пташині зграї,
розлючений,*

*як потривожений рій бджіл,
немов бавовна – білий-білий.*

*Ця заметіль
всі знані межі перевершила:*

*товстим покровом
гори вкрила,
малі дерева поховала,
зігнула всі високі*

й торкнулася самого неба.

*І темні гори стали білі,
замерзли всі ріки та озера,
зрівнялися і гори і долини,
стало все пласке, як плато.*

*Снігу було так багато, що навіть
гарпії не могли коїти свої каверзи.*

Дикі звірі конали з лютого холоду.

*Худоба насмерть замерзала,
від своїх хазяїв відірвана в горах.*

*Птахи не знали куди подітися,
щурі та ховрахи під землю ховалися.*

*Під час хуртовини й після неї
я був насамоті лише в ось цій
накидці із бавовни.*

На горі Лапчі несамовита буря
змагалася зі мною,
я борюся з нею,
віхола на мене безупину падала,
сніг танув на мені.
Холодній знавіснілій бурі
я протиставив
сильне зосередження,
опанування в собі прани
й практику вогня туммо*.
(*туммо – перша з Шести Йог Наропи, їхня
основа. прим. Я.Л.)
Завзятою медитацією
я загнуждав потоки енергій у собі
і втихомирив шалені вітри назовні.
Голяка в нещадний мороз,
у тонкій цій накидці,
від жару я зіпрів.

Боротьба була не в жарт –
як битва велетнів і саблезубих тигрів.
Я, Міларепа, переміг
і приклад показав усім йогінам.
Я на ділі доказав
що значить загнуждати
течію прани в тонких каналах,
секреції есенції
і вогонь туммо зсередини.

Уважно споглядаючи
гру свідомості “всередині”
з її проявами “зовні”,
я приструнив динаміку ума:
холодні й теплі енергії всоталися
в центральний канал мудрості –
там прана розчинилась
і стабільні стали краплі сутності.
Тож заметіль змирилась
і буревій утратив потугу.
Навіть зграї демонічні
не могли би здолати йогіна,
який опанував свою психіку
і її проєкції-прояви.

Син славної традиції Каг’ю,
яка від Ваджрадгари і Тілопи,
я практик Магамудри
і Шести Йог Наропи.

Я репа* у накидці з бавовни,
навіть у лютий холод
не ношу ні хутра, ні шерсті.
Син могутнього Марпи,
я воїн духу – не тікаю
від перешкод і труднощів.
Нащадок сніжної левиці,
полюблюю височенні гори.
Життєві іспити для мене –
це шліфування духу, гарт свідомості,
що спонукає до інтенсивності
наполегливого досконалення.
Всі труднощі та перешкоди
перетворюю на паливо вогню
невтомної роботи над собою.

(*репа (з тибетської означає “той, [хто
вдягнений у] бавовняну накидку”). За
термінологією буддизму Ваджраяни в
Тибеті, й особливо в традиції ордену Каг’ю
(з якої і походить цей термін у його
йогічному контексті), репами називаються
тантричні йогіни і йогіні, які настільки
інтенсивно практикують туммо, що цілий
рік вбираються лише в тонку хламиду чи
рясу з бавовни. Міларепа є яскравим
прикладом цієї йогічної традиції. прим.
Я.Л.)

Якщо ви мені вірите,
послухайте моє пророцтво,
що визріло з мого подвижництва:
Устна Традиція – Каг’ю –
розквітне і зродить
багато адептів реалізованих.
Вона буде знана як
“Традиція Практики”,
бо в ній нагальна практика
важливіша за велемовні теорії.
Вона долине в усі кінці світу.
Нащадків нашого звичаю
буде сила-силенна.

Отже, люди добрі, ви мене питали
як я почуваюся. Вам відповідаю –
я дуже добре почуваюся.
А як ваші справи, ласкаві благодарі?
Ви в доброму гуморі й здоров’ї?

Наснажені піснею Джецуна, селяни заспівали й затанцювали на radoщах, і Міларепа приєднався до їхніх веселощів. Танцюючи з ними, він позалишав на кам'яній скелі, немов на м'якій глині, вм'ятини від своїх ступнів і рук. Центр пласкої скелі, де танцював Міларепа, осів і вигнувся, після чого скелю ту назвали «Снігоступ».

Потім селяни разом із Джецуном повернулися до Н'янангу. Його шанувальниця Лексебум защебетала до Джецуна:

--- Ламо, Ви навіть не уявляєте, як ми раді знову бачити Вас! Ах, як же Ви гарно виглядаєте! Чи це тому, що чарівні дакіні прислужували Вам у тій печері та вдовольняли всі Ваші потреби, га?

У відповідь Міларепа заспівав:

*Мій Ламо Марпо,
Низько Вам вклонюся!
Дакіні дають натхнення
Й омивають благостями.
Нектар саміі –
Найкращий напій.
Щира жертвність тамує голод.
Так накопичуєш благодать.*

*В природі істинній свідомості
Немає жодної "самості".
Вона порожня,
Як порожнеча атома.
Той, хто бачить, і те, що бачиться
Взаємно розчиняються
В просторі усвідомлення –
Такий справді вищий Погляд.*

*В оголеному усвідомленні,
Яке відкрите, наче простір,
Немає шаблів і жодних фіксацій.
Той, хто медитує
І те, що медитується
Взаємно розчиняються
В просторі усвідомлення –
Така справді добра медитація.*

*В одвічно виразній присутності
Все є частиною ума-свідомості,
Нема першопричини,
Все взаємно є залежним.
Той, хто діє і те, що діється
Взаємно розчиняються
В просторі усвідомлення –
Така справді спонтанна дія.*

*У світлі усвідомлення ясного
Думки в одвічну мудрість плавляться.
Тоді ніщо не викликає
Ні страху, ні надії.
Обітниці й той, хто їх бере на себе
Взаємно розчиняються
В просторі усвідомлення –
Така справді сильна дисципліна.*

*Усвідомлення осяйної
Відкритої свідомості – це
Наша буддова природа.
В ній бодгічїтта саморозкривається.
Той, хто любить і те, що любить
Взаємно розчиняються
В просторі усвідомлення –
Така справді справжня Дгарма.*

*Сніг на Лапчі закрив мене
У гірських хоромах.
Так, Лексебуме – в тім інтимі
Чарівні дакіні давали мені поживу
Й більше того!
А вода джерельна
Була найкращим нам вином.*

*Усе у йогінів – спонтанно і природно.
Мої комори вщент наповнені
Без жодних заготівель.
Навіщо там варити пиво,
Якщо п'янієш від джерельної води.
Навіщо орати землю,
Якщо вдовольняєшся кропивою.
Навіщо будувати хати,
Якщо достатня в скелі є печера.
Навіщо розваги і дійства ззовні,
Як споглядаєш містерії ума.*

*Вдивляючися в себе,
Бачу все, що діється у світі.
Щасливий на низькому сидінні,
Сягаю вище царського трону.
З відданості до свого Лами
Благословінням омиваюся.
У спочутті до всіх істот
Омиваю серце нектаром любові.
Зрікаючися тліну й суєти,
Багатію шляхом незміреним.
А тіло, цей фантом... ха!
Воно однак не вічне.*

*Будьте щасливі,
Мої добродійці!*

-- Джецуне, - звернувся до нього
вчитель Шак'я Гуна, - повідайте нам
дещо з того, що Ви мислили в печері й
що Ви там медитували.

На це Міларепа заспівав "Шести-
аспектний досвід медитації":

*мій Майстре Марпо Тлумачу,
вклоняюсь Вам доземно!*

*ласкаві благодійники!
обітниця між нами
спричинила це зібрання.
моя відповідь на ваше питання
хай буде шануванням
зустрічі цієї.*

*я зрікся цього світу,
подався на Лапчі
й у печері оселився.
шість місяців там медитував,
шість місяців там глибилося
моє прозріння.
ось крихта з того,
чого я там зазнав.*

*хіба простір
не безперешкодний?
хіба зорі
можна полічити?
хіба гора
на місці не встоїть?*

*хіба океан
міліє й висихає?
хіба плавець
потрєбує моста?
хіба веселку
можна в руки взяти?
такі шість зовнішніх метафор.*

*розуміння не глибоке,
якщо воно не цілісне.
медитація не глибока,
в якій – сонливість або збудження.
поведінка не глибока,
в якій прийняття-відкидання.
йога не глибока,
якщо в ній неопановані думки.
обмежена думками
мудрість не глибока.
будда не цілком пробуджений,
в якому є народження і смерть.
такі внутрішніх шість хиб.*

*ти піддаєшся злості?
собі торуєш шлях у пекло.
піддаєшся скнарності?
собі готуєш долю ненаситних духів.
піддаєшся глупості?
готуєш собі долю звірів.
бажаньям? людську долю.
заздирності? долю півбогів.
зверхності? тимчасові небеса богів.
такі шість самсарних обумовлень.*

*жертвність до мудрого Майстра,
бодгічїтта, дисциплїна, зречення,
старанність, вірна медитація –
такі для звільнення шість засобів.*

*вічності сфера – мудрість одвічна.
сфера усвідомлення – недвоїста.
сфера прозріння – без світлотіні.
сфера Дгарми – як простір.
сфера есенції – не розпорошена.
а сфера глибокого досвіду –
цілісна й невпинна.
такі є сутністних шість сфер.*

*шість тантричних насолод:
коли прана розчиняється
в центральному каналі;
коли вогонь туммо
всередині палає;
коли біла бодгічїтта*
плáвється й стікає;
коли чиститься енергія
в вогні туммо.
коли краплі біла та червона
посередині еднаються;
коли есенція
насичує блаженством,
з тіла не втрачаючись.*

*аби цікавість вашу вдовольнити,
я наспівав вам шість аспектів
свого досвідчення в медитації.
хай живить вас нектар цієї пісні
і спонука практикувати Дгарму.*

-- О, Джецуне! - заголосила в захваті
Шендормо, - Дорогий наш Ламо! Ви
втілення всіх Будд! О, який це
привілей служити Вам і навчатися у
Вас! О, як же нам пощастило! А ті, хто
не вірять у Вас, то просто йолопи,
дурніші за звірів!

-- Ну що ви таке верзете, благодійнице,
- відповів Міларепа. – Має хтось віру в
мене чи ні, не важливо. А знаєте ви, що
справді важливе? Рідкісна нагода
дорогоцінного людського життя в
людському тілі, з людським розумом, у
час і в місці, де є Дгарма – ось що
воістину важливе! А знаєте, хто
дурніші за звірів? Ті, хто, маючи цей
надзвичайний шанс, не застосовують
його для пробудження духу і для
розвитку. От ви, пані благодійнице –
чи ви вживаєте цю рідкісну нагоду, не
лише на словах і не лише в моїй
присутності?

І Міла заспівав “Про глупоту”:

Мій Ламо, Вам низький уклін!

*Хіба то не є глупо – грішити
Захланно й збайдужіло
В той час, як Дгарма є доступна?*

*Хіба то не є глупо – гайнувати
Своє людське життя,
Таке коротке і дорогоцінне?*

*Хіба то не безглуздя – ув'язнювати
Себе в містах,
Де норми суперечать Дгармі?*

*Хіба то не є глупо – сваритися
З рідними і близькими своїми?
Вони можуть будь-якої миті
Полишити цей світ.*

*Хіба то не є глупо – дуритися
Плітками, які всього лише
Порожнє відлуння порожнечі?*

*Хіба то не безглуздя – гатити
Життя в пащеку бога війни
На абсурдних бійнях цього світу?*

*Хіба то не є глупо – перейматися
На смертному ложі
Думками про справи незавершені?*

*Хіба то не є глупо – накопичувати
Майно, яке з собою не прихватиш
На той світ?*

*Хіба то не безглуздя – наряджатися
Як чепурна лялька, що всередині
Набита нечистотами?*

*Хіба не є глупо – черствіти серцем
Та занехаювати нектар
Духовних настанов?*

*Розумний той, хто
В натовпі й насамоті
Невпинно Дгарму практикує.*

Благодійники загомоніли
наввипередки:

-- Джецуне, Ваші пісні – це ого-го! – висловився один.

-- На жаль, більшість із нас не здатні практикувати Дгарму так самовіддано, як це робите Ви. Ну, так нам здається, – повідав другий.

-- Еге ж, ми можемо лише намагатися уникати глупоти, про яку Ви щойно заспівали, – підхопив третій.

-- А які ж ми були б щасливі, якби Ви осіли тут серед нас, – заторочив четвертий.

-- Ми забезпечували б Вас геть усім. Ви могли б стати найзаможнішим і найзнатнішим Ламою в цих краях, – додав п'ятий.

-- Авжеж, служити Вам і регулярно отримувати від Вас вчення Дгарми – ото була би втіха нам усім. На благо всіх істот, – прорік шостий.

Міларепа відповів:

-- Згідно з настанов мого Лами, я медитую в природних скитах у горах. Серед вас я можу бути короткий час, однак ніколи не осяду назавжди в жодному місті чи селі. Якби я тут довго з вами жив, то ваша відданість і віра згодом перетворилися б на свою протилежність.

І Міла заспівав “Мінлива людська природа”:

*Низький уклін Вам,
Марпо Тлумачу.*

*Спочатку добра дружба,
коли в гості один до одного.*

*Згодом, під одним дахом живучи –
очікування, невдоволення.*

*Надії та розчарування –
мінлива людська природа!*

Спочатку добра мова.

*Згодом, у життєвій метушні –
нарікання, наговори.*

*Пастки слів і непорозумінь –
мінлива людська природа!*

*Спочатку – від Майстра обітництва,
таке натхнення!*

*Згодом, у праці над собою –
перешкоди, втома.*

*Обіцянки і їхнє недотримання –
мінлива людська природа!*

*Спочатку віра в Майстра
і гордість за свою школу.*

*Згодом, у громаді обтираючись –
осуд, упередженість –
мінлива людська природа!*

*Спочатку щирий намір
допомоги своїм ближнім.*

*Згодом, серед веремії справ –
труднощі, розчарування.*

*Їсти їжу, мертвим офіровану –
мінлива людська природа!*

*Спочатку бажання
жити в добробуті.*

*Згодом, боротьба
за місце під сонцем –
прив'язання, невдоволення.*

*У печерах йоги чують
волення духів ненаситних!*

*Я, послідовник Будди,
зрікся цих оман.*

*Полишивши суєтні ігри,
йду медитувати в гори.
О благодарі, ваші спроби
добро творити
й накопичувати благо
дарма не пропадуть, вони чудові.*

Служити Вчителеві – гідна справа.

Хай у вас все буде добре.

Хай ми всі зустрінемося знову.

Не гайте часу, друзі!

Практикуйте Дгарму!

Поселяни загомоніли в один голос:
--- Джецуне, ми завжди будемо раді Вам і Вашим настановам. Можливо це ми вже обридли Вам, ну то таке... Хоч би скільки ми вмовляли Вас лишитися

тут назавжди, Вас завжди тягне, мов сніжного барса, до засніжених гір. Та ми не полишаємо надії, що Ви принаймні час од часу відвідуватимете нас. Ми завжди чекатимемо Вас.

З глибокою пошаною селяни піднесли Міларепі багато дарів. Міла сердечно подякував їм, однак нічого не взяв із собою, а отак лише зі своїм посохом у руці й у бавовняній накидці подався назад до печер на засніженій горі Лапчі.

РОЗДІЛ ЧЕТВЕРТИЙ
МІЛА ПРО СЕБЕ

Намо Гуру! Вчителю слава!

Намедитувавшись на Лапчі, Джецун Міларепа помандрував до місцевості Н'екха, що в князівстві Цанг. Забравши до людського поселення, Міла звернувся до місцевих жителів:

-- Ми, йогіни, маємо обітницю прохати подаяння біля «перших дверей». Хтось із вас подайте милостиню.

-- Я дам тобі сушену рибу, - сказав один поселянин.

-- Я не їм плоті забитих істот, - відповів Джецун.

-- О, ви подивіться на нього! Він не їсть «плоті забитих істот»! Ну так «плоті незабитих істот» я не маю! - відрізав чоловік і пішов геть, Міларепа ж лишився стояти на тому місці. За якийсь час той чолов'яга повернувся з мискою сухарів замурзаних у сметані та простягнув її Джецунові.

-- На, йогіне.

Міла просто подякував тому газді і з'їв офіровану їжу. Як він уже зібрався йти собі далі, присутній там монах звернувся до Джецуна:

-- Слухай, чоловіче, невже ти не знаєш жодних молитов присвяти чи благовістя, які гоже було б промовити отримавши даровану тобі їжу. Чого ти корчиш із себе йогіна, якщо не знаєш навіть як молитися? Ну а це шмаття, яким ти оперівав своє голе тіло, що воно таке? Невже ти не спроможний роздобути собі кожуха чи принаймні якусь сорочину? Звідки ти, голого? І куди оце ти мандруєш босоніж холодними горами? Якщо, бідаку, можеш заспівати, дай відповідь у пісні.

І Міларепа заспівав:

*О, Ламо істинний,
Саме лиш пам'ятання Вас
Дає натхнення.*

*Ревно Вас молю –
Благословіть усіх присутніх!*

*Я йду з гори Лапчі,
Яка біля Н'янангу.
Куди іду? Хто його знає –
Не маю жодних планів.*

*Багатство тлінне
Я ніколи не збираю.
Я зрікся всього –
Самсара ставить пастки,
Але мене не зловить.*

*Як мені їжу офірують,
Чиню ось так:
В відносності палаці
Є тіло елементів ілюзорне.
У ньому елементи і канали,
Енергії й есенцій краплі
В уяві перетворюю на божество,
Яке від них залежить.
Усе, що поїдаю,
Я трансформую на нектар-офіру.
З ротів божеств –
Проміння світла, язика,
Що ними нектар смакують.
Таке причастя від офіри.*

*Коли присвячую я їжу,
Роблю наступне:
Як відображення дзеркальне –
Проявне, втім несубстанційне, –
Так божество
Пожертву робить божествам.
Реальність грає в ігри дійсності.
Рівнозначним благовістям запечатую
Свободи стан,
Що вільний від концепцій.*

*Коли не жебраю
В людських поселеннях
І без людської їжі виживаю,
В горах безлюдних живлюся
Кропивою й зіллям.*

У цій йозі їдження
Нема різниці – страви людей
І дикі трави стають
Одномаковим нектаром
Офіри божествам.

Проте найбільше часу
Їжу зосередження вживаю –
Йога їдження й присвяти
Із мудрістю неототожнення єднається
І розчиняється у світлі
Просторої природи усвідомлення.
Такий бенкет моєї практики таємної.

А зараз поясню вам
Вигляд свій і стиль вбрання:
Згідно з умовностями цього світу
Я прикриваю тіло рясою.
Зі стилем Переможців згідно,
Кутаюсь в тепло блаженства
Мудрості одвічної.

Я ящірка –
Зелена* моя шкіра і порепана.
Я мавпа –
Волосся попелясто-сиве.

(*відомо, що Міларепа мав зелений колір
чи відтінок шкіри внаслідок того, що
раніше в затворі у горах, цілком відірваний
від людей і людської їжі, протягом багатьох
років він харчувався самою лише
кропивою, яка росла біля його печери.
дивіться “Житіє Міларепа” – прим. Я.Л.)

Я гусінь –
Тіло зморшками взялося.
Я немовля,
Якому і на думку не спаде
Ховати свої чресла.

Я птах небесний –
Не сію і не жну.
Я багатій –
Тішуся багатством духу.

Я галайда зголоднілий –
На потім їжу не лишаю.

Я з'їхав розумом –
Не знаю куди йти й що діяти.

Правдивий любомудр –
Ціную життя всього суцього.
Я божевільний –
Вільний від суспільних норм.

Я справжній Лама –
Знаю як передавати Дгарму.
Я сніжний барс –
Самотньо вештаюсь горами.

Я у норі ховрах.
Йогін у печері.
Я дикий лис
В гірських ущелинах.

Стяжатель духу я –
Аскезу практикую.
Я птах-гаруда –
У безмежжі неба.

Такий мій одяг
І стиль практики.

А тепер я заспіваю
Про мою йогу.
Ви ж казали: «Заспівай!»
Щось я вам белькочу;
Вірити цьому чи ні –
То ваша справа.

Полишивши вітчизну,
Я в горах безлюдних
Віддався медитації.
Сіро́ма, я звідав насолоду
Спокою душевного,
Що вільний від замішання.
Осяйна насолода ця –
Моє духовне надбання!

Полишивши свій вітчизний дім,
Медитую у гірських печерах –
Там стіни малюють не треба
Чи дах латати.
Голо́та, я звідав насолоду –
Фортецю медитації величну.

Осяйна насолода ця –
Моє духовне надбання!

Полишивши лані родинні,
Обробляю ніву свого розуму.
Сіро́ма, я звідав насолоду
Роботи над собою –
Орав свій дух невтомно
І виплекав рясні жнива
Любові й співчуття.
Осяйна насолода ця –
Моє духовне надбання!

Жона – це, зрештою, журба,
Тому я неодружений.
Натомість возз'єднався
Зі світлом усвідомлення.
Голо́та, я звідав насолоду
Єднання методу і мудрості,
Любов природних станів сутності.
Осяйна насолода ця –
Моє духовне надбання!

Подалі від сует
Людських збіговиськ,
Я дбав уважно за дитям
Поступових станів
Усвідомлення ума.
Сіро́ма, я звідав насолоду
Правильного догляду –
Оте дитя я виростив
В розкішну порожнечу дгармакаї,
Що вільна
Від концепцій і бажань.
Осяйна насолода ця –
Моє духовне надбання!

Ніколи не копичив
Я цьогосвітнього майна.
Натомість покладаюсь
На багатство Дгарми,
Яка мій дух викохує.
Голо́та, я звідав насолоду
Скарбів духовних надбання.
Осяйна насолода ця –
Моя реальна спадщина!

Таку я радість віднайшов
В естві своєму.
Якщо мені повірили –
Робіть так само.
Це пісня вам була
Про його жебрака.

Всі присутні, вражені, вклонилися
Міларепі й заходилися розпитувати
його:

--- Майстре його́в, хто Ви? Звідкіля Ви
родом? Як називається Ваш монастир?
Хто Ваш Лама? Як Вас звати? Куди Ви
подорожуєте?

У відповідь Міла заспівав:

Владико Дгарми,
Покровителю людей –
Коханий Ламо мій,
До Ваших ніг вклоняюся!

Панове, вам відповідаю.
Народився я в містечку К'янга Ца,
Що на рівнині Гунгтхангу
В долині Нгарі.
Мій батько –
Міла Шераб Г'ялцен,
Матір - Н'янгца Карг'єн.
А мене звали Тхопага́,
Мою сестру – Пета Гонк'ї.

Батько мій умер,
Коли я був малий.
По його смерті
Захланні наші родичі
Забрали все майно,
А з мене, з матері й сестри малої
Зробили слуг безправних.

У дранті дірявому, як
У рибальських сітях,
З раннього ранку до пізньої ночі
Ми горбатіли як воли,
А годували нас недоїдками,
Наче тих собак.

У відчаї нещасна моя мати
Мене до чаклунів послала у науку,
Навчитись згубній магії,
Аби помститись кривдникам родини.
Я натворив жахливої біди.
Пізніше я, розкаявшись за скоєне,
До Дгарми навернувся.

Мій Лама – Марпа з Лодраку.
Не маючи майна Йому в офіру,
Служив я тілом,
Мовою й умом,
А Він мене чистив
Від карми поганої.
Він височив нектар
Глибоких настанов
І посвятив мене
У суть того, що є.

Без лінії удавання
Працюючи завзято над собою,
Я досягнув мети реальності –
В мені розквітло Звершення.

Мій монастир
«Гірські печери» зветься.
Там п'ю нектар джерельний
Практики сумлінної,
Харчуюсь кропивою
І гірськими травами.
Вряди-годи до людей спускаюся
І ділюся з ними Дгармою.

Моє ім'я дгармічне – Дордже Г'ялцен.
Мене прозвали «йогін Міларепа».
Мандрую там, де ноги понесуть.

-- Я чув про сіддгу* Міларепу! То це Ви?! – вигукнув чернець і, зраділий, низько вклонився Джецунові. – Дорогий Ламо, в попередній пісні Ви співали «Я птах-гаруда – у безмежжі неба». Я певний, що Ви не вигадуете, проте нам тут не завадило б на власні очі узріти хоч якийсь чудотворний знак Вашого досягнення.

На це Міларепа заспівав:

о, втіленню великої милості,
Майстре возз'єднаний з простором –
вам, предобрый Марпо,
низько поклоняюся.

я, йогін Міларепа,
насамперед медитував
натхненний вірою.
отримавши посвяти й настанови,
я викликав незламний намір
і віддався інтенсивній практиці.

в затворі усамітнившись,
вершив важку я практику,
аж доки досвід і реалізація
розквітли у мені.
нутро самсари розкусив,
ума єство узрів,
прокинувся зі сну неусвідомлення,
я скинув его ланцюги
і розв'язав вузли прив'язок.

у вогні сумлінної практики
спалив я демона віри в его,
злетів у безмежжя простору
свободи від прив'язань і думок.
там без очей, узрів я
осяйне світло сутності.
без вух, почув
мелодію порожності.
без носа, відчув запах
природної свідомості.
без язика, насолодився
смаком реальності.
без тіла, загнуждав буянню
енергій райдужного тіла.
без розуму, вищу усвідомленність
я глибоко пізнав.
без умний, літаю
в безмежжі Магамудри.

всі прояви насправді не існують,
втім – ясно проявляються!
хоча вони з'являються і діють,
проте самі є просто порожнеча!
вони порожні,
хоч і проявляються!
така навдивовиж природа дійсності.

словами цю природу
неможна вповні передати –
її не окреслять жодні слова.

художник, що без рук,
малює образи у небі,
безокий бачить
міриади проявів буття
в прекрасному видінні,
що лине поза межі
приземлених думок.

На завершення цієї пісні Міларепа
здійнявся в небо, як птах, і завис там,
немов орел що ширяє у височині.
Присутні, шоковані, вигукнули:
-- Що це?! Якесь відьмацтво?! Чи
просто ілюзія?

У відповідь Міларепа, спустившись
у повітрі на кілька метрів над землею,
їм звідти заспівав:

*Вклоняюсь Ламі Марпі!
Як на своїй долоні, Він
Показав мені просвітлення.
Розкривши справжній стан
Глибинної свідомості,
Він шокував мене – узрів я
Природу справжню сутності.*

Слухайте, добродіі:

*В самсари місті ілюзорному
Сум'яттям схоплені всі ілюзорні люди,
Вони вчиняють дії ілюзорні
В шести умовах розуму, що спить.
Істоти суцї – творива магїчні
Своєї карми дії і помислів.
Не знаючи
Динаміки такого творива,
Вони вважають, що їснують
Окремо від такої творчості.
Проте все світотворення
Насправді є ілюзія.*

*Агов! Усі присутні тут! Послухайте!
Сприймайте ум і тіло так:
Ваш ум по-суті є
Порожнє усвідомлення,
А тіло – плоти й крові бульбашка.*

*Якщо вони обоє неподільні,
Чого же труп лишається позаду,
Коли свідомість після смерті
Мандрує далі?
Якщо ж вони цілком окремі,
Чому тоді в свідомості є біль,
Коли щось ранить тіло?
Ваша віра у реальність явищ
Спричиняє їхню ілюзорність.
Це плід неусвідомлення того,
Що сув'язь явищ, кармою творїмих,
Є гра ілюзії.*

*Якщо же цїй ілюзії
Ви хочете зарадити,
Служіть такому Ламі,
Який не підлягає мариву,
Практикуйте таку Дгарму,
Що нищить всі ілюзії,
Узрійте ілюзорність розуму.
Як світло усвідомлення
Розчиня ілюзії,
Зникає сум'яття і невідання.*

Від почутого й побаченого присутні
сповнилися трепетного страху й
глибокої пошани. Дехто знепритомнів,
інші побачили різні видіння. Зокрема,
в розумі ченця відбувся внутрішній
прорив, що спричинив спалах
прозріння в справжню природу
свідомості. Згодом, оговтавшись, вони
звернулись до Джецуна:

-- Дорогоцінний Ламо, тут неподалік у
горах є чудове місце для затвору, його
названо «Глек Розкішної Баби». Просимо Вас, Майстре, лишайтесь в
тому місці, біля нас, весь час, або хоч би
на кілька років, чи принаймні все літо
й зиму. Навчайте нас Дгармі.

Міларепа відповів їм, що залишиться в «Глеку Розкішної Баби» на літо, й одразу ж подався туди. За ним пішло п'ятнадцятеро поселян, на чолі з монахом і тим благодійником, який погодував Міларепу. Вони отримали від Джецуна детальні настанови стосовно практики Дгарми, старанно практикували і згодом мали певні зрушення в медитації. Чернець же зміг поглибити своє прозріння в сутність природного стану. Пізніше Міларепа взяв його до себе в учні й посвятив. Його назвали Вангчук Дордже. Згодом він досяг високої реалізації.

