

Итак, как обычно, развеите в себе правильную мотивацию. Мы дошли до собственно медитации о преданности Учителю. Итак, как верить себя Духовному Наставнику, который является корнем всех реализаций. Эта тема объясняется в четырех частях. Первая часть – это преимущества вверения себя Духовному Наставнику. Итак, повторяю, что собственно медитация о методе вверения себя Духовному Наставнику объясняется в четырех частях. Первое, о чем вы должны здесь медитировать, это преимущества вверения себя Духовному Наставнику. Второе – это ущерб от не вверения и от нарушения преданности Учителю. Третья часть посвящена тому, как верить себя Духовному Наставнику на уровне ума, мысленно. Четвертая часть – это как верить себя Духовному Наставнику посредством служения ему телом.

Итак, как я вам уже говорил, вы должны сесть в позу медитации, представляя у себя над головой Духовного Наставника. Сначала вы просите у него благословения, как я вам уже описывал. Вы визуализируете сначала белые, потом желтые лучи света с нектаром. После этого вы приступаете к собственно медитации о преданности Учителю. И начинаете вы с темы преимуществ вверения себя Духовному Наставнику. Это очень важно. В этом разделе восемь основных пунктов, восемь основных преимуществ вверения себя Духовному Наставнику. И осмыслить эту тему очень важно. Посредством медитации очень важно понять, в чем заключаются преимущества вверения себя Учителю. Когда вы это поймете, у вас откроются глаза. Вы поймете, зачем же искать где-то объекты Поля Заслуг, когда – вот оно, ваше Поле Заслуг, здесь, в виде вашего Духовного Наставника, с вами. И зачем просить кого-то, чтобы вам сделали ритуал Сержим и защитили вас от влияния вредоносных духов, когда вот она – ваша защита от вредоносных духов. Это ваш Духовный Наставник.

Когда Речунгпа сказал Миларепа, что хочет отправиться в паломничество, Миларепа ему ответил: «Когда ты находишься рядом со своим Духовным Наставником, в теле которого обитают все божества и находятся все их мандалы, затем тебе совершать паломничество к святыням, сделанным из четырех элементов?» В действительности, Миларепа, конечно, говорил о преимуществах преданности Учителю.

Медитировать на преимущества преданности Духовному Наставнику важно, потому что когда, в результате, вы достигнете реализации в этой теме, то при одном лишь упоминании о Духовном Наставнике, если кто-то просто скажет «Духовный Наставник», у вас в сердце породится очень сильная преданность. И сразу, спонтанно, вы вспомните каждое из этих восьми преимуществ, что породит в вас очень сильное чувство преданности своему Учителю. Точно также, если у вас есть враг по имени Андрей, и у вас есть восемь претензий к Андрею, то есть, восемь раз он каким-то образом причинял вам вред, и вы над этим очень долго думали, размышляли, то, если кто-то при вас скажет «Андрей», в вашем уме моментально вспыхнет гнев. Вы вспомните эти восемь пунктов ваших претензий к Андрею, восемь обид, нанесенных вам Андреем, и спонтанно в вашем уме породится очень сильное чувство гнева.

Дело в том, что в настоящий момент в нашем уме столько всяких негативных мыслей, негативных тем для медитаций, что даже если проявится хотя бы даже мельчайшее условие, у нас в сознании моментально будут вспыхивать те или иные омрачения. Даже при мельчайшем условии. У нас в уме в настоящий момент очень много негативного материала, а позитивных тем в сознании очень мало. Поэтому один механизм, который вы можете применить – это постарайтесь дистанцироваться от всего негативного, отрицательного, от всей отрицательной информации. Старайтесь как можно меньше об этом слышать, как можно меньше об этом думать и как можно меньше допускать это в свое сознание. Тогда вы, естественно, изменитесь. С другой стороны, вы должны накапливать

позитивную информацию, позитивные темы для обдумывания. Тогда, даже если вы не хотите меняться, вы изменитесь сами собой. Это и называется буддийской практикой, практикой медитации.

Если люди говорят о каких-то полезных вещах, то вы должны наострить уши и слушать их внимательно. Если же они обсуждают какие-то бессмысленные слухи, мусолят какие-то сплетни или обсуждают других людей: «Он такой-то и такой-то, он про тебя сказал то-то и то-то», вы просто можете сказать: «Пожалуйста, не говори мне об этом. Мне, в общем-то, неинтересно это знать». И вы можете просто развернуться и уйти, чтобы не слушать подобные разговоры. Это очень важно. Это совет непосредственно вам, который очень важен для медитации, поэтому слушайте внимательно. Ваши уши предназначены для того, чтобы ловить ими позитивную, хорошую информацию. Когда ваши глаза начинают смотреть на объекты привязанности и объекты гнева, старайтесь удерживаться от этого, насколько это возможно, и направляйте их в сторону позитивных вещей.

Это совет Будды, который касается буддийской нравственности. Например, в своде монашеской дисциплины (Винайе) монахам всегда запрещалось смотреть далеко вдаль. Они должны были смотреть на расстоянии нескольких метров перед собой, не более, когда идут куда-то. Такой запрет был введен не для того, чтобы мучить монахов, а в качестве хорошей стратегии для самосовершенствования. Потому что, когда вы слишком много всего видите во внешнем мире, у вас возникает множество негативных эмоций: и влечение, и отвращение, и тому подобное. Так что, это всего лишь техника, которая позволяет не рассеивать сознание, препятствует его блужданию. Вообще, я говорю о том, как следует вести себя во время ретрита. Что касается повседневной жизни, то вам самим решать, куда вам смотреть. Потому что, если вы вернетесь в город и будете ходить по городу, глядя перед собой на расстоянии двух метров, а все остальное не замечая, вас может машина сбить.

