

Я очень рад снова вас видеть сегодня. Как я вам всё время повторяю, развеите в себе правильную мотивацию, необходимую для получения драгоценного учения по тренировке ума. Майя будет читать текст, а я – давать к нему комментарии.

И поэтому, Ямантака, поверни сейчас с великой силой
 Колесо острых кинжалов – добродетельных деяний.
 Поверни его три раза в своем гневном облиии –
 Твои ноги расставлены для двух уровней Истины,
 Твои раскрытые глаза сверкают ради мудрости и средств.

Итак, во всех строках, которые имели место раньше, до пятидесятой строфы, были разъяснены недостатки себялюбия. На данном этапе вы понимаете, что сами являетесь творцом всех своих страданий. В частности, все ваши страдания порождены себялюбием. Если мы не проводим тщательного анализа ситуации, то нам кажется, что наши страдания создает кто-то вне нас, они приходят к нам извне. Поэтому мы пытаемся сражаться с каким-то внешним врагом. В нас неизменно присутствует концепция наличия врага или внешнего раздражителя. Всю свою жизнь мы проводим, пытаюсь уничтожить какого-то неприятеля, который существует вне нас и причиняет нам вред. Но это ложная теория. Поступая так, невозможно победить врага. В сорок девятой строке говорится: «Теперь я понял, что настоящий враг обитает внутри меня – это себялюбие и неведение. Они обитают в моем сердце. Пока всё это останется в моем сознании, я не смогу освободиться от страданий. Теперь я понимаю, кто мой настоящий враг и кто, в действительности, уничтожает мое счастье».

Например, врачи сначала проводят диагностику, пытаются определить, что является источником страдания пациента. Установив его, они прописывают лекарство для излечения. Иногда, если у вас боль в груди, её причиной может быть и печень, и почки, или что-то еще. Поэтому важно исследовать, каков основной источник боли. Если вы устранили его, боль пройдет сама собой.

В строфах этого текста, вплоть до пятидесятой, был проведен детальный анализ всех ситуаций, которые вызывают у нас разнообразные виды страдания. Было установлено, что наши страдания подобны колесу острых кинжалов, которое постоянно к нам возвращается. Это колесо исходит от вас самих, вы сами его запускаете. А затем оно бумерангом возвращается к вам. Это подобно тому, что вы сами выковываете меч, который потом вас убивает. Это подобно тому, что вы делаете стрелу, которая затем вас убивает. Также это подобно тому, что вы бы являлись родителями маленького ребенка, а он потом вас убил.

Итак, всё исходит от вас. Чтобы проиллюстрировать это, автор приводит очень много разнообразных аналогий и примеров. Он говорит, что у всего есть причина, без неё результат не может появиться. Причина производит подобный ей результат. Хорошая причина ведет к хорошему результату, а плохая причина – к плохому. В ответ на причинение вреда другим вы всегда будете получать вред. Но откуда же появляются вредоносные мысли? Каким образом возникает привязанность? Откуда порождаются все омрачения? Мы знаем, что омрачения подталкивают нас к совершению негативных действий. Поскольку мы их совершаем, то испытываем на себе их результат. Если вы исследуете негативные эмоции, то выясните, что все они являются производными от одного главного состояния ума – себялюбия.

Чем больше у вас будет себялюбивых концепций «я-я-я», тем больше у вас будет негативных эмоций. Чем больше у вас негативных эмоций, тем больше вы накапливаете

негативной кармы. Чем больше у вас негативной кармы, тем больше негативного результата вы на себе испытаете, тем больше у вас будет страданий.

В этом тексте автор говорит, что лучший способ избавиться от страданий – это не бороться с каждым из омрачений по отдельности, не бороться с каким-то внешним врагом, не пытаться уничтожить его и не пытаться убежать от страданий, а определить, что является основным источником ваших страданий. Надо понять, что это себялюбие. Оно пребывает в вашем сознании или сердце и восседает там на огромном троне, богато украшенное и облаченное в наряды. Именно оно отдаёт все приказы, подобно премьер-министру. А президент – неведение – всё время пьёт водку и спит. Он лишен мудрости. Премьер-министр – себялюбие – очень активно совершает неправильные действия. В правильных действиях он не очень активен, а в неправильных – очень. Поэтому в этом царстве, где управляют неведение и себялюбие, нет никакого счастья, в нём постоянно возникает одно страдание за другим. Это царство называется сансарическим.

Если мы изменим эту систему, то есть вместо президента – неведения – изберем мудрость, постигающую пустоту, а премьер-министра – себялюбие – заместим умом, который заботится о других больше, чем о себе, то это будет царство нирваны. Потому что премьер-министр, который заботится о других, создаст такую систему руководства этим царством, что в нём будут очень активными позитивные состояния ума. А когда все позитивные состояния ума работают правильно, то мы постоянно создаем причины для счастья и постоянно закладываем хорошие причины.

Одновременно с позитивными состояниями ума негативные функционировать не могут. Если мы продолжим этот процесс, и в нашем уме будут постоянно функционировать только позитивные состояния, то у негативных не будет возможности проявиться. Поэтому мы будем постоянно создавать только причины для счастья и не будем создавать причины для страданий. Там, где есть причина для счастья, счастье возникнет само, даже если вы не захотите. В этом случае ваше колесо острых кинжалов будет позитивным. Даже если вы не захотите этого, колесо острых кинжалов благих действий обязательно вернется к вам.

