

Итак, по вашей просьбе сначала я дам вам передачу текста «Лама Чодпа». Слушайте эту передачу с правильной мотивацией. Передача очень важна.
[Идёт передача текста].

Итак, если вы сможете ежедневно читать Гуру-Пуджу, это будет вам очень полезно. Это одна из самых мощных практик. Сейчас вы получили передачу этой практики, и в будущем на основе Гуру-Пуджи вы можете проводить ретриты по нёндро. За это время я не успею вам дать комментарий на всю Гуру-Пуджу, но попробую объяснить, как делать практики нёндро на основе Гуру-Пуджи. А что касается полного комментария на Гуру-Пуджу, то вы можете его прочесть в книге, которая уже вышла. Вы получили передачу, теперь читайте этот текст каждый день и делайте практику так, как сказано в книге. Самое главное – это передача. После того как вы получили передачу, уже необязательно получать подробный комментарий для того, чтобы делать эту практику каждый день. После получения передачи читайте книгу с моими комментариями на Гуру-Пуджу. Это будет то же самое, как если бы я вам дал устно этот комментарий.

Преимущества практики Гуру Пуджа

Сначала вам нужно понять, почему Гуру-Пуджа была известна как необычная практика Гуру-йоги. Текст под названием «Ганден Лхагьяма» - «Сто богов Тушиты» представлял собой практику Гуру-йоги, но Гуру-Пуджа считалась практикой необычной Гуру-йоги. Гуру-йога «Ганден Лхагьяма» – это выдающаяся практика, но Гуру-Пуджа, в свою очередь, представляет собой Гуру-йогу, основанную на практике трёх божеств.

Кроме того, в этот текст входят все существенные наставления по сутре и тантре. Поэтому нужно сделать практику этой Гуру-йоги своей коренной практикой. И на основе этого текста выполнять все свои практики по сутре и тантре. То есть **все практики сутры и тантры следует выполнять на основе преданности Гуру**. Это должно быть корнем всех практик, которые вы делаете. Поэтому текст необычной Гуру-йоги должен лечь в основу всех ваших остальных практик.

Считается, что если вы будете заниматься той или иной медитацией без практики Гуру-йоги, то у вас будет десять процентов шансов достичь какой-либо реализации. Сейчас настали времена упадка, и заслуг у нас очень мало. В то же время у нас очень много препятствий в практике. Кроме того, наш ум слаб и энтузиазма у нас мало. Когда вы проведёте анализ на основе всех этих факторов, вы поймёте, что у вас есть всего лишь десять процентов шанса достичь реализаций в практике. У вас только один шанс из десяти достичь реализаций в практике.

В то же время, если вы положите в основу своей практики, например шаматхи, Гуру-йогу, то, как сказал Пабонгка Ринпоче, у вас сто процентная вероятность достижения успеха в практике. Ведь если корнем является преданность Учителю, то накапливаются невероятные заслуги. Благодаря этому вас постоянно защищают все будды и бодхисаттвы, а также защитники Дхармы. Благодаря этому ваши реализации будут наступать всё быстрее и быстрее.

В Гуру-Пудже есть слова: «Я быстро, быстро уже в этой жизни достигну состояния изначального Будды – Гуру-Йидама». Под первым «быстро» имеется в виду практика в сочетании с тантрой, которая быстро приносит плоды. Если вы, чтобы стать Буддой, будете практиковать только сутру, то у вас на это уйдёт три неисчислимых эона. А посредством практики тантры, в особенности маха-ануттара-йога-тантры вы можете достичь состояния Будды за одну жизнь.

А под вторым «быстро» имеется в виду практика на основе преданности Учителю – Гуру-йоги, которая принесёт плоды ещё быстрее. В принципе, если практиковать именно так, то можно достичь состояния Будды уже за двенадцать лет практики.

Линия передачи Гуру Пуджи

Многие учителя и мастера Тибета практиковали Гуру-йогу. Их основной практикой была практика Гуру-йоги, а другими практиками они занимались в качестве дополнения. И так, поскольку они избрали Гуру-йогу своей основной практикой, то сумели достичь состояния Будды за двенадцать лет.

Эту необычную практику Гуру-йоги лама Цонкапа не передавал открыто. Он передавал это учение в строжайшей тайне своим сердечным, ближайшим ученикам. Он передал своему сердечному ученику Тонглену Джампел Сангье. А тот в свою очередь передал эту практику Дордже Чо. А Дордже Чо не смог сразу найти подходящего ученика для передачи этого учения. Поэтому он медитировал на эту практику самостоятельно, достиг радужного тела, достиг состояния Будды и долгое время пребывал в этом радужном теле высоко в горах. На самом деле существует разрыв в передаче этой практики, разрыв длительностью в одно поколение, потому что Дордже Чо долгое время находился в радужном теле в горах и никому не передавал эту практику. Но затем Дордже Чо передал её Гьялве Венсапе. Венсапа получил это учение от Дордже Чо, который находился в радужном теле.