Во время же ретрита, даже если вы вышли на улицу, не уходите далеко и не смотрите слишком много по сторонам. Старайтесь охранять свои пять органов чувств. Если вы охраняете свои пять органов чувств, то у вас, естественным образом, уменьшится количество негативных концепций. Это я вам гарантирую. Также будьте поосторожнее со своим языком. Не надо слишком много болтать. Во время ретрита чрезмерная болтовня – это бесполезно. Ум должен быть умиротворенным, спокойным, но при этом вы должны охранять свои пять органов чувств. Для этого нужны какие-то навыки, нужна искусность. Это нелегко. Поэтому хорошо экспериментировать самим и проводить двух-трех дневные ретриты. Например, если вы живете в городе, очень полезно, время от времени, посвящать уик-энд тому или иному ретриту. То есть, на выходные уезжать в ретрит или проводить ретрит в городе. Вы можете сказать своей жене или мужу: «Я на два дня ухожу в ретрит». И жена или муж будут вам в эти два дня готовить, а вы будете сидеть в отдельной комнате и медитировать.

Теперь возвращаемся к нашей теме. Итак, преимущества вверения себя Духовному Наставнику. Первое преимущество состоит в том, что вы с каждой минутой, с каждым мгновением все ближе и ближе будете подходить к состоянию Будды. Каким образом? На это есть два основания. Первое состоит в том, что благодаря тому, что ваш Духовный Наставник дает вам наставления, благодаря тому, что вы практикуете согласно его наставлениям, вы будете в процессе своей практики без усилий, без большого труда все ближе подходить к состоянию Будды. Если же у вас нет Духовного Наставника, во-первых, ваш ум не повернется к Дхарме. Ваш ум совершенно запутается в сансаре. Даже если ваш ум повернется к Дхарме, из-за отсутствия Духовного Наставника вы не будете знать, как практиковать, не будете знать последовательность практики и, в итоге, будете

практиковать нечто совершенно противоположное. Это все равно, как если без рецепта врача вы будете сами принимать разнообразные лекарства, то это опасно.

Вы должны сказать себе: «Мне очень повезло, что у меня есть Духовный Наставник, который постоянно дает мне бесценные наставления. И если я буду практиковать согласно его наставлениям, то с каждой минутой я буду все ближе и ближе подходить к состоянию Будды». В этом преимущество преданности Учителю. Как говорится, если Духовный Наставник квалифицированный и владеет всеми познаниями в сутре и тантре, а его ученик исполнен энтузиазма, и его ум стабилен, тогда достичь состояния Будды ученику будет также легко, как слепить куклу из глины. В одном тексте говорится, что обычно на то, чтобы достичь состояния Будды, нужны кальпы и кальпы. Но, благодаря Духовному Наставнику, состояния Будды можно достичь за одну короткую жизнь. И в этом преимущество опоры на Духовного Наставника. И вы должны сказать: «Какие невероятные преимущества имеет опора на Духовного Наставника! Если я хочу достичь состояния Будды как можно быстрее ради блага всех живых существ, я должен правильно вверить себя Духовному Наставнику, потому что это – один из наибо́льших путей».

Вторая причина, по которой вверение себя Духовному Наставнику с каждым мгновением приводит нас все ближе и ближе к состоянию Будды, состоит в том, что мы делаем подношения Духовному Наставнику. И, посредством этих подношений, мы приближаемся к состоянию Будды. Во многих коренных тантрических текстах говорится, что нет подношения, которое приносило бы большие заслуги, чем подношение Духовному Наставнику. Как говорится, если вы сделаете подношения всем Буддам и бодхисаттвам, ваши заслуги от этого будут очень высоки, но они не идут ни в какое сравнение с теми заслугами, которые приносит подношение всего лишь одной поре на коже Духовного Наставника. Поэтому до тех пор, пока ваш Духовный Наставник жив, подношение ему – это лучший способ накопления заслуг.

Но я при этом не говорю, чтобы вы делали мне как можно больше подношений. Если говорить с вами откровенно, то, когда вы делаете мне подношения, я просто нахожусь в двойственной ситуации. Я много раз отказывался от них, но потом услышал, что некоторые мои ученики очень расстраиваются, если я не беру их подношения. Они думают, что они очень плохие, что-то не то делают, не так практикуют, поэтому я не беру у них подношения. Если мои ученики еще более-менее состоятельные, то я тогда не отказываюсь. Но когда они бедные и несут мне свои последние деньги, то мне очень трудно принять такие подношения. Но не волнуйтесь, я все равно буду стараться принимать ваши подношения. Однако я вам советую: если у вас достаточно денег, то все в порядке, но если вы человек бедный, не надо мне отдавать пятьсот рублей, сто рублей, последние свои деньги. Потому что мне очень трудно принять от вас такое подношение. Поднесите мне десять рублей, в конце концов. Если вы от чистого сердца поднесете мне десять рублей, то это будет очень хорошо. Я буду очень счастлив принять такое подношение.

Итак, если бы вы даже и захотели сделать подношение непосредственно Буддам и бодхисаттвам, то вам было бы это трудно сделать, потому что в данный момент они находятся очень далеко от вас. Однако, если вы делаете подношение своему Духовному Наставнику, как воплощению всех Будд и бодхисаттв, то получаете заслуги, которые выше, чем подношение Буддам и бодхисаттвам. Поэтому вам это приносит очень большую пользу, и только из этих соображений я буду принимать ваши подношения.