Итак, поскольку мы не будем создавать причины для страданий, они не возникнут. Когда ваш ум обретёт такую силу, что вы полностью устраните из него все омрачения и реализуете весь потенциал нового царя и министра, то достигнете состояний Будды. Только таким путем можно достичь Пробуждения, другого пути нет. Чтобы укрепить власть царя или президента, очень важна мудрость. Для того чтобы укрепить власть премьер-министра, очень важен ум, который заботится о других больше, чем о себе, или бодхичитта. Эти два понятия называются методом и мудростью. Когда вы создадите их, все остальные позитивные состояния ума появятся спонтанно, сами собой. Таким образом, вы сможете достичь Пробуждения.

Когда вы это осознаете, то со строки пятидесятой начинайте применять противоядие. Теперь вы полностью понимаете, кто ваш настоящий враг. Для того чтобы заменить себялюбие умом, который заботится о других больше, чем о себе, сначала вы должны ослабить себялюбие. Если себялюбие очень сильное, его невозможно заменить умом, который заботится о других. Сейчас этот мудрый министр не будет у вас работать. Иногда он смотрит в окно, желает другим счастья, но большую часть времени он сидит в тюрьме. Ум, который заботится о себе «я-я-я» – на улице, он очень активен: «Это плохо, то плохо, все виноваты». Он всех наказывает. И вы сами несчастны, и другие.

Изменить это нелегко, необходимо время. Из-за того, что себялюбие очень сильное, оно создало очень крепкую систему в вашем сознании, и изменить её трудно. Очень легко

сказать своему себялюбию: «Ты плохое, я хочу от тебя избавиться». Но в действительности устранить его очень трудно. Поэтому существует диалог между себялюбием и умом, который заботится о других. Один великий мастер записал этот диалог, исходя из собственного опыта практики.

Во время медитации зародился ум, который заботится о других. Когда зарождается такой ум, он сразу даёт много обещаний. Вы тоже так поступаете. Когда вы медитируете на позитивное состояние ума, то говорите, что себялюбие – это очень плохо, что его надо выгнать. Вы ругаете его. Итак, ум, который заботится о других, зародившись, говорит себялюбию: «Ты очень плохое, всё время меня обманываешь! Ты мой самый худший враг. Я выгоню тебя из своего ума! Ты вредишь мне и другим, поэтому ты мой настоящий враг, я тебя уничтожу. Никогда не склонюсь перед тобой».

Но после окончания медитативной сессии себялюбие снова возникает и отвечает уму, который заботится о других: «Начиная от самых высоких лам, заканчивая самыми плохими и ленивыми учениками, все говорят о том, какое себялюбие плохое, и что от него надо избавиться. В действительности, я их всех контролирую. Я имею власть над ламой, который сидит на троне. Он скажет, что себялюбие очень плохое, но когда люди будут подходить к нему с подношениями, его глаза будут расширяться, и он будет хлопать их по плечу: «Молодец». Это признак того, что я его контролирую. Если я могу справиться с некоторыми очень высокими ламами, то с учениками это сделать очень легко».

Есть очень высокие ламы, у которых себялюбия вообще нет. Они всегда очень скромные. Даже когда садятся на трон, они не думают: «Да, я высокий!» Наоборот, они говорят: «Я обычный человек, но надо уважать учение, поэтому я должен садиться туда!» Им очень неудобно сидеть на троне и чувствовать себя учителем. Они всегда боятся, что если сядут на трон, к ним придет себялюбие. Есть очень много таких мастеров, которые остаются ради блага других людей – жертвуют. Но существуют и слабые. Такие ламы, как я, слабые, и нас может подчинить себе себялюбие. Но это не означает, что они плохие. Они просто слабы, поэтому их контролирует себялюбие.

Далее себялюбие говорит: «Что касается учеников, то даже если они практикуют Дхарму, то под моим контролем. Их это говорит им: «Если я буду практиковать, то стану особым человеком. Я умный человек». Если они практикуют тантру, то всё равно делают это под моим контролем. Они сразу же хотят практиковать высшую тантру и быстро обрести высокие реализации. Всё это признаки того, что я их контролирую. Как же они могут достичь освобождения? Они всё время будут находиться под моим контролем. Как же они могут от меня освободиться?»

Но у ума, заботящегося о других, есть ответ на это вопрос: «Твой контроль временный. Ты контролируешь этих людей, потому что они слабы и у них не открыты глаза. Как только у них откроются глаза и они поймут, что ты являешься основным источником страданий, и что под тобой нет стабильной, достоверной основы, ты рухнешь». Человека можно один раз обмануть, два раза обмануть. Постоянно обманывать невозможно, потому что базы нет. Если правильной базы нет, то когда у человека однажды откроются глаза, больше он не захочет быть обманутым.

Далее, ум, заботящийся о других, говорит: «Я сейчас слаб, но рано или поздно одержу победу, потому что имею под собой достоверную основу. В конце концов, я одержу победу, потому что меня заботит счастье всех живых существ. Ты же эгоистично и

заботишься о счастье одного-единственного живого существа. Как же ты можешь в конечном итоге победить?». Это очень глубокий ответ.

