

Я рад видеть вас. Многие просили меня даровать учение по лоджонгу. Оно очень драгоценно. Я лично получал много различных учений, но именно лоджонг считаю очень полезным для повседневной жизни. Практиковать лоджонг, в отличие от других учений, совершенно безопасно. Его Святейшество Далай-лама очень радуется, зная, что я даю такое учение, я также счастлив давать его вам. Для меня это все равно что медитировать, поэтому я не могу сказать, кому я помогаю – себе или вам. Вы меня очень просили его дать, но это также полезно для меня. Наверное, вы бодхисатвы. Чтобы читать вам это учение, я должен готовиться к нему. Когда вы делаете добро, думайте, что с другой стороны, вы также получаете доброту.

Если кто-то дает вам деньги, думайте, что этот человек стремится накопить заслуги, и вы должны помочь ему. Если о вас плохо говорят, ругают, вы должны думать, что без этих слов вы не можете развивать свои добродетели. Может, он на самом деле бодхисатва, который учит меня, как развить терпение. Если вы так думаете, то вы занимаетесь настоящей практикой. Никогда нельзя сказать определенно, кто кому помогает. Я всегда стараюсь думать так. Какая разница, что кто-то делает или говорит? Главное извлечь из этого пользу. Поэтому можно сказать, что иметь врага очень полезно. Если вы будете так думать, то в любой ситуации от вашей доброты будет польза. Вы не думайте, что уединиться в отдаленном и безлюдном месте – это самое для вас полезное. Москва – очень хорошее место для медитации. В любом месте для медитации есть свои положительные качества, будь то Бурятия или Москва. Тогда мы будем счастливы в любом месте.

Например, если вас ругает ваша жена, то это хорошо, если не ругает, тоже хорошо. Если есть жена – хорошо, если нет – тоже хорошо. Тогда вы будете готовы к любой ситуации, для вас не будет в жизни кошмара. Только один кошмар – если я умру и меня ждет перерождение в низших мирах. Если вы потеряли ногу, то в этом нет ничего ужасного. Это значит, что ваш Учитель говорит вам, что не нужно много бегать, – лучше сидеть на месте и больше заниматься практикой. Если у меня и есть какие-то реализации, так это то, что мой ум остается счастливым в любой ситуации. Это древнее учение, которое я могу передать, стопроцентно вам может помочь, но тантрические учения – не знаю, помогут ли вам. Сам я не получил реализаций в этих учениях. Но по лоджонгу у меня есть опыт, поэтому я вам гарантирую стопроцентно, что оно вам поможет.

Получая учение по лоджонгу, вы получаете не просто информацию – ваш ум должен меняться. Через открытие ума вы становитесь добрее, любая ваша мысль становится Дхармой. Если женщина утром встает, накладывает косметику на лицо и при этом имеет позитивный настрой ума, это становится практикой Дхармы. Это намного лучше, чем ночью не спать, стучать в дамару и звенеть колокольчиком, не давая уснуть другим. При этом еще думать: «Я – высокий тантрический практик». Все это – детские игры. Поэтому у нас в Тибете говорится так: «Петь песню с хорошей мотивацией лучше, чем читать мантры с плохой мотивацией». Если вы хотите заниматься настоящей практикой Дхармы, то вы должны сначала стать счастливым, чтобы ум у вас был спокойным и добрым. Если же ваш ум несчастлив и беспокоен, то вы не готовы к практике Дхармы. И читать тантрические практики с таким умом – не практика. Доброта – это природа вашего ума. Когда ум несчастлив, появляются гнев, зависть. Счастливый ум сам по себе становится добрым.

Какой бы практикой Дхармы вы ни занимались, нужно делать это с ощущением радости и счастья в уме. Сейчас, когда вы будете получать это учение по лоджонгу, вы должны ощущать радость. На эти два часа забудьте о своих проблемах. Сконцентрируйтесь на учении. Вашим мирским делам, сколько бы вы их ни решали, конца не будет.

Существует много разных учений по тренировке ума, лоджонгу, но самое драгоценное из них – «Семь смыслов тренировки ума». Это всеобъемлющее учение, в него включены также другие учения по тренировке ума. Остальные, в отличие от этого текста, не полны. После получения этого комментария, какой бы текст по тренировке ума вам ни попался, вы сможете его понять без труда. Учение Будды вы должны применять в своей повседневной жизни – не думайте, что практика сводится к чтению мантр. Научиться мыслить в соответствии с учением Будды – это самый лучший совет. В настоящий момент вы храните в сознании очень много неверного материала, из-за этого неправильно мыслите. Из-за такого мышления у нас возникают омрачения. Они делают несчастливыми нас, а затем и других людей.

Об эффективности вашей практики можно судить по тому, насколько меньше стало у вас омрачений. Если вы в ходе практики думаете, что стали тантрическим йогиним, это не будет вам полезно. Если ваше эго становится меньше, ум становится счастливее, тогда практика эффективна. Иногда вы занимаетесь практикой по три часа и гордитесь этим, но самое главное – заниматься практикой чисто. Нужно мыслить правильно.

На этот счет есть история о том, как Миларепа с одним монахом ночевали в деревенском доме. Обычно Миларепа медитировал в горах. Но он спустился в это селение, чтобы наставить одного монаха, поскольку у них существовала кармическая связь. Хозяин дома оставил их на ночлег с тем, чтобы они помолились за него и его семью. Наутро монах проснулся очень рано, часов в пять, и занялся практикой, громко читая молитвы в надежде, что хозяин дома его услышит. Миларепа в это время спал. В восемь утра хозяин принес им завтрак и, увидев спящего Миларепу, удивился, что тот до сих пор спит. Монах сказал: «Он, наверное, лентяй. Я-то встал очень рано». Миларепа в этот момент проснулся и сказал: «Действительно этот монах встал очень рано и успел сделать много различных дел. Он очень искусен: когда молился, одновременно с этим он купил дри (самку яка), потом дри отелилась, дала много молока, он продал это молоко и очень разбогател.