Отож, Міларепа медитував у затворі в «Глеку Розкішної Баби» протягом цілого літа. А коли літо добігло кінця, місцеві поселяни навідалися до нього і сказали йому:

-- Ламо, віра наша слабка й ми не можемо присвятитися Дгармі на повну силу. Хоча ми цілком перейняли справами цього життя, ми бідняки, в нас немає достатньо ячменю навіть прогудувати свої родини, а щоб робити з нього пожертви й поготів. Просимо Вас, Ламо, благословіть. І хоча ми не маємо з чого зробити Вам правильні офіри, будь-ласка, дайте нам вчення Дгарми й посійте зерна просвітлення в наші серця. А також нам цікаво почути про Вас – розкажіть-но про себе.

Міларепа проповідав їм учення про карму, а по тому заспівав:

*Молюся Вчителю моєму,
Марпі Тлумачу з Лодраку!*

*Я Міла, йогін-репа,
плід доброти Учителя мого,
не вельми знаюся
на справах цього світу.
Проте коли в горах безлюдних
молюся й медитую,
вірні добродійники
збираються навколо мене,*

*як бджоли
довкола нектару.*

Це плід чесноти мого Лама.

*Я, самітник Міла,
Нічого не купую, ніщо не продаю.
Проте коли в горах безлюдних
запасів їжі зрікшися,
молюся й медитую,
вірні добродійники
мені напої та поживу носять.
Це плід доброти мого Лама.*

*Я, самітник Міла,
лишаюся незалежним від офір,
та навіть від пігулок йогів*.*

(*пігулки йогів – із дистильованих есенцій лікарських трав. Їх уживають йоги для підтримки снаги й життєвої сили під час довгих періодів цілковитого посту й інтенсивної медитації. прим. Лама Кунгі)

*Проте коли в горах безлюдних
молюся й медитую,
вірні добродійники
мені нектар приносять.
Це плід доброти мого Лама.*

*Я, самітник Міла,
до одержин байдужий –
не дбаю, чи гарно виглядаю.
Проте коли в горах відлюдних
молюся й медитую,
вірні добродійники
закидують мене убранням.
Це плід чесноти мого Лама.*

*То були зовнішні справи.
Тепер – про внутрішній мій стиль:*

*Коли я практикую так,
як навчав мене мій Лама,
тіло офірую, мову й ум,
та омиваюся дощем
досягнень і благословінь –
блаженний жар глибоких
пережиттів від медитації
палає у мені.
Так найкраще*

Майстрові служити,
тому позаду я полишив
світських госпад-майстрів.

Коли у самодосконаленні
звитяжно, наче воїн,
опрацьовую свій дух,
цієї праці вплив
на елементи тіла й
пожива зосередження
є найкраща трапеза,
тому я не залежу
від людської їжі.

Коли впиваюся
нектаром бодгічїтти
чи п'ю джерельну воду
із гірських струмків,
я чаю й пива геть не потребу.

Таке от тамування спраги –
найкращий чин пиття,
тому я не залежу
від людських напоїв.

Коли треную
канали, прану й інше,
я, йогін-репа, на собі ношу
лише тонку накидку із бавовни.
Така вогненна насолода
практики туммо –
найкраща мода йогіна,
тому я зрікся вовни теплої
і м'якого шовку.

Коли я оселяюся в печерах,
позаду полишаю
суєтні житла краю рідного.
Палац чудовий медитацій
і господа найрідніша
стабільної свідомості –
найкращий чин обителі,
тому я зрікся
всіх мирських осель.

Коли плекаю любов мудрості,
позаду залишаю
драми й пристрасті
сварливої супутниці.

Єднання методу і мудрості
в обіймах порожнечі та любові –
жагою бодгічїтти вищої й відносної –
найкращий чин кохання
й подружнього життя,
тому й не став я
під мирський вінець.

Коли вирощую
дитя ясного усвідомлення,
я полишаю гвалт і примхи
непосидючих малих монстрів.
Стосунки матері-свідомості правічної
із усвідомленням-дитям, що
мирно набирає сили
в колисці сутнісного стану –
найкращий чин науки виховання,
тому я не зачав дітей у плоті.

Коли я розкошую
сімома скарбами духу*,
(*«сім скарбів духу» або «сім вищих скарбів»
- віра, етичність, скромність, відкритість до
істини, уважність, благодійність, мудрість.
пр. Лами Кунги)

то відпускаю все –
апатію, бажання, осоружність
і боротьбу за те, що є насправді
пасткою самсари.

Розкіш усвідомлення того, що
все на правду є ілюзія,
і радісне вдоволення малим –
найкращий чин
багатства духу,
тому і зрікся я всього.

Коли викохую смирення
й долаю тиранію его,
я полишаю царство трьох отрут*.
(*три отрути – бажання, осоружність,
апатія. прим. Я.Л.)

Опанування співчуттям
думок поганих, почуттів недобрих –
вирізним усвідомленням того,
що всі істоти були нашими батьками –
найкращий чин долання ворогів,
тому і зрікся я самсарної борні.

Коли прямую до мети реальності,
то парамітами шістьма*
і чотирма безмежними**
(*шість параміт – щедрість, дисципліна,
терпіння, зусилля, зосередження, мудрість.
**«чотири безмежні» – чотири безмежності
бодгічїтти – безмежна любов, безмежне
співчуття, безмежне співрадіння, безмежна
врівноваженість. прим. Я.Л.)
веду я до пробудження
усіх колишніх матерів,
любов'ю їм вертаючи тепло,
з яким вони колись за мене дбали.

Шляхетна тепла бодгічїтта
любіві-спочуття –
найкращий чин відносин,
тому полишив я позаду
холодність егоїзму
і всю комизливість
приватних інтересів.

Коли працюю я во благо
усіх істот без винятку,
то з бодгічїтним наміром
передавати різні настанови
щаблів і методів
істотам різних рівнів –
це чин найкращий проповіді Дгарми,
тому відкинув я всі упередження.

Така ось моя внутрішня історія.
Ну а тепер повім вам сокровенну:

Перед лицем осяйної реальності
немає ні «себе», ні «іншого»,
немає двоїстості, нема розділення –
ця порожнеча ідентичності
ані порожня, ані не порожня.
Насправді немає того,
хто це сприймає.

Доки значення цього
не досягнули всім еством,
не нехуйте законом карми –
зрікайтесь зла! Творіть добро!
Приборкуйте свій розум!

Хай же всім вам, добродійці,
що тут зібралися,
здоров'я буде, довголіття
і втіха на багатьох літах!

Вони знову благали його лишитися
на довше, проте Джецун відхилив їхні
прохання. Тоді вони сказали йому:
-- Якщо Ви надумали іти звідси, то
будь-ласка повідайте нам ще дещо з
того, як слідувати шляхом Дгарми.
Тож Міла знову заспівав:

Слухайте, спрагли духу!

Найкраще є медитувати
Сумлінно, самовіддано
Ціле життя в затворі.

Менш потужне,
Втім теж вельми добре –
Мандрівним йогіном
Медитувати всюди
Безсторонньо, неупереджено,
Незалежним ні від чого.

А як ні перше, ані друге,
То від досвідченого Лами
Ви слухайте й вивчайте
Учення Дгарми сутнісні
Та щиро практикуйте їх
Згідно своїх сил.

Як слухаєте Дгарму,
Уникайте «три вади глечика»*.
(*три вади глечика – 1) слухаючи або
читаючи Дгарму, не бути неухважному або
закритому від інформації, аби не бути як
перевернутий глечик, в який ніщо не
набереться; 2) не забувати почуте або
прочитане, аби не бути як тріснутий або
дрявий глечик, з якого все витікає; 3) не
змішувати вчення Дгарми зі своїми ідеями
і наперед сформованими поняттями, аби то
не було, як наливати щось у непомитий
глечик. прим. Лами Кунги)

Дисциплінують тіло, мову й ум,
Осмислюють почуту Дгарму,

Та медитуйте істини,
Які осмислили.
Своїх реакцій спалахи тамуйте.
А Дгарму почуту, осмислену
І медитовану втілюйте
В своє життя.

Про цьогосвітні справи
Мисліть таким чином:
Вдоволення бажань –
Немов для тамування спраги
Пити солону воду.
Справам кінця немає –
Як брижі на воді.
Здобутки всі й утрати –
Як приплив і відплив на морі.
Стан несвідомий,
Думки недобрі, нав'язливі емоції –
Немов завіса, що затуляє
Стан пробудження,
Залізний гак, що тягне
В нижні сфери,
Повторного сум'яття зерна,
Затужавіла хмара,
З якої – дощ страждань,
Злодій, що окрадає нас,
Корінь усіх наших хиб.

Якщо копнути глибше:
Невідання й сум'яття – це ви самі.
Концепції, уявлення – це ви –
Посланці, вами ж послані.

З часів, що без початку і донині,
Самі ви волочилися
Багнюкою своїх недобрих дій
І захлиналися у трясовині
Недобрих наслідків від того.

Самсара ваша – це творіння
Вами твореної карми.
Тому відповідальність
За власні дії, мову і думки –
Це буддійський шлях
Свободи.

Усвідомлюйте й себе вивчайте:
Ваше тіло – наче одяг,
А ви самі не маєте
Ні кольору, ні форми.
Якщо вас відсилати, ви ніде не йдете.
Якщо затримати, ви не лишаєтесь.
Якщо у вас дивитися, то ви невидимі.
Якщо ловити, нема за що схопити вас.

Не усвідомлюючи
Свою природу істинну
І ототожнюючи хибно
Себе з ілюзіями,
Ви обертаєтеся в тих ілюзіях,
Як білка в колесі.
Таким є колесо самсари.

Тепер же, в цитаделі
Контролю тіла
Й зосередження ума,
«Очима» усвідомлення,
Яке розпізнає,
Ви медитуйте,
Й поставте «ззаду» вартового,
Що безсторонньо усе споглядає.

Вертайтеся додому –
В природний стан свідомості.
Отак і медитуйте,
Удатні благодарі.

І Міларепа подався до Лапчі в супроводі Вангчука Дордже та кількох інших відданих учнів, і там вони практикували.

РОЗДІЛ П'ЯТИЙ

ЗОЛОТА НАГОДА

Намо Гуру! Вчителю слава!

Намедитувавшись на Лапчі, Міларепа помандрував до “Світлої печери”, що в районі Рунпу, й оселився в ній на якийсь час. Незабаром до нього завітали молоді люди з його рідних країв.

-- Джецуне, - звернулися до Міларепи його земляки, – ми чули, що в дитинстві й ранній юності Ви, безбатьченко, разом зі своєю матір'ю і сестрою чимало натерпілися від своїх лихих родичів, які забрали у Вас все і перетворили Вас на рабів. Згодом, із помсти, Ви юнаком вивчилися чорному чаклунству і знищили своїх ворогів; про це старші люди й досі з острахом розповідають у нашому селі. Потім Ви розкаялися за скоєне і спокутували свої гріхи. Тепер Ви самовіддано практикуєте Буддovu Дгарму. Історії про Ваше подвижництво, а тепер і присутність Ваша, надихають нас практикувати Дгарму. Та коли ми повертаємося до домашніх справ, суєта повсякденного життя заповнює нас. Що нам робити?

Міларепа відповів:

-- Сила наміру практикувати Дгарму залежить від того, що вас спонукає до такого наміру. А це пов'язане з основою практики Дгарми. Основа дгармічної практики залежить від того, наскільки ви осмислюєте й розумієте такі першочергові в Дгармі мотиви, як дорожочінність людського життя, непостійність усього, неминучість і непередбачуваність смерті, страждання в самсарі та дія закону карми. Якщо ви повторно і все глибше осмислюватимете ці засадничі теми – настільки, щоб вони справді заторкнули вас за живе, сягнули вам у

серце, - тоді ви дійсно запрагнете звільнитися від безглуздя й пагуби самсарних ілюзій. От тоді ви всерйоз настроїтеся на Дгарму. Тоді так зване “повсякдення” не відволікатиме вас від внутрішньої роботи, навпаки – спонукатиме. Пам'ятайте про те, що муки в наступних життях можуть бути незрівнянно тяжчі й триваліші, ніж усі страждання в цьому житті. Тож подбати про те, яким буде наступне життя, необхідно тепер, коли ще можна щось зробити з цього приводу. Послухайте, друзі:

*Ріка життя – невпинна.
На цьому березі – невідання,
на другому – просвітлення.
Між ними - течія
страждань народження,
старіння, і хвороб і смерті.*

*Віддавшись плинові
ріки життя,
не знають люди,
що на них чекає далі –
спокій і розлога?
Чи то корчі підводні?
Підступні скелі?
Шалений водоспад?*

*Які чекають нас
життя в майбутньому?
В які ми переродимося
форми існування,
як наслідок кармічний
наших подумів, мови і дій?*

*Замисліться:
хіба не краще переплисти цю ріку
до берега Пробудження,
аніж безвільно, як сноброда,
пуститися за течією суєти
і порпатися у корчах підводних
та знову й знову битися
об гострі скелі?*

*Аніж, немов в-ві сні,
віддавшись течії самсари,
впадати у неусвідомлення затужавіле,
в апатію рутинну,
мовляв “та якось воно буде”,
хіба не більше глузду в тому,
щоб перетнути цю ріку
й на берег Звільнення зійти?*

Послухавши пісню, молоді люди почухали собі потилиці й промовили:
-- Ваша порада, певно, добра, дякуємо гречно, та ми мало що второпали. Що ви маєте на увазі?

У відповідь Міла заспівав:

*Майстер досвідчений
у справах духу –
це перевізник, що провадить
від берега невідання
до берега просвітлення.
Робота чесна над собою –
платня за перевіз.
Осяяність від медитації –
це місяць ясний,
що освітлює шлях.*

*Неупереджений Погляд,
уважна медитація,
по совісті діяння,
дотримання обіту,
умовна й вища бодгічїтта
і відданість Учителю –
такий човен на шляху Дгарми.*

*Прихильність благодійників,
захват шанувальників,
коменти залицязьників:
важливе це самсарним людям,
а для йогіна це –
нетривале мариво.*

*Широка слава, хвальба, гонор:
такі важливі
для прихильників Восьми Оман,
а для йогіна це –
нетривале мариво.*

*Майно, кар’єра,
церемонії суспільства:
для тих, хто визнання шукає,
це все таке важливе,
а для йогіна це –
нетривале мариво.*

*Манери, чепурність,
зовнішній вигляд
важливі для тих,
хто прагне насолод,
а для йогіна це –
нетривале мариво.*

*Мені дванадцять цих ілюзій –
як левові трава на їжу.
А що воно для вас?*

*Знаю, не кожен прагне
практикувати Дгарму,
тим паче – на повну силу.
Та хоч які “малі” є спроби
в роботі над собою,
ці зерна, що, посіяні
в ґрунт духу,
дарма не пропадуть,
вони дадуть
хороший плід.*

*Ви, люди молоді, замисліться
над тим, що вам співає
цей в літах галайда.*

*Насправді істина проста!
Якщо хочете бути щасливі,
творіть причини щастя –
добрі помисли, добру мову
й добрі дії.*

*Практикуйте Дгарму:
зречіться зайвих справ,
викохуйте в собі любов і доброту,
іншим помагайте
і медитуйте якнайбільше.
Не марнуйте рідкісну нагоду,
яку дає людське життя,
таке дорогоцінне.*

Серед відвідувачів був обдарований юнак. Він звернувся до Джецуна:

-- Майстре, ми не дбали про майбутні життя, бо, засліплені теперішнім, занурюємося в нескінченну суєту буденщини. Тоді ми забуваємо, що крім матеріальної сторони життя є ще щось інше. Чесно кажучи, мені осточортіла ця безглузда марнота, немов у зачарованому колі. Далі так я вже не хочу. Я прагну звільнитися з коловерті оман і страждань. Прошу Вас – прийміть мене в учні. Віднині я присвячуюся практиці Дгарми. Благаю Вас – дайте мені, а заодно й моїм тут друзям, Дгармічні настанови.

-- По-перше, - відповів Міла, - людське тіло, яке, порівняно з іншими проявами буття, є вельми розвиненою і рідкісною формою існування; по-друге, людський розум, що здатний мислити і розрізняти між добром і злом; по-третє, умови людського життя, які з-поміж усіх умов, що в різних сферах самсари, є найпридатніші для повноцінної духовної практики – ці три складові людського життя роблять його незрівнянно дорожчим за всі багатства і принади всього світу. Зрозумійте, що нагода й умови практикувати Дгарму – це рідкісний кармічний шанс. Із сотні тих, кого називають духовними людьми, нелегко знайти когось, хто на правду самовіддано працює над собою. Ну а зустріти справжнього Вчителя – то взагалі вийняткова оказія.

Беручи це до уваги, - продовжив Міларепа, - ви мали б зрозуміти, що вам наразі пощастило. Якби ви осмислили ці речі, про які вам кажу, то ви старалися б не згаяти цю нагоду, не лише тут у моїй присутності, а й удома в своєму «повсякденні». Ви більше не відкладали б практику Дгарми на “потім”, бо розуміли б, що шанс, який нині маєте, довго не триватиме.

І Міла заспівав “Золоту нагоду”:

Мати свобід вісім і десять привілеїв
Дорогоцінного життя людського –
Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Співвідчуття страждання у самсарі
Та прагнення звільнитися від них –
Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Зріктися тліну цього світу
І зосередити свій дух на повну силу –
Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Знайти між шукачів хоча б одного,
Хто не зупиниться на півдорозі –
Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Зустріти Вчителя, що
Звершив Дгарму –
Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Зустріти учня щирого, що
Дгарму практикує наполегливо –
Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Для практики все необхідне мати,
Й не мати непоборних перешкод –
Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Партнера доброго зустріти,
Чий погляд збігається з твоїм –
Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Спонукає ревню ум і тіло,
Щоб витримати труднощі –
Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Плекати зосередження
Навіть за таких умов –*

*Ця золота нагода
Триватиме недовго.*

*Такі десять умов –
Це унікальний шанс,
Він довго не триватиме.*

*Умови ці вам видаються
Нездійсненні?
Якщо ви маєте незламний намір
І старанні в практиці,
Ви їх удійсніте –
Це вам гарантую
З власного досвіду!*

*Зрозумійте:
На “потім” відкладання,
Що заколисує усі пориви –
То пагубна омана.
Беріться вже нарешті
До праці над собою –
Не потім, а тепер –
Ця золота нагода
Довго не триватиме.*

Внаслідок почутого й пережитого під впливом тих пісень, у юнака, який звернувся до Міларепи, запалала сильна віра. Він розпростерся перед Джецуном і знову попрохав, щоб той взяв його до себе в учні. Міла згодився і дав йому посвячення й устні настанови. Той хлопець речно практикував Дгарму і вряди-годи прислуговував Міларепі. За якийсь час він досяг духовних реалізацій, а згодом і просвітився. Його прозвали Цапу Репа. Він став одним із найближчих учнів Міларепи.

РОЗДІЛ ШОСТИЙ
ПАСТУХ ШУКАЄ СВОЮ
ДУШУ

Намо Гуру! Вчителю слава!

Джецун Міларепа медитував у “Печері Просвітлення”, що поблизу Ракми. Одного дня до нього завітали двоє молодих чабанів. Молодший із них, підліток, запитав у Джецуна:

-- Ламо, чи маєте ви дружину?

-- Звісно маю, - відповів Міларепа.

-- Хто вона?

-- Її звати панна Бодгічітта.

-- А вона гарна?

-- О, ще й як! Жагуча красуня, - одповів Міларепа.

-- А де вона тепер?

-- Та от, господарює в хаті всеоснови.

-- Яку це таку хату ви маєте на увазі?

-- Моє власне тіло.

Старший хлопець процідив крізь зуби:

-- Ламо, у вас не всі вдома. Ви не можете вчити нас. Ходімо звідси, - кинув старший вівчар молодшому. Проте молодший, заскочений відповідями Міларепа, продовжив бесіду з ним:

-- Ви маєте на увазі, що “всеоснова” – це те, що люди називають то умом, то свідомістю, то душею? А тіло – це її вмістилище?

-- Так.

Молодший пастух продовжив розпитувати Міларепу:

-- От відомо, що хоча хата належить назагал одній людині, главі родини, втім багато людей можуть у ній бути; зазвичай в одній хаті живе кілька людей. А що стосується душі: чи в тілі є одна душа, а чи їх кілька? Якщо їх у тілі кілька, то як вони там уживаються?

-- Хлопчику, а чому б тобі самому не дослідити в собі те, що ти мене питаєш?

Потім прийди й повідай мені, що ти угледів у собі, це мені теж цікаво.

-- Гаразд, Ламо, я спробую, - пообіцяв пастух і погнав отару до села.

Наступного ранку те хлоп'я повернулося до Міларепа і розповіло йому:

-- Ламо, вчора я спробував дослідити в собі, що таке душа, як вона діє і скільки душ є в мені. Я уважно споглядав то в собі. З того, що побачив, я дійшов висновку, що якщо в тілі є “душа”, вона скоріше за все одна. Хоч би чим вона була, вона дивовижна й загадкова. Вона має дивні властивості. Спершу, задля проби, я хотів подіти її кудись зі сфери своєї уваги, проте хоч би як я намагався не звертати на неї увагу, вона нікуди не зникала. Коли ж я пробував робити протилежне – конкретно унаочнити її – вона постійно щезала з моєї уваги. Коли я силувався затримати її, вона не лишалася. Коли ж намагався навмисно відпустити її, припинити відчувати її, вона все одно відчувалася. Я пробував зосередити її навмисно в щось одне визначене, та її неможливо конкретно схопити. Коли я старався узріти її, вона щезала і я нічого не бачив. Коли ж я не дивився на неї, вона давалася взнаки. Я намагався зрозуміти душу, але з таким же успіхом міг би схопити простір. Я подумав “о, вона таки є”, і в ту ж мить вона зникла. Тоді я подумав “ні, її немає”, а вона знову відчулася. Дивовижа та й годі! В процесі цього я зауважив, що хоч би чим “душа” була чи не була, їй притаманні такі риси, як світло, усвідомлення і якась така незбагненність, чи невимовність, яку неможливо схопити в думку чи в слово. Отже я так і не второпав, що воно таке насправді, ця душа. А чи ви знаєте, що воно таке? Якщо так, то поясніть мені.

У відповідь Міларепа заспівав:

*Вівчарю добрий,
хоч би скільки ти слухав
пояснень, що таке цукор,
не знатимеш його смаку,
доки сам його не скуштуєш.
Наслухавшись від інших те,
що таке “душа” так звана,
“суть ума”, “свідомості природа”,
самими лиш словами
її не осягнеш.
У випадку найкращому
пояснення спричинять
зблиск розуміння нетривалий,
що аж ніяк не є реалізацією
справжньої природи.
Якщо вважатимеш
той зблиск
за справжнє звершення,
ти не запізнаєш,
що таке насправді та “душа”.
Якщо, натомість,
«зором» усвідомлення
глядітимеш у себе
і продовжиш досліджувати
своє єство старанно,
то достеменно розпізнаєш,
що воно таке.
Тоді на власному досвіді
сам знатимеш
“О так! Оце – воно!”,
хоча й не зможеш іншим людям
достоту висловити
це своє тонке розуміння,
бо неумовну природу
єства недвоїстого
не втиснеш у межі
умовних двоїстих понять.
Допитливий вівчарю,
продовжуй досліджувати
свою істинну природу.*

Хлопець попрохав:

-- У такому випадку, Ламо, навчіть мене, як “досліджувати свою істинну природу”. Завтра я повернуся і розповім вам про те, що я побачив.
-- Почни-но ось із чого, - повідав Міларепа, - спробуй побачити, якого

кольору є твоя свідомість. Чи вона біла, червона, жовта, чи яка? Також поспоглядай, яку вона має форму – круглу, продовгувату, чи яку іншу? А також пошукай, де в тілі є вона.

Наступного ранку пастух пригнав овець пастися поблизу Міларепиної печери, а сам почимчикував до Джецуна.

-- Ну, і як воно? – запитав його Міларепа.

Хлопець відповів:

-- Я побачив, що свідомість не має реально ні форми, ні кольору. І при цьому вона виразна, ясна, рухлива і непередбачувана. І зовсім несхопна. Я спостеріг, що коли вона асоціюється з очима, то вона бачить; коли асоціюється з вухами, вона чує; з язиком – смакує; з носом – відчуває запахи. А втім, я ніяк не міг відшукати, в якому вона саме місці, хоч і придивлявся та вчувався в кожну цаль свого тіла й намагався відчуті її в кожній його частині. При цьому я зауважив, що свідомість впливає на тіло, а тіло – на неї. Наприклад, я відчув, що коли тіло напружується, вона теж напружується. Взагалі свідомість – чи назвімо її «умом» – управляє тілом, та це залежить від стану останнього: коли тіло в доброму стані, свідомість назагал має над ним владу, однак коли тіло зношується і хорує, то в певний момент вона відкидає його, немов відкидаєш камінь, яким почистився після того, як справив нужду. Позаяк свідомість видалася мені такою, що є дуже пристосовна. Разом з тим, мені здається, що тіло вряди-годи бунтує проти влади ума; тертя між тілом і свідомістю викликає страждання, часом настільки, що ум втрачає владу. А вночі під час сну вона взагалі кудись дівається, немов би десь мандрує. Та й взагалі таке враження, що вона весь час дуже зайнята, постійно гарує як бджола. Отаке я

побачив у собі і дійшов невітшного висновку: свідомість викликає страждання.

На це Міларепа заспівав:

*Послухай-но, захиснику овець.
Тіло залежить від стану свідомості,
Вона ж бо – визначальний чинник.
Свідомість – наче меч двогострий:
Спляча, вона ув'язнює в самсарі,
Пробуджена – звільняє.
Самсара - то море
Страждань і невідання.
Ти хочеш досягнути
Берега Пробудження?
Ти прагнеш втрапити
У чисті землі будд?
Коли так, мій хлопчику,
Тобі вказати шлях я можу,
Який туди провадить,
І як іти ним таким чином,
Аби не зупинятись і не збочити.*

Пастух відповів:

-- Бігме, Ламо, хочу! Шукаючи свою душу, я й сам запрагнув просвітлення.
-- Як тебе звати? – запитав його Міларепа.

-- Санге Джяб, – відповів хлопець.
-- Скільки тобі років?
-- Оце стукнуло шістнадцять.

Тоді Міларепа навчив пастуха про Притулок і про те, як його практикувати. Потім Джецун додав:

-- Коли повернешся увечері додому, не припиняй промовляти молитву Притулку і водночас споглядай у собі, хто бере Притулок: свідомість чи тіло. Завтра повідай мені, що ти побачив.

Наступного ранку молоденький філософ-пастух прийшов до Міларепи і завзято доповів йому:

-- Дорогий Ламо. Вчора, беручи Притулок у Будді, я спостерігав за тим, хто в мені бере Притулок – тіло чи душа-свідомість. Жодне з них! Спершу я споглядав за тілом. Тіло складається зі своїх частин, від голови до пальців

ніг. Я запитав себе: “Чи все тіло бере Притулок, а чи окремі його частини?” Ані те, ані інше! Коли душа полишає тіло, то саме по собі це тіло – і цілісне, і окремо своїми частинами – стає бездиханне. Тоді воно вже називається “труп”, а труп не може брати Притулок. До того ж, коли труп розклався й потім розчиняється, він перестає бути навіть трупом. А живе тіло – це ж потенційний труп, яке не стає мертвим лише доти, доки в ньому є свідомість-душа. Отже, тіло не бере Притулок у Будді. Тоді я запитав себе: “А чи душа бере Притулок?” Та насправді шукач Притулку не може бути й душею. Бо якщо припустити, що даний момент душі, тобто свідомість даного моменту, яка ось задіяна тепер у цій розмові, є справжньою, а наступна – свідомість наступного моменту – бере Притулок, тоді виходить, що в мене є дві свідомості, які можна умовно назвати “теперішня свідомість” і “наступна свідомість”. Та коли відбувається акт практики Притулку, то на той час і “теперішня” свідомість, і те, що до того було “наступною” свідомістю, вже проминули. Якщо скажете, що, мовляв, Притулок беруть обидві свідомості – тобто свідомості обох моментів, теперішнього і наступного – тоді це означатиме, що свідомість-душа є чимось таким, що не змінюється від миті до миті, а є незрушною як камінь. У такому випадку в усіх наших життях все, що нам треба – це така от “кам’яна” душа-свідомість, яка стало “бере Притулок”, бо сам акт Притулку чудовий і добродесний. Однак нічого такого я не пам’ятаю зі свого минулого, жодного “незмінного шукача Притулку” в собі, а якби душа-свідомість була незмінна, то я ж мав би це хоч якось пам’ятати, ні? Я не знаю, що станеться в наступному житті чи навіть наступного року. Моя свідомість минулорічна і моя вчорашня вже

проминули. Завтрашня свідомість іще не настала. Теперішня свідомість даної миті є така ж плинна і невловима, як і момент, у якому вона перебуває – вона не лишається одна і та сама від миті до миті, а міняється зі зміною миттєвостей: однієї миті в мені – свідомість зору, я бачу певні кольори і форми; наступної блискавичної миті “на сцену” виходить свідомість слуху – я чую певні звуки; потім я про щось думаю – в ту мить у мені виринає свідомість розуму, яка щезає зі зникненням думок і знову блискавично з’являється з появою наступних помислів. Вочевидь свідомість-душа не є незрушна, як камінь; вона плинна, несхопна і загадкова. Майстре, Ви знаєте ці речі. Ви знаєте, що мені треба для того, аби розпізнати своє ество і просвітлитися. Прошу Вас – допоможіть мені!