Далее, с таким пониманием, чтобы применить противоядие к себялюбию, мы говорим: «Себялюбие происходит от неведения. Противоядием к неведению служит мудрость, постигающая пустоту. Божеством мудрости является Манджушри. Но это мирный аспект, который служит для развития мудрости. Ямантака – гневный аспект Манджушри, предназначенный для уничтожения неведения». Вы обращаетесь к Ямантаке, так как вам нужно уничтожить источник ваших страданий и страданий других людей. Чтобы избавиться от сильного себялюбия и мощного неведения, вам необходимо очень могущественное божество.

Итак, вы от всего сердцаверяете себя Ямантаке, который является воплощением аспекта мудрости всех будд. Опираясь на него, как основное божество, вы делаете это, чтобы уничтожить свое неведение и себялюбие. С таким чувством вы просите Ямантаку: «Пожалуйста, вращайте колесо острых кинжалов трижды, чтобы уничтожить себялюбие и неведение». Вы можете визуализировать перед собой Ямантаку и представлять, как из его сердца исходит колесо острых кинжалов и входит в ваше сердце. Поворачиваясь в нём, оно полностью уничтожает неведение и себялюбие. В данном случае Ямантака имеет две ноги, одна из которых согнута, другая вытянута. Две ноги символизируют два вида бодхичитты – относительную и абсолютную. Горящие глаза Ямантаки широко открыты и полыхают огнем. Они символизируют мудрость и метод.

Обнажая клыки, четыре великих силы,
Поглоти врага – жестокое себялюбие.
Могущественной мантрой заботы о других
Сокруши врага, затаившегося внутри.

Итак, вы простите Ямантаку, чтобы он обнажил свои клыки четырех противодействующих сил, необходимых для очищения от негативной кармы, и поглотил врага – жестокое себялюбие. Также вы просите, чтобы могущественной мантрой заботы о других Ямантака сокрушил врага, притаившегося в вашем сердце. Когда вы делаете такую визуализацию и просите об этом, то применяете противоядие к корню ваших страданий. Если ваше эго станет хоть чуточку меньше, то у вас будет чуть меньше проблем. Если вы постоянно подпитываете свое эго, то оно становится больше, и у вас появляется больше проблем.

Например, если вы становитесь популярным артистом, то ваше эго постоянно раздувается, и это влечет за собой всё больше и больше страданий. Это на сто процентов так. Когда эго подпитывается, то в этот момент вы чувствуете некоторую радость, но это ненастоящая радость, потому что она подобна солёной воде, подобна сладкому яду. С того момента, как вы решите уничтожить себялюбие, вы будете принимать горькое, но полезное лекарство. Это будет нелегко, но очень полезно. Поэтому, когда вы читаете мантру Ямантаки, то читаете её как гневную мантру, которая служит для уничтожения эгоизма и цепляния за истинность эго.

Итак, практика Ямантаки непосредственно связана с уничтожением самого корня сансары. Поэтому я и говорю, что Ямантака для меня является основным божеством. Это главная причина. Даже практика керим (или практика зарождения) – это очень мощная практика, потому что помогает подсесть сансару под корень. А практика стадии завершения (дзограм) является еще более мощной.

Тантра Ямантаки непосредственно связана с учением Будды о четырех благородных истинах. Ямантака представляет собой благородную истину о пути. Эта четвертая благородная истина является истинным лекарством, которое отсекает сансару под корень. Благородная истины пути – это мудрость, постигающая пустоту. Это прямое противоядие к корню сансары, ко второй благородной истине об источнике страданий. Таким образом, как видите, сутра и тантра никак не противоречат друг другу. В Тибете и Индии некоторые учителя полагали, что тантра никак не связана с сутрой, что тантра – это какое-то особое мистическое учение, связанное с тем, что с помощью мантр вы трансформируетесь в особенное существо и улетаете на ракете этого учения в какую-то чистую землю.

Люди, которые получали посвящение Ямантаки, которые делают эту практику, могут читать мантру Ямантаки с пониманием того, что их истинным врагом является себялюбие и неведение, цепляние за истинность «я». С пониманием того, что это злейший враг и его необходимо уничтожить, вы можете читать мантру и делать ту визуализацию, о которой я рассказал, представляя, что на вас нисходит свет и нектар. Визуализируйте себя Ямантакой, как вы это обычно делаете, когда делаете практику, производя все необходимые техники очищения.

Обезумев, мы несемся по джунглям жизни,
 Пытаясь спастись от острых кинжалов своих злодеяний.
 Они возвращаются к нам; у нас нет власти.
 Этот коварный, беспощадный злодей – наш эгоизм,
 Обманывающий и нас, и других –
 Поймай его, поймай его, свирепый Ямантака,
 Вызови этого врага, приведи его прямо сейчас!

Так, мы несёмся по запутанным джунглям жизни, и в погоне за нами, нас настигают острые кинжалы. Острые кинжалы – это те злодеяния, которые мы совершили. Под джунглями имеется в виду сансара. Итак, мы неминуемо должны испытать результат тех неверных действий, которые мы совершили. Все эти действия порождает ложный, обманчивый вид ума, который называется себялюбие. Оно обманывает нас и других. Поэтому вы просите Ямантаку: «Пожалуйста, захвати его, вызови на бой коварного врага». Это очень легко понять.

Сокруши его, сокруши его и вырви сердце
 Нашего цепляния за эго, нашей любви к самим себе!
 Топчи его, топчи его! Танцуй на голове
 Коварного понятия – эгоистической озабоченности!
 Вырви сердце этого эгоцентричного палача,
 Уничтожающего наш шанс на достижение окончательного освобождения!

