

Я очень счастлив снова видеть всех вас после длительной разлуки. Кого-то из вас я уже видел в субботу, а некоторых не видел давно. Как обычно, для того чтобы получить такое драгоценное учение как комментарии к «Бодхичарья-аватаре», очень важно развить в себе правильную мотивацию. Эта мотивация должна быть махаянской, то есть она должна быть связана с заботой о счастье всех живых существ. Для вас очень важно думать следующим образом: «Поскольку все испытывают одинаковые чувства, все, так же как и я, хотят быть счастливыми и не хотят страдать, пусть все будут счастливы. Я должен привести всех к состоянию безупречного счастья, которое является полной свободой от омрачений. Для этого сегодня я буду слушать учение».

Для того чтобы полностью освободить других живых существ от болезни омрачений, для начала вы должны сами освободиться от омрачений ума. Поэтому вы должны сказать себе: «Укрощение моего собственного ума – это первый шаг к тому, чтобы создать мир во всём мире и принести счастье всем живым существам. Для того чтобы укротить свой ум, сегодня я получаю драгоценное учение, которое преподавал Шантидева». Шантидева был великим бодхисаттвой, который заботился о других больше, чем о себе. Учение по «Бодхичарья-аватаре» он произнёс спонтанно в стихотворной форме, сидя на троне. Я вам рассказывал эту историю.

Учение, которое дал Шантидева, состоит из десяти глав. Первая глава – это преимущества порождения бодхичитты, я вам уже это объяснял, и вы уже прослушали моё объяснение. Вторая глава – это глава, связанная с очищением или раскаянием. Для того чтобы дать людям метод очищения негативной кармы, Шантидева объяснил первую практику, которая состоит в семичленном подношении. Мы с вами обсудили раздел семичленного подношения, связанный с поклонением или простираниями, а также с подношениями.

Собственно очищение состоит в опоре на объектах Прибежища, которая является одной из четырёх противодействующих сил или одним из четырёх противоядий. Здесь мы дошли до практики Прибежища, которая состоит во вверении себя объектам Прибежища. Мы начали обсуждать объекты, на которых мы опираемся. Сегодня мы продолжим обсуждение объектов Прибежища в трактовке Шантидевы. Это те объекты, в которых вы принимаете Прибежище. Сначала Майя будет читать по две шлоки.

Вот почему теперь я ищу прибежище  
 В Победителях – покровителях мира, чья мощь велика.  
 Всеми силами они защищают живущих  
 И уничтожают любые страхи.  
 И всем своим существом я ищу Прибежище  
 В ими осуществленной Дхарме,  
 Изгоняющей страхи колеса бытия,  
 А также в собрании Бодхисаттв.

Когда Шантидева говорит об объектах Прибежища, то в первой шлоке он описывает Будду как первый объект Прибежища. Он называет будд Победителями. Победители – это те, кто одержал полную победу над четырьмя омрачениями. Это означает, что Будда полностью победил все омрачения и поэтому является Победителем, Победоносным. До тех пор, пока вы полностью не победите в себе все омрачения, вы никогда не станете победителем. Даже если вы оккупируете какую-то другую страну, победителем вас назвать будет нельзя. Те, кто побеждён вами, рано или поздно совершат нападение на вас, и вы можете потерпеть поражение, то есть, никакой стабильности в этой ситуации нет. Вы должны понимать, что настоящий победитель тот, кто одержал полную победу над врагом – омрачениями. Будда не только является Победителем всех своих омрачений, он также полностью реализовал в

себе весь благой потенциал. Такое существо называют Буддой. Такое существо является покровителем всех живущих. Если вы последуете за ним, он даст вам полное, безупречное Прибежище, потому что сам до конца поборол в себе все омрачения.

Далее объясняется, почему Будда подходит для того, чтобы принимать в нём Прибежище. Одна из этих причин состоит в том, что он обладает великим состраданием. Будда неизменно думает только о том, как защитить живых существ. В следующей строке говорится, что помимо этого он обладает силой для того, чтобы защищать живых существ от страданий. «И в тебе отныне я принимаю Прибежище», – говорит Шантидева.

Далее Шантидева переходит к описанию другого объекта Прибежища, то есть к Дхарме. О Дхарме он говорит как о мудрости и качествах ума Будды. «В этой мудрости, которая является Дхармой, я принимаю Прибежище», – говорит он. Потому что мудрость Будды и качества его ума способны освободить вас от страданий сансары. Будда не может вас спасти так же легко, как спасают утопающего, Будда не может смыть с вас омрачения так же легко, как смывают грязь водой, но он может спасти вас, указывая правильный путь избавления вашего ума от омрачений. Главным образом Будда спасает вас, указывая абсолютную природу вас самих, вашего ума и всех остальных явлений. Когда вы поймёте, в чём состоит абсолютная природа вашего ума, вас самих, вашего «я», и всех феноменов, то в силу этого осознания неведение перестанет существовать в вашем уме.