У відповідь Міларепа заспівав:

*Ламо, Марпо Тлумачу,
Ви спізнали порожнечу,
всім серцем молюся до Вас!
Благословіть мене і моїх учнів
звідати істину без-самості!
Поможіть скинути
пути невідання!*

*Уважно слухай, хлопчику!
Уму властиво
чіплятися за его
й ототожнюватися з “я”.*

*Якщо проникливо
вдивляєшся у себе, то
не побачиш «самості окремої»,
не знайдеш жодне
само-сущє “я” –
ні сліду від нього.*

*Дивитися в свою свідомість,
розпізнавати
її справжню природу
й усвідомлено в ній бути –
це практика Магамудри.*

*Якщо зможеш
практикувати Магамудру,
ти побачиш, що насправді
немає що бачити.*

*Коли навчишся
уважно бачити ніщо, тоді
щось дуже сутнісне побачиш.*

*Віра, бодгічітта й наполегливість –
це підґрунття шляху Магамудри.*

*Осмилення закону карми –
спонукка того шляху.*

*До Майстра відданість
й єднання ума свого
з Його просвітленим умом –
основа шляху Магамудри.*

*Без Вчителя й Його благословіння
не досягнеш цей шлях.*

*Аби від Майстра отримати
посвяти й сокровенне вчення,
насамперед подбати маєш
про надбання блага.*

*А щоби накопичити благо,
добро творити треба.*

*Магамудра – не для циніків
і не для лиходіїв.*

*Аби практикувати Магамудру,
нехай не зупиняють тебе труднощі,
що виникають в практиці –
вони гартують дух.*

*Аби практикувати Магамудру,
не дріб’язковим треба бути,
а мужнім і уважним повсякчас.*

*О вівчарю молоденький,
ти здатний на таке?
Якщо здатний – я тебе навчу.
Якщо ні, то не марнуймо часу
в розмовах на цю тему,
бо Магамудра – це практика,
а не порожні теревені.*

*Спитай себе:
“Чи дійсно хочу йти
цим Шляхом?”*

І так роби, як серце каже.

*Шукав ти свою душу,
ніде не міг її знайти –
це практика «без-самості особи».
А як запрогнеш запізнати
«без-самістне буття»,
то слідує прикладу моєму –
інтенсивно медитує
дванадцять років.
Тоді насправду розпізнаєш
природу істинну того,
що називають «умом»,
«свідомістю», «душею»,
а з нею – і всього буття.
Замислися над цим, мій хлопчику.*

Пастух заявив Міларепі:

-- Майстре, та що тут гадати! Я вже вирішив офірувати Вам своє тіло, мову й ум. Прошу Вас – допоможіть мені розпізнати свою істинну природу.

Джецун подумав: "Гм... подивлюся, чи цей хлопчина справді здатний практикувати", і промовив до пастуха:

-- Спершу молися до Трира́тні, потім уявляй Будду перед своїм носом і цілком зосередься на тому образі.

Міла настановив хлопця про те, як практикувати зосередження, і відіслав його медитувати.

Протягом наступних шести днів від хлопця не було ні слуху, ні духу. На сьомий день його батько прийшов до Міларепи:

-- Ламо, мій син цілий тиждень не вертався додому. Я розпитав про нього в інших чабанів. Вони сказали, що він ходив до вас навчатися Дгармі. Де він подівся?

-- Востаннє він був тут тиждень тому, - відповів Міларепа.

Згорьований, батько заплакав. Потім люди всім селом заходилися шукати хлопця. Вони знайшли його в глиняній западині – там він сидів з випрямленою спиною і широко розплющеними очима дивився прямо перед собою.

-- Ти що тут робиш? – запитали вони його.

-- Я медитую, як мене навчив мій Лама, - відповів хлопчина.

-- А чому ти цілий тиждень не вертався додому?

-- Який тиждень? Ви смішки строїте! Я медитую не більше години, - відповів пастух, та глянувши на небо, він зі здивуванням побачив, що сонце було ближче до сходу, аніж коли він сів медитувати. Ошелешений, він запитав. – Що сталося?

Відтоді батьки хлопчика мали клопіт із ним, бо він майже утратив відчуття часу: кілька днів видавалися йому за один день. Кілька разів він знову зникав на довгий час і його батьки знову зди́мали на ноги всю громаду села, аби розшукати свого бідолаху. Врешті-решт вони запитали його, чи не хотів би він жити з Міларепою. Хлопець радісно відповів, що про таке він міг лише мріяти. Тож батьки запасли його харчами й відіслали до Джецуна.

Міларепа насамперед дав хлопцеві обітницю Притулку і розтлумачив основи Дгарми, зокрема про першочерговість і важливість бодгічїти, а потім передав йому детальне вчення про початкові щаблі практики Магамудри. Старанно практикуючи Джецунові настанови, юнак поступово досяг добрих прозрінь від медитації, і це втішило Міларепу. Аби уточнити хлопцеві певні аспекти процесу самопізнання, Міла заспівав:

Вклоняюся до Ваших, Марпо, ніг!

*Як Дгарму «практикуєш»
на словах лише,
розводячи баліси про духовне,
ти можеш справити
на когось враження.
Коли ж приходить час
полишити це тіло,*

невтілені у практику теорії
не допоможуть мудріям.

Хто сляво сутності ума
ще за життя не розпізнав,
той і в час смерті
і згодом в потойбіччі
цю світлосяйність
теж не розпізнає, і змарнує
шанс пробудження,
як марнував його ще за життя.

Невпинно сяє чисте світло
нашої свідомості;
а в тих, хто це не бачить,
воно вкрите
нашаруваннями невідання.
Можливість звільнення в час смерті
втече - як в'юн між пальцями –
між сумнівами й неухважністю.

Все життя ти можеш присвятити
вивченню наук і філософії,
але якщо знання теоретичні
не втілено в роботі над собою,
в час смерті вони не допоможуть,
а геть розчиняться
разом з концепційним розумом.

Від тривалих медитацій
деякі йогіни набувають
відносного прозріння і вважають,
що то глибинна мудрість
справжнього єства.

Та коли в час смерті
сяє ясне світло сутності єства,
ті йогіни в ту блискавичну мить
не здатні поєднати
світло “сина”, звичайної свідомості,
зі світлом “матері”, одвічної основи.

В бардо* посмертному,
як доти й у бардо життя,
не розпізнавши світло усвідомлення,
не вживши
миттєвий шанс пробудження,
продовжують блукати

лабіринтом ілюзорності.

Сину, вівчарю дбайливий,
уважно слухай!
Коли у медитації шаматха*
своє відпружиш тіло,
увагу, як струну, натягнеш ти як слід,
а психіку всотає зосередження,
думки та ум щезають тимчасово;
тоді ти звідаєш
момент неконцепційності,
та це – лиш поверховий
рівень зосередження.

Не застрягай у спокої приємному,
бо це лише початок практики;
уважну медитацію підтримуй:
стабілізуй та увиразнюй
увагу споглядання й зосередження,
щаблі шаматхи переходячи.
Тоді ти з часом звідаєш
світло самоусвідомлення.

Воно яскраве, наче світоч,
прозоре й чисте, як роса на квітці,
просторе – немов би дивишся
в безмежжя неба, що без хмар.
Ця порожнеча сутності
несхопна й невимовна,
але водночас і чітка, ясна і віразна.

На цьому ти не зупиняйся!
Це розпізнання порожнечі
є наслідком зусиль
у медитації віпаш'яна**,
однаке й це іще не є
необумовлена спонтанна
присутність усвідомлення,
властива справжній Магамудрі.

З таким підґрунтям досвіду
молись і далі
до Майстра й до Трира́тні,
плекай священну бодгі́тту,
й долаючи щаблі медитації
ясніше проникай
в осяйність розпізнання
порожньо невимовного єства.

*Обов'язково зрошуй бодгічїтту
і медитуї ту істину,
що всі були твоїми матерями.
Вони дали тобі життя,
вони за тебе дбали.
Тепер вони страждають у самсарі.
Пробуджуй в серці співчутливість
і чїтко розумїй: “я маю їм допомогти!”*

*Закарбуї собі в умї:
«Магамудру неможливо досягнути
без бодгічїтти в серці
ї без відданості Майстрові.
А з бодгічїттою
і з любов'ю до Вчителя
легко звершу Магамудру –
вона є суть Пробудження».*

*На шляху Магамудри
ні на чому не фіксуєшся,
і разом з тим – ясно бачиш все.
Тоді ї побачиш,
наскільки приспаним
був твій глибинний зір.
Тоді побачиш,
наскільки марними
були твої страхи ї надії.*

*Нїкуди не прямуючи, прибудеш
у царство буддове Пробудження.
Не видивляючись нічого,
узрієш голу дійсність.
Без комплексів і надуманості
діятимеш спонтанно.
Мїй добрий сину,
пам'ятаї про це.*

Після цього Міларепа цілковито
посвятив хлопця і дав йому детальніші
настанови згідно з його рівнем.
Наполегливо практикуючи їх, той
пастух досягнув вищої реалізації. Його
прозвали Репа Санге Джяб. Він став
одним із найближчих учнів Міларепа.

РОЗДІЛ СЬОМИЙ
В ПЕЧЕРІ ЧИСТОГО
СВІТЛА

Намо Гуру! Вчителю слава!
Коли Міларепа, медитуючи в
«Печері Чистого Світла», що в
Гунгтангу, мав особливе пережиття
світла справжньої природи ества, він
вибухнув піснею:

*Уклін моему Ламі!
Я, Міла йогін-репа,
Свій досвід офірую
Усім, хто медитує.*

*Свідомість моя розслаблена
В природному стані,
Не жорстка, а відпружена –
В м'якому зосередженні.*

*«Перед» собою дійсність зрію
Очима усвідомлення,
Що чітко все розпізнає,
«Позаду» я поставив
На чатах споглядання,
Що пам'ятає суть.*

*Уважністю м'якою
Тримаю тіло, почуття і ум
У збалансованому стані.
В природнім стані ум
Відпочиває, він не підлягає
Ні збудженню, ані апатії.
У медитації шаматха
Увага, зосереджена,
Вмиротворяється.
Тоді сум'яття розуму,
Думки й переживання
Самі собою розчиняються.*

*У цьому спокої зосередження
Тануть думки,
Усвідомлення стає сильнішим
І – очищене, ясне – стабілізується.
Це – вірна практика шаматхи.
Хтось вважати може,
Що це вже є віпаш'яна,
Проте з такою думкою
Я не погоджусь.*

*Коли практикую віпаш'яну –
Прозріння в суть речей –
Виразне усвідомлення сідлаю
Таким осмисленням-аналізом,
Яке сягає в порожнечу
Безсамості людей,
Усіх істот і явищ.*

*З благословіння свого Лами, що
Є у відповідь на ревні молитви мої,
Я культивую бодгічїту
Вищу і відносну –
У супроводі мудрості і методу
Медитую порожнечу і любов.*

*Гак молитов і добрих побажань,
Які походять з мотивацій
Чистих і потужних,
Невпинно мене тягне
Невтомно працювати
На благо всіх істот.*

*З уважністю уваги,
Що, як струна музик,
Натягнута як слід,
Не підлягаючи екстремам
Очікувань і розчарувань,
Вирізним усвідомленням
Вдивляюсь знову й знов
У суть того, що є.
Так розкривається в мені
Глибоке ясне бачення.*

*Цим шляхом медитації йдучи,
Прибув я в край незайманий,
Нива де ще не жата.
Там споглядаю
Небачену виставу.
Там я віднайшов
Свій найрідніший дім.
Там упізнав свою кохану.
Звідти я черпаю силу
Невпинної звитяжної роботи
На благо всіх істот.*

*Таким є Міларепи скарб.
Якщо я на хибному шляхові,
То виправіть мене.*

*Гей! Дгарми послідовники!
Аж доки не просвітлитесь цілком,
Не нехтуйте законом карми.*

*Доки ви не звершили
Суть ума-свідомості,
Не ведіться на розмови.*

*Доки ви не зможете
Міняти своє благо
На страждання інших,
Не кажіть «я маю бодгічїтту».*

*Доки ваше тіло
Не стало образом Їдама,
Не кажіть «я звершив
Стадію творення»*.*

*Доки не зійшли ви
На щаблі творення і звершення**,
Не кажіть «я йогін Ваджраяни».*

*Доки ви не є стабільно
В естві своєму істинному
Та снів своїх не усвідомили
Як тих, що сняться,
Не покладайтесь на «видіння»
І не вдавайтесь до пророцтв.*

Ті, хто почув цю пісню,
сповнилися віри в Ламу і зійшли на
шлях практики.

РОЗДІЛ ВОСЬМИЙ НЕДВОЇСТІСТЬ

Намо Гуру! Вчителю слава!
Побувши якийсь час у печері
“Ваджрова фортеця”, що на Білій Скелі,
Міларепа подався до печери “Коняче
Сідло”. Там він заглибився в
медитацію.

Одного дня до Міларепа завітав
тантричний йогін із Кутангу.

-- Ламо, - звернувся йогін до Міларепа,
- я практикую медитацію вже чимало
часу, але й досі не маю жодних
досягнень. Може я щось не так роблю?
Може я не тямлю якихось важливих
принципів буддійської медитації?
Прошу Вас, проясніть мої сумніви.

-- Слухай уважно, - сказав Міларепа і
заспівав “Шість суттєвих пунктів”:

*ум витворює проєкції ментальні,
їх більше є, ніж пороху
у сонячнім промінні.
та добрий йогін не чіпляється за них;
він дивиться в свідомість,
що неконцепційна.*

*природа істинна всіх проявів
несотворенна –
вона необумовлена нічим
і не походить з жодної причини.
добрий йогін медитує
суть того, що проявляється.*

*навіть сто воїнів до зубів озброєних
не могли би зупинити
плин енергій розуму.
добрий йогін, медитуючи,
ні на чому не фіксується –
за думками він не слідує,
ані навмисно зупиняє їх.*

*природний динамізм свідомості
думками не схопиш,
ані замкнеш у скриню металеву.*

*тож мудрий йогін медитує
несхопну суть свідомості.*

*боги й богині мудрості
не є снобами,
вони не кажуть “ні”
чуттєвим насолодам.
умілий йогін розуміє це.*

*сам Будда не міг би зупинити
ті прояви, які
з’являються у розумі.
ні в них, ні в чому і ніде
нема нічого само-сущого,
так добрий йогін медитує
порожню суть свідомості.*

-- Такі прозріння настають одразу? Чи
їх треба культивувати щабель за
щаблем? – запитав Міларепу йогін.

-- Для практиків вищого гатунку це
може статися відразу, - відповів
Міларепа. – Практикуючі ж середнього
і нижчого рівнів дозрівають до такої
проникливості поступово, як це,
наприклад, було зі мною. Дехто
розвиває в собі справжню реалізацію,
дехто ні, а ще іншим здається, що вони
її мають, а її в них нема й поготів, - і
Міларепа заспівав “Чотири йоги
Магамудри і їхня імітація”:

*Вклоняюся до ніг
мого неперевершеного Лами.*

*Причиною самсари
є ум, що спить,
самого себе не свідомий,
загублений в думках,
що з нього ж і походять.
Тож пробуди в собі
виразне самоусвідомлення,
яке не губиться ні в чому,
і звідаєш плід йоги першої –
зосередження одно-скероване.*

Про “порожнечу” ти мудруєш,
а в медитації не здатний
межі думок здолати?
Поводячись не завжди гідно,
ти теревениш про “закони карми”?
Цьому немає місця в йозі
одно-скерованого зосередження.

Природа істинна свідомості
ні на чому не фіксована;
вона, як простір,
відкрита й не блокована нічим.
Без надуманості жодної
вона блаженства сповнена.
Впізнай своє єство,
як цей відкритий простір,
і матимеш плід йоги другої –
природну простоту.

Мудруєш про “неконцепційність”,
словами бавишся?
Міркуючи про “невимовне”,
припасувати його хочеш
до схеми зрозумілої
незрілому уму?
Цьому немає місця
в йозі простоти.

У безпосередній дійсності
і прояви, і порожнеча –
одне і те саме.
Усім єством пізнай, як істину,
що в будд і в решти всіх істот
одне єство,
і звідаєш плід йоги третьої –
єдиний смак всього.

Мудруєш ти про те, що
“все в одному є”,
однак ці мудрування
лишаються лиш побажаннями,
а не розпізнанням цього
в усьому повсякчас?
Це геть не йога одного смаку.

У своїй сутності думки
є сяйвом усвідомлення,
у своїй сутності

причина й наслідок не є окремо,
вони – спонтанний прояв
трьох сфер просвітлення*.
Впізнай цю істину в собі,
і звідаєш плід йоги, що четверта –
не-медитацію.

Про “без-зусильність”
і “не-медитацію” мудруєш,
проте затьмарений твій ум!
Торочиш ти про “чисте світло”,
та усвідомлення твоє
і досі є невиразне!
Цьому немає місця
у витонченій йозі не-медитації.

-- Яка чудова порада! – втішився йогін.
Він сповнився відданості до Джецуна і
повернувся щасливий додому.

Одного ранку, перебуваючи в стані
чистої осяйності, Міларепа узрів свого
Їдама. Вона повідала йому: “Міло, ти
матимеш одного “сонцеподібного”
учня, одного “місяцеподібного”, і
двадцять три “зореподібних” –
двадцять п’ять реалізованих адептів,
твоїх найближчих духовних дітей. З
них восьмеро стануть твоїми
найближчими – сердечними – синами,
і ще четверо - чотири “сестри” - твоїми
найближчими, сердечними, дочками.
Решта тринадцятеро – твоїми
найближчими духовними нащадками.
З-поміж інших твоїх учнів, сто
просвітляться і цілком звільняться від
самсари, сто вісім зродять у собі жар
реалізації Шляху, а тисяча і один
практикуючих незворотно рушать
Шляхом. Тих же, хто встановлять з
тобою кармічний зв’язок і через це
ніколи більше не впадуть у нижчі
сфери, не злічити. У Верхньому
Гунгхангу є хлопчина з доброю
кармою. Він стане твоїм
місяцеподібним учнем. Іди туди
заради нього!” І Міларепа помандрував
до Гунгхангу.

РОЗДІЛ ДЕВ'ЯТИЙ

ЗУСТРІЧ ІЗ РЕЧУНГПОЮ

Намо Гуру! Вчителю слава!
За вказівкою свого Їдама, Міларепа
подався до Верхнього Гунгтхангу.
Прибувши до місцевості під назвою
“Зáмок”, Джецун надібав групу людей,
які будували хату. Він попросив у них
трохи їжі.

-- Йогіне, хіба не бачиш – ми зайняті! -
відрізали вони. – Так виглядає, що часу
в тебе навалом. Приєднуйся до нас.
Поможи нам збудувати цей дім. Таким
чином заробиш собі на хліб, замість ото
жебрати, немов якийсь німецький чи
несповна розуму.

Міларепа відповів:

-- Дійсно, тепер я маю чимало часу. Та
це дозвілля я заробив тяжкою працею,
коли будував дім іншого ґатунку, ніж
оцей ваш. Навіть якщо ви не дасте мені
милостиню, а вимагатимете, щоб я
відробив вам їжу, все одно я більше вже
не будуватиму земних будівель.

Робітники запитали Джецуна:

-- А що це за дім такий ти будував, що
відрізняється від нашого?

У відповідь Міла заспівав:

*глибока віра –
міцна основа мого дому.
незламна наполегливість –
кремезні стіни.
незрушна медитація –
тверді цеглини.
а мудрість досвіду –
камінь наріжний.
такі частини мого дому,
який я тяжко будував –
стоятиме так довго він,
як триває одвічна істина.
земні будівлі ваші
є нетривалі,
немов те мариво в пустелі,
логово марноти,*

демонів темниця.

хороми самсари не ваблять мене.

-- Га-га! – зареготали робітники. – Ох
ти й устругонув! Ану, розваж нас іще.
Ми притомилися від роботи, тож трохи
перепочинемо, послухаємо твоїх
чудернацьких співанок. А ти заспівай
нам, чи маєш ти, голото, те, що ми
маємо – господарство, поля, клуні,
родичів, друзів, жінок, дітей. Це ж усе
– складові нормального доброго життя,
якими ти, здається, гребуєш. Нумо,
юродивий, втни нам пісню про те, що
ти маєш, і чим воно краще за те, що є в
нас.

У відповідь Міларепа спокійно
заспівав:

Свідомість-всеоснова –

це чудовий ґрунт.

Усні настанови –

посяєне у нього збіжжя.

А паростки – прозріння медитації.

Три Буддові Тіла - рясний врожай.*

Такі чотири складові

нетлінного хазяйства Дгарми,

де я і день і ніч гарую.

Самсарне ваше господарство –

невільництво невситних.

Чи справді ви

щасливі з ним?

Це “щастя” я свідомо відкидаю.

Осяйна порожнеча –

це моя комора.

Ума шляхетна сутність, бодгічітта,

діяння добрі

й свобода від бажань –

такі чотири види

нетлінного добра

в моїй безмежній клуні.

Самсарні ваші заготовлі –

то трюки ошуканця.

Чи справді ви

щасливі з ними?

Це “щастя” я свідомо відкидаю.

*Отець-Будда й Мати-Будда –
то мої батьки.
Бездоганна Дгарма – це моє лице.
А добродесна Сангха –
мої брати і сестри.
Дакіні й охоронці Дгарми –
мої вірні друзі.
Вони всі – моя родина,
перевірені, надійні,
вони мене не зрадять.
Самсарні ваші родичі і друзі –
суєтні позичайли
із купюю претензій.
Чи справді ви
щасливі з ними?
Це “щастя” я свідомо відкидаю.*

*Уважне усвідомлення –
врода коханої моєї.
Сумлінна праця над собою –
її і честь і совість.
Блаженство недвоїстості –
розкішна зваба.
А досвід медитації – одіж гарна.
Такі чотири риси
совісті моєї,
незрадливої, вірної мені.
Самсарні жони ваші –
сварливі вимагайли.
Чи справді ви
з ними щасливі?
Це “щастя” я свідомо відкидаю.*

*Єство свідомості – то немовля.
А медитація – моя дитина.
Проникливе прозріння – мій юнак.
Старанний учень –
мій дозрілий син.
Такі мої духовні діти.
Самсарні ваші домочадці
вас виживуть колись із хати.
Чи справді ви
з ними щасливі?
Це “щастя” я свідомо відкидаю.*

*О, жителі Гунгтангу,
задумайтесь над тим, що я співаю.
Хай силою карми пісні цієї*

*зустрінемося ми з вами
в Буддівій сфері!*

Приголомшені, робітники сиділи мовчки, немов води в рота набрали, з пошаною позираючи на Міларепу; а він, недовго думаючи, подався далі.

Зійшовши на “Козяче узгір’я”, Міларепа надібав там у скелях “Шовкову печеру” й оселився в ній на якийсь час.

В поселенні біля “Козячого узгір’я” жив підліток. Його батько помер, коли він був ще немовлям. Тепер його мати жила з братом його батька*. Той хлопчик ріс чемний і працювятий. Він мав чудову пам’ять і гострий розум: знав напам’ять багато історій і Буддівих сутр. Люди часто наймали його, аби він уголос начитував сутри в них удома**. Весь свій заробіток він завжди віддавав матері й дядькові.

Одного дня те хлоп’я, сидячи верхи на віслюкові, випасало кіз на узгір’ї. Здалеку він почув спів, що долинав із печери. Зіскочивши з віслюка й полишивши кіз, він виліз на скелю і зазирнув у печеру. Тільки-но він побачив Міларепу, хлопчина спонтанно ввійшов у стан *самадгі**, вмить сповнився великого блаженства і завмер зачудований. Самий лише вигляд Міларепи пробудив у хлопчиків велику віру. В стані великої радості він офірував Міларепі все, що мав того дня від працедавців за начитування сутр і випас кіз. Забувши про все на світі, хлопчина залишився на якийсь час у печері з Міларепою і навчався від нього Дгармі. Так він довго часу не вертався додому.

Мати й дядько здивувалися його відсутності: “Що сталося? Може йому перестали платити?” Стурбовані, вони подалися до працедавців хлопчика й запитали в них, чи все було сплачено. Отримавши ствердну відповідь, мати й дядько не на жарт сполохалися: “Де ж

він запропав?!” Незабаром вони дізналися, що їхнє чадо в печері з якимось мандрівним йогіном. Вони почимчикували до “Шовкової печери” і силоміць забрали хлоп’я додому. Проте хлопчик, усуперіч їхній забороні, потайки продовжував навчатися в Міларепи. Хоч би як мати й дядько намагалися перешкодити йому, він виявився затятим і спритнішим від них: він і далі бігав до печери навчатися в Джецуна і практикувати біля нього Дгарму. Незабаром він мав певні переживання від медитації і навіть розвинув у собі внутрішній вогонь за методом йоги туммо, внаслідок чого за будь-якої погоди він носив на собі лише хламиду з бавовни. Тому його прозвали Речунгпа (тобто “маленький репа”): Речунг Дордже Драпка, який згодом став знаний як “місяцеподібний” учень – один із двох* найголовніших учнів Міларепи. (*Речунгпа і Гамбопа – два найголовніші учні Міларепи. прим. Я.Л.)

А мати й дядько Речунгпи не могли спокійно на те дивитися. Вони гнівалися на своє чадо за те, що він припинив щоденно працювати й постачати їх своїми заробітками, а натомість запропав із тим дивакуватим волоцюгою. Ображені, заздрістні, вони страшенно ревнували Речунгпу до Міларепи. Дійшло навіть до того, що мати й дядько дали Речунгпі горщик із їжею, яку було навмисно наврочено, аби помститися йому за те, що він “покинув” їх. Внаслідок тої химороди Речунгпа захворів на лепру** (**лепра – в укр. мові синонім “прокази”, прим. Я.Л.). У розпачі від такої смертельної хвороби, хлоп’я усамітнилося в печері й занурилося в медитацію.

Одного дня п’ятеро індійських йогінів, мандруючи в тих краях, проходили повз його печеру. Речунгпа запросив їх до печери і нагодував

цямпою**. Наминаючи їжу, індійці скрушно перемовлялися між собою:

-- Яка страшна хвороба! От бідне хлоп’я! – вони здогадалися, що Речунгпа підхопив проказу. Речунгпа запитав їх, чи вони бува не знають, як зцілитися від такої хвороби. Один із йогінів відповів:

-- Мого Гуру звати Вала Чандра. Він може міг би допомогти тобі. Та оскільки далека мандрівка в цю холодну Країну Снігів не входить у його плани, тобі доведеться, натомість, податися до нього в Індію.

Речунгпа попрохав у Міларепи дозволу на подорож до Індії. Джецун згодився і заспівав Речунгпі на прощання “Про що в дорозі варто пам’ятати”:

*Молю Вас, Отче Марпо –
поможіть моєму синові Речунгпі
й обороніть його!*

*Сину, в своїх мандрах
пам’ятай наступне:*

*Зречися самсари.
Працюй над собою.
Молись до Майстра щиро,
а також до Їдама і Дакіні
і до Трьох Перлин.
Плекай священну бодгічітту
і день і ніч невтомно медитуй.*

*Живись глибоким зосередженням.
“Коротку А”* носи, як шати.
(* “коротка А” – один із найосновніших
елементів візуалізації в практиці туммо.
прим. Я.Л.)
Їдь на коні ума-і-прани.
Дивися в свою істинну природу.
Плекай священну бодгічітту
і день і ніч невтомно медитуй.*

*Не потьмарюй усвідомлення
сонмищем думок –
відпусти їх. Споглядай,*

*вдивляючись у дзеркало ума.
Плекай священну бодгічїтту
і день і ніч невтомно медитуй.*

*Якщо на тебе нападуть грабіжники,
про Вісім Оман пам'ятай.
Злом за зло не воздавай.
Усім стражденним співвідчувай.
Плекай священну бодгічїтту
і день і ніч невтомно медитуй.*

*Сину, я за те молюся,
аби ти зцілівся й довго жив.*

Міларепа продовжив медитувати в печері. На його прохання, Речунгпа заклав вхід до печери каменями, заліпив їх ззовні глиною і вирушив до Індії в товаристві йогинів. В Індії він зустрів Гуру Вала Чандру. Той навчив Речунгпу як медитувати Їдама “Ваджрапані з Крилами Гаруди”*. Речунгпа інтенсивно практикував той метод і за якийсь час цілковито зцілівся від лепри.