Сейчас, когда я буду вам объяснять преимущества вверения себя Духовному Наставнику, слушайте меня очень внимательно. Тогда вы будете знать, как практиковать Дхарму. И когда я буду вам говорить о недостатках неправильного вверения себя Духовному

Наставнику, не вверения ему, то вы тоже слушайте очень внимательно. Тогда вы будете знать, что можно делать, что делать не нужно, и обретете искусность. Например, когда в шахматах гроссмейстер обучает своих учеников играть в шахматы, тренирует их, он им показывает, что такой-то и такой-то ход имеет такие-то преимущества, а такой-то ход имеет такие-то недостатки. И когда они усваивают это, стиль их игры совершенно меняется. После этого они уже не делают ошибок, а делают правильные ходы, и стратегия их игры становится очень хорошей.

Итак, поскольку корнем всех реализаций является преданность Учителю, вы должны очень хорошо разбираться в этой теме. Настолько хорошо, что если даже во сне вас спросят, каковы восемь преимуществ вверения себя Духовному Наставнику, вы должны будете их перечислить без запинки. Так что, запомните все это очень хорошо, выучите наизусть, и я даже во сне буду вас спрашивать. Во сне я буду приходить к вам, спрашивать вас, и если вы мне не ответите, я буду вас бить. Утром, когда вы проснетесь, вы увидите, что у вас на лице остался красный след от моей оплеухи. Шучу.

Сакья Пандита сказал: «Практика щедрости в течение тысяч кальп, пожертвование своих конечностей (рук, ног и так далее) является источником накопления очень больших заслуг. Но такие же заслуги вы накопите всего лишь за одно мгновение, если правильно вверите себя Духовному Наставнику». Это невероятно. Но Сакья Пандита никогда бы не стал лгать, потому что он был эманацией Манджушри. Поэтому в конце он добавляет: «Будь счастлив служить Духовному Наставнику». В одном из тантрических текстов сказано: «Когда вы делаете подношение своему Духовному Наставнику, все божества и Будды в это время входят в его тело, и через Духовного Наставника принимают от вас эти подношения с радостным умом [Геше-ла говорит with blessing mind]». Таким образом, делая подношение Духовному Наставнику, вы накапливаете обширнейшие заслуги, равные заслугам от подношения всем Буддам и божествам. И, как говорится, даже если вы накормите собаку, принадлежащую Духовному Наставнику, вы также накопите очень большие благие заслуги, потому что эта собака, образно говоря, является порой на коже Духовного Наставника. Этот эпитет «поры на коже Духовного Наставника» означает его ближайшее окружение: его родственники, друзья, его домашние животные и так далее.

В настоящее время, когда у вас нет ни отречения, ни бодхичитты, ни правильного понимания Пустоты, то практика тантры для вас совершенно недостижима. Вы просто занимаетесь детскими игрушками, думая, что занимаетесь тантрой. Практичным духовным занятием для вас в данный момент является практика преданности Учителю. Вот это – самая достижимая и реалистичная для вас в настоящий момент практика. Эта тема для вас очень и очень полезна. Для вас это учение очень полезно, а для меня оно является самым трудным. Я чувствую себя очень неудобно, когда даю учение о преданности Гуру. Но это хорошо для борьбы с моим эгоизмом, потому что мой эгоизм очень недоволен, когда я даю вам это учение. Потому что мое эго достаточно умное. Если бы оно было совсем глупым, оно бы радовалось, когда бы я давал вам учение о преданности Духовному Наставнику, потому что я бы вам говорил, что Духовному Наставнику надо делать подношения и так далее. И мое эго бы радовалось. Но мое эго хитрее, поэтому оно чувствует от этого дискомфорт.

Когда Дромтонпа встретился с Атишей, до этого Дромтонпа уже долгое время занимался духовной практикой и служил другому Учителю. И он спросил у Атиши: «Я сделал столько-то и столько-то различных практик, провел столько-то ретритов, занимался этим долгое время. Много ли из этих моих занятий стали настоящей духовной практикой?» Атиша проверил это с помощью своего ясновидения. И тогда он сказал Дромтонпе: «Только твоя преданность Учителю была практикой Дхармы. Все остальное не было

практикой Дхармы». Для того чтобы достичь чистоты в практике Дхармы, сначала необходимо обрести настоящее Прибежище, потому что Прибежище является вратами в буддизм. Затем, после того, как вы уже вступили в буддизм, какую бы практику вы ни делали, если вы делаете ее с отречением, она (эта практика) становится причиной достижения Освобождения. Без отречения она не становится причиной достижения Освобождения. Если вы делаете практику бодхичитты, она является причиной достижения состояния Будды. Если во время практики у вас нет бодхичитты, значит, вы не создаете тем самым причины достижения состояния Будды. А без познания Пустоты вы лишены противоядия от корня сансары. Вы никак не можете поколебать корень сансары.

«Но исключение составляет преданность Учителю», - добавил Атиша. Лама Цонкапа в Ламримае также говорит, что, за исключением особых объектов Поля Заслуг, то есть, за исключением Духовного Наставника, любая практика, которую мы выполняем без отречения, бодхичитты и познания Пустоты, становится причиной дальнейшего вращения в сансаре и не становится причиной обретения Освобождения. Поэтому для нас, в настоящий момент, лучшим путем накопления заслуг, лучшим способом быстрого обретения состояния Будды является опора на Духовного Наставника. Миларепа достиг Освобождения очень быстро, всего лишь за одну жизнь, по одной единственной причине – по причине своей преданности Учителю. Так что, ваша преданность Учителю должна быть такой же, как у Миларепа. Тогда вы сможете накопить невероятные заслуги за очень короткое время.