Итак, вы с сильной решимостью просите Ямантаку, который является аспектом мудрости всех будд, не просто захватить себялюбие в плен, но и растоптать его, вырвать у него сердце. Это означает уничтожить себялюбие. «Топчи его, топчи его! Танцуй на голове» – означает установить власть над себялюбием, подчинить его себе. «Вырви сердце этого эгоцентричного палача» – это значит уничтожить себялюбие, которое, подобно палачу, лишает нас шанса на обретение реализаций, то есть обретение свободы. Кто мешает вам достичь освобождения, или нирваны? У каждого из нас есть потенциал для того чтобы достичь нирваны и стать Пробужденным.

По своей природе вода чиста, но если ее взболтать, она станет грязной. Кто мутит воду? Кто мешает ей оставаться чистой? Это палка взбалтывает воду. Надо поймать за руку того,

кто это делает, нужно прекратить это движение. Тогда вода станет чистой сама собой, и вам не надо будет искать вне неё какую-то чистую воду. Точно так же нирвану, чистоту ума не надо искать где-то вовне, потому что у всех есть чистота ума, у всех есть природа будды. Природу будды можно реализовать, если вы прекратите процесс «взбалтывания» воды своего ума, который осуществляет ваше себялюбие. Именно оно мутит ваш ум.

ХУМ! ХУМ! Покажи все свои силы, о, могущественный защитник!
 ДЗА! ДЗА! Свяжи этого врага; не позволяй ему освободиться.
 ПХЭ! ПХЭ! Освободи нас своей мощью,
 О, великий Владыка над смертью.
 Разрежь! Разрежь! Разорви узел своекорыстия,
 Связывающий нас внутри.

Итак, эта практика сопровождается определенными мантрами. Когда вы произносите эти слова, вы должны осознавать значение мантры. Иногда такой метод применяется для сокрушения своего эго. Для того чтобы породить в себе бодхичитту, очень важно уничтожить себялюбие либо свести к минимуму его силу. В буддизме существует две основные практики, третьей основной практики нет.

Первая практика – это разрушение неведения или цепляния за истинность «я» и себялюбия, потому что они являются корнем всех страданий. Учение о пустоте предназначено для устранения цепляния за эго. Учение о четырех благородных истинах и отречении предназначены для ослабления себялюбия. Вторая основная практика – это развитие ума, который заботится о других. Эта практика является основной, потому что ум, который заботится о других – это источник всего счастья. Это источник не только вашего счастья, но и счастья всех живых существ.

Эти две практики должны стать для вас основными. Чтобы развить в себе ум, который заботится о других, существует очень подробное учение о бодхичитте, в котором говорится о том, как полюбить других больше, чем себя, как выполнять эту практику. Тантра – это одно из ответвлений ума, который заботится о других. В ней указаны особые методы того, как быстро стать буддой чтобы принести благо живым существам. Когда ваш ум, который заботится о других, становится сильнее, у вас возникает желание стать буддой как можно быстрее, чтобы принести пользу живым существам. Если вы очень быстро хотите стать буддой из сильного сострадания, то для вас тантра будет полезной. Итак, именно поэтому Тантра является небольшим ответвлением учения об уме, который заботится о других.

Один из старейших мастеров Кадампы говорил: «Я всю свою жизнь познавал и практиковал учение сутры и тантры и в конце понял, что в них существует две основные практики. Первая – практика разрушения цепляния за эго и себялюбие. Вторая – развитие ума, заботящегося о других, который подобен драгоценности, исполняющей желания». Кроме этих двух практик, третьей основной практики нет. Если вы найдете третью, которая будет иметь такое же значение, как две предыдущие, это будет ошибкой. Если вы найдете такую практику, она, скорее всего, будет способствовать укреплению вашего эго.

Итак, с пониманием всего этого и с большой решимостью уничтожить своё себялюбие, вы говорите: «ХУМ! ХУМ! Покажи все свои силы, о, могущественный защитник!» «Покажи все свои силы» означает «покажи все свои силы, необходимые для уничтожения цепляния за эго и себялюбие».

Если вы будете практиковать чод с таким пониманием лоджонга, тренировки ума, это будет настоящий чод. В противном случае чод будет практиковать ваше эго. Оно скажет: «О, это мистическая практика. Я хочу стать особым человеком». И ночью, когда все остальные люди спят, вы будете трубить в ганлин, предполагая, что сейчас придут вредоносные духи, и у вас будет переживание какого-то мистического опыта. Это глупо! В практике чод вы просите не только божеств, но и вредоносных духов уничтожить ваше цепляние за эго. Вы говорите им: «Вредоносные духи, вы очень полезны. Пожалуйста, уничтожьте цепляние за эго, которое так вредит и мне, и другим. Пожалуйста, помогите мне разрушить это цепляние за эго». Затем вы, избавившись от всякого цепляния, говорите: «Я подношу всем вам свое тело».

Если у вас в этот момент не будет настоящей силы в уме, то эта практика станет просто детскими игрушками. Поэтому в начале своего духовного пути очень важно медитировать на Ламрим. У вас нет необходимости в практике чод. Пока вам слишком рано ее выполнять. Когда ваша бодхичитта станет сильнее, тогда вы сможете провести групповую практику чод: если один испугается, то у него будет поддержка.

