

## ДЗА ПАТРУЛ РИНПОЧЕ «МОЙ СОВЕТ САМОМУ СЕБЕ»

*Ваджрасаттва, несравненное божество, Мастер,  
Ты восседаешь на полнолуной лotosовой подушке белого света  
В распустившемся столепестковом цветке юности  
Подумай обо мне, Ваджрасаттва,  
Ты, остающийся непоколебимым в возникающем проявлении –  
В Махамудре, чистом блаженстве-пустоте*

Послушай, старый Патрул,  
Накопивший плохую карму, пребывающий в отвлечении!  
В течение веков и по сей день  
Явления отвлекали твоё внимание, очаровывали  
И вводили тебя в заблуждение.  
Ты осознаешь это? Осознаешь?  
Прямо в данный момент, когда ты находишься  
Во власти чар ошибочного восприятия,  
Тебе следует остерегаться.  
Не допускай, чтобы тебя увлекла  
Эта бутафорская и пустая жизнь.

Твой ум вертится вокруг выполнения  
Множества бессмысленных проектов –  
Это мусор, выброси его!  
Размышление о сотне планов,  
Которые ты собираешься осуществить,  
Никогда не имея достаточно времени для их завершения,  
Лишь отягощает твой ум.  
Тебя полностью отвлекают  
Все эти проекты, которые никогда не заканчиваются,  
А их становится все больше, как ряби на воде.  
Не будь дураком – на этот раз не сдавай позиций.

Слушать Учения – ты уже слышал сотни Учений,  
Но если не постиг смысла даже одного из них,  
Какой смысл слушать еще?  
Размышлять об Учениях – хотя ты и слушал,  
Если Учения не появляются в уме, когда это нужно,  
Какой смысл размышлять еще? Никакого смысла.  
Медитировать в соответствии с Учениями –  
Если твоя практика медитации все еще не излечивает  
Омрачающие состояния ума –  
Забудь о ней!

Ты уже подсчитал, сколько раз произнесены мантры,  
Но все еще не закончил визуализацию стадии зарождения.  
Возможно, формы божеств стали точными и отчетливыми,  
Но ты не положил конец [разделению на] субъект и объект.  
Возможно, ты усмиряешь то,  
Что выглядит как злые духи и призраки,  
Но не усмиряешь поток своего собственного ума.  
Четыре превосходные сессии твоей практики садханы,  
Которые выполняешь с такой тщательностью –  
Забудь о них!

Когда у тебя хорошее настроение,  
Кажется, что в твоей практике много ясности,  
Но ты не можешь просто расслабиться в ней.  
Когда ты подавлен,  
Твоя практика весьма стабильна,  
Но в ней нет яркости.  
Что касается твоего осознания,  
Ты пытаешься вогнать себя в состояние, подобное ригпа,  
Как будто, нацелившись, втыкаешь кол!  
Если эти йогические позы и пристальные взгляды  
Делают твой ум стабильным  
Только благодаря тому, что связывают его –  
Забудь о них!

Произнесение высокопарных лекций  
Не принесет потоку твоего ума ничего хорошего.  
Путь аналитического рассуждения точен и остер –  
Но это лишь добавляет заблуждение,  
Ни на что не годное козье дерьмо.  
Устные наставления очень глубоки,  
Но если ты не претворяешь их в практику,  
Читая все больше и больше текстов по Дхарме,  
Которые лишь занимают твой ум и причиняют боль глазам –  
Забудь об этом!

Ты стучишь своим маленьким барабаном дамару –  
*тинг, тинг* –  
И публика думает, что это приятно слушать.  
Ты повторяешь слова о поднесении своего тела,  
Но все еще не перестал дорожить им.  
Ты заставляешь звучать свои маленькие цимбалы –  
*клинг, клинг* –  
Не удерживая в уме конечную цель.  
Все это снаряжение для практики Дхармы,  
Которое кажется таким привлекательным –  
Забудь о нем!

В настоящий момент все эти ученики  
Занимаются с таким большим усердием,  
Но в конце они не способны продолжать так же.  
Похоже, что сегодня они поняли смысл,  
Но позже от него не остается и следа.  
Даже если один из них сподобится выучить немного,  
Он редко применяет свою "ученость" к собственному поведению.  
Эти утонченные науки, относящиеся к Дхарме –  
Забудь о них!