Венсапа же понял, что это невероятное, потрясающее учение, представляющее собой сочетание сутры и тантры, может исчезнуть из этого мира, поэтому он стал распространять это учение. Позже это учение стали называть учением линии Венсапы. Венсапа был предшествующей реинкарнацией первого Панчен-ламы.

Что касается меня самого, то моей основной практикой является практика Гуру-Пуджи. На основе этой Гуру-Пуджи вы можете выполнять любую практику, которую только захотите. На основе этой Гуру-Пуджи вы можете делать и пхову, и всё что угодно. Все практики включены в этот текст: практика тумо, иллюзорного тела, ясного света, а также сюда включены все тантры. На основе Гуру-Пуджи можно выполнять и все практики сутры, все медитации Ламрим, начиная от преданности Учителю и заканчивая иллюзорным телом.

Метод выполнения практики

Когда вы будете в будущем проводить ретрит по аналитическим медитациям по Ламриму, вы также можете проводить этот ретрит на основе Гуру-Пуджи. Вы просто читаете Гуру-Пуджу и когда, например, доходите до строф о преданности Учителю, останавливаетесь и выполняете аналитическую медитацию о преданности Учителю.

Когда вы занимаетесь аналитической медитацией на основе такой богатейшей практики, то ещё до того, как приступить к аналитической медитации, вы накопите огромное количество заслуг и очистите большую негативную карму, читая предыдущие разделы этого текста. Поэтому благословение всех будд и бодхисаттв, в особенности Духовных Наставников, польются на вас как дождь, и реализации вам будет достичь гораздо проще.

Без этого, если вы просто будете сидеть в позе медитации и заниматься медитацией на Ламрим, ваша медитация будет очень сухой. Эта медитация для вас вскоре превратится в рутину, вы привыкнете перечислять в уме одни и те же пункты, одни и те же положения медитации. Если в первый день ретрита вам будет интересно, то потом вам очень быстро наскучит такая медитация. Вы будете думать с тоской: опять мне надо обдумывать эти восемь свобод. Выполнять практику надо не так.

Когда вы делаете практику как следует, сопровождая её накоплением заслуг и предварительными практиками, то каждое положение, которое вы обдумываете, порождает в вашем сердце определённые чувства.

Точно так же, как если вы смотрите телевизор, а кто-то входит в комнату и говорит: «Олег (а Олег – ваш друг) сказал про тебя то-то и то-то нехорошее», у вас сразу же начинается медитация. Вы думаете: «Вот Олег тогда-то сказал про меня то-то, тогда он сделал мне то-то, а тогда – то-то». У вас начинается самая настоящая аналитическая медитация, и каждая мысль про Олега, каждое воспоминание порождает у вас какое-то чувство. Постепенно это чувство всё усиливается и усиливается у вас, и под конец вы достигаете реализации гнева.

Аналитическая медитация как раз и предназначена для достижения реализаций в том или ином чувстве.

Цели аналитических медитаций

Гуру-йога

Что касается медитации на преданность Учителю, то, как я вам сказал уже вчера, нужно породить два чувства: веры и уважения.

Драгоценная человеческая жизнь

Что касается драгоценной человеческой жизни, нужно породить сильный энтузиазм к практике Дхармы. Проанализировав все пункты этой медитации, вы понимаете, что если я не извлеку смысл из драгоценной человеческой жизни, то это будет пустая трата времени. Тогда моя жизнь пройдёт впустую и возможность, которую я упустил, станет большой потерей. Если я, имея бриллиант, не воспользуюсь его ценностью и выброшу его на помойку, то это будет большая потеря. Но это будет ничто по сравнению с потерей драгоценной человеческой жизни.

Непостоянство и смерть

Медитация на непостоянство и смерть предназначена для уменьшения привязанности к этой жизни.

Шаматха

Ещё до того как вы приступите к медитации шаматха, вам нужно предварительно промедитировать на Ламрим, посвящая каждой теме по две недели. Тогда в результате у вас несколько уменьшится привязанность к этой жизни, и заниматься шаматхой вам уже будет гораздо проще. Энтузиазм у вас также возрастет.

Четыре благородные истины

Цель медитации на четыре благородные истины, - порождение отречения от сансары и постоянного желания достичь освобождения.