По тому Речунгпа повернувся до Тибету. В “Щасливій долині”, що неподалік від “Козячого узгір'я”, він запитав про Міларепу в місцевого жителя. Той відповів:

-- Раніше я чув про такого йогіна, та останнім часом про нього не було жодних вістей.

Занепокоений цією новиною, Речунгпа подумав: “Невже мій Лама преставився?” Стурбований, він поспішив до “Шовкової печери”. Вхід до неї був, як і раніше, закладений каменями й заліплений назовні глиною. З тривогою за свого Майстра, Речунгпа розвалив стіну і ввійшов у печеру. Побачивши, що Міларепа випрямлено сидить у медитації, Речунгпа полегшено зітхнув і заплакав розчулений. Він вклонився Джецунові й запитав, як Він почувається.

Міларепа вийшов зі стану медитації і, радісний, заспівав у відповідь:

*вклоняюся моєму Ламі,
який навчив мене,
як бути істинно щасливим.*

*щасливий я, що відв'язався
від родичів захланних.
щасливий я – полишив
вітчий дім пересудів.
щасливий я, що не прив'язаний
до жодної місцини.
щасливий я – не ношу
шикарні рясина панотців.
щасливий я, що не залежу
від їжі ситної й комфорту.
щасливий я – не потребую
ані цього, ані того.
щасливий я, що не турбуюся
про те, щоб щось утримати.
щасливий я, що не боюся
втратити нічого.
щасливий я, що володію
нетлінним внутрішнім скарбом.
щасливий я, що не боюся
стомитися від практики старанної.
щасливий я – не потураю
єму й лінощам його.
щасливий, що не переймаюся
я браком їжі й сну.
щасливий я, що розпізнав
природний стан свідомості.
щасливий – геть не мушу
нікому догоджати.
щасливий я, що геть не мушу
до чогось готуватися.
щасливий я, що дію
згідно з Дгармою.
щасливий – мене зовсім не турбують
злодії й розбійники.
щасливий я, що не боюся
ні смерті, ні хвороб.
отакої – я весь час щасливий!
радію – є умови
для практики Дгарми.*

радію - припинив
недобрі дії.
радію я – звільнився
від гніву та образ.
радію – розгубив
і заздрощі й гординю.
радію – наскрізь бачу
омани цього світу.
радію я, прямую
шляхом просвітління.
радію я – заглибився
у спокій рівнозначності.
радію – вже не потребую
жодних іззовні розваг.
радію я і споглядаю
комедії і драми розуму.
отакий щасливий я
повсюди й повсякчас!

щасливий я без страху і надії.
щасливий в саяві усвідомлення.
щасливий в світлосаяності ества.
щасливий я у просторі
премудрості одвічної.
щасливий я в оголеній реальності.
щасливий в ясності пробудження.

щасливий – розслабляю
свідомості всіх органів чуття.
щасливий – дозволяю
уму самому в собі заспокоїтись.
щасливий – даю
думкам саморозчинятися.
щасливий – відпочиваю
в природному стані.
щасливий – медитую

будь-де і повсякчас.
о, так! таке це щастя –
і день і ніч практикувати
благодатну Дгарму.

я пісеньку щасливу цю співаю
із вдячності до мого Лами
і до Трьох Перлин.
очистившись від гріхів,
помру щасливий.
створячи добро,
живу щасливий.
плекаю бодгічтту –
почуваюся щасливим.
я щасливий
з Дгармою.

отаке невпинне щастя
наповнює мене!
ну а ти, мій сину?
як тобі велося?
чи знайшов ти щастя,
що не проминає?

-- Я зцілюся, - відповів Речунгпа. – Те, що було треба, я отримав. Віднині я хочу тотально практикувати Дгарму й бути біля Вас, мій Ламо. Прошу Вас – дайте мені настанови стосовно наступної стадії практики.

Міларепа посвятив Речунгпу в подальші аспекти вчення. Вони разом медитували в “Шовковій печері”. Добросовістно практикуючи, Речунпа поступово досягнув вищих щаблів Шляху.

РОЗДІЛ ДЕСЯТИЙ
СВІДОМІСТЬ

Намо Гуру! Вчителю слава!
Якось Джецун Міларепа мандрував із
Речунгпою на північному боці ріки
Цангпо. Забрівши до місцевості Со, вони
надібали табір кочовиків і подалися
туди прохати подаяння. Один із пастухів
докорив їм:

-- І вам, добродіі, не соромно отак
жебрати собі їжу? Знаєте що, я дам вам
торбу, аби від усіх у нашому таборі ви
назбирали собі харчів хоч би на кілька
днів наперед. Господи, ви ж не маєте
навіть нормального одягу, щоб
пристойно бути серед людей!

Відтак у відповідь Джецун заспівав:

*Дорогоцінний Спасителю істот,
воссядьте на верхівці голів наших
і не обділяючи увагою своєю,
дозвольте благості
падати дощем.*

*Тендітним тонким диханням
життя це від наступного відділене.
Чи ви достоту знаєте,
з якого боку
між життям і смертю
опинитеся завтра?
Навіщо пнутися із себе
у спробах надурити смерть
планами цього життя?*

*Зібралися ви жити вічно?
Гаразд, щастя вам
З маревом таким.*

*Та я добре відаю,
що померти можу
в будь-який момент.
Тому й не запасуюся
ні торбою, ні їжею.*

*Я маю на собі лише
накидку із бавовни,
і поїдаю те, що мені дають.
Як не дають нічого,
я все одно вдоволений.
Моя пожива – аскези їжа.
Так робив усе життя,
так чинитиму й надалі.
Мені не треба ваша торба,
шановний благодарю.*

У кочовика зародилася віра.
Вшанувавши Міларепу, він сказав їйому:
-- Ламо, я не маю вам на офіру жодного
бавовняного одягу, який не був би вже
добряче поношений. Натомість,
прийміть будь-ласка цю накидку зі
звальної вовни. Вона зігріє вас.

У відповідь Міларепа заспівав:

*недугами неусвідомлення гонима,
і діями, що зроджені невіданням,
свідомість ця,
оголена й несубстанційна,
блукає лабіринтами
шести світів-фантазм.
оманами гіпнотизована,
вона пірнає у самсару –
в коловорот народжень-з'яв,
смертей-зникань
і посмертного бардо.*

а там її урізнобіч кидають
бажань неситих хвилі,
і пропікає наскрізь
відрази полум'я,
морок байдужості
її там щільно огортає.
з верхів гордині
вона в безодню падає.
крижаний вітер заздрості
збиває її з ніг.
прив'язаність до «я»
вкида її у трясовину
мук і непорозумінь.

деручися скелями
бардо і сновидінь, свідомість
зривається у прірву
низьких інстинктів
та емоцій кепських,
і течією
недобрих дій її несе.

вертячися й обпікаючись
хибними ідеями про те,
що є й чого немає,
вона за відпочинок має
забуття того,
що є нагальне.
як зомбі несвідоме,
тиняється вона по колу,
заблудла у бардо
від смерті до народження
і від народження до смерті.
нешадні вітри карми
шматують її врізнобіч.

її чотири елементи
супроти неї повстають:

землі природа
розчиняється в воді,
повітря-простір –
у вогні.

в тенетах
страхливих відчуттів
вона безтямно б'ється,
її сум'яття сковує
й ляка невідворотність
кармічної розплати
за власні її дії.

у Лами, що володіє
силою благословінь,
прохайте настанови Дгарми,
вони до звільнення провадять
від цих гірких плодів
недобрих помислів, мови і дій.

сумлінно практикуючи,
як Лама вас навчав,
узрійте свою сутністну природу,
пізнайте суть народження, смерті і бардо!
висотайте суть
бардо народжень і життя!
порвіть мішок брехні
посмертності та сновидінь!
рішуче розгорніть
навспак усі ілюзії!
відкиньте геть
прив'язаність до «я»!
і не чіпляйтеся за те,
що постає в свідомості!
у суть її вдивляйтеся!
пізнайте свій природний стан,
дозвольте проявитись
сіяючому усвідомленню
того, що є насправді!

*розслабтесь в усвідомленні
суттєвого єства!*

*туммо вогненна насолода
палає в моїм тілі,
тому мені в тонкій хламиді
є комфортно
навіть у засніжених горах.
я їм поживу
зосередження стабільного
й есенцію кропиви і камінців.
гамую свою спрагу
нектаром бодгічїтти;
а часом застосовую
також і сечу.*

*вряди-годи я прохаю
бесторонньо подаяння,
зовсім небагато, чим даю
нагоду доброчинцям,
які актом милостині
творять надбання блага.
радісний, втішаюся
нетлінними набутками
вдоволеного духу.
горюю лиш за друзями,
котрі загрузли
в тліні самсари.
вільний, вільний,
я без жодної мети
блукаю в дичині.*

*зимую у затворі
в засніжених горах;
там бавовняна хламида
ласкає мене вогнем.
а літом насолоджуюсь
у сонячних долинах;
там ця хламида*

*свіжить мене прохолодою.
весною я відпочиваю
на урвищах скелястих;
там ця хламида
м'яка мені, як шовк.
а восени йду до людей
прохати подаянь;
там моя хламида
легка мені, як пір'я.*

*чи є ще який йогін
щасливіший, ніж я?*

І з цими словами Міла повернув благодійникові його накидку зі зваляної вовни. Вражені, всі присутні попрохали в Джецуна вчень Дгарми. А той благодійний чолов'яга зрікся своїх світських справ і пішов за Міларепою. Згодом, стабільно зійшовши на шлях практики, він став чудовим йогіном.

Переправившись на другий бік ріки Цангпо, Міларепа з Речунгпою подалися на південь, мандруючи пасовищами та угіддями Мару. В одному поселенні в них попрохали буддійських учень, тож вони зупинилися там на кілька днів, навчаючи поселян Дгармі. Після цього вони помандрували місцевістю Тра-Рум. Там вони переночували в покинутій халупі й рано вранці подалися далі. По дорозі вони зустріли жінку, яка несла дзбан води. Міларепа схопив край її хустини і сказав жіночці:
-- Кралю чорноброва! Нагодуй нас, мандрівних йогінів, сніданком!
-- Нічого собі! Ви подивіться на них! - скрикнула вона і вирвала свою хустину з

Міларепиних рук. – Ну й жадучі ж ви йогіни! І звідки ви такі взялися, так хапати мене й ні сіло ні впало вимагати аби я наповнила вам шлунок. То ви, гожі чоловіки, мали б за мій, слабкої жінки, шлунок потурбуватися! Б'юся об заклад, ви десь маєте власне господарство – забирайтеся туди, попрацюйте на себе, і вами ж зароблене споживайте собі досхочу. Ви ж маєте людське тіло, так само як і я.

У відповідь Міларепа заспівав «Розрізнення подібного»:

*Ясну й порожню
Свідомості природу
Порівнюють із простором.
Проте, це порівняння
Не цілком доречне –
Хоча свідомість
Порожня і безмежна,
Вона втім усвідомлює,
А простір, теж порожній,
Не має усвідомлення.
Вони тотожні
Своїм безмежжям порожнечі,
Але насправді
Не одне і те ж.*

*Ясну й порожню
Свідомості природу
Порівнюють із місяцем та сонцем.
Проте, це порівняння
Не цілком доречне –
Свідомість є осяйна
І не матеріальна,
А сонце й місяць
Також сяють,
Однак вони - матерія.*

*Вони тотожні
Осяйністю своєю,
Але насправді
Не одне і те ж.*

*Ясну й порожню
Свідомості природу
Порівнюють з горою.
Проте, це порівняння
Не цілком доречне –
Адже свідомість
Не створена ні з чого,
Гора ж складається із атомів.*

*Вони тотожні
В незмінності своїй,
Але насправді
Не одне і те ж.*

*Ясну й порожню
Свідомості природу
Порівнюють з рікою.
Проте, це порівняння
Не цілком доречне –
Свідомість
Не створена ні з чого,
Ріка ж складається з води.*

*Вони тотожні
За плинністю своєю,
Але насправді
Не одне і те ж.*

*Ясну й порожню
Свідомості природу
Порівнюєш однаково
Твою й мою?
Проте, це порівняння
Не цілком доречне –
На відміну від моєї,
Твоя свідомість*

*Підвладна марноті:
Ти цілий день
Заради себе і вузького
Кола родичів своїх
Відволікаєшся
На купу справ суєтних,
Вночі ти, наче з переполою,
Впадаєш в забуття.
Ти зранку і до ночі
Невольниця бажань.*

*А я, галайда-йогін,
Гартую дух цілодобово
Заради всього суцього,
Невпинно медитую
Чисте світло сутності.
Від ранку і до ночі
Та з ночі до рання
Невпинно і свідомо
Вершу подвижництво
На благо всіх істот.
Тотожні ми у тому,
Що маєм людське тіло,
Але насправді, сестро,
Ми не одне і те ж.*

Відчувши сильну віру до Міларепи, та жінка запросила його з Речунґпою до себе додому і шанобливо прислуговувала їм. По тому вона втяла собі волосся, взяла собі дгармічне ім'я й, офірувавши Міларепі злиток золота, попрохала в нього настанови з практики Магамудри. Втішений її щирістю й жертовністю, Джецун повернув їй золото і навчив як медитувати природу свідомості. Й не минуло багато часу, як вона стала чудовою йогінею.

РОЗДІЛ ОДИНАДЦЯТИЙ

РЕЧУНГПА ЗАЗНАВСЯ

Намо Гуру! Вчителю слава!

Джецун Міларепа медитував у печері «Нижча порожнеча» на горі Лапчі та навчав свого духовного сина, Речунгпу, практиці Магамудри. Досягнувши певного прозріння від тієї практики, Речунгпа довгий час перебував у стані ясної порожнечі. Вийшовши з того стану усвідомлення, Речунгпа подумав «Це спонтанний природний стан свідомості. Чи мій Лама досягнув реалізації вищої за цю?».

Він подався до Міларепи. Та перш, ніж Речунгпа встиг поставити йому питання, Джецун промовив:

--- Сину. Те, що ти, ще зовсім юний, з такою легкістю плекаєш медитацію і хутко долаєш щаблі практики, говорить про твій спадок особистої сили і доброї карми з попередніх життів. Тим не менше, по завершенні ранкової сесії медитації твій помисел «Чи мій Лама досягнув реалізації вищої за цю?» є проявом гордині. Ти маєш сповідатися в цьому й покаятися. Інакше воно перетвориться на перешкоду в твоїй практиці. Зрозумій і пам'ятай, що це був я, твій старуватий духовний батько, хто прояснив тобі достеменні нюанси медитації, що й зробило можливим твоє медитативне прозріння.

І Міларепа заспівав пісню «Розпізнання спонтанної свободи»:

*Вклоняюсь Марпі Тлумачу,
найкращому з-поміж людей –
у вищій насолоді
ані на йоту не відходячи
від стану чистої реальності,
мій Лама проявами незліченними
во благо всього суцього не покладає рук.
Пошліть мені та моїм учням
благословіння досвіду глибокого.*

*Уважно слухай, сину мій Речунгпо.
Осмили все ретельно, Дордже Драк.
Мій юний друже, медитуй
над тим, що ти осмислиш.
На досвіді своєму випробуй
Те, що я повім.*

*Крок перший
на шляху просвітлення –
осмислення того, як то нелегко
здобути рідкісний цей шанс
життя в людському тілі
і в людських умовах.*

*Потім осмислюй смерть і непостійність.
Замислися над тим,
що смерті час непевний
настати може в будь-який момент.
Чи це нормально гайнувати час?*

*Обдумай потім карму,
процес причин і наслідків.
Життя своє переглядай –
як твої недобрі
помисли, слова і дії
призводять до страждань,
а добрі творять добру силу.*

*Після цього думай про страждання
в усіх шести світах самсари.*

*Для захисту
від тих страждань
й заради звільнення
із замкненого кола
шести сфер ілюзій,
бери Притулок в тих,
хто цілком ілюзії здолав –
це є духовний Майстер
і Три Дорогоцінності.*

*Бери Притулок, зрощуй благо,
із себе нечестивість викоринюй,
і офіруй семи-аспектну службу*.*

(*семи-аспектна служба – 1) поклони, 2) офіра, 3) сповідь, 4) співрадіння, 5) мольба до Просвітлених за те, щоб вони обертали колесо Дгарми, 6) прохання, аби вони не зникали назавжди в нірвані, і 7) посвята блага від практики. прим. Лами Кунги)

*Позбутися невідання не зможеш,
яке ув'язнює в самсарі,
якщо не розпізнаєш
справжнє своє єство.*

*Якщо на правду прагнеш
свою пізнати суть
і в ній стабільно бути,
мантрою у сто складів**
затьмарення свої
й погану карму очищай,
мандалу*** офіруй
і накопичуй два надбання блага*.*

(*два надбання блага, або накопичення двох видів заслуг: 1) надбання благості, тобто накопичені наслідки самоопанування і

доброчесних думок, мови і вчинків; це стосується т. зв. «відносної бодгічїтти»; і 2) надбання мудрості, що в буддійському сенсі означає глибоке усвідомлення справжньої природи всього; це стосується т. зв. «абсолютної бодгічїтти». Буддійський практик зрощує ці надбання на «шляху накопичення» перед першими пережиттями позамежності в практиці медитації. Тому ця підготовча стадія практики Дгарми по-тибетському називається «ньондро», що буквально означає «те, що йде найпершим» або «те, що треба найперше перейти» - засадничі практики, - методи, які підготовлюють практикуючого до подальших щаблів шляху Дгарми. Ці підготовчі методи «ньондро» Міларепа й оспівує в цій частині даної пісні. прим. Лами Кунги)

*Потому Гуру-йогу практикуй,
і від усього серця
молися п'ялко й щиро
до свого корінного Лами
та його Роду Передачі.
Свою свідомість возз'єднавши
з просвітленою Майстра,
практикуй щаблі
медитації вмиротворення*.*

(*шіне по-тибетському, шаматха на санскриті. прим. Я.Л.)

*Переходь у практиці шаматхи
від початкової стабілізації уваги
до все глибших і чіткіших
станів зосередження.*

*Природний стан свідомості –
це корінь: він просто виглядає,
та досягнути його важко.*

Після аналізу,
що в слуханні й осмисленні*,
увагу зосередивши на дійсності,
ти зрій у корінь;
це усвідомлення пробуджує
й дає свободу:
виглядає важко,
а досягнути його просто.
(*аналіз, який застосовується в перших двох
фазах «тріади» слухання-осмислення-
медитації)

Цього навчитись слід
в досвідченого Вчителя.
Те, що ти зазнав у медитації,
спровокувало в тобі думку
«А чи мій Лама досягнув
Реалізації вищої за цю?»
Мій сину, така думка –
то лише наслідок
нестачі вивчення і браку досвіду.

Якби такі пережиття від медитації
вершиною реалізації були,
тоді би всі буддійські вчення,
що браму одкривають
до глибших станів усвідомлення,
були би просто маячнею.

Сходження шаблями Дгарми –
так само, як вивчати мову:
чи міг би ти читати,
якби знав тільки першу літеру?
Аби навчитися читати,
найперше вивчи всю абетку.
Подібним чином, якщо прагнеш
ти справді просвітлитися,
в процесі вивчення,

осмислення і медитації
очистись від затьмарень,
заслуги накопичуй
і тренуйся в обох аспектах медитації –
умиротворення-стабілізації*
й глибокого видіння**.
(*«шіне» по-тибетському, «шаматха» на
санскриті.
**«лхактонг» по-тибетському, «віпаш'яна» на
санскриті. прим. Я.Л.)

Твоє сьогоднішнє «ос'яяння» –
це лиш прояв глибокого зосередження,
один з аспектів практики шаматхи –
річ засаднича.
Розпізнавай це таким чином:

На цьому початковому етапі
стабілізація ментальна,
без зрушення уваги
від об'єкту зосередження,
є засобом зупинення
плину концепцій;
це зветься «вмиротворення».
Це зосередження
є кількох видів:

Цього ранку твоє
пережиття «реалізації»
було цим видом зосередження,
що зветься
«Умиротворення, що ясність проявляє».
Воно безпосередній прояв
стабільності ментальної.
Проте є й глибші, тонші рівні
стабілізації свідомості
і зосередження уваги.

Чимало нині «медитації знавців»
вважають, що, мовляв,
стабілізація свідомості –
то медитація «умиротворення»,
а ясність усвідомлення –
то медитація «глибокого прозріння».
Так вважати – глупота.

Енергія, виразність, ясність,
яскравість, чистота
незрушного умиротворення
є природна ясність медитації шаматха.

Стабілізуючи увагу так,
збирай нектар глибоких настанов.
Уважно вслухайся і вивчай,
чого тебе навчає
досвідчений твій Лама.
А практикою всього життя
поєднуй зосередження, шаматха
й осмислення глибоке, віпаш'яна.

Ти співчуття і порожнечу
поєднуй вміло.
Із чистим наміром,
що співчуттям-любов'ю
націлений на просвітління
заради всіх істот,
і з усвідомленням просторим,
яке не губиться ні в чому,
молися й медитууй
невтомно, наполегливо.

Із ясним розумінням
ключів до брами медитації,
крокуючи щаблями шляху,
невпинному, як течія ріки,
вершітимеш дороговкази шляху.

Тоді тобі розкриється чимало
рівнів усвідомлення,
а поверхневі слої явищ
ти сприйматимеш,
як гру ілюзій, сновидіння;
процес ж взаємної залежності –
як внутрішню динаміку
енергій всього суцього.
Тоді воістину й побачиш,
що все взаємобутнє і порожнє –
без жодного коріння,
без само-суцї самості,
без жодної реальної основи.

Тоді на правду й осягнеш,
що в своїй суті
всі істоти – будди,
усі без винятку
безмежну й невимовну
буддову природу мають.
Тоді ти зрозумієш,
що навіть поняття
«самсара» і «нірвана»
насправді не існує.

Таке осягнення природи справжньої
зветься справжнім розумінням.

Різні прояви і стани
односерованого зосередження –
то просто є переживання медитації.
Коли вони призводять
до конфронтації з метою –
це проблиски реалізації.
Коли ж реалізацію удійсниш
справжню ту,
яка воістину порожня –
вповні вільна від рутин
концепцій-ототожнень, –

*я покажу тобі, мій сину,
приклад того,
як воно є...*

І Міларепа, як ні в чому не бувало, стугонув кулаком у порожній простір перед собою, витворивши такий звук, немов би ударив об щось тверде. Потім, хльоснувши долонею об кам'яну скелю обабіч себе, він залишив у ній чіткий і глибокий відбиток своєї долоні, немов на сирій глині. Той відбиток Джецунової руки й досі є на тому камені в печері.

Речунгпа ж, своєю чергою, зосередився, ввійшов у глибокий стан, як він думав, «справжньої природи ума», який він звідав цього ранку, і в тому стані уперіщив рукою об скелю, при цьому не витворивши нічого, крім різкого болю в своїй руці. Ошелешений, охоплений почуттями сорому за своє зазнайство й великої пошани до Міларепи, він вклонився Джецунові та, стуливши долоні молитовно біля серця, заспівав:

*Вам уклін і слава,
Мій Ламо дорогий.
Ви, Вчителю, працюєте
На благо всіх істот.*

*Внаслідок дещиці блага
З минулих своїх життів,
Я, Речунг Дорже Дракпа,
Зустрів Вас, Майстре мій.*

*Милосердно і терпляче Ви
Навчаєте мене святої Дгарми,
Глибокі настанови
З підготовчих практик,*

*Що розчищають перешкоди
Й творять благодать.*

*Сьогодні вранці я спромігся
До певної стабільності уваги
В намаганні освоїти основу
Шаматхи й віпаш'яни,
Й мені здалося,
Що той глибокий стан
І є вершина медитації.
І так я, недотепа, возгордився.*

*Ви ж, Майстре, читаєте думки,
У недосвідченому розумі моєму,
Як у відкритій книзі.
Немов із катапульти, своєю
Мовою благословенною
Ви вразили мене й пожбурили
З вершин моєї пихи.*

*Ви витягли мене
З болота мого чванства,
Багно зазнайства змили з мене,
І променями милосердя
Імлу невідання розвіяли,
Розкривши, наче на долоні,
Сум'ятливий мій розум.*

*Не знаю, як Вам відплатити
За Вашу доброту,
З якою Ви ввели мене
В свідомості природу.
Аби віддячити,
Вам офірую свої тіло,
Мову й ум,
І практикувати буду так,
Як Ви накажете.*

*О Майстре дорогий,
Згляньтесь милосердно наді мною!
Обережіть мене своєю добротою!
Як тінь за тілом слідує,
Хай завжди буду з Вами.*

Тоді великий Джецун промовив:
-- Отож бо й воно, мій сину. Суцці істоти шести сфер є в полоні невідання; прив'язуючись до ілюзій, вони самі збивають себе з пантелику. В чому, присуті, полягає їхнє замішання? Вони сприймають як окреме те, що не є окреме, вони сприймають як само-сущє те, що існує не саме по собі, а є взаємозалежне з усім іншим, вони вважають за справжнє те, що не є таким. Через цю помилковість сприйняття, істоти носяться, безпорадні, хвилями океану самсари, гонимі вітрами своєї карми.

Я поясню тобі цей плін зі середини, - продовжив Джецун. - Істоти блукають зачарованими колами самсари через дванадцять причинно-наслідкових ланок взаємозалежного виникання*. Найпершою ланкою в цьому процесі є невідання, себто неусвідомлення справжньої суті явищ і подій нашого життя. Таке неусвідомлення – первинна умова синтезу елементів самсарного існування. Цей процес включає в собі, крім інших ланок взаємозалежності, також неминучі страждання народжень, старіння, хвороб і смерті, з подальшим новим перенародженням і так далі коловоротом самсари.

Позаяк, цей процес можна виправити й, далєбі, звільнитися з коловороту

непорозумінь і мук. Для цього й слугує практика Буддової Дгарми.

Найпершим у практиці Дгарми має бути осмислення й розуміння того, наскільки то рідкісно й важко отримати шанс людського життя з його потенціалом і умовами; потім – осмислення того, що такі можливості й привілеї людських умов стаються лише раз на сто перенароджень; вони, як і все інше, проминальні. Потім необхідно споглядати й осмислювати непостійність усього, зокрема, що смерть є неминуча й непередбачувана, її час непевний. Мусиш добре замислитись над фактом того, що не знаєш, де перенародишся після смерті. Оскільки ми залежимо від наслідків того, що думаємо, мовимо і робимо, то конче необхідно споглядати й осмислювати також карму - причинно-наслідкову динаміку наших думок, емоцій, слів і дій.

В силу своєї недоброї карми більшість істот народжуються в нижчих світах. Ті сфери є воістину злощасні, проте навіть і вищі світи є зрештою стражданням за природою своєю. Необхідно ретельно осмислювати і зрозуміти загальні та специфічні хиби самсари і страждання в ній.

Спеціальним Притулком для захисту від хиб і мук самсари є Три Дорогоцінності: перше, дорогоцінний досконалий Той, Хто Цілком Пробудився - *Будда*, який своєю особистою свободою від самсари здатний провадити істот до просвітлення; друге, дорогоцінні

настанови Пробудженості – Дгарма глибоких учень, святих текстів, звільнення від страждань як реалізації тих учень, і шлях, який веде до цього; третє, дорогоцінна спільнота Пробуджених і тих, хто йде шляхом Пробудження – Сангха духовних воїнів, *бодгісатв*: вони, покладаючися на перші дві Дорогоцінності, плекають шляхетний чин подвижництва на благо всіх істот, стан чистого наміру *бодгічїтти* – намір просвітлитися не лише задля власного спасіння, а перш за все заради допомоги всім сущим.

В основі Трьох Дорогоцінностей є духовний Майстер, Лама. Він учитель, що передає святу Дгарму, провідник до свободи від самсари, він веде до Саду Звільнення, він лікар, що зцілює від недугів трьох отрут** (****три отрути – прив'язаність, осоружність і байдужість. прим. Я.Л.**), він є ліки, що розчиняють катаракту невідання, дзеркало, що чітко відображує те, що корисне і що некорисне для розвитку, перлина, що сповнює сокровенні бажання й наділяє всіма вищими і звичайними силами. Зокрема, він справжній – духовний - товариш, доброта якого незрівнянна.

І Міларепа заспівав:

*Лама є Будда, Лама є Дгарма,
Лама також – то Громада свята.
Духовний Учитель – корінь усього.*

*Великий Майстер Наропа сказав:
«До того, як постав Учитель,
Навіть поняття «будда» не було».*

*І навіть сонмища божеств
За тисячі еонів
Всі поклались на
Просвітлених Майстрів.*

*У всіх святих писаннях сказано,
що Вчитель уособлює Триратну*.
(*Триратна - Три Дорогоцінності)*

-- Тож, - продовжив Міла, - брати Притулок у духовному Майстрові й у Триратні є наріжним каменем усієї справжньої Дгарми.