Неведение овладевает вашим умом лишь потому, что вы не понимаете, в чём состоит абсолютная природа вас самих и всех феноменов. Из-за этого в вашем уме возникает очень много концепций, концепция следует за концепцией, и вслед за этим порождается множество омрачений. Вы сами привязываете себя к сансаре, никто другой не привязывает вас к сансаре. Итак, для того чтобы полностью освободить свой ум от всех омрачений, очень важно познать абсолютную природу самого себя и всех явлений. Абсолютную природу феноменов очень трудно познать, не опираясь на мудрость и качество ума Будды. Возникает такой вопрос: «Мы не видим Будду. Как же мы можем освободиться от омрачений?» Здесь очень важно понять, что Будда, для того чтобы приносить благо живым существам, может являть себя в различных формах. Он может приходить в этот мир в форме Духовного Наставника или в облике монаха. Таким образом, с помощью своей мудрости он указывает вам путь, ведущий к состоянию освобождения. Его Дхарма, или благие качества ума, также становится для вас объектом Прибежища. И мудрость Будды является для нас объектом Прибежища.

В следующих двух строках говорится, что бодхисаттвы, которые обладают прямым познанием пустоты, являются Сангхой Махаяны, которая также является объектом Прибежища. Бодхисаттва – это тот, кто заботится о других больше, чем о себе. Шантидева говорит: «В вас, в трёх объектах Прибежища – в Будде, Дхарме и Сангхе – я всем своим существом ищу Прибежища».

Трепеща от страха,  
Я вверяю себя Самантабхадре.  
И по собственной воле  
Приношу себя в дар Манджугхосе.  
К Покровителю Авалоките,  
Чьи деяния исполнены сострадания,  
Я в ужасе обращаю свой страдальческий вопль:  
«Молю, защити меня, злодея!»  
В поисках защиты  
Всем сердцем я призываю

Арья Акашагарбху, Кшитигарбху  
 И всех Великомилосердных Покровителей.  
 Я поклоняюсь Ваджрапани:  
 Увидев его, посланцы Ямы  
 И другие злобные существа  
 В ужасе разбегаются во все стороны.

В настоящее время вы слишком расслаблены, слишком успокоены и не думаете о вашей реальной ситуации. Очень хорошо быть спокойным, счастливым и довольным. Но если вы слишком беспечны, это тоже не очень хорошо, потому что ваша нынешняя ситуация вовсе не благоприятна. Кроме того, вы боитесь того, чего бояться не следует, но не боитесь того, чего должны бояться. Это ваша ошибка. Я знаю, что у всех вас есть свои страхи, свои горести. Но все горести, страхи и чувство незащищенности, которые вы испытываете, являются детскими страхами. Например, вы боитесь потерять объекты своих желаний. Это глупо. Все встречи заканчиваются расставанием, рано или поздно все должны расстаться, и с этим ничего нельзя сделать. Кроме того, все вы боитесь встречи с неприятными для вас объектами, то есть боитесь старости, боитесь услышать плохие новости. Однако с момента своего рождения вы с каждым мгновением всё ближе подходите к старости. Так что страх постареть – это тоже детский страх, вы не должны этого бояться. Существует много других страхов и депрессий, которых у вас быть не должно. Все страхи и депрессии, которые так много показывают в сериале Санта-Барбара – это дурацкие страхи, детские проблемы. Такие страхи вам не нужны, потому что тем самым вы боитесь того, чего бояться не следует.

С каждой минутой вы всё ближе подходите к смерти, и должны бояться после смерти получить перерождение, которое соответствует вашей карме. Если вы правильно подготовитесь к смерти, то тогда всё в порядке, можно не бояться будущего. Но пока вы ещё очень плохо к этому готовы. Ваша ситуация такова, что вы подобны человеку, который выпал из летящего самолета без парашюта. Вы должны бояться выпасть из самолёта без парашюта. Если у вас есть парашют и вы прыгнули с самолёта, вам бояться не стоит.

Вам очень важно верить в существование будущих жизней, нет ничего плохого в том, чтобы верить в это. Существование будущих жизней можно доказать логически. Но сейчас вы пока неспособны доказать это себе с помощью логики, вы можете просто верить в существование будущих жизней, никакого вреда от этого не будет. Например, если вы очень серьезно больны и находитесь на грани смерти, кто-то вам даёт сильнодействующее лекарство, а вы говорите: «Пока я не пойму, как работает это лекарство, я не буду его принимать», это глупо. Потому что, когда больной убедится в том, что это лекарство ему поможет, его уже ничем нельзя будет спасти. Мудрый человек стал бы принимать это лекарство, но одновременно он бы исследовал, каким образом это лекарство ему помогает, как оно работает. Очень важно верить в прошлые и будущие жизни, но одновременно пытаться логически обосновать, почему они существуют.