Вначале Миларенпа попросил Марпу: «Пожалуйста, дай мне учение». Марпа ему на это сказал: «Сначала построй своими руками девятиэтажный дом, а потом я тебя научу». Миларепа сказал: «Хорошо. Для того чтобы получить такое драгоценное учение, не так уж трудно построить девятиэтажное здание. Я это сделаю». Марпа еще попросил, чтобы он построил дом в определенном месте. Миларепа взялся за строительство. Ему было очень трудно, но, в итоге, он построил его. Точнее, он уже успел возвести второй и третий этажи этого дома, когда однажды, безо всякого предупреждения, к нему явился Марпа и спросил: «Чем это ты тут занимаешься?» Миларепа сказал: «Вы попросили меня, чтобы я построил здесь девятиэтажный дом». «Ничего подобного я не просил», - сказал Марпа, - «Я просил, чтобы ты построил дом вон там. Почему ты строишь его здесь? Ну-ка, немедленно разбери дом и отнеси весь строительный материал туда, откуда ты его принес».

Если бы вы были на месте Миларепа, вы бы сказали, что этот Учитель сошел с ума и ушли бы немедленно. А Миларепа на это сказал: «Нет. У меня же есть свидетель – ваша жена, которая присутствовала при нашем разговоре и слышала все». Марпа же ответил: «Я не судья, мне не нужны все ваши свидетели. Короче, если хочешь получить учение, положи все обратно, откуда ты это взял, и построй другой дом вон там». Марпа не случайно просил Миларепу все это строить, а затем снова разрушать, и заставлял его проходить через такие трудности. Дело в том, что он видел, что Миларепае нужно было очистить негативную карму, которую он создал, убив большое количество человек с помощью приемов черной магии. Марпа все время называл Миларепу колдуном. Он говорил: «Эй ты, колдун! Чем ты там занимаешься?».

И вот, наконец, он построил этот дом, и однажды, когда Марпа давал у себя в доме посвящение группе учеников, туда пришел и Миларепа. Перед посвящением Марпа спросил Миларепу: «А какое подношение ты принес на посвящение?». У Миларепа было некое подношение, которое ему, предвидя эту ситуацию, заранее дала жена Марпы. Миларепа достал эту вещь и сказал: «Вот, что я хотел бы вам поднести». Марпа сказал: «Но это же моя собственная вещь! Как это ты можешь подносить мне то, что принадлежит мне? Короче, если у тебя есть подношение, оставайся, а если у тебя нет подношения,

убирайся отсюда». И ни один из учеников, которые присутствовали в тот день на посвящении и все слышали, в душе не осудил Марпу за такое обращение с Миларепой. Никто из них даже и не подумал, что Марпа, возможно, несправедлив с Миларепой. Они все знали, что, скорее всего, у Марпы есть свои особые причины для того, чтобы так поступать с Миларепой. Они думали, что, возможно, Миларепа является очень удачным учеником, особенным учеником, поэтому Марпа проявляет к нему такое особое внимание таким образом.

Если бы я с кем-то из вас так обращался, вы бы, скорее всего, меня не поняли и решили бы, что я не прав. Вы бы сразу же сделали вывод: «Геше Тинлей очень любит деньги. Без денег он людям не дает посвящения». У Марпы же вообще не было ни малейшей привязанности к деньгам. Тогда Марпа закричал Миларепе: «Если у тебя нет подношения – убирайся» и вытолкнул его из того дома, где проводилось посвящение, и закрыл дверь в этот дом. Что же сделал Миларепа? Он поставил себе на голову ботинки (туфли) Марпы, которые он оставил за дверью, и все посвящение просидел с этими ботинками на голове. Из-за двери он мог слышать то, что говорил Марпа. Таким образом, он получил посвящение за дверью. Тогда Миларепа получил самое сильное посвящение из всех учеников, которые там присутствовали. Некоторые ученики во время посвящения сидели очень близко к Марпе, но не получили такого сильного посвящения, которое получил Миларепа, сидя за дверью.

Поэтому, благословение Духовного Наставника, как вы видите, зависит исключительно от веры ученика, а не от того, насколько близко вы сидите к Учителю в это время. Ваша преданность Учителю должна быть несокрушимой. В начале вы должны тщательно изучить Учителя, прежде чем признать его, как своего Духовного Наставника. Но, как только вы признаете его своим Наставником, после этого уже никогда, ни при каких обстоятельствах от него не отказывайтесь, не отрекайтесь. Это мой совет вам. Что касается меня, то уже слишком поздно. Вы уже приняли меня как своего Духовного Наставника. Если я – хороший Учитель, то это ваша хорошая карма, если же я плохой, то это, опять же, ваша карма. Так что теперь ваша преданность ко мне должна быть несокрушимой, непоколебимой. Если я вдруг окажусь демоном, вы все равно не должны терять свою преданность ко мне. Если я явлюсь к вам среди ночи в форме демона и скажу: «Я хочу сожрать тебя!», вы на это должны ответить: «Геше Тинлей, вы были так добры ко мне, вы указали мне путь. Я уже давно поднес Вам свое тело. Поэтому, если Вы его съедите, и это доставит вам удовольствие, то, пожалуйста, ешьте меня».

Если бы я, действительно, оказался демоном и съел бы ваше тело, то для вас это было бы большой, невероятной удачей. Но, что касается меня, то я бы за это отправился в ад. Если бы я оказался злым демоном и съел бы ваше тело, а вы бы, из-за сильнейшей преданности ко мне, с радостью поднесли бы мне свое тело, то после этого вы бы сразу же переродились в каком-то необычайно благоприятном месте, Чистой Земле. В общем, там, где вас бы постоянно опекали Манджушри и Авалокитешвара. Только в силу вашей необычайной преданности своему Духовному Наставнику. И, жизнь за жизнью, вы всегда были бы окружены заботой Духовных Наставников и никогда бы с ними не расставались. Если у вас в сердце такая сильнейшая, несокрушимая преданность, что вы даже готовы отдать свое тело Духовному Наставнику, если он окажется демоном, то ведь хуже, чем демоном Духовный Наставник быть не может. Если вы готовы к худшему, тогда ничто другое вообще не может поколебать вашу преданность к нему.