Потім, усвідомлюючи те, що самсара є в'язницею, зрозумій, що всі ув'язнені в ній істоти є нашими батьками – вони давали нам життя і дбали за нас впродовж незліченної кількості життів від часів, що без початку. З любов'ю і співчуттям до них, зтягнутих у вирі самсари, викохуй *бодгічїтту* – свідомість пробудження й чистий намір просвітлитися заради того, аби допомагати всім істотам таки пробудитися.

Потім загнуждай велику хвилю практик, що націлені на просвітління: три основні практики шляху* (***три основні практики шляху – 1) етична поведінка, 2) медитативне зосередження і 3) мудрість прозріння в суть явищ. прим. Лами Кунги**), чотири безмежності бодгічїтти** (****чотири безмірності бодгічїтти – безмежна любов, безмежне співчуття, безмежне співрадіння і безмежна рівнозначність. прим. Я.Л.**), і шість параміт*** (*****шість параміт (шість позамежних досконалень) – щедрість, дисципліна етики, терпіння, радісне**

зусилля, зосередження і мудрість. прим. Я.Л.). Таким чином накопичуй два види надбань**** (******два види надбань** – надбання блага (доброї сили) і надбання мудрості. прим. Я.Л.) і очищуйся від обох видів затьмарень***** (*******два види затьмарень: 1)** т.зв. «емоційне затьмарення» - затьмарення свідомості негативними почуттями і думками – негативні ментальні стани, які потьмарюють нашу справжню природу, що в суті своїй чиста; і 2) т.зв. «розумове затьмарення» - затьмарення ума хибними поглядами і концепціями, які потьмарюють наш вроджений стан цілковитого пробудження. прим. Лами Кунги).

Зокрема, що стосується шести позамежних досконалень: щедрість, етична дисципліна й терпіння – це засоби, що накопичують надбання блага; зосередження і мудрість – засоби, що накопичують надбання мудрості. Ентузіазм зусилля інтенсифікує та посилює обидва види засобів. Найвища, позамежна мудрість – це буддова природа – справжня природа нашої свідомості. Той, хто прагне розкрити й реалізувати її, має добряче постаратися в практиці цих умілих засобів.

Взявши Притулок, під проводом кваліфікованого Лами учні – вони ж бо вмістилища Вчення – мають розвивати в собі бодгічїтту й накопичувати надбання блага й мудрості, зокрема офірою семи-аспектної служби і практиками гуру-йоги, офірою мандали, молитвами й таке інше. Аби очиститися від заблокувань і від поганої карми, треба медитувати Ваджрасатву й промовляти його мантру.

Практикувати ці засадничі методи Дгарми треба багато місяців і навіть років – старанно, наполегливо, доки не з'являться вагомні знаки зрушення і розвитку. І навіть після того, як такі знаки проявляться, все одно надалі муситимеш досягати спонтанне зосередження поступовим процесом дедалі більших і глибших рівнів реалізації, підґрунтям яких є бодгічїтта і накопичення блага.

Назагал, початківці досягають ментальної стабілізації поступово: спочатку їхній плин думок – як гірський потік, наче водоспад. Що більше розум заспокоюється, зосереджується і стабілізується, зокрема в медитації *вмиротворення (шаматха)*, то більше увага набирає здатності щораз глибше й триваліше зосереджуватися на об'єкті медитації. Це називається *ментальною стабілізацією*. Це основа для подальших рівнів медитації. Без ментальної стабілізації немає поступу в практиці Дгарми. Якщо в такому стані зосередження практикуючий заглиблений у стан відсутності думок, однак при цьому не є виразно свідомий, це називається *затьмарене вмиротворення*. В такому стані є хвилі збудження і летаргії, всуміш із шаблонами мислення та опису того, що постає в сприйнятті* (*у буддійській медитації, зокрема в шаматха, увага має бути як правильно настроєна струна на гітарі – ні надмірно напружена, ні занадто відпружена. **Збудження**, за термінологією буддійської медитації, - це надмірна «натягнутість», збуджена психіка і розпорошення уваги, яка

відволікається від об'єкту медитації і втрачає усвідомлення. **Летаргія** - це надмірна «розслабленість», кволість психіки, несвідоме «занурення» в об'єкт уваги і, відповідно, теж втрата усвідомлення в стані психологічної «сплячки». **Шаблони мислення** – це звичка розуму автоматично (в неусвідомлюваному внутрішньому монолозі) називати й описувати об'єкти уваги. Це риси самсарного – себто неусвідомлюваного і неусвідомлюючого – розуму. прим. Лами Кунги і Я.Л.).

Виразність, осяйність, оголеність, чистота, чіткість, ясність і усвідомленість у стані природного зосередження ума на будь-чому, до чого скеровуєш увагу, є просто рисами природного світла *вмиротворення*. Деякі з тих, хто практикує медитацію, вважають, що таке природне зосередження ума в стані без думок і є *вмиротворенням* (шаматха), а ментальна ясність і усвідомленість цього стану є *глибоким прозрінням* (віпаш'яна). Такі «знавці» не розуміють різниці між зосередженням і мудрістю.

В чому полягає ця різниця? Я вже пояснив зосередження, що містить у собі вмиротворення. А мудрість, що містить у собі глибоке прозріння, розвивають таким от чином:

Так звана *сфокусовуюча* медитація – це аналітична медитація, в якій повторно, з різних сторін, осмислюєш хибні припущення, що можуть поставати в процесі слухання й осмислення вчень Учителя. Таку аналітичну медитацію конче необхідно поєднувати з попередньо розвиненим зосередженням умиротворення. Мета такого

медитативного аналізу полягає в тому, щоб глибоко – всім єством, а не лише інтелектом – *розуміти* справжню природу того, що є. Різні ментальні стани та «незвичайні» прояви, які можуть ставатися в свідомості, що зосереджена в адекватному розумінні справжньої природи, і що стабілізована в стані правильного – виразно свідомого – вмиротворення, є *знаками розвитку*. З таким досвідом практики, безпосереднє актуальне задіяння мети, якою є природний стан, є початком справжньої *реалізації*. А для цього, хлопче, тобі ще треба добряче попрацювати.

Отож, основою є віра, підмогою – енергійні зусилля, протиотрутою – надбання блага й очищення від затьмарень, безпосередньою причиною є сполучення методу й мудрості, другорядною причиною – практика шляхів «накопичення» і «застосування». Коли в силу цього стаєш на шлях «видіння», воно стає безпосереднім переживанням мудрості глибокого прозріння. Так навчав чудовий Марпа. Процеси шляхів «видіння» й «медитації», а також щомиттєвої спонтанної Магамудри, я розтлумачу тобі, сину, коли на це прийде час у твоєму розвитку.

І Міла заспівав:

*Вклоняюсь Марпі Чудотворцю,
Найкращому з-поміж людей!
Самій лиш Його вигляд
Віру викликає;
Його могутній голос
Пробуджує свідомість;*

*Його ум виразно сприймає
Вільну від концепцій позамежність.*

*Вклоняюся до Ваших ніг,
Марпо Перекладачу,
Незрівнянний праведник з Лодраку,
Безмежно добрий Вчителю,
Майстерний тлумачу, наділений
Великим милосердям.*

*Вклоняюся до Ваших ніг,
О витончений знавцю мов,
Із оком мудрості всевідання,
Співчутливо милосердний,
Здатний дарувати
Істинний Притулок.*

*Я й усі мої теперішні
Й прийдешні учні,
Послідовники Вашого
Роду Передачі,
Спраглі дару благословінь
Від Вас для доброї практики.*

*Молю вас, Майстре мій –
Згляньтеся над нами
Очима й серцем
Співчуття та мудрості!
Батьку, з Вашого палацу
Чистої реальності
Полиньте до нас
На крилах любові!
Благословіть наші тіла
Своїм тілом.
Благословіть наші мови
Своєю мовою.
Благословіть наші уми
Своїм умом.
Отче, Вас молю – благословіть!*

Під впливом благословінь Міларепи та його Роду Передачі, закладених Джецуном у вчєння й піснї, свідомість Речунґпи осяялася прозрінням гарної сили, яке перевершило його попередню «реалізацію». Він подвоїв свої зусилля в практиці Дгарми і мав поступ у своєму духовному розвитку.

РОЗДІЛ ДВАНАДЦЯТИЙ КОГО НАЗИВАТИ ЙОГІНОМ

Намо Гуру! Вчителю слава!

Одної гожої днини, як Джецун Міларепа медитував на Багряній Скелі в Гунгтхангу, до нього завітав чоловік, який назвався йогіном.

-- Звідкіля ти? – запитав його Міларепа.

-- З князівства У, - відповів той. – Начувшися про Джецуна Міларепу, я подався його шукати. Це Ви Міларепа?

-- Так.

-- Прекрасно. Ламо, - звернувся йогін до Міли, - мене дивує, як Ви можете спокійно бути в цій моторошній глуші. Вам тут не лячно?

-- Ну, якщо практик Дгарми боїться бути в безлюдних горах, то він не звідав смаку справжньої йоги, а називатися йогіном не може й поготів, - відповів Міларепа. - Якщо хочеш іти шляхом буддійської йоги, найперше мусиш у процесі вивчення й осмислення визначити собі мету – природний стан, сутнісну природу свідомості-ума. Потім, отримавши суттєві настанови від досвідченого Лами, й не слідуючи за плином думок та ігрищ концепційного розуму, наполегливою роботою над собою маєш реалізувати мету практики *вмиротворення* та медитації *глибокого прозріння* в суть природи ума. Такий от практик заслуговує на те, щоб називатися йогіном. А хто тиняється по містам, не маючи досвіду медитації та, прохаючи милостині, коять усе, що їм заманеться, прикриваючися личиною «тантричної вольності», то є шарлатани – дурять себе й інших. Послухай-но:

*Пане Дгарми доброти несхитної,
великий Марпо Тлумачу,
благаю Вас – благословіть!*

*У стані Магамудри
справжній йогін не боїться
навіть смерті
свого тіла ілюзорного.*

*Він ясно усвідомлює,
що явища усі – ілюзія,
тож справжній йогін не боїться
навіть бісів найпідступніших.*

*Він переміг в собі
чіпляння до цього життя,
тож справжній йогін не боїться
навіть цілковитої руйнації
усіх трьох сфер.*

*Він здатний навспак обернути
плин бодгічїтти в лотосі*,
тож справжній йогін не боїться
навіть смерті й переходу
в інші виміри буття.*

(*це стосується практики *кармамудри*. Див. розділ «Кармамудра». прим. Я.Л.)

Йогін схвально закивав головою:

-- Чудово, Джецуне Ламо. Повідайте, будь-ласка, про те, як проявляється світ.

На те Міларепа заспівав:

*Вклоняюсь істинному Ламі,
Який мені як на долоні
Ілюзорність усіх явищ показав.*

*Чи знаєш, друже,
Що таке є прояви?
Я тобі повім.
Всі явища – це те, що проявляється;
Непробудженим істотам вони
Являються самсарою,
А для пробуджених вони –
Осяйна дгармакая.
Коли усе, що постає,
Сяє дгармакаєю –
Це найвищий Погляд.
Завжди його плекай.*

*Чи знаєш, друже,
Як плекати ум?
Я тобі повім.*

Свій ум ти не гвалтуй
І не маніпулуй.
В кайдани контролю
Не сковуй його.
Розслабся, як дитя мале.
Будь наче море під час штилю,
Як лампа, що себе освітлює,
Як бездиханний труп.
Звільни свій розум
Від неспокою думок.

Чи знаєш друже,
Як думки сприймати?
Я тобі повім.
Як сила сонця
Розчиняє темряву,
Так в світлі ясноту усвідомлення
Зникають звички-помисли.
Сприймай думки як сон,
Що без реальної основи.
Сприймай їх як відлуння.
Сприймай їх як веселку,
Що ясно проявляється,
Але несубстанційна.
Сприймай їх наче
Неділимий простір.

Чи знаєш, друже,
Як досвід виправляти?
Я тобі повім.
Хоч би який був сильний вітер,
По-суті він порожній.
Хоч би яка висока хвиля здійнялася,
Вона частина моря.
Хоч би які рясні чорніли хмари,
Вони лиш прояв неба.
Щоб споглядати ум-у-русі,
Застосовуй метод
Осідлання прани своєю свідомістю.
Як злодії-думки крадуть у тебе
Силу усвідомлення,
Задіюй метод
«Розпізнання злодія».
Як ум відволікається –
То метод «Птаха на човні у морі»*.
(*стосовно цього методу дивіться примітку
в розділі «Посвячення схоласта». Я.Л.)

Чи знаєш, друже,
Як практикувати?
Я тобі повім.
Так практикуй,
Як воссідає лев.
Так практикуй,
Як лотос виростає із багна.
Так практикуй,
Як слон, що збожеволів –
Без жоднісіньких гальмів.
Так практикуй,
Як чистим і прозорим
Є гірський кришталь.

Чи знаєш, друже,
Якими будуть наслідки?
Я тобі повім.
Дгармакаая – «тіло» Дгарми –
Проявиться неконцепційністю.
Самбгогакаая – «тіло» насолоди –
Сяючим блаженством.
Нірманакаая – «тіло» еманациї –
Чіткістю і ясністю.
Свабгавікакаая – «тіло» сутності –
Одвічною шуньятою*.
«Три тіла» - для тих, хто розділяє,
Тим не менше, в дгармакаї
Немає жодного розподілу.
(*шуньята (санскрит) – порожнеча. Я.Л.)

Погляд, плекання, сприйняття,
Виправлення, практика і наслідки –
Такі шість компонентів
Йогічної практики.
Ти це второпав, йогіне?

Натхненний почутим, той чоловік
вклонився Міларепі та попрохав у
нього посвячення і настанов з
практики Дгарми. Кажуть, він став
добрим йогіном, добре практикував
Дгарму й досягнув вищої реалізації.

РОЗДІЛ ТРИНАДЦЯТИЙ
КЕБЕТЛИВА ГАРПІЯ

Намо Гуру! Вчителю слава!

Одного разу, погостювавши з тиждень у Н'янангу, Міларепа помандрував до Ріво Пальбару й оселився в печері біля Лінба. З правого боку від його сидіння була щілина в стіні. Якось, медитуючи вночі, Міларепа почув звідти тріскіт. Джецун підвівся, підійшов до шкалубини, зазирнув у неї і, нічого там не побачивши, повернувся на своє сидіння далі медитувати. Зненацька з тієї шпари засяяло потужне проміння світла. В ньому з'явився червоний вершник на чорному олені, який вела вродлива жінка. Вершник під'їхав до Міларепи, нахилився і так стугонув його ліктем у груди, що в Міларепи дихання забило. Чоловік з оленем щезли, а красуня одразу перетворилася на червону собаку. Загарчавши, вона люто кинулася на Джецуна і вчепилася зубами йому в ногу. Міларепа здогадався, що це місцева демонія Драк Сінмо, і заспівав їй таке:

*Мій Ламо дивовижний,
вклоняюся Вам!*

*Ах ти злюко, гарпія,
Драк Сінмо з Лінба Драк.
То красуня ти жагуча,
То розлючена потвора –
Тобі приспичило нашкочити мені?
Стривай, ніж гризти мою ногу,
Послухай-но цю пісню.*

*Ой на сході, та й на горі високій
Всіх звірів пані, левиця снігова.
Вона не їсть зіпсуту падаль.
Коли вона на стрімкій скелі,
Там буревію не насилай!*

*Ой на півдні, та й у густому лісі
Гірська тигриця, переможниця.
Коли вона, галантна і безстрашна,
Крадеться вузьким шляхом,
Пастку на неї не став!*

*Ой на заході, та й у синьому морі
Царівна риба з білим черевцем,
У воді грайлива.
Як вона шукає їжу,
Ятра не лаштуй!*

*Ой на півночі, та й на Багряній Скелі,
Велична орлиця, царівна всіх птахів,
В небі високо літає.
Як вона їжу виглядає,
В сільце не лови її!*

*Ой у печері, та й у горах високих
Я, Міларепа, йогін мандрівний.
З бодгічіттою у помислах і в серці
Вправляюсь в медитації
На благо всіх істот.*

*Націлений на те, аби тотально
Просвітлитись ще в цьому житті,
День і ніч невтомно медитую.
Драк Сінмо, мене ти не кусай.*

*О, бідолашна химороднице!
Чи ти второпала, що я співаю?
Творити зло – діяння неблаге,
Це тяжка карма, пагуба гірка!*

*Аніж мені шкодити,
Краще б ти замислилась
Про карму невблаганну!*

*Самсара не припиниться,
Доки не збагнеш, що все –
Віддзеркалення ума.*

*Спокою не матимеш,
Доки не збагнеш, що все
Єдине зі свідомістю.*

*Зло ти не здолаєш,
Доки не пізнаєш,*

*Що суть свідомості порожня,
Як простір – без основи.*

*Ти скажена босорканя!
А ну, цю ногу відпусти
Й туди вертайся,
Звідки ти прийшла.*

*Драк Сінмо щезла, проте, вже
невидима, продовжувала тримати
Міларепу за ногу й заспівала йому у
відповідь:*

*А ти, завзятий сину Дгарми,
По цвинтарях ти медитуєш,
Подвижнику буддійський,
Послухай, тобі ось відповідь.*

*Ой на сході, та й гора висока,
Там левиця сніжна
Над звірами всіма панує.
Якби чванливою такою
Не була вона,
Йй жоден буревій не шкодив би.*

*Ой на півдні, та й густіє ліс,
Там гірська тигриця
Пишається своїми перемогами.
Якби своїм хутром
Не хизувалася вона,
То в жодну пастку не потрапила б.*

*Ой на заході, та й синіє море,
Там рибина з білим черевцем
Грайливо витанцьовує.
Якби ж то не була вона
Такою ненажерою,
То в жодні ятра не піймалась би.*

*Ой на півночі, та й скеля червоніє,
Там велична орлиця високо літає.
Якби вона на своїх жертв
Не накидалася так хижо,
То в жодне сільце не піймалась би.*

*Ой у печері, та й високо в горах,
Де грифи загадкові,
Там Міларепа, дивовижний йогін,
І день і ніч невтомно медитує,
На холод і голод не зважаючи.*

*То ти так звану бодгічітту
І в помислах і в серці маєш?
Справді прагнеш просвітлитись
Зо одне коротке це життя?*

*У медитації твоїй
На поверхню спливли
Мислеформи з підсвідомості.
Вони задіяли в твоєму розумі
Концепції про “добре” і “погане”.*

*Скажи мені, буддійський йогіне:
Хіба я, Драк Сінмо,
Перетворилась би
З красуні на потвору,
Якби у розумі твоєму
Не виникла думка:
“О, нечиста сила.”?*

*Хіба могла б тебе вкусити,
Якби в твоєму розумі не було
Концепцій “злюка”, “ворог”?*

*Ти ж, буддисте, мав би знати,
Що явища усі – то мислеформи,
Відображення розуму.*

*Адже концепції - то все,
Що є у розумі, і все воно,
Включно з поняттями
«Добра» і «зла», відносне.*

*Хіба я можу слухатись тебе,
Якщо, так виглядає,
Що ти ума природу ще не розпізнав.
Отож мені не вказуй,
Куди я маю йти і що мені робити.*

*Аякже! Не пізнавши,
Що свідомість –
Без-самісна й порожня,
Ти не подолаєш зла.*

*Аякже! Не пізнавши,
Що все – свідомості частина,
Спокою не матимеш.*

*Якби ти дійсно осягнув
Свідомості природу істинну,
То труднощів і перешкод
Ти не цурався би,
А перетворював би їх
На паливо практики.*

*Якби своє ество
Ти запізнав воістину,
То все потороччя й демонів
Ти присмиряв би
І з них робив би ангелів.
Тоді б навіть я, Драк Сінмо,
Тобі радо вклонилася.*

*Так виглядає, що ти
Все ще не просвітлений,
Й достоту ще не розпізнав
Неконцепційну суть свідомості,
Ти ще не розкусив той факт,
Що зло й добро відносне,
Ти ще не втяв
Найтонші свої ілюзії.*

Міларепа здивувався кмітливості
демониці. У відповідь він заспівав їй
пісню “Алегорії пізнання”:

*Ах ти кебетлива відьмо
Драк Сінмо!
Хоч я всюди побував,
А такої пісні ще не чув.
Навіть якби сто схоластів
Разом тут зібралися,
Нічого розумнішого
Вони не змудрували би.*

*Твої слова, чаклунко,
Як спис із золота –
Разять у саме серце.
Ти розігнала
Пітьму мого невідання!
Розкрила лотос мудрості!*

*Ти запалила
Світоч усвідомлення!
Хвала тобі, відунко мудра!*

*Споглядаючи, як
В світлі усвідомлення
Думкі тануть, розчиняються,
Дивлюся в порожнечу –
Не боюся ілюзорності.*

*Споглядаю сонце й місяць
І зрію саяво сутності –
Не боюсь ні в'ялості, ні збудження.*

*Споглядаю верхи гір
І звідую незрушне зосередження –
Не боюся змінності і плину.*

*Споглядаю течію ріки
І медитую плинність всього суцього –
Не боюся нігілізму.*

*Споглядаючи, немов веселку,
Ілюзорні прояви,
Осягаю ідентичність
Форм і порожнечі –
Не боюся абсолютності.*

*Споглядаю образ місяця в воді,
Запізнаю само-осаяйність
Нечіпляння –
Не боюся марива дуальності.*

*Споглядаю суть
Свідомості-ума,
Що одвічно усвідомлює,
Ясно виджу
Світлосаяйність розпізнання –
Не боюся мороку невідання.*

*Ти, яга, так виглядає,
Доктринами буддизму є підкована,
Та чи спізнала ти
На власному досвіді
Природу свідомості,
Яку ти оспівала?
Яким чином своє “розуміння”
Ти на ділі втілюєш?*

*Чимось іншим, крім сваволі,
Це проявилось в тобі?*

*Ти маєш гострий розум,
Та передчасно
Відкинувши “умовності”,
Ти опинилася у пастці нігілізму.
Ти інтелектом заторкнула
Істину відносності,
Втім не дозріла
До глибшого знання цієї істини;
Тому творити зло а чи добро –
Для тебе все одно.
На совість наплювавши,
Поринаєш у багно самсари –
Іронія твоя цинічна
Звідти тебе не витягне.
Законом карми нехтуєш,
В добро не віриш, саркастична,
Ти зурочуєш страждання
І собі, і іншим.*

*Ти, грішна демоніце,
Всерйоз сприйняла
Мою тобі хвальбу?
А я ж із тебе кепкував.
Ти наче знаєш один бік істини –
Про порожнечу та відносність всього,
Проте другу її сторону –
Закон карми і взаємної залежності –
Ти до уваги не береш;
Тому хоч і кмітлива,
Підвладна є цинізму й пристрастям.*

*Та краще б ти
Свою тямущість спрямувала
На те, аби проникнутися Дгармою
Не тільки інтелектом, а й глибше.
Хай ти щиро вознаміришся
Практикувати Дгарму вірно
Й просвітлитися
Заради всіх істот!
Нехай твій намір пробудитися
І спочуття мое так поєднуються,
Щоб стала ти моєю ученицею!*

Драк Сінмо вразилася силі
милосердя, з якою Міла заспівав цю

пісню. В ній почала зароджуватися
віра. Вона відпустила ногу Міларепи і,
все ще невидима, заспівала гарним
голосом:

*Через заслуги в минулому,
ти, удатний йогіне,
зрікся марноти й потужно нині
Дгарму практикуєш.
У тобі я відчуваю
таке велике співчуття, яке
навіть мене узяло за живе.*

*Я була послідовницею
Роду Передачі
великого Падмасамбгави*.
Із його вуст я чула вчення Дгарми.
А втім, хоч я й наслухалась
чимало про Тантру і Дзогчен
і начиталася святих писань,
і в громаді Санґхи набулася,
пристрасті й бажання
мною й далі панували.*

*Я мала добрий намір,
та видно – недостатньо чистий.
Хоч мотивація моя була возвишена,
від прив'язок і бажань
нікуди я не ділася.
Невситна, я гасаю в просторі
й тиняюся по всій Землі,
жадаю крові, плоті й млості –
потребую вдоволення.*

*Я літавиця-перелесниця –
вкрадаюся у свої жертви:
хтивістю нутро дівчат лоскочу,
жагою кров хлопців роз'ятрюю,
у людей розпалюю пристрасті,
збурюю неспокій та чвари.
Споглядаючи ті мелодрами,
я розважаюся.*

*А втім – не все таке вже чорно-біле:
я не завжди творю каверзи;
іноді помагаю йогам і йогіням,
коли я в доброму настрої.*

Мій дім є в Лімба,
власне – в цій місцині.
Авже ж - ти, Ламо,
в мене тут гостюєш.

Отакі є мої крутні.
Я їх визнаю.
Цю пісню заспівала я
на знак мого примирення з тобою.
Це, так би мовити, моя тобі офіра.
А в цій печері ми можемо
вдвох добре розважитись.

Міларепа подумав: “Ї гординю
треба приструнити”, і заспівав:

Уважно слухай, химороднице.
Гуру Рінпоче* – бездоганний;
ти, Його учениця –
недбала, нікудишня.
Лише слухать проповіді Дгарми
і зачитуватись ними,
не практикуючи
почуте і прочитане –
це як туману напускати
велемудрими словами:
нічого путнього.

(*Гуру Рінпоче (Безцінний Вчитель) – так
тибетці називають Падмасамбгаву. прим.
Я.Л.)

Самі слова свідомість не очистять.
Аби був справді благодатний
вплив на серце і на розум,
між теоріями і повсякденням
має бути живий зв'язок практики.

Через погані каверзи,
які ти накоїла,
скидаючи це на “відносність усього”,
ти зламала тантричну сам'яю,
яку взяла від свого Майстра.
Через це ти народилася
невситною перелесницею.
Хтивим своїм тілом
блукаєш по гробовищах
із упирами й відьмами,

хитрою мовою дуриш наївних,
розум твій покорчений цинізмом.

Гадала ти, що лиш почувши
вище вчення
поза межної неконцепційності,
можна нехтувати законом карми.
Закон причин і наслідків ти ігноруєш,
не дбаючи про те,
аби добро творити,
сама себе пошила в дурні –
воплотилась “розумною” демоницею.

Не зрозумівши
вищих вчень неконцепційності,
ти нехтуєш засади Шляху –
не виплекала в серці
зречення, жертовність і любов –
основу Дгарми, без якої
духовність – балачки порожні;
гадала ти, що бодгічітта –
то “всього лише концепція”.
Чародійством Ваджраяни
зловживала ти,
не закріпившись у міцному ґрунті
віри, дисципліни й милосердя.
Отак сам'яю ти тантричну поламала
й кармічно заслужила долю,
якою тепер караєшся.

Однак розкаятись усім нутром
і твердо заректись
зла більше не творити
ще не пізно.

Тобі кажу я щиру правду,
немає чого хитрувати.
Як лев я є безстрашний,
як слон – прямолінійний,
як божевільний –
не ховаюся за масками.

Опам'ятайся, відьмо!
Візьми обітницю
практикувати святу Дгарму.
Зароди в своєму серці бодгічітту
і намір навчатися в мене,
тобі ж во благо, перелеснице!

Драк Сінмо з'явилася Міларепі у
своїй звичайній формі й тужливо
заспівала:

*Із Будд усіх,
Найголовніший – Ваджрадгара,
Владика Дгарми пречудової,
Де бодгічтга є
Наріжний камінь.*

*Хоч би як мене Ви,
Майстре, називали –
Гарпія, яга, химородниця, -
Я таки маю в собі благо,
Бо Вас зустріла!
І розумію, про що Ви співаєте!*

*Напочатку я присяглася Вчителю
Виконувати Його настанови.
Я Дгарму слухала й вивчала.
Та коли прийшла пора медитувати
Над тим, що чула я і вивчила,
Натомість собі я потурала
У плотських насолодах
Під личиною
“Тантричної практики”,
А через це вдавалася
До кепських дій
І накопичила карму недобру.
В дієвість карми я не вірила,
Та моя зневіра її не знедійснила:
Я не опанувала своїх пристрастей,
Ба більше – їх лише помножила,
То ж по смерті народилася
В цій невситній формі перелесниці.*

*Напочатку – романтика
Ідеалів самопізнання
Й допомоги всьому суцшому.
Посередині – недбальство
У внутрішній роботі
Й перекручення Вчення
Собі на догоду.
Як наслідок цього –
Я повторно творю казнащо,
Ув'язнена в такій злощасності.*

*Торік Ви, йогіне,
Тут заявилися.
О, як саможертвовно
Медитували Ви у цій печері
Весь час насамоті!
Іноді Ви мені подобалися,
Іноді – ні.
Іноді я кохала Вас,
Іноді – ненавиділа.
Тому, що Вас хотіла,
Сьогодні я з'явилася.
Тому, що Вас боялася,
Я Вас вкусила.
І каюся тепер за це.*

*Віднині, Вчителю,
Зрікаюся усіх
Порочних помислів і дій
І обіцяю вправлятися в Дгармі.*

*Перед Вами, Ламо мій, клянуся
Служити буддизмові вірою й правдою.
Молю Вас: захистіть мене від нападів
П'яти отруйних демонів*!
(*“п'ять отруйних демонів” – “отруйні”
емоції, які в буддизмі узагальнюють у п'ять
основних видів: апатія, бажання,
осоружність, гординя і заздрощі – прим.
Я.Л.)
Зрікаюся всієї скверни
Усіх недобрих помислів і дій.
Беру Притулок в Вас
І в Трьох Дорогоцінностях,
Та покладаюся на Ваші настанови.
Присягаюся: віднині
Й до вищого просвітлення
Я захищатиму тих,
Хто практикує Дгарму.*

Скінчивши співати, Драк Сінмо ще
раз поклялася Міларепі, що нікому
більше не робитиме зла і захищатиме
тих, хто медитує. Аби більше
навернути її на шлях Дгарми, Міла
заспівав:

Шляхетного Лами нащадок,
я зрікся самсари.
В мені – вчення Дгарми.