Как я вам уже раньше объяснял, самый лёгкий способ доказать существование прошлых жизней – через факт протяжённости сознания. Ученые открыли закон сохранения массы и энергии. Буддистами этот закон был открыт уже давным-давно, много тысячелетий назад, а если точнее – два с половиной тысячелетия назад. В буддизме говорят, что частицу нельзя создать и нельзя полностью уничтожить. Сколь бы вы её ни стирали в порошок, всё равно вы не сможете её полностью уничтожить. В буддизме говорится, что даже материальные частицы нельзя полностью уничтожить. Как же возможно полностью уничтожить ум? Исходя из этого, мы говорим о том, что ум продолжит своё существование даже после смерти. Смерть означает отделение ума от грубого материального тела. Когда ум

отделяется от грубого тела, у него остается тонкое энергетическое тело. Это называется состоянием бардо. Если вы до сих пор не верите в это, вы можете как-нибудь переночевать на кладбище, тогда вы почувствуете, как много мертвецов в тонких энергетических телах бродят вокруг вас. Их называют духами или приведениями.

В Тибете существует институт оракулов, что тоже явно свидетельствует о существовании состояния бардо, а точнее прошлых и будущих жизней. Оракулы – это медиумы, в которых входят духи, бывшие раньше людьми, а сейчас переродившиеся духами. Они входят в медиумов и говорят через них. Если вы не верите в существование прошлых и будущих жизней, то все эти учения не принесут вам пользы. Поэтому у вас обязательно должно быть если не понимание, то хотя бы вера в прошлые и будущие жизни.

Итак, если будущая жизнь есть, то вы должны переродиться в следующей жизни в соответствии с вашей кармой. Исследуйте, сколько сейчас в вашем сознании позитивной кармы и сколько негативной. Можно даже не брать в расчёт негативную и позитивную карму, которую вы создали с безначальных времён. Можно посмотреть только на одну эту человеческую жизнь. Сами посмотрите и подумайте, сколько за эту жизнь вы накопили позитивной кармы и сколько негативной. Вы люди, вы встретились с Дхармой, вы можете понять Дхарму, но даже при всём при этом, посмотрите, сколько вы создаёте позитивной кармы и сколько негативной. Вы должны понять, что позитивную карму легко не накопишь, для того чтобы её накопить, нужно пройти через определенные трудности. Вам нелегко накапливать позитивную карму, а негативную карму вы создаёте легко и произвольно. Мы можете накопить кучу негативной кармы, просто поговорив по телефону. Просто открыв рот, говоря: «Он такой, он сякой», вы спонтанно создаёте негативную карму речи.

Вы произвольно создаёте негативную карму ума. Поэтому, когда Шарипутра спросил Будду: «Сколько живых существ вновь рождается в низших мирах?», Будда ответил: «Столько живых существ, сколько песчинок на земле, переродятся в низших мирах». «А сколько людей после смерти вновь переродятся людьми?» – спросил Шарипутра. Тогда Будда взял пригоршню песка и сказал: «Вот сколько людей опять переродится людьми». Таков механизм кармы. Большинство живых существ создают много негативной кармы и очень мало позитивной. Именно по этой причине они не могут рождаться в высших мирах. Поэтому, если сейчас вы не будете осторожны и бдительны, если вы не будете очищать свою негативную карму, не будете принимать Прибежище от всего сердца, то вам на девяносто процентов гарантировано после смерти рождение в низших мирах. Так же как врач говорит пациенту: «Если у тебя есть хроническая болезнь, и при этом ты неосторожен с диетой, питаешься неправильно и не принимаешь лекарства, то девяносто процентов гарантии, что твоё здоровье будет ухудшаться, и, в конце концов, это приведёт к преждевременной смерти».

Поэтому вы должны подумать и сказать себе: «Если сейчас, когда я родился человеком, знаю о Дхарме, знаю о карме, я всё равно накапливаю больше негативной кармы, чем позитивной, что же было раньше, когда я рождался в низших мирах, рождался животным и ничего не понимал о карме. Сколько негативной кармы я накапливал тогда. Сейчас у меня на девяносто процентов негативной кармы и лишь на десять процентов позитивной кармы. Поэтому сейчас у меня девяносто процентная вероятность рождения после смерти в низших мирах и лишь десяти процентная вероятность того, что я получу рождение в высших мирах».