В России люди иногда склонны к мистике и хотят заниматься какими-то необычными практиками. Это еще одна ловушка эго. Чод – это очень хорошая практика, но в настоящий момент она вам не подходит, вам слишком рано пытаться практиковать её, уходить в отдаленное место в одиночку. Иначе вы можете превратиться в человека со странностями. Когда огонь горит сильно, ветер для него полезен, но если пламя слабое, то любое дуновение моментально погасит его. Практика чод подобна тому, что вы попадаете под сильный ветер. Если огонь вашей бодхичитты горит ярко, то, попав в сильный ветер практики чод, он разгорится еще больше.

Кроме того, практика чод очень полезна для выявления объекта, который отрицается пустотой. Глубокой ночью, когда вы находитесь в безлюдном месте, и когда вам кажется, что появляется нечто очень странное, у вас возникает очень явное ощущение своего «я». Образ этого «я» возникает с особой силой. В этот момент надо его тщательно исследовать, потому что эта видимость «я» и есть объект отрицания. Подобного «я» не существует вообще. Это ложное эго понимание. Подобное конкретное, плотное «я», которое находится у вас в груди и сотрясает всё ваше тело, обманчиво.

Без определения объекта отрицания на своем собственном опыте познать пустоту невозможно. Итак, практика чод также полезна для постижения объекта отрицания. Если вы познаете пустоту глубокой ночью, находясь в безлюдном месте, вам будет совершенно нечего бояться. Потому что в пустом доме нельзя что-то потерять. Из пустого дома никто ничего не украдет. В пустом доме никто ничего не получит. Вы успокоитесь и будете пребывать в природе своего собственного ума. Ваш ум будет становиться всё яснее и яснее. Неведение и себялюбие будут постепенно исчезать из вашего сознания. Вы замените неведение мудростью, постигающей пустоту, а себялюбие умом, который заботится о других. Признаком успешности такой практики будет ваша спонтанная любовь к людям, которых вы увидите на следующий день. Когда кто-то назовет вас дураком, эти слова не отзовутся болью в вашем сердце. Это будут просто пустые слова. Ни одна неприятная или вредоносная фраза не сможет вам навредить, наоборот, она поможет стать сильнее. Всем, кто будет говорить вам что-то плохое, вы скажете: «Спасибо!»

Только когда практик обретает подобную силу, он может притворяться сумасшедшим. Он при этом не будет умалишённым, но будет вести себя так, будто им является. Практик покинет общество людей, будет стремиться к обществу собак и, в итоге, достигнет общества богов. «Человек, покинувший общество людей» – это и есть сумасшедший. Это

человек, который, не имея ни дома, ни имущества, живет как собака. Постоянно практикуя, он увеличивает в себе позитивное состояние ума.

В Тибете был один великий геше – Тхунчук Ринпоче, который был очень высоким мастером и имел много учеников. Но он сбежал из монастыря, когда стал геше, и начал медитировать высоко в горах. Когда люди узнали, что в горах находится такой высокий мастер, они стали мешать ему, постоянно приходя и прося дать то или иное учение, погадать им. Они беспокоили его словами: «Какой вы великий мастер», пытаясь пробудить в нем эго. Однажды Тхунчук Ринпоче решил покинуть общество людей и стал стремиться к обществу собак. Он стал вести себя как сумасшедший. После этого ему уже никто не мешал. Этот мастер был духовным наставником моего Учителя Панора Ринпоче. Он был настоящим бодхисаттвой.

Итак, он практиковал как сумасшедший и говорил, что вести себя как безумный полезно для практики. Когда вы практикуете такое поведение, то закрываете все двери, ведущие в мирскую дхарму. Для индивидуальной практики это самый лучший метод, но чтобы помогать другим людям он не походит. Итак, чтобы принести благо другим, сначала нужно обрести силу. Пока вам рано приступать к такой практике. Если вы сейчас покинете общество людей и начнете вести себя как сумасшедший, то действительно станете сумасшедшим.

В Тибете один человек, у которого не было силы ума, вел себя как сумасшедший, потому что боялся, что китайцы посадят его в тюрьму. Поскольку он казался безумным, китайцы не стали его трогать. Этому человеку пришлось очень долго притворяться умалишенным и через пять лет у него начали возникать галлюцинации. Об этом он рассказал своему другу. Поэтому эта практика не для слабых людей. Вы должны знать, когда и что практиковать. Для этого очень важен совет Духовного Наставника. Практика Дхармы без Учителя подобна тому, как маленький ребёнок принимает лекарства, которые доктор ему не прописывал. Если ребёнок будет так поступать, то никогда не сможет вылечиться. Он съест все сладкие лекарства и не тронет таблетки, которые ему по-настоящему полезны: «Это не сладкое – не хочу, а это сладкое – я хочу это съесть».

Есть много учителей, и они дают разные учения – разные лекарства. Ученики ведут себя как дети: «О, это сладкое – я хочу». У некоторых людей есть слишком много врачей, поэтому они начинают самостоятельно решать, какие лекарства пить, а какие – нет. Эти люди принимают только сладкие лекарства, а горькие, но полезные остаются нетронутыми. Это неправильно. Вы должны знать, в чем заключается ваша ошибка. Когда вы это поймете, у вас начнут происходить изменения к лучшему.