Дело в том, что я сам применял этот метод, культивируя в себе преданность к своим Духовным Наставникам. Это мой собственный метод, он не упоминается ни в каких текстах. Но я увидел логически, насколько он полезен. Представить себе самое худшее: что твой Духовный Наставник является злым демоном, который хочет тебя съесть. Ну что

может быть хуже этого, большим испытанием для ученика? Даже если, несмотря на это, вы, как ученик, готовы с сильнейшей преданностью отдать Учителю свое тело, тогда ничто другое не сможет уже заставить вас изменить свое отношение к нему. Для меня этот метод оказался очень полезным. Я все время раньше так визуализировал и так размышлял. В противном случае, нашу преданность будет очень легко нарушить.

Ваша преданность Учителю должна быть настолько стабильной, что даже если ваш Учитель вдруг явит чудо и полетит, ваша преданность не должна от этого увеличиться. Вы просто скажете: «Мой Учитель всегда умел летать. Он только сегодня это продемонстрировал, а так он всегда обладал такими способностями, с самого начала». Если вы, увидев, как Учитель являет какие-то сиддхи, какое-то чудо, тут же преисполняетесь сильной верой и преданностью к нему, а если он вдруг поведет себя немножко не так, как вы привыкли, не так, как вы ожидаете от него, то ваша преданность моментально падает, то такая преданность называется нестабильной, ненадежной.

Итак, это было первое преимущество.

Второе преимущество состоит в том, что вами будут довольны все Будды и бодхисаттвы. Лучший способ порадовать всех Будд и бодхисаттв – это правильно верить себя Духовному Наставнику. В чем основная цель Будд и бодхисаттв? Помогать живым существам. Как они могут помочь живым существам? Указывая им путь. Кто, в настоящий момент, указывает вам путь? Ваш Духовный Наставник. Поэтому ваш Духовный Наставник, в настоящий момент, является орудием деятельности всех Будд. Поэтому, если вы будете правильно опираться на него, правильно служить ему, то все Будды и бодхисаттвы будут довольны. А если вы порадуете всех Будд и бодхисаттв, то тем самым накопите совершенно потрясающие, невероятные заслуги. Например, если каким-то своим действием вы порадуете одного Будду, если сделаете его счастливым благодаря какому-то своему действию, то это принесет вам очень и очень большие заслуги.

Объясню с более-менее математической точки зрения. Если вы, с одной стороны, сумели порадовать тысячу животных, а, с другой стороны, порадовали одного человека, то у вас будет больше заслуг от того, что вы порадовали одного человека, чем от тысячи животных, потому что он является более весомым объектом. А если вы порадуете тысячу обычных людей, с одной стороны, а, с другой стороны, порадуете одного полностью посвященного монаха, то порадовать одного полностью посвященного монаха приносит вам большие заслуги, чем тысячу обычных людей, потому что полностью посвященный монах – более весомый объект. Точно также, порадовать одного хинаянского Арья является источником больших заслуг, чем порадовать тысячу монахов. Также, если вы порадуете тысячу Арьев, то накопите заслуг меньше, чем если порадуете одного бодхисаттву. И вы накопите гораздо больше заслуг, если порадуете одного Будду, чем если порадуете тысячу бодхисаттв. Что же касается Духовного Наставника, то коренные тексты говорят о том, что если вы порадуете своего Духовного Наставника, то вы порадуете всех Будд и бодхисаттв. Соответственно, это приносит невероятнейшие заслуги.

Так что, на основе этого учения вы должны понять, в чем заключается этот секрет. Вы должны сказать: «Да. Вот теперь я понимаю, каков лучший способ накапливать заслуги. Лучший способ накапливать заслуги – это угождать Духовному Наставнику». Если он с вами, служите ему, почитайте его. Если он далеко от вас, визуализируйте его в Поле Заслуг и делайте ему подношения. И тогда он всегда будет присутствовать перед вами. Сейчас я вам расскажу историю, которая имела место на самом деле. У Атиши было много учеников, но один из них был его личным помощником. У помощника не было высоких

умственных способностей. И он решил для себя так: «Моей практикой будет служение Духовному Наставнику».

Однажды Атиша решил продемонстрировать ученикам всю силу преданности Учителю и сказал: «Я хочу проверить, у кого из моих учеников сейчас более высокая реализация – у одного йогина, который сидит медитирует в горах, или у моего помощника». Йогин внутренне удивился и подумал: «Как же буду соревноваться с его помощником? Он же вообще не медитировал». Тем не менее, на следующее утро все собрались, чтобы провести этот эксперимент, и Атиша сказал йогину, который медитировал в горах: «Сейчас ты должен тантрическим жестом снять вот это яблоко с дерева и положить его на стол передо мной». Йогин так и сделал. Когда Атиша попросил об этом помощника, помощник тоже продемонстрировал тантрический жест, снял на расстоянии яблоко с яблони и перенес его на стол перед Атишей. Атиша сказал: «Этого недостаточно. Теперь вы должны обратно вернуть яблоко на яблоню, на ту ветку, с которой вы его сорвали». Йогин попытался это сделать, но у него не получилось. Зато помощнику удалось вернуть яблоко на дерево.