Если честно, сейчас лучше не задавайте себе вопрос: «Когда я стану Буддой?» Сейчас это смехотворный вопрос для вас. Это всё равно, что очень немощный, слабый, хронически

больной человек говорит себе: «Когда же я завоюю золотую медаль на соревнованиях по бегу на стометровую дистанцию». В настоящий момент этот слабый больной человек должен думать лишь о том, как немножко окрепнуть, чтобы у него немножко прибавилось сил, ему не надо думать о золотой медали. Также и вы, если сейчас будете думать о том, как вам медитировать на ясный свет и достичь состояния Будды, если вы будете думать об иллюзорном теле, то Будды и бодхисаттвы будут испытывать к вам ещё большее сострадание. Они подумают: «Этот парень совсем не заботится о том, как бы ему освободиться от низших миров, а всё мечтает об иллюзорном теле».

Иллюзорное тело, ясный свет – это хорошо, но в настоящий момент для вас более важна практика Прибежища, потому что вы должны застраховаться от рождения в низших мирах. Поэтому в коренном тексте по тантре Гухьясамаджа, а это царь тантр, сказано: «Для начинающего тантра Гухьясамаджа не является глубинной. Для начинающего глубинной является практика Прибежища». Это глубокое учение. Если вы усвоите это всем сердцем, и даже если кто-то во сне вас спросит, вы ответите это, значит, вы создаёте очень хорошую стратегию. Поэтому Шантидева, великий практик тантры, это всё здесь говорит. Ему бояться было нечего, он был совершенно свободен от опасности низших миров, тем не менее, он говорил: «Трепещу от страха перед низшими мирами». Он это говорил для того, чтобы научить этому вас. Он вёл себя так, будто бы был одним из вас и поэтому говорил, что для начинающего очень важно бояться низших миров.

Вам следует бояться низших миров, потому что у вас много негативной кармы, вы её не очищаете. Негативная карма подобна яду. Если вы проглотили яд и не приняли затем противоядия, то вас ожидают ужасные последствия. Но последствия яда – ничто по сравнению с последствиями негативной кармы. Если негативная карма, которую вы не очистили заблаговременно, проявится, то она ввергнет вас в низшие миры. Вы проведёте в низших мирах много жизней, будучи неспособными от них освободиться. Кроме того, вы должны понять, что все вы родом из низших миров. Здесь вы находитесь временно, как гости в гостинице. Прописки в этом мире у вас нет. Ваша прописка в низших мирах, там ваше постоянное место жительства. Снова туда вернуться – просто ужасно.

Такой страх является настоящим духовным страхом, который будет подталкивать вас к тому, чтобы стать настоящим духовным практиком и очищать негативную карму. Этот страх подобен тому, как если вы приняли яд, доктор рассказывает вам об ужасных последствиях, которые вас ждут, если вы не примете противоядия, и вы начинаете бояться. Страх низших миров подобен такому страху. Он поможет вам вывести яд из организма. А все остальные обычные страхи бесполезны, потому что лишь усугубляют депрессию и уныние и ничем вам не помогают. Поэтому старайтесь начинать каждый день с развития в себе страха перед рождением в низших мирах.

Если в течение дня вы прочтёте хотя бы одну мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ с таким чувством страха, то она станет мощной очистительной практикой. Если вы каждый день будете думать о возможности родиться в низших мирах и будете порождать в себе страх перед рождением в низших мирах, то вас перестанут волновать ваши нынешние мирские проблемы, они покажутся вам сущим пустяком и никогда не ввергнут вас в депрессию. Это самая лучшая помощь, которую вы можете себе оказать, которая работает гораздо лучше, чем советы любых психологов. Вам не понадобятся советы никаких психологов, потому что этот страх сразу избавит вас от всех обычных мирских страхов, депрессий, проблем. Этот страх никогда не приведёт вас к депрессии.

Я говорю на основании своего маленького опыта, что вместо депрессии этот страх придаст вам спокойствие, ваш ум станет очень спокойным, очень умиротворённым. Благодаря

страху перед низшими мирами все благие качества будут порождаться в вашем уме произвольно. Шантидева также очень сильно это подчёркивает. Итак, в силу этого страха вы обращаетесь к бодхисаттвам и ищите в них Прибежище. Вы говорите: «Бодхисаттва Самантабhadра, тебе подношу своё тело, прошу защитить меня. Подношу своё тело Манджушри – пожалуйста, спаси меня от низших миров, потому что они ужасны. И к тебе Авалокитешвара, чьё сострадание больше сострадания матери к единственному ребёнку, сегодня я в отчаянии обращаюсь за защитой. Услышь меня. Защити меня, злодея, который накопил столько негативной кармы, от низших миров». Такая молитва, которая исходит из самого сердца, несомненно, защитит вас на одну жизнь от низших миров. Вы должны знать эти строки наизусть. Затем обращайтесь к другим бодхисаттвам: «Всех других великих бодхисаттв всем сердцем призываю, и в вас ищу Прибежища. Обращаюсь к Ваджрапани, которого боятся посланцы Ямы, духи смерти. В тебе ищу Прибежище, прошу, защити меня от рождения в низших мирах». Каждый день трижды принимайте Прибежище, моля о защите от низших миров, это спасёт вас от рождения в низших мирах. Вот что я вам советую.