Итак, вы произносите мантру «ХУМ! ХУМ!» и после этого просите Ямантаку явить свою мощь, чтобы уничтожить цепляние за эго. После этого вы произносите мантру «ДЗА! ДЗА!» и просите: «Свяжи этого врага; не позволяй ему освободиться». После произнесения мантры «ПХЭ! ПХЭ!» вы говорите: «Освободи нас своей мощью, О, великий Владыка над смертью». Здесь имеется в виду – освободите от контроля и власти себялюбия и цепляния за эго. Затем вы говорите: «Разрежь! Разрежь! Разорви узел самокорыстия, связывающий нас внутри».

Неведение и себялюбие привязывают нас к сансаре. Они подобны веревке. Если вы разрубите ее, то освободитесь от сансары. Поэтому вы просите Ямантаку: «Разорви», но не просите разорвать ничего, кроме моего себялюбия, цепляния за эго, которое привязывают вас к сансаре.

Явись Ямантака! О, Гневный Защитник,
 Я до сих пор все еще обращаюсь к тебе со своими мольбами!
 Этот мешок с пятью ядами, ошибками и заблуждениями
 Затягивает нас в зыбучий песок тяжелого повседневного труда данной жизни –
 Отсеки его, отсеки его, разрежь его на клочки!

Вы вновь визуализируете перед собой Ямантаку, который является гневным защитником. Легко понять, что пять ядов – это пять коренных омрачений, которые берут начало в эго. Поэтому необходимо отсечь цепляние за это эго. Когда вы просите «Отсеки его, отсеки его», это значит, что вы просите Ямантаку подсечь сансару под корень. Это очень полезно. Это очень сильное лекарство, невероятно полезное. Если вы сделаете эту практику один или два раза, она вам не поможет. Надо заниматься этим постоянно.

Нас тянет к страданиям низших рождений,
 И все же, не думая о боли, мы следуем за ее причинами.
 Топчи его, топчи его! Танцуй на голове
 Коварного понятия – эгоистической озабоченности!
 Вырви сердце этого эгоцентричного палача,
 Уничтожающего наш шанс на достижение окончательного освобождения!

На это я уже дал вам комментарий. Он такой же, как и предыдущий. Здесь еще раз с особой силой повторяется об эго. Когда этот текст выйдет, и вы его прочтете целиком, это будет очень полезно.

У нас большие ожидания быстрых достижений,
 Но мы не хотим трудиться, занимаясь практикой.
 У нас столько идей и радужных планов,
 Но ни одному из них не суждено осуществиться.
 Топчи его, топчи его! Танцуй на голове
 Коварного понятия – эгоистической озабоченности!
 Вырви сердце этого эгоцентричного палача,
 Уничтожающего наш шанс на достижение окончательного освобождения!

Итак, все глупости, которые мы совершаем, наш детский подход берут свое начало в цеплянии за эго и себялюбии. Из-за себялюбия у вас очень большие надежды и вы хотите достичь цели очень быстро. Но вам не хочется преодолевать никаких трудностей ожидая этого. Многие учения говорят о хорошем, быстром результате без труда. Если вы этого хотите, то ваш ум контролируется себялюбием. Оно вас обманывает: «О, тебе зачем это? Геше Тинлей всегда говорит, что это трудно. Наверное, это неправда». Это говорит вам себялюбие: «Наверное, там есть другое качество, я послушаю и сразу стану лучше. Когда я буду практиковать, я сразу получу результат без труда. Это хорошо. Я хочу такую практику». Если вы с таким умом получаете учение и практикуете, то результата вообще не будет, потому что ваш ум контролирует себялюбие. Корень сансары толкает вас практиковать, и когда вы практикуете, он становится крепче.

Итак, здесь автор говорит то же самое, что и я вам постоянно повторяю. У вас очень много различных планов, идей, вы приступаете к их выполнению с большими ожиданиями, но ничто из этого не приводит к успеху из-за вашего себялюбия. Себялюбие только строит хорошие планы. Два мужчины пьют водку и один из них говорит: «У меня есть план! Такой-то бизнес-проект. Через два месяца у нас будет миллион долларов». Другой говорит: «Как хорошо, завтра начнем». Но для начала у них даже доллара нет. Потом другой мужчина говорит: «У меня есть план». Это все эгоцентризм. Один эгоцентрик говорит, а

другой его слушает: «О, как интересно». Настоящего плана вообще нет, поэтому наступает кризис.

Если вы исследуете истинную причину кризиса, то поймете, что она представляет собой себялюбивые планы. Все мужчины и женщины хотят стать богатыми быстро и без труда. Если бы у всех русских людей был очень сильный ум, заботящийся о других, то они бы не хотели моментально обогатиться. Они бы хотели, чтобы у них было много источников воды, чтобы её могли пить все. Они не хотели бы иметь только одно дерево с большим количеством плодов. Они хотели бы засеять всю землю семенами, чтобы из них выросло как можно больше деревьев, и каждый мог вкушать плодов. В настоящее время дерево только одно. Из-за него все дерутся и пытаются разорвать на части. Отрезают от него по кусочку, а в итоге остался только один корень. Это и называется кризис.

Когда остается только корень от дерева, вы берете кредит у Америки и сажаете на этот пенек еще одно дерево в надежде, что ваше первое дерево от этого снова расцветет. Таким образом, вы не сможете его снова вырастить, пройдет день, два, три и ваше новое дерево исчезнет. Тогда вам придется продавать свое имущество. Вы постоянно теряете свою землю, а самое главное – это земля. Ее можно засеять семенами и тогда на ней вырастут тысячи деревьев. Плоды – это всего лишь небольшой результат, но у всех их будет достаточно, если земля используется правильно.