Все были потрясены и стали расспрашивать помощника, как ему удалось достичь подобной высоты в своей духовной практике. Помощник рассказал: «Я всегда служил своему Духовному Наставнику. Однажды, когда он тяжело заболел и не мог сам выйти на улицу справиться нужду, я вынес руками его экскременты. Когда я нес их голыми руками, совершенно не чувствуя ни малейшего отвращения и вообще не воспринимая это как грязь, то на улице мой ум вдруг необычайно просветлел и прояснился. И с тех пор он стал необычайно ясен и пронизателен. И все тексты, которые я читал, я моментально понимал. Таким образом, днем я служил Учителю, а ночью медитировал. И, благодаря моей преданности Учителю, день ото дня, моя реализация росла». Это один из наиболее сокровенных способов увеличения реализации.

Третье преимущество вверения себя Духовному Наставнику заключается в том, что злые духи и вредоносные друзья не смогут вам причинить никакого вреда. Сюда же относится тот факт, что, если у вас есть сильная преданность Учителю, вы не умрете преждевременной смертью. Поэтому, если у вас хорошая преданность Учителю, вам нет необходимости просить, чтобы вам проводили множество подношений сергим, чтобы просили Защитников защищать вас и так далее. Если у вас есть преданность Учителю, то для вас это лучшая защита. Даже, если ваш Духовный Наставник ругает вас, то тем самым он устраняет очень большие препятствия из вашей жизни.

Сейчас я расскажу вам одну реальную историю, которая произошла с Джамьяном Шепа. Это необычайно великий мастер Тибета. Его перерождение до сих пор живёт в Тибете. Однажды, когда в монастыре Джамьяна Шепы проводилась большая церемония подношения, Джамьян Шепа вдруг неожиданно сказал одному Геше из этого монастыря: «Ты источник всех проблем в нашем монастыре. Пока ты будешь тут оставаться, нашему монастырю не будет покоя. Я исключаю тебя из монастыря. Ты – демон». И все были потрясены. Потому что этот Геше был действительно великим ученым, великим Геше, очень скромным, у него было много учеников, и все его уважали, и поэтому все были потрясены, теми словами, которые услышали от Джамьяна Шепы.

Но Геше немедленно встал и сделал простирание перед Джамьяном Шепа и сказал: «Если я источник всех проблем в нашем монастыре, то я немедленно уйду отсюда. Однако всё равно, пожалуйста, будьте моим Духовным Наставником жизнь за жизнью. Я уйду отсюда, но всегда буду представлять Вас в своём сердце, пожалуйста, благословляйте меня жизнь за жизнью». И у него не было ни малейшей обиды на своего Учителя, он не говорил: «Как вообще вы меня посмели обвинить в этом! Да я не виновен!» Ничего подобного он не



сказал, он просто сказал: «Если я источник проблем, то я уйду». И Джамьян Шепа сказал: «Хорошо, уходи побыстрее».

Все ученики стали просить этого Геше, чтобы он не уходил сейчас немедленно, на ночь глядя, чтобы он хотя бы остался на ночь и ушел утром. И тогда Джамьян Шепа дал разрешение и сказал: «Хорошо. Уйдешь завтра утром». После этого Джамьян Шепа вернулся к себе домой, а Геше всю ночь собирал свои вещи и всё время делал простирания в ту сторону, где жил Джамьян Шепа, молясь о том, чтобы поскорее увидеться с ним снова. Он думал: «Наверное, я создал в своей прошлой жизни очень тяжелую негативную карму и поэтому теперь созрел результат этой кармы и из-за этого мне приходится уходить. Либо мой Учитель хочет, чтобы я провел ретрит высоко в горах. Но куда бы я ни пошел отсюда, я везде буду заниматься практикой Дхармы».

Затем рано утром, когда Геше уже вот-вот должен был уйти, Джамьян Шепа послал своего помощника отнести этому Геше целую корзину фруктов и передал, чтобы он попросил Геше прийти к нему. Геше был очень счастлив, он схватил хадак и побежал к Джамьяну Шепа и сделал простирание перед Джамьяном Шепа. И Джамьян Шепа сказал ему: «Теперь всё в порядке. Теперь тебе никуда не надо уходить. У тебя просто возникло очень большое препятствие. Если бы вчера я тебя так сильно не отругал перед всеми этими монахами, сегодня тебе пришлось бы уже покинуть этот мир». Вы понимаете?

Итак, Духовный Наставник действительно являет собой самую лучшую защиту. Этот Геше вот-вот должен был умереть, если бы не правильные действия его Духовного Наставника, если бы не его собственная преданность к Духовному Наставнику, его собственное отношение к этому, то он бы просто умер. Однако его Духовный Наставник, предвидя это, спас его от смерти. Вот почему Духовный Наставник является наилучшей защитой.

И еще одна история. Вам интересно? Однажды Джамьян Шепа шел по территории монастыря и увидел вдруг одного пожилого монаха, который стоял на балконе, на третьем этаже. Увидев этого монаха, Джамьян Шепа сказал ему: «Ну-ка, прыгай сюда». Монах, посмотрев с третьего этажа на Джамьяна Шепу, понял, что прыгнуть он просто не может. Джамьян Шепа же настаивал: «Дурак! Прыгай! Прыгай быстрее! Ну, может, ты сломаешь ноги, но не более того. Хуже, чем это, с тобой ничего не случится». Но монах опять посмотрел вниз и опять не решился на этот прыжок.

В этот момент рядом с Джамьяном Шепа оказался один молодой Ринпоче, который стал его просить: «Пожалуйста, скажите мне, я прыгну вместо него». Джамьян Шепа же сказал ему: «Я знаю, что ты можешь прыгнуть, но я не хочу, чтоб ты прыгал. Я хочу, чтобы этот старый дурак, монах прыгнул». Три раза он требовал, чтобы этот старый монах прыгнул. Но он так боялся, что так и не прыгнул. Когда монах не выполнил его третье требование, Джамьян Шепа сказал: «Ну, всё, ладно, хватит. Ты меня не послушался, но в будущем не жалея уже об этом», – и ушел. И все стали думать и гадать: «Что же случится с этим монахом?»