Если вы не будете принимать Прибежище, последствия будут для вас не очень хороши, я вам честно говорю. Чем сильнее Прибежище в вашем сердце, тем больше покоя в вашем уме. Теперь, поскольку здесь присутствуют новые ученики, я передам вам обет Прибежища, для того чтобы укрепить вашу связь с Буддой, Дхармой и Сангхой. У людей, которые уже получали его раньше, обет Прибежища станет крепче. Визуализируйте меня в форме Будды Шакьямуни. Представляйте, что я окружён буддами и бодхисаттвами. Когда я говорю НАМО ГУРУБЭ НАМО БУДДАЯ, повторяйте за мной. В это время представляйте, что из моего рта исходит белый свет, который входит в ваш рот, проникает в ваше сердце и остаётся там как чистый обет прибежища. Основной обет, который вы сейчас даёте – это обет не вредить ни одному живому существу. Вы должны всем сердцем пытаться принять Прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе. Не принимайте прибежища в мирских богах, которые не могут защитить вас от сансары. Когда вы принимаете прибежище в Сангхе, не надо слишком близко общаться с людьми, которые могут оказать на вас дурное влияние.

С сильным чувством Прибежища, с осознанием того, что вам грозит опасность рождения в низших мирах, потому что в вашем уме очень много негативной кармы, вы просите защиты у объектов прибежища – Будды, Дхармы и Сангхи, чтобы они спасли вас от низших миров. Теперь повторите за мной.

НАМО ГУРУБЭ НАБО БУДДАЯ НАМО ДХАРМАЯ НАМО САНГХАЯ  
 НАМО ГУРУБЭ НАБО БУДДАЯ НАМО ДХАРМАЯ НАМО САНГХАЯ  
 НАМО ГУРУБЭ НАБО БУДДАЯ НАМО ДХАРМАЯ НАМО САНГХАЯ  
 ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ  
 ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ  
 ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ  
 ОМ ТАРЕ TUTТАРЕ ТУРЕ СОХА  
 ОМ ТАРЕ TUTТАРЕ ТУРЕ СОХА  
 ОМ ТАРЕ TUTТАРЕ ТУРЕ СОХА

Старайтесь читать эти мантры как можно больше в своей повседневной жизни.

Следующая шлока.

Прежде я не следовал вашим советам,  
 Но теперь, видя этот ужас,  
 Я ищу в вас Прибежище.

И да уничтожится мой страх в мгновение ока.

Здесь говорится: «Раньше в силу неведения о механизме закона кармы я не слушал ваших советов. Из-за этого я создал очень много негативной кармы. Теперь же я боюсь родиться в низших мирах, поэтому от всего сердца ищу в вас Прибежище. Пожалуйста, освободите меня от страданий как можно раньше». Это собственно процесс принятия Прибежища.

Страшась обычных телесных недугов,  
 Люди неукоснительно следуют советам врача.  
 Что ж говорить об извечных болезнях –  
 Страсти, ненависти и прочих изъянах  
 И если даже одна из таких болезней  
 Способна уничтожить всех людей, обитающих на Джамбудвипе,  
 И если никакого лекарства от них  
 Не отыскать ни в одной из сторон,  
 Тогда пренебрежение  
 Советами Всезнающего Целителя,  
 Искоряющего любые страдания,  
 Есть крайнее невежество и достойно порицания.

Здесь автор объясняет причины, по которым нужно применять противоядия. Он объясняет их двумя способами. Во-первых, он объясняет это на примере болезни. Шантидева говорит: «Когда мы бодем обычной болезнью, например язвой и так далее, мы очень осторожны и строго следуем советам врача. Если доктор говорит нам, что мы не должны есть острую, жирную еду, то мы очень осторожны в своей диете. Все эти болезни ничто по сравнению с болезнью омрачений. Мы страдаем множеством болезней омрачений, с безначальных времён и по сей день. Сейчас мы обрели лекарство для излечения от этих болезней, лекарство, которое было дано Буддой. Подобного лекарства не найти нигде, даже обыскав всю вселенную. Такое лекарство сейчас мы держим в руках, и если мы не будем его применять, если мы не будем следовать советам Будды, значит, мы крайне глупы и достойны порицания». По этой причине вы должны говорить себе: «Я должен применять противоядия и должен очищать негативную карму».