Бодхичитта

В медитации на бодхичитту основной целью является достижение заботы о других больше, чем о себе. Забота о других больше, чем о себе, основанная на любви и сострадании, - это цель медитации на бодхичитту.

Пустота от самобытия

Далее, основной целью медитации на пустоту должно стать, во-первых, ясное распознавание объекта отрицания, выявление объекта отрицания. В особенности, это должно быть выявление наитончайшего объекта отрицания, который постулируется в школе

Мадхьямака Прасангика. Как только вы сумеете распознать этот объект отрицания на личном опыте, а не просто на словах...

Многие учителя сначала медитировали именно на обнаружение объекта медитации. Сначала они ничего не отрицали. Сначала они пытались обнаружить объект отрицания – то, что им следует отрицать в своей медитации.

Эта медитация обычно сопровождается сильной практикой Гуру-йоги и сильными молитвами к Духовному Наставнику: «Пожалуйста, помоги мне выявить объект отрицания!» Одного интеллекта здесь недостаточно. Иногда, когда человек слишком умён, но у него нет заслуг, он впадает в крайность нигилизма. Итак, в духовной практике очень важно иметь острый, пронизательный ум, но быть чрезмерно интеллектуальным для духовной практики тоже нет необходимости.

Пронизательный ум необходим для различения между хорошим и плохим, правильным и неправильным. Нужно проанализировать: где нектар, а где яд и научиться отличать одно от другого. А когда вы завершите свой анализ, для вас самое лучшее - это начать пить этот нектар. Если вы всю жизнь проведёте только в одном анализе и не будете ничего «пить», это неправильно. Итак, без преданности Учителю и некоторых других вещей интеллект может зайти в другую крайность, а это опасно.

Итак, в практике этой необычной Гуру-йоги также даны очень чёткие объяснения, как обнаружить объект отрицания. В будущем я дам вам подробный комментарий на этот счёт, пока ещё время не пришло.

Кхедруб Ринпоче сказал, что, как только вы ясно определите, выявите объект отрицания, отрицать его уже будет несложно. Уже в следующее мгновение вы сможете его устранить, то есть отрицать. Соответственно, в следующий уже момент вы познаете пустоту.

Итак, именно из-за объекта отрицания в различных философских школах возникает множество диспутов. Все эти слова, все эти концепции и такие термины, как ронтонг и жентонг, - всё это является следствием неверного понимания объекта отрицания. Когда вы как следует поймёте, что такое объект отрицания, все эти объяснения уже вам будут совершенно ненужны, уже не будет ни малейшей необходимости говорить на эту тему.

Миларепа сказал: «Невозможно понять мудрость, познающую пустоту, только на словах. Если ты не убедишься в смысле, одни лишь слова не освободят тебя от сансары». Слова, термины подобны палке. Опираясь на палку терминологии, старик смысла может подняться на ноги. А когда этот старик смысла, наконец, встаёт на ноги, то палка терминов ему уже не нужна, он уже может её отбросить. Не надо чрезмерно привязываться к словам. Самое необходимое для вас - выявить объект отрицания. Итак, это был совет общего характера.

Если вы на основе этой Гуру-йоги проведёте аналитические медитации на Ламрим, то потом, если вы начнёте медитировать на шаматху, это будет очень полезно. Если вы будете выполнять шаматху также на основе Гуру-йоги, это будет просто невероятно полезно. А также существуют необычные наставления о том, как развить шаматху. Эти наставления лама Цонкапа давал непосредственно своим ученикам. Они также не получили широкой огласку.

На самом деле, в традиции Гелугпа существует очень много тайных учений и наставлений, которые не принято передавать сразу же. Поэтому вы должны понимать, насколько вам

повезло: вы обрели самое богатейшее сокровище в традиции Дхармы, сокровище, которого нет ни в одной другой школе. Здесь, в этой традиции сохранилось учение полностью, как нечто целостное.

Говоря откровенно, даже если вы будете просто сравнивать технические детали руководства по шаматхе в школе Гелугпа и в других школах, то вы заметите огромную разницу даже в технических деталях. Это я говорю не для того, чтобы намекнуть на то, что другие традиции очень плохи по сравнению с нашей, а просто чтобы вы поняли всю ценность вашей традиции.

Кхедруб Ринпоче всегда очень превозносил традицию ламы Цонкапы, но при этом оговаривался: «Я говорю это не из фанатизма, а для того, чтобы последователи ламы Цонкапы поняли всё богатство этой традиции».