И действительно, через два месяца этого монаха поразила очень странная болезнь ног. Его ноги покрылись какими-то язвами, болячками, и он уже не мог ходить. С каждым днем его болезнь всё ухудшалось и ухудшалось. И когда его помощники пришли к Джамьяну Шепа и попросили что-то сделать, Джамьян Шепа сказал: «Нет, уже слишком поздно. Если бы тогда, когда я попросил его прыгнуть с третьего этажа, он бы прыгнул, то он сломал бы ноги, но сейчас бы кости бы уже срослись, и он был бы уже здоров. А так – слишком поздно, и теперь он через три месяца умрет. Так что, пускай теперь он лучше готовится к будущей жизни».

Итак, Духовный Наставник – это настоящий Защитник Дхармы. Вы должны понять, что если Духовный Наставник ругает вас, то это гневная мантра, которая устранил все ваши препятствия. Когда Духовный Наставник бьёт вас, вы должны воспринимать эти побои как гневные деяния, которые устраняют все препятствия.

Во время этой медитации вы должны думать: «Да, действительно Духовный Наставник – это самая лучшая защита, и я должен вверить себя ему правильно. И тогда в будущем я жизнь за жизнью всегда буду защищен».

Четвертое преимущество вверения себя Духовному Наставнику состоит в том, что день ото дня ваше плохое поведение и омрачения будут уменьшаться.

Например, если вы находитесь в дурной компании, то, напротив, день ото дня, ваши омрачения будут возрастать, и ваше поведение будет ухудшаться. Если же вы будете близки к Духовному Наставнику, то, лишь в силу одного этого факта, день ото дня, у вас будет становиться все меньше и меньше омрачений, а поведение будет всё чище и чище. И по мере того, как ваша преданность к Духовному Наставнику будет возрастать, каждый день у вас в уме будет становиться всё меньше и меньше негативных эмоций.

Например, если у вас нет сильного противоядия от гнева, развеите в себе сильную преданность Учителю. И это станет наилучшим противоядием от гнева, и гнев, благодаря этому, ослабнет. Если у вас порождается привязанность, депрессия или зависть или какое-либо другое омрачение, вы опять же должны помолиться своему Духовному Наставнику, попросить его о благословении и тогда, несомненно, это омрачение у вас ослабнет.

Итак, в самом начале пока у вас еще нет противоядия от омрачений, лучшим противоядием для вас является преданность Учителю.

И у меня та же самая ситуация: когда я нахожусь очень близко к Духовному Наставнику, или когда я медитировал в горах и там развил в себе очень сильную преданность Учителю, то, действительно, у меня день ото дня омрачений становилось всё меньше и меньше, и в уме возникло большое умиротворение.

Покой не нужно искать где-то вовне. Покой возникает сам по себе, если из ума устраняются омрачения. Или если они стихают в уме, становятся слабее, то покоя становятся больше. Если воду в маленьком озере взболтать, то вся грязь всплывет на поверхность, и вода станет очень грязной. Если же его не трогать, то вода постепенно успокоится, грязь осядет на дно, и тогда вода станет опять чистой.

Пятое преимущество. Благодаря преданности Гуру все реализации ступеней и путей породятся в уме спонтанно, сами по себе. Если вы хотите достичь духовной реализации как можно быстрее, сосредоточьтесь на преданности Учителю. Это самое сокровенное, самое тайное наставление. Если вы хотите сделать свою жизнь значимой, развеите в себе чистую преданность Учителю.

Если вы спросите всех тех, кто медитировал в горах и достиг реализаций, то все они вам скажут, что лучший метод достижения реализаций – это развитие преданности Учителю. Если вы разовьете в себе сильную преданность Учителю, то моментально, какую бы практику вы не выполняли, вы почувствуете, что она даёт результат гораздо быстрее, потому что преданность Учителю – это сильнейший способ увеличения реализаций.

То же самое говорят люди, которые практикуют Дзогчен и Махамудру. Они говорят, что когда у них порождается сильная преданность к Духовному Наставнику, то они, благодаря одной лишь силе этой преданности, могут познать ясный свет. Итак, какую бы практику вы не делали, бодхичитту или что-то другое, если у вас есть при этом сильная преданность Учителю, то результат этой практики не заставит себя ждать, он наступит спонтанно. Это еще одно преимущество.

Шестое преимущество преданности Учителю состоит в том, что жизнь за жизнью у вас не будет недостатка в Духовных Наставниках, а это очень большое преимущество. Если, жизнь за жизнью, о вас будет заботиться подлинный Духовный Наставник, то достичь состояния Будды вы сможете очень быстро. Итак, благодаря тому, что ваша преданность очень хороша, Манджушри и Авалокитешвара будут заботиться о вас и направлять вас жизнь за жизнью. Если вы хотите, чтобы в будущих жизнях о вас заботились непосредственно Манджушри и Авалокитешвара, то в этой жизни вы должны развить в себе очень сильную преданность к тому Духовному Наставнику, который у вас есть. И тогда вы создадите причины для того, чтобы в будущих жизнях о вас заботились Наставники, которые равноценны Манджушри и Авалокитешваре. Поэтому преданность Учителю имеет невероятные преимущества.

Итак, скажите себе во время этой медитации: «Если я хочу, чтобы обо мне заботились непосредственно Манджушри и Авалокитешвара, чтобы они заботились о нем напрямую, жизнь за жизнью, то я должен развить в себе очень сильную преданность к своему нынешнему Духовному Наставнику». Если вы исполнитесь такой решимости, то естественным образом вы захотите это осуществить и захотите породить в себе правильное вверение Духовному Учителю.