Лучший метод для того, чтобы избавиться от временных страданий – избавиться от себялюбия и развить в себе ум, который заботится о других. Поэтому вы должны жить согласно такой философии – философии заботы о других, избавляясь от философии себялюбия. В настоящий момент у нас всех в сознании очень сильно утвердилась философия себялюбия. Всё современное образование основано на ней. Это принесет вам деньги, сделает вас президентом, но никогда не сделает ваш ум спокойным. Это я вам гарантирую. Поэтому очень важно изучать настоящую теорию – теорию заботы о других. На ней построена вся буддийская философия. А почти вся система современного образования основана на теории себялюбия.

Зачем вам учиться в университете? Чтобы получить хороший диплом. Зачем вам диплом? Чтобы получить хорошую работу. Зачем вам хорошая работа? Чтобы иметь то или это и тогда быть счастливым. Если этого не получается, вы несчастливы. Вы думаете: «Почему у моего друга получается, а у меня – нет?» Если у вас эгоцентричная философия, то, когда вашим друзьям что-то удастся, вы завидуете: «Почему у него есть удача, а у меня нет?» Возникает зависть, которая делает вас еще более несчастным.

Именно по этой причине вы просите Ямантаку растоптать эгоцентризм, танцевать на его голове и полностью его уничтожить. Вы ежеминутно должны отдавать себе отчет в том, что ваш настоящий враг – это цепляние за эго, себялюбие. Вам надо всё это уничтожить. Узнайте своего врага и попытайтесь лишить его силы. Делайте его слабее день за днем. Тогда вам не надо будет искать спокойствия и удовлетворения во внешнем мире – это все придет к вам само. Вам не придется беспокоиться о будущем.

Наше желание быть счастливыми сильно всегда,
 Но мы не накапливаем заслуги, чтобы создать такой результат.
 Мы не выносим трудностей и страданий,
 Но безжалостно проталкиваемся за желанными вещами.
 Топчи его, топчи его! Танцуй на голове
 Коварного понятия – эгоистической озабоченности!
 Вырви сердце этого эгоцентричного палача,

Уничтожающего наш шанс на достижение окончательного освобождения!

Здесь говорится, что из-за своего себялюбия мы постоянно жаждем счастья: «Мне это надо, это надо. Я хочу счастья». Но в действительности мы не создаем никаких причин для счастья. И, что ещё хуже, вы постоянно создаёте причины для страданий. Именно из-за этой концепции: «Я хочу счастья». Из-за этого к вам постоянно приходят страдания. Все они возникают из-за цепляния за эго, которое пребывает в вашем сердце. Поэтому вы и просите Ямантаку: «Топчи его, топчи его! Танцуй на голове коварного понятия – эгоистической озабоченности!»

Относительно легко мы заводим новые дружеские связи,
 Но, поскольку мы бессердечны, ни одна из них не сохраняется.
 Нас переполняет желание обрести пищу и нарядные одежды,
 Но, не зарабатывая на них, мы ворует и плетем интриги.
 Топчи его, топчи его! Танцуй на голове
 Коварного понятия – эгоистической озабоченности!
 Вырви сердце этого эгоцентричного палача,
 Уничтожающего наш шанс на достижение окончательного освобождения!

Из-за нашего эгоцентризма у нас создались плохие привычки, сложился дурной характер. Мы склонны заводить очень много новых друзей. Вы смотрите на человека, спрашиваете его: «Как дела?», задаете вопрос, кто он такой. Он говорит: «Я такой-то. Лужков мой брат». О, как хорошо! Этот человек сразу же становится вашим лучшим другом, потому что он брат Лужкова. Эго думает: «Он брат Лужкова и пригодится мне». Тогда вы угощаете его водкой, соком. Вы даете ему всё, что он попросит, пытаетесь его ублажить. Вы надеетесь, что в будущем он ответит на все ваши старания и даст ещё больше, чем дали ему вы. Но он вам ничего не даёт, потому что сам хочет большего только для себя. Когда вы это понимаете, то отметаёте его со словами: «Он плохой» и ищете себе нового друга. Поэтому за одну жизнь у вас появляются тысячи друзей, но ни один из них не задерживается в кругу вашего общения.

Я не говорю, что все люди такие. Но у тех, в ком силен эгоизм, такой характер. Если у вас меньше себялюбия, такое поведение менее свойственно вашему характеру. Но, если у вас есть такие склонности и сильные привычки, то это симптом того, что в вас очень сильна болезнь эгоизма. Если вы ощущаете подобную склонность на среднем уровне, то у вас средне развит эгоизм. Если в вас мало склонности к такому поведению, то это означает, что ваш эгоизм довольно слабый. Я надеюсь, что все вы находитесь где-то в середине.

Ещё одна черта характера – мы очень жаждем вкусной пищи и хорошей одежды, много разных дубленок. Но сами вы на них не зарабатываете. Вам хочется, чтобы их вам подарил ваш муж, либо хочется украсть. Я шучу. Либо вы хотите, чтобы ваш друг подарил вам одежду. Если он не дарит вам таких подарков, то он для вас становится плохим, и вы хотите его сменить. У вас появляется новый друг, и вы ожидаете, что он будет вам дарить более дорогую одежду. Я говорю это в шутку о женщинах, потому что это распространяется и на мужчин. У женщин одни привязанности, у мужчин – другие. Но эта привязанность более свойственная женщинам, поэтому я о них и говорю. Именно поэтому большая часть магазинов в Москве предназначена для женщин – там продается женская одежда.