В этом году он действительно заботится о тебе,  
В следующем году все уже не так.  
Сначала он кажется сдержанным,  
А потом становится экзальтированным и напыщенным.  
Чем больше ты лелеешь его и заботишься о нем,  
Тем сильнее он отдаляется.  
Эти дорогие друзья,  
Которые для начала показывают такие улыбчивые лица –  
Забудь о них!

Похоже, что ее улыбка полна радости –  
Но кто знает, так ли это на самом деле?  
Один раз чистое блаженство,  
Потом наступают девять месяцев мук для ума.  
Возможно, в течение месяца все прекрасно,  
Но раньше или позже начинаются неприятности.  
Люди поддразнивают, твой ум запутывается –  
Твоя подружка –  
Забудь о ней!

Эти бесконечные круги разговоров  
Представляют собой только привязанность и отвращение –  
Лишь еще больше козьего дерьма, не годного ни на что.  
Временами это кажется невероятно занимательным,  
Но на самом деле  
Ты только разносишь истории о недостатках других людей.  
Кажется, что публика вежливо слушает,  
Но потом они начинают испытывать за тебя смущение.  
Бесполезная болтовня, лишь вызывающая у тебя жажду –  
Забудь о ней!

Давать Учения по текстам о медитации,  
Когда ты не обрел подлинное переживание через практику,  
Подобно чтению вслух руководства по танцам  
С мыслями о том, что это и есть танец.  
Люди могут с преданностью внимать тебе,  
Но не это должно быть на самом деле.  
Рано или поздно, когда твои поступки  
Начнут противоречить Учениям, тебе станет стыдно.  
Лишь прожевывать слова,  
Давая объяснения по Дхарме, которые звучат так красноречиво –  
Забудь об этом!

Если у тебя нет текста, ты хочешь получить его;  
Позже, когда он, наконец, у тебя оказался,  
На него ты почти не смотришь.  
Кажется, что количество страниц не так уж велико,  
Но весьма трудно найти время  
На то, чтобы переписать их полностью.  
Даже если ты перепишешь  
Все тексты Дхармы, которые есть на свете,  
Это не принесет тебе удовлетворения.  
Переписывать тексты – трата времени,  
Если тебе не платят –  
Поэтому забудь об этом!

Сегодня они счастливы,  
Завтра они в бешенстве.  
Со всеми их хорошими и плохими настроениями  
Людей никогда нельзя удовлетворить.  
Даже если они вполне милы,  
То могут не появиться,  
Когда ты по-настоящему в них нуждаешься,  
Разочаровывая тебя еще больше.  
Вся эта вежливость, обходительное поведение –  
Забудь об этом!

Мирская и религиозная работа –  
Занятие для благородных.  
Патрул, дружище, это не для тебя.  
Ты еще не заметил, что всегда происходит?  
Когда ты нажил себе неприятности,  
Взяв на время старого быка  
Ради работы, которую он должен выполнить,  
Кажется, что в нем не осталось абсолютно никаких желаний,  
Кроме стремления снова заснуть.  
Будь похожим – без желаний.  
Только спи, ешь, мочись и испражняйся.  
В этой жизни больше нет ничего, что следует делать.  
Не занимайся другими делами –  
В них нет смысла.  
Будь смиренным.  
Спи.

Пребывая в тройном мироздании,  
Оказавшись ниже, чем другие,  
Займи низкое место.  
Если окажешься высоко,  
Не становись высокомерным.  
Нет абсолютно никакой нужды в том,  
Чтобы у тебя были близкие друзья;  
Лучше держись подальше, будь с самим собой.  
Когда у тебя нет никаких мирских или религиозных обязанностей,  
Не продолжай стремиться к тому, чтобы получить их!  
Если ты отпустишь все –  
*Все, все –*  
В этом истинный смысл!

*Этот совет написал практикующий Трима Лодро (Патрул Ринпоче) для своего близкого друга Аху Шри (Патрула Ринпоче), чтобы дать наставление, точно соответствующее его способностям.*

*Данный совет следует претворить в практику.*

*Даже если ты не знаешь, как практиковать, лишь отпусти все – вот что я действительно хочу сказать. Даже если ты не можешь добиться успеха в своей практике Дхармы, не сердись.*

*Пусть это принесет благо.*