Седьмое преимущество состоит в том, что вы не упадете в низшие миры. В настоящий момент у нас столько негативной кармы, что нам грозит большая опасность после смерти попасть в низшие миры. Если у вас чистая преданность Учителю, и в момент смерти вы просто вспомните о своем Духовном Наставнике, то вы не попадете в низшие миры. Это очень важно знать. Так что, скажите себе: «Если я не хочу попасть в низшие миры, я должен развить в себе чистую преданность Учителю». И развейте сильную решимость: «С этого момента я должен развить в себе чистую преданность Учителю, потому что в ней огромное количество преимуществ».

И вот так вот вы обдумываете положение за положением, медитируете над каждым пунктом и, наконец, доходите до восьмого преимущества. В этой медитации вы можете использовать свою искусность, которую вы уже приобрели в медитации на гнев и прочие отрицательные эмоции. Вот вы очень искусно медитировали на гнев, примените теперь эти навыки в медитации на преданность Учителю.

Восьмое преимущество состоит в том, что ваши временные и абсолютные цели будут достигнуты без труда. Поэтому Духовный Наставник является настоящей драгоценностью, исполняющей все желания. Если вы правильно вверите себя ему, то ваши временные и абсолютные желания будут исполнены без малейшего труда. Что касается ваших временных желаний, то даже в этой жизни у вас будет меньше болезней, все, что вы ни пожелаете, будет исполняться. Жизнь за жизнью вы будете рождаться в благоприятных условиях, и о вас всегда будет заботиться Манджушри, и вы быстро сможете достичь состояния Будды ради блага всех живых существ.

Таковы восемь преимуществ преданности Учителю. Когда вы закончите медитировать на восемь преимуществ преданности Духовному Наставнику, у вас должно породиться

чувство: «Преданность Духовному Наставнику действительно имеет огромные преимущества, я должен её обрести!» И на этом чувстве вы однонаправлено пребываете. И развиваете в себе сильную решимость обрести чистую преданность Учителю.

Это мы тоже купили. Вентилятор купили. Мы очень хорошо готовимся к визиту Богдо Гэгэна. На сегодня достаточно.

Вопрос: У меня вопрос. Сколько раз нужно просить Учение? Почему именно три, а скажем ни два, ни четыре ... мотивацией. А другой человек который не знает об этом правиле он может с совершенной искренней мотивацией попросить Учение получить отказ и совершенно естественно... У меня вопрос: почему именно три раза надо просить Учение?

Ответ: Самое главное, действительно, мотивация. Но, что касается способа прошения Учения, то традиция такова, что об Учении просят три раза, в знак почтения. Если вы не знали об этом раньше, то ничего страшного, если вы раньше не просили трижды. Самое важное, если вы, хотя бы один раз, попросите Учение, но с правильной искренней мотивацией, то это очень хорошо. Но в будущем, когда вы уже поймете, как правильно это делается, для вас не менее важно следовать традиции и просить с искренней мотивацией, но трижды как положено, не менее трех раз, в знак почтения.

Вопрос: Я хотел уточнить. В девяносто восьмом году вы дали нам мантру ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДАРА ДЖЕЦЮН ГЕШЕ ДЖАМПА ТИНЛЕЙ САРВА СИДДХИ ХУМ ХУМ. Это правильно или неправильно? Я, может быть, неправильно записал.

Ответ: Не читайте мою мантру. Мне не удобно, если вы будете читать мою мантру. Читайте мантру Его Святейшества, это то же самое.

Вопрос: В силу того, что не всегда находишься рядом со своим Учителем, можно ли воспринимать какие-то неприятности, которые случаются в жизни, как благословение Духовного Наставника. И когда, например, случается что-то благополучное, то, что как будто это как препятствие в практике. Вообще, правильно ли так воспринимать?

Ответ: Не совсем так. Иногда можно так думать. Вне зависимости от того, вы находитесь близко к Учителю или далеко от него, каждый раз, когда вы визуализируете его в Поле Заслуг, вы просите его о благословении, он всегда вас благословит.

Что касается служению Духовному Наставнику, то необязательно служить ему вот так, когда он рядом с вами. Вы можете визуализировать, что вы находитесь в его доме, убираетесь там, служите ему как-то, оказываете ему знаки почтения. Это то же самое служение.

У меня, например, нет возможности служить таким образом Его Святейшеству Далай-ламе, но я много раз в своем воображении вот так вот убирался для него, служил ему. В особенности, когда я находился в медитации в горах Дхармсалы, наверное, я часто тревожил Его Святейшество, потому что я очень часто представлял, как я захожу в его покои, убираюсь там, мою там полы, иногда омываю его ноги.

Таким образом и происходит накопление заслуг. Поэтому не думайте, что вы не можете служить Духовному Наставнику, если вы не находитесь рядом с ним физически. Дхарма – это практика ума, поэтому, если вы будете представлять, как вы служите Духовному Наставнику, может быть, вы накопите больше заслуг, чем тот человек, который находится рядом с ним, но прислуживает ему с не совсем сильной преданностью. Кроме того, если вы слишком близки к Духовному Наставнику, вместо того, чтобы видеть его достоинства, есть опасность, что вы будете обращать внимание на его недостатки и потеряете преданность. Поэтому посредством визуализации вы можете выполнять мощную практику преданности

Духовному Наставнику и служить своему Духовному Наставнику в своем воображении. И в своем воображении вы можете поднести Учителю всё – свой дом, свою машину, всё, чем вы сами владеете и это будет лучший способ накопления заслуг, хотя ваш Учитель, конечно, всё это от вас не примет. Я тоже так делаю. Всё, что я имею сам, я подношу мысленно Его Святейшеству, просто прошу попользоваться временно.