Дивлюся в суть ума.
Втілюю на практиці
дух Будди Гаутами:
медитую порожнечу –
вищу бодгічїтту,
і відносну – співчуття-любов.

Понад усе для мене – добре серце.
Терпляче я опанував
свої думки недобрі.
Хоч би яких висот сягав,
завжди медитую,
завжди усвідомлюю.

Ти тепер щаслива, Драк Сінмо?
Твій намір змінитися на краще
гідний є пошани,
проте завчасно не втішайся!

Будь уважна! Усвідомлюй!
Свої емоції й думки лиш споглядай –
не йди за ними.

Будь уважна! Усвідомлюй!
Демон твого ототожнення з «я»
за тебе значно більший.

Будь уважна! Усвідомлюй!
Твоїх бажань примхливий демон
за тебе є сильнішим.

Будь уважна! Усвідомлюй!
Твоєї думок злостивий демон
є впертіший за тебе.

Будь уважна! Усвідомлюй!
Твоїх набутих звичок демон
цупкіший, ніж ти думаєш.

Будь уважна! Усвідомлюй!
Твоїх жадань невстримний демон
затятіший, ніж ти вважала.

Бути демоном – самі страждання.
Зрозумій – насправді
демонів немає,
і зійдеш на шлях Будди.
Впізнай, що демони є проявом
дійсності порожньої,
і рушиш шляхом Звільнення.
Пам'ятай, що демони усі були
твоїми матерями,
і матимеш ти Погляд правильний.
Як розпізнаєш, що по-суті демони –
лише свідомість, що одвічно чиста,
пробудишся негайно.

Осмисли щойно почуте,
медитуй над тим, що осмислиш,
уважно усвідомлюй в кожній дії –
тоді звільнишся
від будь-яких демонів.
Така тобі моя суттєва настанова.

Щоб бути ученицею моєю
мусиш як зіницю ока берегти
обітниці, які взяла на себе.
Ваджраяна – не для фарисеїв!
Не нехтуй бодгічїттою,
без неї ж вся “духовність” –
демагогія.
Плекай у серці чуйність,
любов і співчуття,
не абияк, а відчутно –
на повну силу!

Такі мої тобі умови!
В мене щоб навчатися,
мусиш їх прийняти!
Виконуючи їх, просвітишся.
А знов порушиш обітниці,
то полетиш сторчма
у пекло ваджрове.
Щодоби – тричі вдень і вночі тричі –
в умі повторюй обітниці
й переглядай їх в своїх діях,
чи ти їх не порушила.
О, жагуча відьмочко,
пам'ятай це й практикуй!

*А тепер за тебе помолюся:
Хай ти обітниці
дбайливо триматимеш.
Хай Дгарму сумлінно
практикуватимеш.
Хай перешкоди всі
терпляче долатимеш.
Хай щедро ти плекатимеш
уважне усвідомлення,
любов і співчуття.
Хай будеш ти спокійна,
мудра і щаслива.
Хай станеш ти моєю
доброю ученицею,
тантрична чародійнице,
кохана Ваджрасатви!*

Драк Сінмо розпростерлася до стіп Міларепи, потім обійшла його колом багато разів і щезла.

На той час настав ранок і засіяло сонце. Незабаром Драк Сінмо повернулася зі своїми братами й сестрами – всі причепурені та якнайкраще вбрані. Вони заходилися підносити Міларепі офіри.

-- Накоївши поганих дій, я накопичила погану карму, яка послала мене в нижчу форму буття, - заявила Драк Сінмо. - Рабиня лиховісних помислів, я підбурювала інших на недобрі вчинки. Кепські умисли й бажання спонукали мене зіграти з Вами злий жарт. За це і за всі погані дії я, Майстре, каюся. Я служитиму Вам вірою і правдою. Ламо, нам усім, що тут зібралися, цікаво почути Ваше розуміння Дгарми. Розкажіть нам про вищу істину, яку Ви реалізували практикою Дгарми. Будь-ласка, навчіть нас таємничим доктринам Ваджраяни.

Міларепа мовчки сидів якийсь час, а потім відповів:

-- З того, що я бачу, не всі ви спроможні тепер осягнути вищу істину, а правильно практикувати таємні вчення Ваджраяни й поготів. Ви,

химородники, не зробили навіть того, що вчинила ваша сестра, Драк Сінмо: ви досі не сповідалися в своїх гріхах і не покаялися. Якщо ви дійсно прагнете причаститись до внутрішнього вчення, насамперед маєте поклястися на власному житті в тому, що практикуватимете Буддову Дгарму й не ламатимете обітниць.

Драк Сінмо так і зробила - поклялася на власному житті. Міларепа, втішений її сумлінністю, заспівав їй тихесенько у вухо пісню "Справжня Дгарма і двадцять сім щезань":

*Вам, Буддо у людському тілі,
Дивовижний Марпо,
Низько я вклоняюся.*

*Ти, відунко, прохаєш мене
Заспівати про внутрішнє вчення.
Ти щира й наполеглива.*

*Тож зараз, із вуст у вухо,
Наспіваю тобі вищу істину.
Уважно мене слухай!*

*Хмари, блискавка і грім
Із неба виникають
І в нього назад щезають.*

*Веселка, паволока й імла,
З атмосфери виникають
І в неї назад щезають.*

*Всі фрукти, овочі і збіжжя
З ґрунту виростають
І в нього назад щезають.*

*Всі квіти, зілля і ліси
Виростають із землі
І в неї назад щезають.*

*Всі хвилі, бульбашки і піна
З океану виникають
І в нього назад щезають.*

Думки, концепції та опис світу
Виникають з розуму
І в нього назад щезають.

Самоусвідомлення, самоосяйність
І самонасолада
Виникають зі свідомості
І в неї назад щезають.

Нез'явлення і незникання,
А також невимовність
Виникають із єства
І в нього назад щезають.

Несусвітні виміри, видива і духи
Із йоги виникають
І в неї назад щезають.

Якщо повіриш у "реальність" візій
І тягтимешся за ними,
Ти збочиш у медитації.

Все, що постає в сприйнятті –
Взаємозалежні прояви ума.
Якщо про це не пам'ятатимеш,
Збочиш у медитації.

Всі перешкоди і сум'яття
Так само постають з ума
Й у ньому розчиняються.

Свідомості природу істинну
Коли впізнаєш,
Тоді впізнаєш чисте світло:
Воно ні виникає, ні щезає,
Ні вдосконалюється,
Ні занепадає.

Тоді переконаєшся, що
Прояви усі – то є проекції ума,
Ним помилково сприйняті
Як "справжні" та "окремі".

Тоді ти й запізнаєш
Тотожність форм і порожнечі,
Єдиний смак усього,
Який є недвоїста рівнозначність
Усього цілого буття.

Позаяк, "медитувати" –
Це думка ілюзорна,
"Не медитувати" –
Так само ілюзорна.
По-суті – це одне і те ж.

Розділення єдиної свідомості
На "тут суб'єкт" і "там об'єкт"
Є джерелом непорозуміння
І хибних поглядів.

З погляду найвищого немає
Жодних неумовних поглядів,
І самоті немає жодної,
Яка була би само-сущою.

Ця порожнеча відсутності
Неумовних самосущих ознак
Є справжньою природою
Суті невимовної.

Споглядати це єство уважно
Й бути в ньому усвідомлено –
Це суть буддійської медитації.

Ума природа – наче простір.
У просторі хмари виникають
І в нього назад щезають.
В умі з'являються думки
І в ньому знову розчиняються.

Хоч би які були ті хмари,
Вони простір не заторкують –
За ними небо завжди чисте.
Якими б не були думки і почуття,
Вони не міняють природу свідомості
– Вона одвічно чиста.

Дивися в те, що є
Між думками, поза почуттями –
Це Погляд.

Так дивлячися, ясно усвідомлюй
І не відволікайся –
Це медитація.

*Так усвідомлюючи,
Поводься природно, спонтанно –
Це поведінка.*

*А плід, поза двоїстістю,
Без концепцій жодних і очікувань,
Є просто невимовний.*

*Осмили те, що я тобі повідав.
Розслабся свідомо і ясна
В природнім усвідомленні.*

*Оце тобі, чарівнице,
Мое “божевільне” вчення.
Якщо його практикувати здатна,
То коли голодна, замість плоті
Смакуватимеш велике блаженство;
Коли спрагла, замість крові
Питимеш бодгічїтти нектар;
Замість скороминучих любощів тіла
Звідаєш незрівнянну насолоду
Чистого світла єства.
Тоді на правду допоможеш тим,
Хто Дгарму практикує щиро.*

Драк Сінмо сповнилася ще більшої відданості Міларепі. Разом зі своїми братами й сестрами вона вклонилася Джецунові й багато разів обійшла його колом. Потім духи щезли, як веселка в небі. Відтоді вони слухалися Міларепу, заприятинилися з йогінами та йогінями і служили їм.

РОЗДІЛ ЧОТИРНАДЦЯТИЙ У КОРЧМІ

Намо Гуру! Вчителю слава!
Якось, намедитувавшись на горі
“Північний кінь”, Міларепа
помандрував у напрямку Шрі-рі. По
дорозі, він забрів до постійного
двору в Єру-Ганг. Корчма і двір були
набиті людьми: там були славетний
Лама, геше (доктор філософії) Яру
Тангпа з численним почтом своїх
прислужників і ченців, та заможний
купець Дава Норбу з чималим гуртом
своїх наймитів.

Коли Міларепа наблизився до купця
попрохати в нього подаяння, Дава
Норбу скривився:

-- Біс вас бери! Ви, так звані йоги, всі на
один лад. Ледацюги! Паразити! Ви
непогано влаштувалися на горбах
інших! А чому б вам самим не заробити
собі на хліб? Так було б краще для всіх.
-- Пане, - відповів йому Міларепа, - ви
дійсно так переконані в тому, що є
правильно, а що ні? Та на чому
грунтується ваше переконання? На
відносних цінностях цього світу, в
якому все мінливе? Чомусь ви не
врахували той момент, що ваше
сьогоднішнє щастя перетворюється
завтра на страждання. Послухайте-но
пісню про “Те, що варто пам’ятати”:

*Ви любите мастки й вишукані вілли,
По смерті ж вас буде витурено звідти.
Це варто пам’ятати.*

*Ви любите чванитися
Й поважно говорити,
По смерті ж гонор ваш
Вам зовсім не pomoже.
Це варто пам’ятати.*

*Ви любите свою родину й близьких,
По смерті ви всіх залишите позаду.
Це варто пам’ятати.*

*Ви любите багатство й владу,
По смерті ж ви йдете в потойбіччя
З порожніми руками.
Це варто пам’ятати.*

*Ви любите снагу й здоров’я тіла,
По смерті ж тіло – це
Труп, що розкладається.
Це варто пам’ятати.*

*Ви їжу вишукану любите,
І щоб її було багато,
По смерті ж вона стає
Смердючим гноєм.
Це варто пам’ятати.*

*Ви любите манери
І стиль аристократа,
По смерті ж личина ваша відпаде,
Залишиться лиш гола суть.
Це варто пам’ятати.*

*Міркуючи про це,
Горю бажанням лише те робити,
Що не зрадить після смерті.
Єдине, що в час смерті й після неї
Може допомогти – це Дгарма.
Тому не слідує я вашими шляхами,
Ваші цінності для мене є обман.*

*В корчмі у Єру-Ганг
Я, йогін Міларепа,
Співаю щиро пісню вам
Про те, що варто пам’ятати.
Нехай вона вас спонукає
Замислитися і добротворіти,
Це допоможе вам не лиш тепер,
А й коли смерті в очі глянете.*

Пісня зачепила Дава Норбу за живе.
Спантеличений, купець промовив до
Міларепа:

-- Ламо, ви маєте рацію. Я навіть задумався щойно про Дгарму – вперше за стільки часу. Що мені робити?

У відповідь Міларепа заспівав пісню “Устна настанова”:

*Вам усамітнення pomoже
утвердитись у медитації.
Досвідчений Майстер
бачить вас наскрізь.
Робіть так, як Він каже!*

*Коли ваш ум не має спокою,
медитуйте його суть порожню –
у світлі усвідомлення
слої емоцій і думок
розчиняються самі собою!*

*Якщо розум ваш і серце затверділи,
спростіть своє життя,
пізнайте благодать смирення –
просіть подаяння.
“Тверді” уявлення та звички
розчиняються самі собою!*

*До медитації відчули нехить?
Обговоріть свої проблеми з тими,
хто більш досвідчений у практиці.
Надихайтесь їхнім прикладом!*

*Вас охопили сумніви?
Читайте в сутрах Буддів слова.
Осмислюйте й аналізуйте їх.
Глибока точна мудрість сутр
переконає вас!*

*Вам смуток серце охопив,
ви занепали духом?
Всім серцем моліться
до Майстра свого.
Плин благословінь від нього
та від усіх Пробуджених
наснажить вас
на совісливу практику!*

Купець пройнявся жертовністю до Міларепа і став його учнем. Потім, назовні й далі живучи мирським

життям, Дава Норбу практикував Дгарму і став добрим йогіном.

Ну а що ж доктор філософії, геше Яру Тангпа, про якого було згадано напочатку цієї історії? В той час, як у корчмі Міларепа прохав подаяння, на постоялому дворі доктор Яру проповідував Дгарму зі свого високого сидіння. Його ченці теж часу не гаяли: зранку вони займалися релігійними церемоніями, вдень ліпили торми* і вивчали тексти Дгарми, а вечорами вони читали молитви й медитували.

В пообідню пору Міла наблизився до монахів попрохати в них рештки їхнього обіду. Побачивши його, кілька ченців заходилися голосно перемовлятися між собою:

-- Ви подивіться на цього жебрака!
-- От убоге видовище – зеленошкірий* привид у дранті!

(*стосовно зеленого кольоруу шкіри Міларепа, див. примітку в 4-ому розділі. прим. Я.Л.)

-- Та він шахрай – вдає з себе йогіна, а сам ні вивчає священні тексти, ні медитує!

-- Еге ж, навряд чи він здатний просидіти хоч би пару хвилин у медитації!

-- Б'юся об заклад, він навіть не знає жодної мантри!

-- От жалюгідне сотворіння!

-- Ех, шкода його!

Міларепа ж мирно промовив до ченців:

-- Я завжди щасливий, бо хоч би де я був і що робив, я медитую Їдама, промовляю мантру, плекаю бодгічїтту й перебуваю в природному стані ума. І все то – водночас. Ось, браття, пісенька для вас, наостріть вуха:

*у природному стані, коли
свідомість спочиває в своїй суті,
що наче простір – без основи,
Три Дорогоцінності підтримують усе.*

*у сфері ненадуманого усвідомлення
я запізнав усім єством ці Три Перлини.
чого ж тепер мені
молитися до них словами,
що наперед завчені?*

*Їдами розкривають у свідомості
вищу і відносну істини.
в неувягнутому світлі усвідомлення
я запізнав Їдама
й віднайшов його в собі.
чого ж мені вдаватись нині
до надуманих уяв?
моє тіло – це, без сумніву, Їдам.*

*дакіні усувають перешкоди
і дають натхнення.
в глибокім розпізнанні
я запізнав дакінь
і з ними гарно зблизився.
чого ж мені тепер навмисно
вдовольняти їх дар'ами?
дакіні “там назовні”,
й єство “тут усередині”,
поєднано у вищій насолоді.*

*думок вузли – це пута
хитруючої самсари.
у стані виразного усвідомлення
я розпізнав оті вузли
і розв'язав їх.
чого ж тепер мені робити ритуали?
в ясному світлі усвідомлення
думки у всеоснову самі тануть.*

*філософія, риторика, дебати –
в них так багато демагогії,
якій немає кінця краю!
вправлявся я не в мудрагельстві,
а в актуальній медитації,
тому й спонтанно запізнав знання
у світлі мудрості одвічної.
чого ж тепер мені
зубрити ваші фоліанти?
як розкрити книгу,
я читаю чітко все,
що постає в сприйнятті.*

Раптом, як грім із неба, велично
пролунав голос доктора філософії Яру
Тангпи з його високого сидіння:

-- Йогіне, так виглядає, що твоя
практика є непогана, хоч і дивна якась
і незвична. Та хай би як там було,
буддійські канони говорять наступне:
треба студіювати Дгармічні писання,
особливо напочатку, і то – чимало, аби
добре розбиратися, що й до чого і як
пізніше практикувати, коли підготуєш
розум для правильної практики, яка
має бути послідовною і раціональною,
згідно з усталеними мірилами, а не
чорт-зна що. Також варто постригтися
в монахи – так краще для Дгарми.

-- Ну що ж, - відповів Міларепа, - це
ваш шлях і ваша справа. А що
стосується мене – я прямую своїм
шляхом, згідно з настановами мого
Лами. Я намагаюсь робити це
добросовістно й мені немає чого
соромитися. Тим не менше, мені
здається, що у вашому стилі є певні
моменти, про які я, з вашого дозволу,
можу вам заспівати. Ви не проти? Тож
поправте мене, докторе, якщо я
помиляюся, - і Міларепа заспівав пісню
“Докторові наук”:

*Беру Притулок у Триратні.
Ламо Марпо – благословіть!*

*Учений ламо, схоласте марноті,
Якщо ви дух свій не опанували,
То як же можете ви інших вести
Шляхом само-пізнання?*

*Оно який фазан розкішний
Красується під білим парасодем.
Та раптом блискавка із неба!
Аж гульк – а за фазаном слід простиг.
Думайте, о докторе наук!*

Монастирська кухня,
Що на околиці містечка –
Логово гендлярства і захланності.
Хіба не так, о докторе наук?

Високий трон, ораторська трибуна,
Інтриги, плани, розрахунки –
Немов ви серед недругів.
Хіба не так, о докторе наук?

Десятина в скарбницю монастирську –
Коні, вівці, борошно, коштовності –
Немов роса під сонцем.
Хіба не так, о докторе наук?

Тіло, розпухле від пристрастей –
Як зодягнений в золото труп.
Хіба не так, о докторе наук?

“Медитації” з прочанками
За дверима на замку,
А потім лекції монахам про Вінаю*.
Хіба не так, о докторе наук?
(*Віная – устав монаших обітниць)

Собі найкраща ситна їжа,
А на офіри в ритуалах –
Як податки примусові.
Хіба не так, о докторе наук?

Астрологія, гадання, екзорцизм –
Фокуси шаманів містечкових –
Під машкарою Дгарми.
Хіба не так, о докторе наук?

Гіпнотичні співи в ритуалах,
Що зачаровують вірян,
Як пісні сирен, закляття нагів.

Хіба не так, о докторе наук?

Майно, поля, будинки –
Це блеф, веселка в небі.
Хіба не так, о докторе наук?

Лукавство, фарисейство,
В ім'я Вищого пудріти мізки учням –
Шукати зиску з Дгарми.
Хіба не так, о докторе наук?

Пишномовно проповідувати Дгарму,
Не звідавши її на практиці нутром –
Це, бігме, словоблуддя.
Хіба не так, о докторе наук?

Тяжко, тяжко є допомагати іншим,
Якщо не здатні допомогти собі,
О вчений Ламо, докторе наук.

Пісня сильно вразила доктора Яру.
Розгублений, розчулений, зі сльозами
на очах, він спустився зі свого трону,
підійшов до Міларепи і вклонився
йому в ноги:

-- О, ясновидющий Майстре, Ви як у
воду дивитеся! – прошепотів учений
Лама.

Один із учнів доктора Яру, молодий
монах на ім'я Себен Тончунг, подався
за Міларепою і став його учнем.
Отримавши від Джецуна посвяти й
устні настанови, він інтенсивно
практикував і досягнув присутніх
реалізацій. Його прозвали Себен Репа.
Він став одним із найближчих учнів
Міларепи.

РОЗДІЛ П'ЯТНАДЦЯТИЙ

ПАЛАЦ У НЕБІ

Намо Гуру! Вчителю слава!
Джецун Міларепа помандрував до печери “Червоний Небесний Палац” і оселився там на якийсь час.

Одного дня до печери підїхала мавпа верхи на зайцеві. В руках вона тримала щит із гриба та лук і стріли з рослин. Побачивши таке, Міларепа дзвінко засміявся. А та химера набундючилася і зверхньо прорікла:

-- Я знаю, що прийшовши сюди, ти мав страх. Що, більше не боїшся? Ну то забирайся звідси під три чорти!

-- Ова, друже, - сміючися, відповів Міларепа. – Я глибоко переконався в тому, що всі явища є проявами свідомості. А справжня природа свідомості – це невимовна порожнеча, з якої може постати що завгодно. Тому мене вже ніщо не дивує. Втім, зізнаюся – такої комедії я давно не бачив.

Узрівши реакцію Міларепа, дух – а місцеві жителі називали його “очільник Дротангу” – поклявся Джецунові в тому, що віднині він служитиме йому, і розчинився, як веселка.

Згодом до Міларепа навідалися його благодійники з Дротангу. Вони запитали його:

-- І що Ви знайшли гарного в цьому пустині?

У відповідь Міларепа заспівав пісню “Палац у небі”:

*Молюся до мого святого Лами!
Друзі, ви питаєте,
Що тут такого особливого?
Це місце
“Червоного Небесного Палацу”
Для медитації прекрасне,
Воістину – палац у небі!
Вгорі патлаються молочні хмари.*

*Внизу ріка джерельна гомонить.
Позаду є Багряна Скеля,
Стрімка й виразна на тлі неба.
Попереду – зілля запашне
Й барвисті квіти.
Біля печери дикі звірі граються,
Змагаються у небі грифи і орли.
Тут часом пада дощ,
Що все освіжує.
Струмок поблизу наспівує-дзвенить.
Он серед квітів бджоли роботящі
Збирають мед цілющий.
А там он далі – дикі жеребці
Гарцюють горді й вільні,
На деревах мавпи бавляться
І заливаються піснями птахи.*

*Усі вони мені тут друзі –
Ми живемо в гарній злагоді.
Я бачу розмаїття форм,
Чую сфер мелодію,
І все це розчиняю в насолоду
Чистого сприйняття.*

*В цьому палаці див пребагато,
А в пісні між рядками –
Усна настанова.
Чи ви її второпали?
Друзі, наслідуйте мій приклад:
Зрічіться помислів і дій недобрих,
Добро плекайте й медитуйте суть.*

Серед відвідувачів був тантричний йогін. Він звернувся до Міларепа:

-- Джецуне, на відзначення нашої зустрічі з Вами, прошу Вас люб'язно – даруйте нам вчення про Погляд, медитацію і дію, стисло й саму їхню суть.

У відповідь Міларепа заспівав “Стосовно Погляду, медитації і поведінки”:

*хай Ламове благословення
наситить серце
й допоможе бути в Магамудрі.
слухайте уважно!*

*з'яви, порожнеча і їхня нероздільність –
ці три є суттю Погляду.*

*осяйне усвідомлення,
неконцепційність і невідволікання –
ці три є суттю медитації*

*ненавмисність, неприв'язаність
і рівнозначність –
ці три є суттю поведінки.*

*нема очікувань, нема розчарувань,
нема ілюзій –
ці три є суттю плоду.*

*спонтанність, ненадуманість
і нелукавство –
ці три є суттю обітниць саміі.*

За кілька днів добродійники знову
навідалися до Міларепи, аби
пересвідчитися, що з ним усе гаразд.
На це Джецун їм заспівав:

*Вклоняюся до ніг мого Майстра!
В цій дичині первозданній
я щасливий.*

*Щасливий я без упередженості,
вільний від прив'язок.
Щасливе ілюзорне тіло це,
що не залежить від хвороб.
Щаслива внутрішня робота,
вдень і вночі невтомна.
Щаслива медитація
звільнення концепцій.
Щасливий є вогонь зсередины,
що холоду не знає.
Щаслива ця тантрична практика,
потужна й інтенсивна.
Щаслива ця розслабленість,
що без заблокувань.
Це щастя тіла.*

*Щасливий шлях
умілих засобів і мудрості.
Щаслива практика*

*союзу творення і звершення.
Щаслива мудрість
невиникання й незникання.
Щасливе є мовчання,
вільне від марнотних балачок.
Це щастя мови.*

*Щасливе розуміння,
ні в чому не фіксоване,
Щасливе усвідомлення,
що сяє сильно й плавно.
Щаслива ця духовна справа,
без фальшу і недбалості.
Щасливе це досягнення,
без страхів і надій.
Це щастя розуму.*

*Щасливе чисте світло,
суть нашої свідомості,
невпинне, без концепцій.
Щаслива є ця насолода
в осяйній порожнечі.
Щасливе моє серце,
що радісно співає.*

*Співанка ця про щастя
є наслідком єднання
поведінки й Погляду
з мого прямого досвіду.
Ті з вас, хто прагне пробудитися,
беріть із мене приклад –
щиро практикуйте Дгарму!*

Один із відвідувачів мугикнув:
-- Гм... щасливі тіло, мова й ум – хто ж
цього не хоче! Та як такого досягнути?
-- Це все – наслідок реалізації
справжньої природи свідомості –
відповів Міларепа.
-- Ех, такого щастя в нас катма, -
скрушно зітхнув один із присутніх. – Та
ми не відмовилися б скуштувати хоч би
крихту такого талану. Будьте ласкаві,
повідайте нам про те, як досягнути цю
“справжню природу свідомості”.

У відповідь Міла заспівав
“Дванадцять аспектів свідомості”:

*Святому Майстрові низький уклін!
Друзі, ви хочете пізнати
справжнє своє єство?
Тоді робіть ось так:*

*Віра, знання і дисципліна:
ця трійця –
Дерево Життя свідомості.
Посадіть його і зрошуйте,
воно зродить добрий плід.*

*Неприв'язаність,
неототожнення ні з чим
і нечіплення за думки:
ця трійця – лати свідомості.
Вдягніть їх
і вам ніщо вже не нашкодить.*

*Зосередження, старанність,
наполегливість:
ця трійця – жеребець свідомості.
Загнуйте його, поїдьте на ньому,
і він далеко завезе вас.*

*Чисте світло, самоусвідомлення,
й вища насолода:
ця трійця – плід свідомості.
Височуйте із того плоду сік
і пийте на здоров'я.*

*Дванадцять цих аспектів
я спонтанно наспівав
зі свого досвіду.
Тож працюйте над собою,
медитуйте, добрі благодарі!*

Благодійники пригостили Міларепу гарними дарами. Згодом Джецун вирішив рухатися далі й подався до гірського перевалу “Сніжний Келих”.

РОЗДІЛ ШІСТНАДЦЯТИЙ

СНІЖНИЙ КЕЛИХ

Намо Гуру! Вчителю слава!
За настановами свого Лами, могутній
йогін Міларепа помандрував до
гірського перевалу “Сніжний Келих” у
Непалі й осів у “Тигровій печері”, що
біля “Левиної фортеці” в лісах
Сенгелінгу. Там йому з’явилася місцева
земна богиня, спершу в страхітливому
образі, та після того, як він її
приструнив, вона проявилася в усій
своїй красі та прислуговувала йому
різним чином.

Одного дня до Міларепа навідалося
п’ятеро непальських монахинь; вони
прийшли попрохати в нього вчення.
-- Люди кажуть, що це місце тут
моторошне. Хіба воно не перешкоджає
Вашій практиці? - звернулися вони до
нього.