Второй пример – это пример с утёсом, и на этом примере Шантидева тоже показывает, что вам нужно применять противоядия.

И если следует проявлять осмотрительность  
 На краю небольшого утёса,  
 То уж тем более – на краю  
 Пропасти глубиною в тысячу йоджан.

Если увидите небольшой утес высотой в двести метров, то вы будете очень осторожны и постараетесь не упасть с этого утёса. Если вы упадете, то вы можете переломать руки и ноги, или даже погибнете, но потом снова родитесь. Но попасть в низшие миры – это невероятно опасно, очень рискованно. Если вы попадёте в эту пропасть, то проведёте там много жизней. Если вы родитесь не в аду, а родитесь каким-нибудь тигром, будучи тигром, будете всё время только и делать, что создавать негативную карму. Механизм таков, что тогда вы просто не сможете вырваться из этих низших миров, они будут бесконечны для вас. Только в том случае, если вы вдруг получите благословение будды или бодхисаттвы, или проявится одна из благих карм, которую вы создали раньше, тогда у вас появится шанс родиться в высших мирах. Но и на это тоже один шанс на миллион, потому что у вас

миллионы негативных карм и единицы позитивных. Поэтому вам нужно сильно бояться рождения в низших мирах.

Шантидева говорит, что этого нужно бояться больше, чем падения в пропасть. Просто упасть в пропасть не так страшно, как попасть в пропасть низших миров. Не думайте, что пропасть низших миров слишком далека от вас, что она вас ждёт лишь не ранее, чем через восемьдесят лет. Всё не так. Может быть, всё это с вами случится завтра, если вы не будете осторожны. Если завтра вы внезапно умрёте, и в момент вашей смерти проявится негативная карма, которая свергнет вас в низшие миры, это будет действительно грустно.

Сейчас вы слушаете моё учение. Если будете неосторожны, то завтра вы можете умереть и родиться бараном. Пройдёт год. Я буду где-нибудь давать учение. В это время вы будете находиться рядом, но не сможете ничего услышать. Это очень даже возможно. И это кошмар. Всё остальное кошмаром не является. Если вы сломаете себе ногу, это не кошмар, это очень хорошо. Скажите себе: «Мой Духовный Наставник говорит мне тем самым, что я слишком много бегаю туда-сюда, пора уже сесть и начать делать практику, начать очищать свою негативную карму». Не беспокойтесь о пище, вы не умрёте с голоду. История не знает случаев, когда человек, который занимался практикой, умер бы с голоду.

Если в будущем вы ослепнете, не считайте это кошмаром, скажите: «Это замечательное благословение моего Духовного Наставника». Потому что если вы ослепнете, то не вернёте себе зрение, крича, что это кошмар. Самое лучшее – воспринять это как благословение. Если вы воспримете это как благословение, то это и станет настоящим благословением. Скажите себе: «Мой Учитель тем самым говорит мне: «Ты слишком много смотришь по сторонам, слишком много внимания обращаешь на чужие недостатки. Теперь закрой глаза и взгляни в свой ум, проверь, что у тебя там, посмотри сколько у тебя негативной кармы и очищай свою негативную карму». Тогда никакого кошмара не будет.

Один из моих друзей ослеп. А он всего на год меня старше. После того как он ослеп, он стал монахом и сейчас живёт в Индии и очень счастлив. Моя мама его навещала, и он ей сказал, что очень счастлив, что потерял зрение, потому что иначе он не стал бы монахом и не стал бы практиковать Дхарму. Он сказал: «Поскольку я потерял зрение, у меня появилась возможность стать монахом и практиковать Дхарму. Такой возможности нет у других людей, у которых есть зрение. Они слишком много бегают туда-сюда, слишком заняты своими делами и не практикуют Дхарму». Когда я услышал эти слова, которые передала мне моя мама, я очень порадовался за него. Теперь идём дальше.

Не подобает утешать себя мыслью:  
 «Сегодня смерть не придёт»,  
 Ибо непременно наступит время,  
 Когда я обращусь в ничто.  
 Кто мне дарует бесстрашие?  
 Как сумею я освободиться?  
 Если неизбежно я обращусь в ничто,  
 Как могу я пребывать в покое?

В этих двух шлоках говорится о причинах, по которым нам необходимо незамедлительно применять противоядия. Причина состоит в том, что мы не можем быть уверены, что уже сегодня мы не умрём. Как вы можете гарантированно сказать: «Сегодня я не умру». Очень многие люди, которые умерли сегодня, проснувшись в день своей смерти, вовсе не думали: «Сегодня я умру». Они думали: «Я буду жить ещё долго, я буду сильным, здоровым». Смерть придёт к вам неожиданно, она не будет ждать. Время смерти неизвестно. Поэтому



вам не нужно быть слишком расслабленными и думать: «Я начну применять противоядия, но не сейчас, а потом, когда закончу всю свою работу. Когда я закончу вот такую-то работу, я начну делать очистительные практики». Вы должны применять противоядия прямо сейчас. Неправильно думать: «Я буду делать практику Прибежища, сто тысяч мантр Прибежища читать, а также очищать негативную карму после того, как закончу свою работу».