Он сам [Кхедруб Ринпоче] изначально принадлежал к традиции Сакья, а потом он встретился с ламой Цонкапой и сам попросил ламу Цонкапу основать новую школу. Лама Цонкапа сам не интересовался созданием новой школы, но Кхедруб Ринпоче настоятельно попросил его о том, чтобы была создана новая школа, благодаря которой можно было бы сохранить всё богатство этой традиции, собранной ламой Цонкапой, и которая бы в будущем принесла огромную пользу множеству живых существ.

Итак, что касается этих наставлений по медитации шаматха, я дам их вам не сейчас, а лишь в будущем, когда вы уже соберётесь в медитацию. Эту практику медитации вы можете выполнять в течение месяца. И называется она: «Обнаружение объекта медитации на основе пяти дхьяни-будд». Это особая практика, которая связана с праной. Это прана-йога или пранаяма, которая проводится на основе медитации на пять дхьяни-будд. Благодаря этой практике ваш ум сможет научиться удерживать объект медитации гораздо легче, быстрее. Как сказал лама Цонкапа: «Вся уникальность тантры связана с концентрацией». Это означает, что благодаря особым техникам, которые есть в тантре, концентрацию можно развить гораздо легче, быстрее. Итак, когда придёт время, я дам вам объяснения на этот счёт.

Для того чтобы заниматься практикой шаматхи, очень важно сначала сделать нёндро, иначе шаматхой будет заниматься ещё рано, нужно сделать нёндро. Первое нёндро – это практика Прибежища. Когда вы будете делать практику Прибежища, делайте её на основе этой практики Гуру-Пуджи.

«Из сферы Великого Блаженства я являю себя Гуру-Йидамом...» - эти начальные строки Гуру-Пуджи относятся к йоге божества, и вы должны до некоторой степени понимать их смысл. Значит, из сферы союза блаженства и пустоты вы возникаете в форме божества. Это означает, что ещё до того как произнести эти строки, вам нужно немножко помедитировать на пустоту.

Даже если вы не знаете чётко, что такое пустота, у вас должно быть, по крайней мере, некоторое убеждение в том, что явления, феномены существуют не так, как они вами воспринимаются: что нет никакого самобытия или плотного существования со стороны объекта. И помимо лишь наименования, названия, данного вашими концепциями, нет никакого «я», которое существовало бы объективно. И подумайте о том, что мудрость, которая познаёт эту пустоту от самобытия, - это наитончайший ум, который испытывает великое блаженство.

А если вы будете пребывать в состоянии этого блаженного познания пустоты, то вы не сможете принести благо, приносить благо живым существам. И вот исключительно для того, чтобы помочь живым существам и принести им благо, вы проявляетесь в виде божества. При этом даже когда вы проявляетесь в форме божества, вам нельзя терять убежденность в пустоте от самобытия, то есть проявлением является божественная форма, но при этом, являя эту божественную форму, вы продолжаете осознавать пустоту от самобытия и этот божественный облик, который вы являете.

Итак, в одном уме сочетается два аспекта. Итак, один ум имеет два аспекта: это аспект проявления и аспект убежденности.

Во время познания пустоты обычно сфера нашего восприятия пустотна, то есть проявление пустотно: нам ничего не является, мы ничего из относительного мира не воспринимаем. При этом наличествует сильная убежденность в пустоте от самобытия. При этой пустотности восприятия наличествует ещё сильная убежденность в пустоте от самобытия. С точки зрения сутры, когда мы познаем пустоту, то есть развиваем сильную убежденность в пустоте от самобытия, аспект проявления должен быть пустотен. Мы в своём восприятии ничего не утверждаем. В нашем восприятии остаётся только чистое отрицание, которое не может превратиться ни во что утверждающее. Потому что, в первую очередь, убежденность нашего ума состоит в познании отрицания, поэтому аспект проявления тоже должен быть отрицанием.

Например, если вы познаёте, что это чашка, каково здесь проявление? Проявление здесь у нас утвердительное. Когда мы познаём эту чашку, мы её утверждаем в своем познании. Скажем так, аспект нашего убеждения при познании тоже позитивен или утверждение, мы ничего не отрицаем, в данный момент мы утверждаем. Что мы утверждаем? Эту чашку. Такова теория.

Существует достаточно большой диспут. В тантре, в йоге божества существует множество моментов, которые могут быть оспорены с точки зрения сутры. В сутре ничего невозможно отрицать, потому что сутра – это фундаментальные, основополагающие теории, и поэтому ни в коем случае мы не можем сказать, что это что-то низшее.