У відповідь Міларепа заспівав пісню
“Привід для справжньої практики”:

*вклоняюсь Вам, мій Ламо!
через набуту добру карму,
я Майстра доброго зустрів,
і зараз є в місцині,
яку Він мені вказав.*

*тут під небом синім
лісами вкриті гори,
рясно вбрані квітами
луки і ярі,
шепочуться під вітром
замріяні дерева,
а в гіллі мавпи
бавляться смішні.
тут птахи щебечуть
і високо літають –
сягнути намагаються веселок,
що небо оповили.
взимку тут і влітку
пада благодатний дощ,*

*а навесні та восени –
густа, як молоко, імла.*

*в цьому приємному місці
я, Міларепа, живу співаючи
й медитую порожню суть ества.*

*все, що виника в умі,
уважне усвідомлення
в чисте світло розчиняє.
тому все, що я сприймаю,
викликає насолоду.*

*все, що виника в свідомості –
і «гарне», і «погане», і «ніяке» –
стає блаженим паливом
вогню ясного усвідомлення.*

*що більше злетів і падінь, то більше
я щасливий.*

*в невтомній практиці моїй
згоріла карма –
я щасливий.*

*різні з’яви і реакції на них,
як вертепу дійство –
я щасливий.*

*всі сум’яття й негаразди
трансформую в насолоду –
я щасливий.*

*бажань та осоружності позбувшись –
я щасливий.*

*звільнвшись від повторності
перенароджень –
я щасливий.*

*що більше випробувань, то більше
я щасливий.*

*даю думкам і почуттям
самозвільнитись в чисту силу –
я щасливий.*

*це тіло невимогливе, йогою очищене –
я щасливий.*

*дискомфорт і втому трансформую
в насолоду відпускання –*

я щасливий.
обмалю сну і їжі, наполегливість,
духовні прориви –
я щасливий.
потужні вправи йоги
роблять мене щасливим –
я щасливий.
я бігаю, стрибаю, верчуся і танцюю –
я щасливий.
прозріння, осяяння,
блаженство ізсередини –
я щасливий.
пісні спонтанно линуць з серця –
я щасливий.
вони каскадом звуків мелодійних
вибухають –
я щасливий.
благий любові
спонтанний самопрояв –
я щасливий.
верениця переживань осяйних –
я щасливий.
невпинна течія
ясного усвідомлення –
я щасливий.
глибоких розумінь мережа –
я щасливий.
все звільняється
в одвічну порожнечу –
я щасливий.
я, щасливий йогін,
співаю вам
цю пісеньку щасливу.

Потім, на прохання монахинь,
Міларепа дав їм посвячення й усні
настанови. По тому, заглибившись у
медитацію, він мав чудові пережиття.
Втішений, Міларепа заспівав
монахиням пісню “Вам відкрився
шанс”:

Мій Вчитель, втілене Просвітлення,
Шлях до Пробудження показує.
Він на верхівці голови моєї –
З Ним я нерозлийвода.

Ви, жінки, що сидите переді мною
Спраглі Дгарми.
Ви практикуєте Доктрину, ви розумні,
Поведінка ваша непогана.
Вчення Будди – глибокі й незліченні.
Теорії вивчати можна нескінченно,
Та ви наснагу маєте й талан
Застосувати вчення Будди
Не на словах, а в практиці.

Вам шанс відкрився
Просвітлитись за одне життя,
Тож не марнуйте
На самсари безсенсовність
Цю рідкісну нагоду!
Не потурайте егові своєму,
Яке, надіями
Й страхами окрутивши,
Тягне в нижчі сфери.

Вам шанс відкрився
Послужити Ламі,
Тож не хизуйтеся, ви не унікальні!
Як задиратимете носа,
Засмутите своїх ви Вчителів –
Нічого путнього в тому немає.

Вам шанс відкрився
В чистоті тримати свої обітниці,
Тож не гайнуйте час дорогоцінний
В компанії недоброчесних!
Недобрі вчинки їхні й теревені
Послаблять вашу дисципліну.

Вам шанс відкрився
Дгарму запізнати,
Тож не чіпляйтесь за личину слів,
А зрійте в суть!
Якщо із розуму собі ви бога зробіте,
То цим на капищі концепцій
Розпалите вуглини ега,
Що спалять вашу практику,
Як той вогонь – тендітні пагінці.

Шанс маєте чудовий
Медитувати з друзями у скиті,
Тож не задійтеся в зайві справи,
І не розводьте зайвих балачок!

*Бо намір свій згайнуєте
У ятрах старих звичок.*

*Шанс маєте чудовий
Практикувати вмілі засоби
Устної Традиції,
Тож не грайтеся у ворожбитів!
Не борюкайтеся з демонами
На виду у всіх
І не вдавайте з себе казна-що,
Бо так лише роз'ятрите
Привид марнославія.*

*Вам шанс відкрився
У собі здійснити
Істинні здобутки,
Тож не хваліться силами своїми,
Мов на ярмарку,
І не вдавайтесь до пророцтв!
Хизуючися тим, що
Має бути сховане,
Ви пустите на вітер свою благодать.*

*Запам'ятайте пастки ці!
Зречіться зайвих справ,
Скромніші будьте,
Спростіть своє життя.
Не кокетуйте, не пліткуюте,
Часу не гайнуйте,
Натомість медитуйте,
І буде все гаразд.*

П'ятеро монахинь хотіли знати
більше:

-- Навчіть нас, Майстре, як знайти свій шлях.

У відповідь Міла заспівав "Як знайти свій шлях":

*Уклін Вам, добрий Майстре Марпо.
Благословіть, щоб вірно
Практикувати Дгарму.*

*В Доктрині початківці,
Відкриті вітрам цього світу,
Прийміть до серця Дгарму!*

*Ви натхненні Вченням,
Ви прийшли до мене,
Ви благо накопичили,
Медитувати намагаєтесь,
І все це – непогано.
Але цього замало, якщо ви націлені
На справжню Реалізацію.
Я вам даю пораду
Як досягнути вищої мети.*

*Якщо, в затворі практикуючи,
Ви про життя серед людей замріяні,
Вас демони поплутають,
А чи воно вам треба?
Не розпорошуйте увагу
На світські оказії –
Про смерть не забувайте
І знайдете свій шлях.*

*Як медитуєте –
Думкам не піддавайтесь.
Без самоусвідомлення
Ви – лиш ляльки, якими
Грається самсара,
А чи воно вам треба?
Уважні будьте й усвідомлені,
І знайдете свій шлях.*

*Осмислюючи Вчення,
Не будьте книжним мудрагелем
І не вправляйтесь в демагогії,
Бо так самсара манить в сіті марноти,
А чи воно вам треба?
Простими й справжніми лишайтеся
І знайдете свій шлях.*

*Прозріння в медитації сягнувши,
Не хизуйтеся цим перед іншими,
Бо тільки осоромитесь перед Їдамом
І гнів дакінь накликайте,
А чи воно вам треба?
В медитації не відволікайтесь,
І знайдете свій шлях.*

*Пліткуючи про вдачу свого Лами,
Ви зациклитесь на хибач.
Тими теревенями
Собі на шию камінь ви лаштуєте,*

*А чи воно вам треба?
Плекайте чистий Погляд,
І знайдете свій шлях.*

*На вченнях чи зібранні
Серед сестер і братів у Дгармі,
Не переймайтесь тим, щоб
Всістись на “престижне місце”.
Манірність ваша й перебірливість
Отруїть ваші обітницї,
А чи воно вам треба?
Приязні будьте й невибагливі,
І знайдете свій шлях.*

*Якщо, коли серед людей,
Мізкі їм пудріть
Софістикою Дгарми,
Ви на неістинні шляхи зійдете,
А чи воно вам треба?
Витримані будьте й помірковані
І знайдете свій шлях.*

*Важливо мати совість,
Душею не кривити
І не марнуватись
У безглузких справах,
Інакше ви надуритесь
І в Дгармі, і в самсарі,
А чи воно вам треба?
Не чіпляйтесь за своє кохане его,
І знайдете свій шлях.*

*Хто знайшов свій шлях,
Той пораду добру може дати
І творить добро реально
І собі, і іншим.
В таких один-єдиний помисел:
“О, скільки є страждених в світі!
Як дійсно їм допомогти?”
Бодгічїтта – це найголовніше.*

Міларепина пісня спонукала монахинь усім нутром зріктися від самсари і практикувати Дгарму на повну силу. Вони сповнилися великої віддності Джецунові, офірували йому золоту мандалу і попрохали суттєве

вчення про Магамудру, яке вони могли б застосувати на практиці. Джецун відповів їм:

-- Я не потребую золота. Чистий намір і ваша доброчесність вже достатня офіра для того, аби я виконав ваше прохання. Золото ж заберіть і обміняйте собі на харчі, аби вам було що їсти під час інтенсивної практики.
І він заспівав їм пісню “Звести до суті Погляд, медитацію і дію”:

*мій коханий Вчителю,
Ви Магамудру вповні звершили.
молю Вас – благословіть
удійснити природній стан.*

*я наспіваю по три тези
на кожную тему Магамудри:
про Погляд, медитацію,
діяння й результат.*

*три тези щодо Погляду:
всі явища – проекції свідомості,
вони від неї невід’ємні.
свідомості природа істинна –
то недвоїста порожнеча.
її не осягне двоїстий розум –
не ототожнюйтесь ні з чим.*

*три тези щодо медитації:
не тягніться за думками, дозвольте їм
самозвільнитися
в осяйнім усвідомленні.
уваги не губіть, стабільно будьте
в розгорнутому усвідомленні.
ненадуманно, відпочивайте
в неконцепційнім усвідомленні.*

*три тези щодо дії:
добро? - воно спонтанно проявляється
зі світла усвідомлення.
зло? – воно природно розчиняється
у світлі усвідомлення.
покута? – єства природа справжня
порожня й невимовна:
до неї ніц не додасиш,
ніщо від неї не віднімеш.*

три тези щодо результату:
нема нірвани, яку слід досягати.
нема самсари, яку слід відкидати.
а істинне єство –
пробудженості стан,
воістину це будда;
де-інде будду не шукайте.

переконайтесь, друзі, в цьому
на власному досвіді практики!

в цій пісні, в кожному куплеті,
є сутнісне послання:
все насправді є порожнє –
вільне від концепцій,
непояснимо вичерпно розумом;
насправді ви ні в чому не знайдете
ні жодних не-відносних якостей,
ні жодних рис “само-існуючих”,
ні жодної “остаточної самості”.
лише реалізовані адепти можуть це,
як на долоні, показати.

ви можете це все аналізу піддати
й довести викрутасами софізмів,
аби воно влягало логіці,
та йдеться ж не про це.

тут справа, радше, полягає в тому,
щоб істини ці досягнути
не тільки інтелектом,
а й усім своїм єством,
на власній практиці.

це вам Магамудра,
безпосередньо з мого досвіду.
друзі, не марнуйте це вчення,
застосуйте його на практиці.

Одна з монахинь звернулася до
Джецуна:
-- Якщо я не помиляюся, найголовніше
в практиці буддійської Тантри – це
щиро молитися до свого корінного
Лами. Чи є крім цього ще щось
настільки ж важливе?

Міларепа відповів:

-- Так, у Ваджраяні відданість своєму
Майстрові – це безперечно
найсуттєвіше, корінь дерева дгармічної
практики. Та крім цього є ще й гілля, –
і Міла заспівав їм пісню “Шестеро
поводирів”:

Учитель, учні й усні настанови,
старанність, віра
й чиста мотивація,
любов, мудрість і людське життя –
це все важливі елементи практики.
не гребуйте жодним із них.

шестеро поводирів у Дгармі є такі:

відлюдне місце, подалі
від галасу і суєти – це поводитир,
що захищає медитацію.

досвідчений Учитель –
це поводитир, що розчиняє
темряву невідання.

незламний намір, віра і наснага –
поводир, що проведе
до вищих станів.

пізнання природи свідомості –
поводир, що звільняє
від чуттєвої залежності.

суттєві настанови Лам –
поводир, що розкриває
Три Тіла Пробудження*.

і, звісно, Три Коштовності –
поводир, що дає вам
істинний Притулок.

ці шестеро поводирів
ведуть йогів і йогінь
до сфери вищого блаженства,
що поза думками й уявою.

щаслива є ця сфера
поза межної мудрості,

*оселя самозвільненого
самоусвідомлення.*

*ця пісня – наче грім із неба.
із хмар провітлення
дощ Дгарми падає у спраглу землю,
пагони любові ростуть і бубнявлють,
квіти милосердя
щедро розкриваються,
плід бодгічїтти соком наливається
й Пробуженням тамуєш спрагу.*

Разом із монахіннями Міларепу відвідувало кілька місцевих жителів. Пройнявшись до нього жертовністю, вони всі загомоніли в один голос, намагаючись переконати Джецуна, щоб він оселився в їхньому містечку.

-- Ламо, Ваша дисципліна є ого яка сильна, а практика така стабільна, що Вам зовсім непотрібно зрікатися світу й жити відлюдьком, наче дикий звір. От було б чудово, якби Ви осіли в нашому гарному містечку. Ми забезпечували б Вас усім, що треба. Ми створили б для Вас Дгармічний осередок. Ви були б у нас великим Ламою, Ви навчали б нас Дгармі і Вас усі шанували б. Таким чином Ви реально допомагали б багатьом людям. А так, кому Ви помагаєте, тиняючись відлюдними печерами?

-- Щирі молитви і добросовісна медитація насамоті вже є допомогою багатьом істотам, - відповів Міларепа. – Не вся допомога є лише та, яку видно неозброєним оком. Учителів і священників по містах і селах достатньо, а от таких практиків, які цілком віддані молитві й медитації – мало. Старанною, вдень і вночі, медитацією я закладаю приклад багатьом поколінням моїх учнів, послідовникам Роду Каг'ю, Традиції Практики. Так, моя практика стабільна, однак ті, хто всерйоз налаштовані вправлятися в Дгармі так, щоб мати

відчутний результат і дійсно допомагати іншим на неповерхневому рівні, повинні якомога більше медитувати насамоті.

І Міларепа заспівав їм “Щиру пісню”:

*Практикою Дгарми віддячую Ламі
За все, чого Він мене навчив.
О Марпо Тлумачу, благословіть,
Аби моя робота
Зродила добрий плід.*

*Шановні, ви тут живете,
Ваша карма добра, а дії непогані.
Я заспіваю настанови устні вам.
Тож слухайте уважно!*

*На цій горі левиця сніжна
Восідає велично, наче королева.
Вона нічого не боїться.
Мужність – то є лева шлях.*

*Орлиця на Багряній Скелі
Розкриває крила і злітає в небо.
Вона впасти не боїться.
Ширяти гордо в небі –
То є орлиний шлях.*

*Царівна риб в безмежнім океані
Жваво плаває і сріблясто блистить.
Підводні течії їй не страшні.
В воді комфортно почуватись –
То риб'ячий є шлях.*

*В горах Непалу лісових
Мавпи галасливо забавляються.
Вони не падають з дерев.
В гіллі бавитись –
То мавп'ячий є шлях.*

*У густому лісі під деревами
Нечутно крадеться тигриця.
Хоч вона нічого не боїться,
Уважність – то є тигрячий шлях.*

*У лісах Сінгалінгу
Я, Міларепа, медитую порожнечу.*

Хоч не боюся втратити прозріння,
Невпинна медитація – це мій,
Йогічний, шлях.

У чистій мандалі дійсності
Старанно медитую
Не відволікаючись;
Постійне усвідомлення –
Це шлях буддиста-йогіна.

В йогічних вправах, що тренують
Канали, прану й сім'я суті,
Відпружую вузли,
Блоки розчиняю
Й уникаю помилок.
Моя йога – бездоганна,
І що тайти – я швидко розвиваюся.

Поводжуся природно і спонтанно –
Нічого не очікую, ані планую,
Ані зупиняю.
Звичайно, стаються різні речі,
Злети і падіння, з'яви і зникання;
Вони – природна гра
Енергій взаємної залежності,
Однак я не фіксуюся на них,
І в цьому – суть буддійської медитації:
Не чіпляюся за думки і образи,
Не слідую за ними,
Тож їм немає
За що в мені зачепитися,
Даю їм саморозчинитися
В просторі самоусвідомлення.

Провадячи істот різноманітних
Шляхом Дгарми,
Їм ілюструю закони етики і карми.
Тут може виникнути враження,
Що реально є добро і зло,
Та не тому, що я забув
Що вищий Погляд – недвоїстий:
Роз'яснюючи Дгарму,
Вживаю я поняття,
Що адекватні рівню слухачів.

Усі подвижники, котрі
Всерйоз настроєні на практику,
Не спокуються

Цим ілюзорним світом –
Самсара зовсім їх не вабить.
Думаєте, що вони так роблять,
Аби до себе привернуть увагу?
Зовсім ні.
То вони кажуть “прощайте!”
Всім своїм прив'язкам.

Я медитую вчення Каг'ю –
Настанови Устної Традиції,
Зволожені диханням дакінь.
У тонкій накидці з бавовни,
В засніжених горах не боюся холоду.
Я, йогін мандрівний,
У печерах маю прихисток –
Не для того, аби вас дурити:
Тотальна відданість медитації –
То мій, Міларепи, шлях.

-- Все це прекрасно, - сказав один із присутніх, - але ж навіть насамоті в горах треба мати хоч трохи їжі та хоч би якийсь дах над головою.

Міларепа відповів:

-- Я маю вдосталь їжі й даху над головою, - і заспівав “Немає страху”:

Отче-Ламо, Ви перлина,
що сповнює бажання.
молю - пошліть умови,
що зміцнюють благі діяння.
благословіть, аби це ілюзорне тіло
стало палацом Їдама.
пошліть глибоку впевненість
у Дгармі пресвятій.

гонимий страхом, дім я збудував –
це порожнечі вічної фортеця,
реальність ту не вхопиш
жодними думками.
той дім ніколи не завалиться,
тому я не боюся.

гонимий страхом холоду,
роздобув я теплий одяг –
вогонь туммо* зсередини,
і більше не боюся холоду.

гонимий страхом скрути,
розкопав я багатющий скарб –
глибоку Дгарму Будди,
і більше не боюся скрути.

гонимий страхом спраги,
знайшов напій солодкий -
нектар невпинної уважності,
і більше не боюся спраги.

гонимий страхом самоти,
зустрів подругу вірну –
насолоду сутності,
і більше не боюся самоти.

гонимий страхом втрати шляху,
надибав шлях надійний –
союз умілих засобів і мудрості,
любові й простору єднання,
що є одвічно в нашій суті,
і більше не боюся загубити шлях.

отак щасливий я –
повсюди й повсякчас.
весь час, за будь-яких обставин
в мені палає бодгічїтта.
тут біля перевалу “Сніжний Келих”,
чую гарчання тигрів громовисте
й спонтанно входжу
в стан медитації.
бачу, як граються дітлахи тигриці –
в мені безмежна бодгічїтта
спонтанно розгортається.
чую божевільний галас мавп –
в мені спонтанно
зречення здійснюється.
бачу їх неспокій –

в мені спонтанно
співчутливість розкривається.
чую прекрасні співи солов'я –
в мені спонтанно
виникає зачудування.
зозулі тужбу-голосіння чую –
з очей мені спонтанно линуть сльози.
усе, що постає в сприйнятті –
це допомога йогіну в практиці.

тож нехай ця пісня
про щастя, що нетлінне,
пробудить багатьох істот.

Монахині й ті місцеві жителі, які разом з ними відвідували Міларепу, прониклися вченням Джецуна і, натхненні його особистим прикладом, там же, одразу на тому ж місці, присяглися старанно медитувати, не полишаючи ту гору. І що б ви думали! Вони справді лишилися на тій горі, під проводом Міларепи підвизалися в інтенсивній практиці медитації, і за якийсь час досягнули присутніх реалізацій.

Одного дня Їдам Міларепи наказала йому повернутися до Тибету й медитувати там на благо всіх істот. Тоді ж Вона зробила Джецунові певні пророцтва, зокрема про те, як він розповсюджуватиме Дгарму і допомагатиме багатьом. Так Міларепа полишив “Сніжний Келих” і подався назад до Тибету.

РОЗДІЛ СІМНАДЦЯТИЙ ГОРЛИЦІ

Намо Гуру! Вчителю слава!

За вказівкою свого Їдама, Міларепа подався зі “Сніжного Келиха” назад до Тибету. Прибувши до Кутангу, він оселився в одній із печер і практикував там Магамудру.

Одного дня до Міларепа залетіла горлиця. Вона кивнула головою, мовляв “добридень”, вклонилася Джецунові й кілька разів обійшла його колом. Міларепі спало на думку, що таким чином місцеві духи запрошують його до себе, й послідував за голубкою. Вони піднялися на гору. Там горлиця підвела його до купки білого рису. Пташка дзьобнула рис і принесла в клюві кілька зернин Міларепі. Втішений, Джецун вибухнув піснею “Насолода спонтанності”:

*Марпо з Лодраку,
мій Ламо чудовий!
Молюся за те, щоб ніколи
не бути окремо від Вас.*

*Ах, відрода – воз’єднання
свого серця з серцем Майстра!
Всі з’яви – з природи ума.
Розпізнаючи суть свідомості,
розслаблююсь в недуальності.
Всі “низькі” та “вищі” погляди
виразне усвідомлення
плавить у єдиний смак.
Так палає насолода
Погляду спонтанного!*

*Ах, відрода – запізнення
природного стану ества!
Суть його – єднання
порожнечі і яснóго світла.
Медитуючи осяйну порожнечу,
розслаблююсь в недуальності.*

*Всі “вдалі” та “невдалі” медитації
виразне усвідомлення
плавить у єдиний смак.
Так палає насолода
медитації спонтанної!*

*Ах, відрода – розчинять
у всеоснову*
шість свідомостей чуття**
із їхніми об’єктами***!
Той, хто сприймає,
і те, що сприймається,
не є окремо – розчиняються.
Не слідуючи за думками,
розслаблююсь в недуальності.
Всі дії, “правильні” й “неправильні”,
виразне усвідомлення
плавить у єдиний смак.
Так палає насолода
спонтанних діянь!*

*Ах, відрода – зазнавати
порожнечу сфери істини,
що сяє світлом сфери насолоди
і променіє з’яви сфери проявів.
Хоч би що ставалося,
все трансформую
в чисте світло порожнечі.
Всі “приємні” й “неприємні” з’яви,
виразне усвідомлення
плавить у єдиний смак.
Так палає насолода
спонтанного пробудження!*

До горлиці підлетіло семеро інших голубок. Вони наблизилися до Міларепа, вклонилися йому й багато разів обійшли його колом.

-- Хто ви і звідкіля? – звернувся до них Міларепа.

Одразу горлиці перетворилися на прекрасних богинь. Одна з них відповіла:

-- Ми з Небесного Раю. Зачудовані твоїм подвижництвом, ми спустилися в цей світ, аби почути Дгарму з твоїх вуст.

-- А навіщо ви прийняли подобу голубів? – запитав Міларепа.

-- Ти, Джецуне, великий йогін, ні до чого не прив'язаний. Нам це відомо, з Небес ми чимало спостерігали за тобою. Сюди ж ми заявилися, аби отримати від тебе Дгарму й запросити тебе до Раю. Та щоб не спокушати звичайних людей своєю небесною вродою, ми змушені перетворитися на пташок. Міларепо, ми тебе не просто просимо, а ревно благаємо – полиш цей грішний світ, він завдав тобі стільки страждань! Ти вдосталь тут нагарувався й натворив добра. Полетімо з нами до Небесного Раю. Там ти навчатимеш нас Дгармі, а ми служитимемо тобі так, як забажаєш. Щастю й насолодам там немає меж.

-- Хоч би що було чи не було на Небесі, - відповів їм Міларепа, - я до останнього лишатимуся в цьому "грішному" світі, аби працювати тут заради всіх страждених. Роботи тут сила-силенна. До того ж, на жодні Небеса не можна покладатися. Хоч би який Рай був прекрасний і божественний, все одно то частина круговерті самсари; хоч і вища, втім та сфера, як і все інше проявне, є обумовлена і зрештою непостійна. Життя в Раю, хай би яке воно видавалося чудове, не є справжнім духовним звільненням. Вище просвітлення, якому Будда навчав і яке Він проявив на власному прикладі, сягає за межі навіть найвитонченіших божественних сфер. Послухайте, анголи:

*вклоняюся до ніг Марпи Тлумача.
Отче-Ламо, Вас благаю –
благословіть на те, аби наскрізь
узріти омани самсари.*

*ви, п'ятеро богинь,
офірували мені рис –
чудова підтримка для медитації;*

*він зміцнить це виснажене тіло.
із вдячності за ваш дарунок
заспіваю вам дгармічну пісню.
прислухайтесь, ангели.*

*навіть у найвищому раю,
у найтоншій сфері, що безформна,
життя вічно не триває.
навіть там,
хоч і возвишені й божественні,
а втім ілюзії.*

*далебі, райські квіти є прекрасні.
так, райські плоди напрочуд смачні.
звісно, ви, райські діви,
сліпучо вродливі.
так, насолоди райські –
то щось неймовірне.
та воно все проминальне.
хоч і божественне –
то все одно самсара:
її крутіж
як здіймає вгору,
так і вниз кидає.*

*хоч би які були в раю
несувітєнні насолоди
й возвишені стани ума,
насправді воно –
як міраж у пустелі,
приємна галюцинація,
ба більше – то причина-карма
поневірянь майбутніх
в нижчих сферах!*

*мислячи про те, які
в усіх світах страждання та ілюзії,
від болю мені серце крається –
о як хитрунка-самсара
замилює очі
й окручує різних істот!
хто це уважно медитує,
в того зречення
спонтанно виникає.*

*якщо прозрієте цю істину,
захочете воістину звільнитись
із самсари.*

*не до самсарних богів моліться,
і не служіть самсарній дгармі,
хоч би якою “райською” вона була!*

*наверніться до Дгарми позамежної;
намірившись слідувати їй,
беріть Притулок ви у Тих,
хто самсару цілком подолав –
у Трьох Дорогоцінностей.*

*усіх, без винятку, істот
усіх сфер самсари –
і янголів раю, і чортів пекельних,
і богів, і духів, і людей, і звірів –
сприймайте як таких, що були
вашими матерями.
зрозумійте ясно –
ви заборгували їм чуйність і любов!
у своєму затишку на Небесах
не відвертайтеся
від болю тих, хто потерпає
в інших світах!*

*помагайте бідним,
підтримуйте знедолених,
полегшуйте страждання тих,
хто є згорьований.
а Вчителю служіть
вірою і правдою.*

*бачте своє тіло, як буддове тіло.
чуйте свою мову,
як буддову мантру.
медитуйте думки свої й емоції
як чисте світло
мудрості спів-постаючої.
опануйте свій розум і дивіться
в суть того, що є.*

*добру силу від роботи над собою
присвячуйте на благо всіх істот.
і завжди пам'ятайте, що смерть
настати може в будь-який момент,
навіть для вас, о боги й ангели.*

Богині промовили:
-- Майстре, Ви маєте рацію. Навіть у
раю ми не завжди вільні від бажань та
ілюзій. Як нам дати цьому раду?

На це Міларепа заспівав:

*Уклін Вам, Ламо Марпо!
Ви, янголи, захотіли дійсно
Від ілюзій пробудитися?
Тож робіть наступне:*

*Плекайте зосередження
і самоусвідомлення.
Зречення від суєти і зайвих справ
хай буде вам
нетлінною окрасою.*

*Тренуйте в собі силу уважності:
спогляданням-усвідомленням
своїх думок, слів і дій –
повсякчас усюди –
опануйте свої розум, мову й тіло.*

*Коли зазнаєте труднощів,
що збурюють неспокій у розумі,
уважно споглядайте свої реакції.
Нагадуйте собі: “небезпека злості
виникає зсередини.”*

*Коли виникає спокуса збагачення,
що викликає бажання в розумі,
уважно споглядайте свої реакції.
Нагадуйте собі: “ізсередини –
небезпека захланності”.*

*Коли до вух вам долинають
образи, наговір, дошкульна мова,
уважно споглядайте свої реакції.
Нагадуйте собі: “ізсередини –
небезпека вразливості.”*

*Коли спілкуєтесь ви з іншими,
нічого не очікуйте,
не буде і розчарувань.
Уважно споглядайте свої реакції.
Нагадуйте собі: “ізсередини –
небезпека невідання”.*

*Коли вам догоджають і хвалять вас,
коли обожнюють і роблять вам офіри,
уважно споглядайте свої реакції.
Нагадуйте собі: “ізсередини –
небезпека гордині.”*

*Плекайте усвідомлення
за будь-яких обставин.
У повторних спробах так робити
ви пересвідчитесь у тому,
наскільки ви залежні
від несвідомих імпульсів
і зовнішніх обставин.
Та пробудитись таки можна –
для цього й є Буддова Дгарма.*

*Усвідомлені думки, слова і дії
стають паливом вогня пробудження.
Медитуйте простір-порожнечу,
що в відкритім яснім усвідомленні.*

*Бачачи, як інші
через невідання своє страждають,
дайте співчуттю розкритися.
Пам’ятайте: суть усіх і всього –
буддова природа:
призвичавайтесь до неї невтомно –
медитуйте її повсякчас.*

*Всі ви – і боги, і ангели, й демони,
Й люди, і звірі – будьте щасливі!
Пробудіться зі стану невідання!
Практикуйте Буддову Дгарму!*

Втішені, ангели перетворилися в
горлиць і полетіли до Небес. А
Міларепа з’їв офірований йому рис і
подався далі.