Сто тысяч мантр Прибежища, сто тысяч мантр Ваджрасаттвы и сто тысяч мантр Мигзэм вы обязательно должны начитать, пока ещё живы. Если вы успеете начитать их до того, как умрёте, тогда я гарантирую, что в течение одной жизни вы точно не родитесь в низших мирах.

Шантидева говорит: «Когда-нибудь я исчезну из этого мира. Кто мне дарует защиту, кто защитит меня? Кто освободит меня от низших миров? Как я могу пребывать в покое и не применять противоядия?» Если вы будете размышлять о непостоянстве и смерти, в особенности, если вы будете размышлять о том, что время смерти неизвестно, каждый день у вас будет появляться желание практиковать Дхарму прямо сейчас. Если вы будете размышлять о непостоянстве и смерти, то Дхарма естественным образом войдёт в ваш ум.

Вы должны понимать, что сейчас ваше положение подобно положению человека, который выпал из летящего самолёта. С каждым мгновением этот человек ближе подлетает к земле. Точно также и вы с каждым мгновением ближе подходите к смерти. Пока вы ещё находитесь как бы на полпути, половину расстояния вы уже пролетели. Даже если кто-то посадит вас на трон, всё равно каждую минуту вы будете падать вниз. Как же вы можете быть счастливы, подлетая на этом троне к земле, когда при этом вам говорят: «Вы для нас всё, вы самый великий, самый сильный человек»? А вы сидите и говорите: «Да, да, я самый сильный», но при этом вы всё ближе подлетаете к земле. Так что мудрого человека порадует не трон, а парашют. Если у вас в этот момент есть парашют, то даже если кто-то назовёт вас самым глупым человеком на свете, вы ответите: «Да, я самый большой дурак. Вы самый умный человек – вы сидите на троне, а я самый глупый – у меня парашют в руке».

Что бы люди про вас ни говорили, какая разница? Самое главное, чтобы вы приземлились с парашютом. Поэтому в буддизме говорится, что сама по себе смерть – это не кошмар, но вот умереть без подготовки – кошмар. Падение с самолёта – это не кошмар, но упасть без парашюта – кошмар. С парашютом люди сами выпрыгивают из самолёта на большой высоте, совершая парашютные прыжки. Если бы прыгать с самолёта было бы само по себе кошмаром, никто бы по своей воле этого бы не делал. Но вот выпрыгнуть без парашюта – это кошмар. То же самое можно сказать про смерть. Сама по себе смерть – не кошмар, но смерть без подготовки – это кошмар. Для духовного практика высокого уровня смерть является хорошей новостью, потому что именно в момент смерти он будет способен напрямую очень чётко увидеть ясный свет. Именно в этот момент ясный свет проявляется естественным образом, и у нас есть шанс увидеть его и познать его напрямую. Но если ясный свет явится неподготовленному человеку, для него это будет как сновидение, он не сможет сосредоточиться на нём. Это будет всего лишь мимолетное явление, которое сразу же исчезнет.

Большинство моих духовных наставников, которые уже ушли из этого мира, в момент своей смерти медитировали на ясный свет, пребывали в течение трёх или более дней в медитации на ясный свет, то же самое было, когда умер Геше Нгаванг Даргье. Он пребывал семь дней в медитации на ясный свет. Мой друг, который был учеником геше Нгаванга

Даргье, рассказывал мне потом, что он семь дней сидел в позе медитации, от его тела не начало исходить даже дурного запаха.

Незадолго до смерти геше Нгаванг Даргье потерял зрение. Он давал учение спонтанно, не смотря ни в какие книжки, просил других людей читать текст и спонтанно давал учение. Семь дней он пребывал в медитации на ясный свет, в позе медитации сидел. Когда прошло семь дней, из его ноздрей выкатились две капли – белая и красная, и голова его упала. Только тогда от его тела начал медленно исходить запах. Только тогда его тело стало настоящим мёртвым телом, до этого оно не было мертвым, оно казалось живым, и лицо его казалось лицом живого человека, потому что сознание ещё не покинуло его тело. С точки зрения врачей он уже считался мёртвым, потому что прекратилось дыхание и биение сердца. Но у него лишь грубое сознание пресеклось и растворилось в тонком сознании, а тонкое сознание ещё пребывало в его теле. Поэтому с буддийской точки зрения он ещё не считался мертвым. Это тело все почитали так, как будто бы он был живым.