Четыре благородные истины и все остальные теории сутры, все постулаты сутры совершенно непроверяемы и неоспоримы. Если тантра им противоречит, значит, тантру следует подвергнуть сомнению, но никак не сутру. Все объяснения тантры должны даваться с точки зрения сутры. А если они в чём-то противоречат сутре, такие места должны специально комментироваться, здесь объясняется, что это - исключительный случай, связанный с тем-то. Но ни в коем случае практики тантры не должны опровергать сутру и говорить, что она – низшая и так далее. Это просто невозможно. С точки зрения сутры высшей философской системой является Мадхьямака Прасангика. Поэтому воззрение ваше ни в коем случае не должно противоречить воззрению Мадхьямака Прасангика.

Итак, смысл вот этого спорного момента, о котором я вам говорил, состоит в следующем. Этот диспут, который я сейчас приведу, должен убедить вас в том, насколько глубока практика йоги божества. Йога божества вообще является одним большим спорным моментом, потому что понять её очень трудно. Но как только вы чётко поймёте все её нюансы, как только вы увидите её непротиворечивость сутре, тогда вы сможете легко практиковать её.

Итак, говоря упрощённо, всё сводится к следующему: когда вы познаёте чашку, есть два способа познания этой чашки: познание этой чашки напрямую, через прямое восприятие и познание её концептуально, опосредованно. При концептуальном познании вы закрываете глаза, и, допустим, когда я говорю вам: «белая чашка на моём столе», вы можете познать эту чашку через мысленный образ. Когда мы познаём эту чашку, в чём состоит наша убежденность? В существовании белой чашки. А каков аспект проявления этой убежденности? Белая чашка.

Теория здесь такова: когда суть убежденности сводится к утверждению чего-либо, то аспект проявления этой убежденности тоже должен быть утвердительным. А если аспект проявления пустотен, а вы при этом познаёте нечто как утверждение, значит, ваше познание ложно. Если аспект проявления утвердителен, а убежденность заключается в отрицании, в отрицании чего бы то ни было, тогда познание тоже ложно, потому что проявление утвердительно.

В одном уме есть аспект проявления и аспект убежденности. Если проявление - позитивно, утвердительно, а при этом убежденность заключается в отрицании, отрицательна, значит, это ложное сознание, потому что проявление утвердительно, а само познание его – убежденность – отрицательна. Итак, применительно к познанию пустоты: если убежденность у нас заключается в отрицании, то аспект проявления тоже должен быть отрицательным, а не утвердительным. А если убежденность позитивна или утвердительна, то и утвердительным должно быть и проявление.

Возьмём, к примеру, йогу божества. Что является аспектом проявления в йоге божества? Божество, божественная форма. Это утверждение. Божество не является отрицанием - это утверждение. В таком случае и убежденность тоже должна состоять в утверждении, а не в отрицании. Но если убежденность позитивна, утвердительна, то она уже не представляет собой познание пустоты. Как же здесь может иметь место союз метода и мудрости? Подумайте об этом. Ответ такой: как правило, в естественном нашем состоянии ума, если убежденность отрицательна, то и проявление должно быть отрицательным. Это наше естественное восприятие, естественный порядок вещей.

Итак, когда мы занимаемся йогой божества, мы не начинаем ее с проявления божества. Вовсе не так. Мы начинаем, наоборот, с убежденности в отсутствии самобытия. Поначалу отрицательными, или неутверждающими, являются и наша убежденность, и проявление. Таков порядок вещей и в сутре тоже. Это соответствует сутре: пустотность сферы восприятия и убежденность в отрицании. Когда ум функционирует в его естественном состоянии, он должен функционировать именно так.

Но затем в тантре по особой причине пустотный аспект проявления не остаётся всего лишь пустотным, или отрицательным. Вы пытаетесь сделать всё, чтобы не причинить ущерб своему убеждению, а убежденность у вас продолжает оставаться отрицательной, то есть вы продолжаете сохранять убежденность в пустоте от самобытия, но при этом вы преобразуете пустотную сферу восприятия, или пустотный аспект проявления, в позитивный (утверждающий). Иными словами, вы проявляетесь в форме божества для того, чтобы накопить заслуги. Итак, в одном уме у вас присутствует и метод, и мудрость одновременно. В одном уме два аспекта – это аспект проявления и аспект убежденности. Проявление у вас сначала пустотно. На самом деле оно должно оставаться таким, но вы искусно преобразуете эту пустотную видимость в форму божества. И благодаря проявлению в форме божества вы накапливаете заслуги. Это становится методом. А убежденность в отсутствии самобытия создаёт собрание мудрости, то есть благодаря такой убежденности вы накапливаете мудрость. Итак, в одном уме одновременно присутствует и

метод, и мудрость. Это уникальное качество, которого нет в сутре. В этом особое качество тантры, но которое при этом не противоречит сутре.