РОЗДІЛ ВІСІМНАДЦЯТИЙ НАД ТРУПОМ СОБАКИ

Намо Гуру! Вчителю слава!
Мандруючи великим платом Пхел
Танг, Джецун надибав труп собаки,
вкритий хробаками. Над трупом
кружляли ворони. Зі співчуття до
померлої собаки і до живих червів,
якими ворони, вочевидь, збиралися
поласувати, Міла всівся біля трупу й
добряче зосередився.

Через три дні поблизу проїздив
караван купців. Уздрівши Міларепу,
вони з цікавості наблизилися до нього
й запитали:

-- Йогіне, ти що тут коїш біля гниючого
трупу? Йой, як воно смердить! Як ти
можеш тут сидіти біля такої гидоти?

-- Та ось, - відповів Міларепа, - вороння
збиралося клювати цих хробаків, а я
оберігаю їх.

-- Оберігаєш хробаків? У тебе не всі
вдома?! Полиш це зайняття. Ти ж не
можеш вічно їх стерегти.

Інший купець додав:

-- Ти, йогіне, не маєш ні крихти їжі, ні
навіть нормального одягу. Куди ти
плануєш іти звідси?

-- Я нікуди не йду й нічого не планую.
Я лиш недавно прибув сюди.

-- Звідки?

-- З долини Нгарі, - відповів Міларепа.

-- О, ми й самі звідти їдемо. Та щось ми
тебе там не бачили, - зауважили купці.

- А скільки часу ти тут сидиш?

-- Три доби, - відповів Міларепа.

-- Три доби? Без їжі?! – здивувалися
купці. – Ну, якщо ти справді йогін
такого калібру, ти, либонь, вмієш на
ходу складати пісні на яку завгодно
тему та ще й робиш із того вчення
Дгарми, ні? Ану, заспівай нам про себе.

І Міларепа заспівав:

*Вклоняюся моєму Ламі!
Блукав я нетрями ілюзій
Самсарного буття,
Міняв, як одяг, тіла-ілюзії
Різних бардо*
Смертей і перероджень,
Переходив містами ілюзорними
Бардо сновидінь –
Вузьким шляхом слідував,
Що в'ється між бардо життя
і бардо смерті.*

(*бардо – про значення цього терміну
дивіться розділ “Як подорожувати в бардо”.
прим. Я.Л.)

*Знову й знову, мов по колу,
Горював я у тортурах
Сфер пекельних,
Знемагав від голоду і спраги
Сфери ненаситних духів,
Потерпав від глупоти і страху
Сфер звіриних,
І лиш вряди-годи
Смакував дозвілля
Сфер людських і божих.*

*Замолоду мене в недобру справу
Занесла лиха година:
Я натворив біди страшної,
За що я потім вельми жалкував –
Життя мені було не миле.
Потім подався я до Марпи –
Найкращого з-поміж людей –
До його “монастиря” в Лодраку.*

*Суворими пробами
Він почистив мою карму
Від тяжких моїх злочинів.*

*Не маючи майна в офіру Вчителю,
Я служив йому тілом,
Мовою, умом
І духу звитягою.*

*Ревно практикуючи
Його настанови,*

*Опанував я канали, течії прани
І краплі есенції,
Тому не боюся недугів.*

*Вогонь-насолада пала в моєму тілі –
Не боюся ні снігу, ні дощу,
Ані вітровію.*

*Поїдаю поживу
Глибокого зосередження –
Не боюся зачахнути з голоду.*

*Завжди в товаристві
Надійної бодгічїтти –
Не покладаюся на друзів мінливих.*

*Зимові місяці проводжу
В затворі у гірському скиті.
Там у товаристві лагідних оленів
Їм корінці гірських рослин.*

*Весняні місяці мандрую
По квітучих полонинах
І серед урвищ та яруг.
Там у товаристві тямких лисиць
Їм кульбабу й кропиву.*

*Літні місяці проводжу
Серед льодовиків.
Там у товаристві білих грифів
Їм камінці* і п'ю джерельну воду.*

(*”**їм камінці...**” – стосується методу, до якого вдавалися деякі йогіни: під час довготривалих періодів інтенсивної медитації, коли їжі стає обмаль або її зовсім немає, вони тримають у роті камінці, цим зменшуючи почуття голоду. прим. Лама Кунги)

*Восени навіднуюсь
До людських поселень.
Там, у товаристві
Гольтіпак просвітлених,
Жебраю людську поживу.*

*Мене, галайду, важко вислідити
Й утримати в одному місці.*

-- Наше поселення недалеко звідси, - шанобливо звернулися купці до Джецуна. – Будь-ласка, завітайте до нас, хоч би на кілька днів.

Вони настирливо вмовляли Міларепу, і Джецун зрештою згодився: -- Гаразд, за три дні я подамся до вас.

Ще протягом трьох діб Міла просидів біля собачого трупу. Заглиблений у медитацію, Джецун провадив свідомість померлої собаки через посмертне бардо до вищих сфер і встановлював кармічний зв'язок із хробаками, які були на трупі.

А на третій день прибув чоловік і повів Міларепу до поселення тих купців. Там Джецун протягом кількох днів проповідував Дгарму. Купці прохали його, аби він лишився в них назавжди, та Джецун відмовився й помандрував далі.

РОЗДІЛ ДЕВ'ЯТНАДЦЯТИЙ
ПІД ЗЛИВОЮ

Намо Гуру! Вчителю слава!

Міларепа медитував у печері Пелма Гел. Одного дня він подався прохати подаянь до великого табору кочовиків. Молода жінка вшанувала Джецуна офірою масла. Та оскільки Міларепа вже їв того дня* (*можливо тут мається на увазі, що Міларепа дотримувався принципу тих буддійських практиків, які їдять лише раз на добу і не лишають при собі їжу «на запас»; ця традиція походить із часів раннього буддизму від самого Будди Шак'ямуні. прим. Я.Л.), він відповів молодиці:

-- Дякую, втім я не маю навіть у чому тримати це масло. Лишить його собі.

Жіночка попрохала його залишитися в таборі хоч би на день. Міларепа згодився й обрав собі місце просто під небом на землі біля шатра тієї жінки. Там він всівся й перебував у природному стані. Незабаром став накрапати дощ, який швидко перейшов у зливу з холодним вітром. Міларепа ж продовжувати сидіти під дощем, як ні в чому не бувало, спокійно і незрушно, а молодиця вибігла до нього з шатра й забідкалася:

--- Ой, лишенько! Ви ж намочитеся і замерзнете. Якщо гребуєте піти до мене в шатро, то хоч би щось повішу вам над головою від того дощу.

У відповідь Міларепа заспівав:

*Вклоняюсь Діамантові,
Що прикрашає мою голову –
Він святий Утілювач
Усіх моїх бажань!*

*Милосердна жіночко,
Дитям благословенна і достатком,
Зодягнена у свиту благочестя –
Послухайте мене.*

*Я Міларепа із Гунгтхангу,
Самотній мандрівний галайда.
Із жалю наді мною
В дощу і вітровію
Ви милосердно простягли
Руку помочі.
Ваш добрий намір
Виклика повагу.*

*Я мандрував степами і яругами
Шести самсарних сфер ілюзії,
Де дощ страждань
Нещадно пада безупину –
Я прозябав в імлі невідання.*

*В тому дощі-тумані
Мені не вистачало
Капелюха широкого Погляду,
Плащу дбайливої віри
Й сухої печери
Притулку надійного.*

*Під зливою думок
Ріка бажань і осоружності
Вийшла з берегів,
Мене в себе втягнула
І понесла в море болю-неспокою,
Кидаючи на хвилях дій недобрих
Об гострі камені
Злощасних нижчих сфер.*

*Натерпівшись мук,
Нажаханий такою перспективою
В життях майбутніх, я тепер
На рівнині стабільної віри
Ставлю шатро Погляду вірного.*

*Його закріплюю мотуззям
Досвіду медитації.
Його краї зміцнюю кілками
Практики несхибної.*

*На міцних жердинах
Сильного усвідомлення
І бодгічного наміру
Здіймаю стяг Пробудження.*

*Б'ю в барабан святої Дгарми.
Його благовіст лине в усі сторони.
На престолі світу різнобарвної
П'ю мед-вино мудрості глибокої.*

*На безмежній полонині
Співчуття-любові
Пасу істот усіх світів самсари,
І збираю очисний нектар
Ясного усвідомлення,
Що пробуджує зі сну невідання.*

*Повний насолоди «ізсередини»,
Я не чіпляюся за помисли
«О, дощ холодний», «мені незатишно»,
Коли злива періщить «назовні».*

*Навіть на верхів'ї гір засніжених,
У сніговію й ожеледиці,
Моя ця ряса
Усвідомлення інтенсивного
Палає жаром як вогонь.*

Від почутого в жінки зародилася сильна віра. Вона попрохала в Міларепи благословіння і посвячення, і того ж вечора офірувала йому ритуальну учту, на яку запросила всіх кочовиків у таборі. Вони попрохали в Джецуна духовних настанов і пожертвували йому багато різних дарів. Міларепа, символічно прийнявши офіру, аби закласти між собою і тими кочовиками добрий кармічний зв'язок, одразу ж віддав їм назад їхні дари і заспівав наступне:

*припадаю до ніг
мого доброго Лами.*

*все, що ви їли і пили
від часів, що без ліку,
й донині,*

*не втамувало
ваш голод і спрагу.
їжте глибоку медитацію.*

*все, що ви мали
від часів, що без ліку,
й донині,
не втамувало
ваші бажання.
будьте помірковані.*

*всі, з ким ви дружили,
від часів, що без ліку,
й донині,
де вони поділися?
дружіть із Магамудрою.*

*знаючи, що прийде смерть,
і все залишиться позаду,
я речей не прагну,
ані накопичую.
тому мені не треба
ваших подарунків.*

*хай ви будете
здорові та щасливі.
живіть добре й довго,
благодарі.
а після смерті
хай ви помандруєте
в чисті буддові з'ємлі.*

І Міларепа помандрував до Багряної Скелі в Гунгтхангу.

РОЗДІЛ ДВАДЦЯТИЙ ГАЛЮЦИНАЦІЇ І СУТЬ

Намо Гуру! Вчителю слава!
Міларепа з Речунгпою медитували у великій печері на Багряній Скелі. Одного ранку Речунгпа підійшов до Міларепи, вклонився йому, став на одне коліно і, стуливши долоні біля серця, заспівав:

*Слава Вам, мій Ламо!
Ваше тіло сяє оголене,
Ваша мова – ваджрова музика сфер,
Ваш ум – у чистій сутності.*

*Я, Речунгпа Дордже Драк
З північного Гунгтангу,
Завдяки запасам блага
Народився в людській формі
І зустрів Вас, мій Ламо.*

*Натхненний Вашим милосердям
Я розпочав процес глибокий
Торування шляху Дгарми.
Зокрема, я підвизався
В практиці туммо.*

*Коли в мені проросли
Перші паростки прозріння,
Ви ввели мене
В суттєву природу ества.
Відтоді в мені зародилися
Переконання вищого Погляду
І несхитна віра.*

*Джецуне, Ви тоді
Мені повідали:
«Все, що постає в сприйнятті,
Є магічним творивом ума.
Вертайся в суть – до стану
Дійсності одвічної»*

*І ось що сталося мені:
Із сутнісного стану
Ясного усвідомлення*

*Я відволікся
І підпав під вплив ілюзій.*

*Іноді мене вражали
Візії землі:
Ями, землетруси, камнепади.
Коли я зосередився
На їхній істинній природі,
Плин свідомості засяяв
Формами золото-сяйними.*

*Іноді мене вражали
Візії води:
Швидка течія несла мене
В пінисті хвилі океану.
Коли я зосередився
На їхній істинній природі,
Плин свідомості засяяв
Формами синьо-сяйними.*

*Іноді мене вражали
Візії вогню:
Оточений племінням,
Я падав у вогонь.
Коли я зосередився
На їхній істинній природі,
Плин свідомості засяяв
Формами червоно-сяйними.*

*Коли ж мене вражали
Візії повітря,
Мене ніс буревій
У простір темний і пустий.
Там, без жодних
Точок відліку й опори,
Мене пронизав відчай
Тотальної нічогості:
Той нігілізм терпкий
Найважче подолати.*

*Коли візії такі
Мене вражали,
Я усвідомлення втрачав і збочував
З природного стану свідомості
На манівці концепційного розуму.
Як мені давати цьому раду?
Майстре милосердний, поясніть.*

У відповідь Міларепа заспівав:

*Шанобливо тілом, мовою
й умом вклоняюся
Майстрові Марпі.*

*Розбивши кліть моїх ілюзій,
Він провадив мене
шляхом не-ілюзій.*

*Слухай же, Речунґпо.
Коли зосереджуєшся
на справжній дійсності
вряди-годи постають
галюцинації землі,
також – води, вогню,
повітря й простору.*

*Через це виникає паніка,
кольори елементів,
що природно сяють
і фантазмагорія явищ,
наче магія.*

*Тіло є наслідком дій,
накопичених навіданням
від часів, що без ліку.
Це невідання є розум, який
не усвідомлює і, чіпляючись
за ілюзорну «самість»,
сіє зерна дій невідання
в ґрунт свідомості
основоположної.*

*Від часів, що без ліку, й донині
ти в таким чином посталих
тілах ілюзорних
блукаєш степом ілюзій,
а він же – безмежний.*

*Тепер, під впливом
настанов твого Лами,
ум твій ледь було стиснено
й чотири елементи
злегка пронизали
отвори твоїх тонких каналів;*

*Тож ти й угледів такі явища,
які ти щойно описав.
Це знак лекого відпруження
скручених каналів,
унаслідок чого потоки прани
й білої есенції трохи звільнилися.*

*Навіщо перейматися
тим маривом?
Воно просто
болісний знак
позитивної практики,
крихта досвіду медитації,
ознака розкриття отвору каналів,
природне сяйво першоелементів.
Ото й усього!*

*Позаяк, мій Лама вчив про це;
слухай уважно, мій сину,
Його настанову.*

*Якщо прагнеш пізнати
сутність одвічну,
свідомістю вивчай
природу істинну свідомості
наступним чином:*

*Справжня природа –
ясна, осяйна і порожня,
як простір вільна від усього.
Вона порожня від усього.
Нема нічого, що зробило б
її об'єктом власного сприйняття.*

*Це, наприклад, як око
нездатне бачити саме себе,
як простір не може проявити
свою непроявну природу.*

*Свідомість не може бачити себе –
суб'єкт сприйняття і об'єкт
не є дуальні.*

*Позаяк, аби узріть свідомість,
вдивляйся в неї
«очима» усвідомлення
недуального.*

Коли ум-свідомість
споглядаєш і вивчаєш,
вона є наче лампи жгут,
який запалюється лиш
власним сяйвом.

Хоч ця свідомість самосяйна
ясна і вільна від потьмарень,
вона з'являється й зникає
внаслідок причин і наслідків
кожної миті усвідомлення;
її самопізнати можна
лише уважним самоусвідомленням.

Коли недуальне самоусвідомлення –
ясне, блаженне, вільне від думок –
осягає порожнечу,
то пам'ятай, що навіть це пізнання
таким от усвідомленням,
що вільне від двоїстості
суб'єкту і об'єкту,
того, хто пізнає,
і те, що пізнається,
є умовністю.

Знай, що жодні поняття
насправді не існують
ані суб'єктивно, ані об'єктивно,
ані в поєднанні того і другого.

Фундаментальна ця свідомість
у своїй суті – порожнеча.
В ній виразно і ясно осягається
відсутність того, хто осягає
і того, що осягне;
бачиться відсутність того, хто бачить
і того, що бачене;
знається відсутність того, хто знає
і того, що знане;
сприймається відсутність того,
хто сприймає
і того, що сприймається.

Свої хибні уявлення й конфуз
розтинаючи зсередини
реалізацією, баченням, знанням
і сприйняттям неіснування
жодної точки відліку
й опори в розумі,

звідай, що ті з'яви
є одного смаку
в порожнечі справжнього.

До порожнечі справжнього
немає що додати, і нічого
від неї не відняти.
У ній немає ні нестачі, ані надлишку,
ні з'явлень, ні зникань, ні змін.
Ця свідомість природа
є самосвідома;
хоча і проявляється
як сув'язь-послідовність помилок,
в сутності вона не підлягає
народженню і смерті,
приходу і відходу і мінливості.
В ній нема наповненості,
ані звиродніння,
ні допомоги, ні шкідливості,
ані існування, ані небуття.

Основоположна сутність ця
свідомості-ума
не має ні основи, ані творення,
ані творця, ні жодної умови.
Протягом її тривання
нема нічого, що треба
прояснити в її ефемерних
функціях ментальності.
Насамкінець, вона
не припиняється.

Це напрочуд ясне
розпізнаюче усвідомлення,
невід'ємне від безмежжя простору,
є цілістне у своїй
сутністній природі,
тим не менше проявляється
різними з'явами.
Багато явищ, проте у своїй суті
всі вони – одне;
й ані в тій єдності, ані в розмаїтті
не знайдеш жодної
само-сущої самості,
жодної ідентичності,
що не є умовна.

Відкривши браму
порожнечі ідентичності,
всюдисуще усвідомлення
проникає всюди ясно й виразно,
і при цьому ніде не знаходить
жодної реальної самоті.

Від будь-якої
ідентичності й тотожності
воно порожне.

І хоча в цій порожнечі
одвічній, справжній,
основоположній,
нема нічого само-сущого,
втім плетениця
ілюзій змінноплинних
з'являється й зникає в розумі.

Хоча в умі й стаються
помилки сприйняття,
проте в жодній з них
не знайдеш

жодної основи чи кореня.

Таке прозріння в стан природний
плекай ретельним спогляданням
і чітким усвідомленням.

Отож сьогодні
я дав тобі, сину,
цю батьківську пораду.
Пробудись
у цю суттєву суть,
у Магамудру,
і провадь до цього стану
геть усіх істот.

Шанобливо вислухавши пісню,
Речунґпа повернувся до медитації та
під впливом Джецунових настанов і
благословінь мав поступ у своїй
практиці.

РОЗДІЛ ДВАДЦЯТЬ ПЕРШИЙ ПІСНІ РЕАЛІЗАЦІЇ

Намо Гуру! Вчителю слава!
Намедитувавшись на Багряній Скелі,
Міларепа помандрував до Н'янангу
біля Лапчі. Давні благодійники в
Н'янангу втішилися його появі й
укотре заходилися вмовляти його, щоб
він залишився в них назавжди.
Неподалік від села була велика скеля у
формі шлунку. На ній росло
велетенське дерево, а під ним була
печера, яку так і називали, "Шлунок".
Там Міла й осів на якийсь час, і туди за
пару днів навідалися сільський
учитель Шак'я Гуна й кілька місцевих
добродіїв.

-- Джецуне, - звернулися вони до
Міларепа, - відколи ми бачили Вас
востаннє, Ви вже багато де побували і
медитували. Як Ваша практика? Які Ви
мали прозріння?

У відповідь Міларепа заспівав пісню
"Моє переконання":

*Вклоняюсь Марпі Тлумачу!
Медитував я у природних скитах
і переконався ось у чому:*

*По-суті, нічого немає –
реально ніщо ніде не виникає,
ніщо нікуди не зникає.*

*Звільнившись від двоїстості
"минулих" і "майбутніх" з'яв,
узрів я ілюзорність самсари –
вона мене вже не чіпає.*

*О так, усім єством переконався
в порожній суті смерті і життя –
мене вони вже не обманять.*

По-суті, все є рівнозначне.

*Звільнившись від двоїстості
"насолоди" й "болю",
узрів я ілюзорність всього,
що виника в сприйнятті –*

*емоції, думки і їхні відображення
мене не задівають.*

*О так, усім єством переконався
в порожній суті всіх понять –
"так" і "ні", "бажане" й "небажане",
мене вже не обманять.*

По-суті, все – одне.

*Звільнившись від двоїстості
"самсари" і "нірвани",
узрів я ілюзорність шаблів практики –
мене вони вже не чіпляють.*

*О так, усім єством переконався
в порожній суті надії і розчарувань –
мене вони вже не обманять.*

Благодійники заходилися
розпитувати Міларепу про те, що він
пережив.

-- Друзі, - відповів Міла, - якщо вас це
направду цікавить, заспіваю вам про те,
що я звідав. Слухайте:

Назовні, збіглися умови:

*Мої тато й мама.
Всередині – алая*,
Свідомість-всеоснова.*

*А поміж тим отримав я це тіло –
Людське, дорогоцінне.*

*Мені ось пощастило
Уникнути народження
У нижчих сферах.*

Назовні, звідав я той факт,

*Що речі накопичені втрачаються.
Всередині – зречення
Зродилося в мені.*

*А поміж тим я прагнув святу Дгарму.
Мені ось пощастило
Не загрузнути в іграх цього світу.*

Назовні, збіглися умови:
Мій Лама і Його реалізація.
Всередині – із запізнення Вчення
Розквітло розуміння.
А поміж тим зродив я віру.
Мені ось пощастило
Не сумніватися
У Майстрові й у Дгармі.

Назовні, істоти всіх самсарних сфер.
Всередині – співвідчування
Їх страждань
І прагнення допомогти їм.
А поміж тим зродив я бодгічітту,
І з нею - досвід медитації.
Мені ось пощастило
Виплекати в серці
Не літеплу жалість,
А сильне співчуття.

Назовні, три сфери*
Сяють самозвільнені.
Всередині – спонтанно
Сяє самоусвідомлення.
А поміж тим поглибилась реалізація.
Мені ось пощастило
Пізнати істину - без страху і надії.

Назовні, різні прояви
Й чуттєві насолоди.
Всередині – неототожнення ні з чим
І ні до чого неприв'язаність.
А поміж тим плекаю
“Єдиний смак всього”.
Мені ось пощастило
Ані чіплятись за приємне,
Ні відвертатися від болю.

Назовні, я будував
І руйнував збудоване.
Всередині – звільнився
Від страху і очікувань.
А поміж тим полишив я
Всі розумові схеми.
Мені ось пощастило
Не обманутися дуальністю.

Вчитель Шак'я Гуна промовив до Міларепи:

-- Джецуне, Ваші практика і особистий приклад надихають. Однак, хоч і знаю Вас чимало часу, я ніколи не отримав від Вас конкретних настанов, а все якісь алегорії, натяки, символи. Прошу Вас, дайте мені посвячення й детальні інструкції. Я хочу практикувати Дгарму, не відкладаючи її на потім.

Втішений, Міларепа зробив так, як прохав сільський учитель, і відіслав його медитувати.

За якийсь час Шак'я Гуна повернувся до Міларепи з такими питаннями:

-- Якщо самсари й нірвани насправді немає, тоді навіщо займатися духовною роботою? Якщо розуму реально немає, навіщо тоді потрібен Учитель? А якщо Вчитель не потрібен, як же тоді навчитися правильно медитувати? Прошу, роз'ясніть це і вкажіть мені істинну природу свідомості.

У відповідь Міларепа заспівав пісню “Природа свідомості”:

*По-суті, ніщо не виника реально.
Якщо вам видається,
Що щось насправді є,
Ви досі в полоні ілюзій.*

*По-суті, самсара – не справжня.
Якщо вам видається,
Що в ній щось дійсно є,
Ви досі думками поплутані.*

*По-суті, свідомість нероздільна.
Якщо вам здається,
Що суб'єкт і об'єкти – окремі,
Ви досі в рутині невідання.*

*По-суті, в Ламі - цілісна традиція.
Якщо вигадуете
Власні засади практики,
Ви досі дурите себе.*

Дивіться у свідомість так,
Немов би дивитесь у небо.
Як хмари на небі,
Її покривають думки.
Устна настанова Майстра
Розвіє геть хмари думок.

Думки і явища усі у своїй суті –
Це чисте світло усвідомлення,
Вами не розпізнане.
Неусвідомлені, вони
Самсару обертають;
Усвідомлені, вони
Є світлом розуміння,
Що пробуджує.

Все, що ви сприймаєте і зазнаєте,
“Назовні” чи “всередині” –
Взаємопостаюче і взаємобутнє,
По-суті є відносне і несхопне,
Як веселка в небі,
Без жодної “остаточної” самості,
Без жодних “само-існуючих” ознак.

Порожнє й невимовне,
Воно втім одвічно сяє
Пізнанням-усвідомленням,
Поза межі часу й місця,
Поза умовності уявлень і назв.

Справжня природа нашого єства
Сяє, як сонце – невпинно,
Незалежно від емоцій і помислів.
Пізнавши її, ви зазнаєте
Чисту насолоду й чисте світло,
Природну сферу дгармакаї –
Оголену, без жодних меж, порожню,
Вільну від конструкцій розуму,
Необумовлену рутинями
Органів чуття.

По-суті, неконцепційна медитація,
Що вводить у неконцепційну
Суть свідомості, така:
Перебувайте в стані
Виразно-ясного усвідомлення,
Уважно та просторо –
Увагою ні за що не чіпляючись,

Не ототожнюючись ні з чим,
Ні в що не забуваючись,
Відкрито, як простір,
Просторо, як небо,
Природно, чисто й без зусиль,
Із глибини розслаблено:
Немов змія, у вузол зв'язана,
Саморозв'язується,
Вузли думок самозвільняються;
Осяйні світлом розпізнання,
Рутини та умовності відпружуються
В просторе усвідомлення,
Всі виміри зливаються
У недуюальну сферу
Тотальної присутності.
О чудо із чудес!

Скінчивши співати, Міларепа
продовжив:

-- Друже вчителю, не прив'язуйтеся до
репутації і чуттєвих насолод. Не
вдовольняйтеся самим лише книжним
знанням. Добросовістно практикуйте
все своє життя і власним прикладом
надихайте інших на практику Дгарми.

І Міларепа знову вибухнув піснюю:

О мій удатний учню,
Хіба життя не є непевне і оманне?
Хіба комфорт і насолода
Не швидко проминають?
А ваші миттєвості щастя –
Може то дещо як сон?
Чи є в самсарі щастя, що триває?
Злети і падіння, хвала і осуд –
Невже то не порожнее відлуння?
А суть вашої свідомості –
Хіба вона не є фактично будда?
А будда й дгармака –
Невже то не одне і те ж?
Ну а дгармака –
Хіба вона не є єдина дійсність,
Одвічно чиста і порожня,
Поза умовностями
Будь-яких уявлень,
Вільна від будь-яких понять?

Проникшись тим, що маю на увазі,
Ви зрозумієте, що все насправді
Є творивом ментальним:
Всі явища походять зі свідомості,
Що вільна від “вроджених” ознак,
І є від неї невід’ємні.
Тому, щоб пробудитися
Зі сну невідання й нерозпізнання,
Ой як же варто день і ніч
Вдивлятися невтомно
В свою свідомість-душу.

Уважно споглядаючи її,
Побачите, як світлом усвідомлення
Думки тануть, розчиняються
В простору неохопність.
Ви побачите, що насправді
Нічого немає
Окремо від порожньої сутності.
Побачите, що насправді
Немає що бачити –
От тоді свідомо й спочивайте
В такому уважному не-баченні!
Суть Магамудри – в цьому!

Я – Магамудра!
Я відкритий простір усвідомлення.
Хіба може простір
За щось зачепитися?
Не чіпляюсь за думки
І не гублюся в ілюзіях з’яв.
Уважне усвідомлення
Увиразною і стабілізує,
Ні на чому не фіксуєчесь.

У моїй практиці немає вже межі
Між “медитацією” і “не-медитацією”.
Все, що виникає –
Невід’ємне від свідомості,
Тому все відкрито усвідомлюю,
Ні між чим не вибираючи –
Не тягнучись за тим, що виникає,
Ні відвертаючись від того:
Не відволікаючись,
Просто й невимушено перебуваю
У відкритій, як простір, присутності,

І все відпружую – дозволяю
Само-звільнятися всьому,
Що постає в сприйнятті.

Запізнав я світло одвічної присутності,
Споглядав невиникання
Й незникання,
Звідав смак глибинної незрушності –
Медитував таковість
Невимовного буття, що
Поза межами всіх уяв і з’яв.

Така є Магамудра:
Вона вища за всі
Концепційні практики,
Вища за візуалізацію Їдама
І промовляння мантри,
Вища за йогічні методи каналів,
Енергій та есенції,
Вища за тантричну кармабудру
Й вища за людську любов.
Магамудра ж містить їх усі в собі,
А вони без неї – щаблі Магааяни,
Які невідання не викорінюють цілком.

Друже, закарбуйте собі в пам’яті
Суть Магамудри в одному реченні:
“Всі явища – прояви свідомості,
А вона – осяйно-свідома порожнеча”.
Якщо цю суть прозрієте в естві
Й неустанно її медитуватимете,
То цим ви звершите
Всі інші практики –
І зречення, і етику, любов і бодгічїтту,
Візуалізацію, і мантри,
І решту всіх щаблів.
Вони ж бо всі – у Магамудрі,
Якщо ви здатні її практикувати.

Вчитель Шак’я Ґуна медитував
згідно з настановами Джецуна і зродив
у собі сутністні прозріння й реалізації.
Будучи сумлінним у практиці, він став
одним із найближчих духовних синів
Міларепи.