В наше время многие люди получили тантрическое посвящение, практикуют тантру. Мы не знаем, у кого из них высокие реализации, у кого реализации нет. Мы не можем об этом судить. Поэтому когда какой-нибудь практик тантры в будущем умрёт, не надо сразу его кремировать, потому что есть опасность тем самым убить божество, если его сознание ещё не покинуло его тела. Но когда сознание выйдет из тела, тело изменит свой облик, вы моментально это почувствуете. Когда тонкий ум в сопровождении тонкого энергетического тела покидает грубое тело, это называется смертью.

Что теперь мне осталось  
От ушедших переживаний?  
Из-за страстной привязанности к ним  
Я нарушал предписания учителей.

В этой шлоке говорится о том, что вы не можете опираться на своё богатство. Всё имущество, которым вы владели раньше, превратилось в одно лишь воспоминание. Допустим, одежды, которая у вас была десять лет назад, теперь у вас уже нет. Теперь это просто ваши воспоминания. В будущем всё остальное ваше богатство покинет вас, потому что все встречи заканчиваются расставанием. Поэтому, из-за привязанности к богатству и имуществу прикладывать свои усилия только к накоплению материальных благ и из-за этого нарушать предписания учителей – очень опасно, это очень большая ошибка.

Скажите себе: «Богатство и имущество – ненадежные объекты, поэтому я не должен слишком привязываться к ним. Самое лучшее для меня – следовать советам Будды, предписаниям моих Духовных Наставников и делать всё для того, чтобы очищать негативную карму и копить позитивную карму, копить заслуги». Чем больше вы накопите заслуг, тем больше у вас будет счастья. Люди, у которых мало заслуг, даже если у них много богатства и денег, никогда не будут счастливы. Это на сто процентов так. Когда заслуги истощаются, даже если у людей куча денег, чем бы они ни пользовались, счастья им это не приносит. Например, если у них есть огромный красивый особняк, большой телевизор, домашний кинозал, им всего этого не надо, они один час проведут у себя в доме, и у них уже начинается депрессия, они хотят сбежать из него. Они отправляются в другие кинотеатры, хотя у них дома есть свой домашний кинотеатр.

Когда у людей истощаются заслуги, они не могут наслаждаться и радоваться тому, чем владеют, они хотят чего-то другого, они никогда не удовлетворены тем, что у них есть. Это на самом деле является симптомом истощения заслуг. Если подобное произойдёт с вами, вы должны сказать себе: «О, как у меня мало заслуг стало, потому что у меня

появляются все эти симптомы». У вас есть всё, но вы недовольны тем, чем владеете, вы хотите чего-то другого, хотите всё больше и больше. Это симптом истощения заслуг.

Но когда ваши заслуги высоки, признак этого таков: даже если вы живёте очень скромно, в бедном жилище, дом у вас очень бедный, вы наслаждаетесь оттого, что вы дома, вам не хочется никуда идти, вам достаточно быть дома. У вас внутри нет чувства неудовлетворенности. А если вы выходите на улицу, то вам и там хорошо, у вас нет желания вернуться в свой дом и там сидеть. Где бы вы ни находились, вы счастливы. Это симптом больших заслуг. А симптом малых заслуг состоит в том, что когда вы сидите дома, вам хочется пойти в другое место, когда вы выходите на улицу или куда-то едете, вам хочется вернуться домой.

В Тибете случилась такая история. Одну девушку отдали замуж в другую семью. Она была там очень несчастна, но когда вернулась домой, она и у себя дома была несчастна. Она задала одному йогину вопрос: «Когда я в доме своего мужа, я скучаю по материнскому дому, мне хочется обратно. Но когда я живу в доме своей матери, я скучаю по дому своего мужа, и мне хочется туда вернуться. Где бы я ни жила, я везде несчастна. Почему такое со мной происходит?» Йогин ответил ей: «Это признак истощения заслуг. Накапливай заслуги. У тебя есть и материнский дом и дом твоего мужа, но у тебя не хватает заслуг для того, чтобы пользоваться этим имуществом». Поэтому люди не могут пользоваться своим имуществом. Если же ваши заслуги высоки, то куда бы вы ни отправлялись, вы будете счастливы, потому что будете с радостью пользоваться всеми объектами, которые вам потребуются. Например, сейчас мы используем этот прекрасный зал. Нам здесь хорошо, мы счастливы, потому что у нас хватает заслуг на то, чтобы использовать его. Я уверен, что среди присутствующих нет людей, которым хочется выйти. Может быть один, два человека. Если у вас появилось желание выйти отсюда, почитайте мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ и ваши заслуги увеличатся.