Если вы меняете друзей, исходя из этой склонности, это также симптом эгоцентризма, себялюбия. Если вы что-то хотите приобрести, тогда работайте, чтобы иметь на это деньги, не ожидая, что вам кто-то будет это дарить. Кем бы вы ни были – мужчиной или

женщиной – если что-то хотите, заработайте на это. Сами создайте причины, не рассчитывайте, что кто-то вам подарит. Трудитесь и тогда вы на собственные средства купите это и сможете носить вещь с гордостью. Если у вас не будет подобной заинтересованности – ожидать от кого-то подарков – то у вас не будет и депрессий, когда кто-то не будет вам дарить что-то. Даже если вам будут предлагать что-то в дар, вы будете отказываться, вам захочется купить это самостоятельно. Вы скажете: «Лучше я тебе подарю». Тогда муж будет говорить: «Я тебе подарю», а жена: «Нет, лучше я тебе». Конфликтов не будет, всегда будет гармония.

Муж скажет: «Посиди, отдохни, лучше я поработаю. Ты очень много работаешь, ты устала. Пожалуйста, сиди, отдыхай, а я буду работать». Жена ответит: «Нет, нет. Ты с работы приехал, устал. Пожалуйста, сиди, а я буду готовить». Муж говорит: «Нет, нет». Тогда они вместе будут готовить. Войны не будет. Война начинается, когда жена говорит: «Почему всегда я готовлю»? Муж говорит: «Почему я должен готовить? Я с работы приехал, я много работал». В семье война из-за эгоцентризма. Только – «я, я, я», гармонии нет. Это эго. Если все мудрые, все вместе готовят, убирают, смотрят телевизор, это настоящее счастье. Такое счастье нельзя купить в магазине. Даже если вы очень богаты, у вас есть миллион долларов, гармонию нельзя купить.

Если все говорят «я-я-я»: мама кушает в своей комнате, папа в зале, дочка в своей комнате, это скучно. Счастья нет. Это как собака в человеческой одежде. Потом люди начинают принимать наркотики. Если вы очень богаты, то вам хочется наркотиков, пить водку. Все это – симптомы болезни ума, болезни эгоцентризма. Это очень ясно. Мои папа и мама были беженцами в Индии. У нас не было хорошего дома, но внутри мы были очень счастливыми. Папа, мама, я и мой брат – 4 человека. Все смеялись, помогали друг другу. Когда у нас был только хлеб и чай, мы были очень счастливы. Все делились друг с другом, папа шутил, все смеялись. Он рассказывал истории о настоящих бодхисаттвах. Это очень хороший телевизор.

Зачем нужен телевизор, который вредит глазам? Папа рассказывал о том, что делали бодхисаттвы. Мы слушали такие интересные истории, и ум был спокойным. Хлеб ели – вкусно, дома сидели, не хотели идти гулять на улицу, не хотели ехать в город, о наркотиках даже не слышали. Даже когда у нас не было много денег, мы были счастливы больше, чем многие европейские люди, у которых есть миллион долларов. Я был в Новой Зеландии и встретил своего друга, который живет там. Его родители очень богаты. У него есть миллион долларов, красивый дом. Он меня спросил: «Как твоя жизнь»? Я ответил, что очень счастлив. А он сказал, что ему очень плохо: мама и папа всегда дерутся. Мама в одном доме живет, папа в другом месте. Дети не могут идти ни туда, ни сюда. Когда рядом мама, хочется к папе, когда рядом папа – к маме. Так никогда счастья не будет. Когда я это услышал, я ещё больше поверил в буддизм. Это правда, счастье невозможно купить.

Потом я однажды вместе с другом поехал к его папе, который жил в очень большом доме, где было много комнат. Я спросил, сколько человек тут живет, и он ответил, что он один. Так много комнат, в которых живет один человек! У него три машины: зимняя, летняя, спортивная. Зачем это? Игрушек так много, а в них не играют. Он сам не играет и другим не дает. Когда я увидел дом, я подумал, что там живет счастливый человек. У него есть красивый сад. Потом я стал разговаривать с ним и через пять минут он заплакал. Я спросил, почему ему трудно, а он ответил: «Мне скучно, я один. Иногда я не могу сидеть дома, потому что он пустой. Я еду в другое место, но там все равно несчастен. Иногда хочу покушать с детьми, а их нет. Я люблю жену, но не могу жить с ней вместе, потому что у нас разные характеры». Этот характер – себялюбие, эгоцентризм. Как так можно? Один

говорит: «Я главный», и другой говорит: «Я главный». Такой характер возникает из-за эгоцентризма. Его мы сами себе создаем. Поэтому Учение Будды очень полезно.

Итак, не имеет значения, что в России ухудшается экономическое положение. Если у вас есть такое богатейшее учение, то вы можете быть счастливы постоянно. Очень важно непрерывно ослаблять эгоцентризм. Тогда вы будете всё время счастливы. Все ваши страдания происходят из-за себялюбия, из-за него ваш характер становится глупым. Из-за него вы делаете несчастными самих себя и других. Вы в этой жизни несчастны и создаете причины страданий в будущих жизнях. Все это происходит из-за себялюбия. Потому вы и просите Ямантаку: «Топчи его, топчи его! Танцуй гневный танец на голове у себялюбия и уничтожь».