Монах был потрясен, потому что во время молитвы он об этом как раз и думал. Монах спросил: «Ты кто, Миларепа?». Тот ответил: «Пока не знаю, кто я». Монах сделал постирание и попросил стать его Духовным Наставником. Миларепа согласился и сказал, что практику нельзя делать в комфорте, нужно практиковать в горах вместе с ним. Этот совет, конечно, подходит не для всех. Именно тому монаху нужно было практиковать в горах. Впоследствии он стал выдающимся йогиним. Итак, практика Дхармы – это состояние ума. Если вы громко молитесь и звоните в колокольчик, это вовсе не означает, что вы занимаетесь ею.

Семь смыслов тренировки ума вы должны запомнить наизусть. Можете не помнить все учение о тренировке ума, но вы должны знать эти семь смыслов – это равнозначно тому, что в вашем сердце будет храниться все учение по лоджонгу. Если сразу не можете их запомнить, то запишите. В следующий раз я могу спросить каждого из вас: если вы не ответите, я выгоню вас, как это делал Марпа (смех). Раньше духовные наставники были очень строги – нужно быть с вами строже. Характер у русских и тибетцев похож: их нужно держать в строгости. Если Учитель с вами строг, то это драгоценно для вас. Один удар, полученный от Духовного Наставника, очистит вас от очень большого количества негативной кармы.

Я расскажу вам одну историю о Джамьяне Шепа, которая произошла не так давно (его последнее перерождение до сих пор живет в Тибете). Однажды Джамьян Шепа находился в монастыре в окружении учеников, один из его учеников был геше, большой ученый. Как-то раз во время молитвы Джамьян Шепа стал ругать его. Он начал говорить, что этот геше –

источник всех проблем в монастыре, что он никчемный (так он продолжал много его ругать) и нужно, чтобы он убрался из монастыря. Джамьян Шепа хотел его прогнать без промедления, но монахи уговорили не выгонять его до утра. Геше сделал постирание перед Джамьяном Шепа и сказал, что уйдет, но попросил оставаться его Духовным Наставником жизнь за жизнью, обещав, что, где бы ни оказался, он не будет оставлять его. (Я вас также прошу, чтобы вы меня никогда не оставляли как своего Духовного Наставника). Джамьян Шепа промолчал, лицо его было в тот момент гневным.

Наутро, не успел геше уйти, как Джамьян Шепа послал к нему своего помощника. Тот постучался в дверь. Когда геше открыл дверь, то увидел, что он принес ему подношение – большое блюдо с фруктами на хадаке. Помощник сказал, что Джамьян Шепа ждет его у себя. Войдя к Учителю, геше сделал постирание. Джамьян Шепа сказал, что не нужно уже никуда уходить. Он сказал, что если бы он так не поступил вчера, то геше не было бы сегодня в живых: «Спасла тебя не моя ругань, а твоя нерушимая вера в меня как в Духовного Наставника. Несмотря на то, что я был суров, ты сказал, что будешь всегда представлять меня в своем сердце. Это очистило тебя от многих препятствий в твоей жизни».

Когда Учитель ругает вас, это не ругань, а гневные мантры, которые очищают вашу негативную карму. Когда вы поймете это, тогда я вас буду ругать. Если вы не поняли это учение, то есть опасность, что вы нарушите преданность Учителю и переродитесь в аду. Поэтому будьте очень осторожны со своим Наставником вне зависимости от того, ругает он вас или нет. Помните это, храните в своем сердце, что самая важная практика – это преданность Гуру. Не бойтесь, что я буду злоупотреблять этим. Некоторые говорят: «Ты меня должен слушать», потом говорят: «Продай свой дом и принеси деньги мне». Если Духовный Наставник попросит вас сделать что-то противоречащее Дхарме, не делайте этого.

Когда Дромтонпа впервые встретился с Атишей, он спросил его, какая из его многочисленных предыдущих практик стала настоящей практикой Дхармы. Атиша ответил Дромтонпе, что только его преданность Гуру стала практикой Дхармы. Вначале у нас нет бодхичитты, отречения. Что бы мы ни делали, нам трудно выполнять настоящую практику Дхармы. Но практика преданности Гуру – исключение, если у вас есть преданность Учителю, тогда ваша практика становится практикой Дхармы. Поэтому Лама Цонкапа говорит в Ламриме: что бы вы ни делали без отречения и бодхичитты, за исключением практики по отношению к особому Полю Заслуг, все остальное будет ввергать вас в сансару. Поэтому я советую вам сделать своей основной практикой преданность Учителю. Даже если вы спите или смотрите телевизор, и у вас при этом есть преданность Учителю, – это будет практикой Дхармы. Но если у вас ее нет, то вся ваша медитация – ничто.

Будда сказал, что, нарушив преданность Учителю, если вы даже в течение тысячи лет будете читать мантры, это будет лишь ввергать вас в низшие миры. Для буддийской практики нужна искусность, тогда вы будете создавать причины для счастья. В этом состоит смысл буддийской практики, если у вас сильна преданность Учителю. Если вы верите в него, помните о его доброте, то за это время накопите невероятное количество заслуг. Я точно могу сказать, что лица тех, у кого есть сильная преданность Учителю, с каждым годом все больше и больше начинают сиять, наполняться счастьем и радостью. Те, кто нарушил преданность Учителю, если даже практикуют с энтузиазмом, их лица будут становиться темнее и темнее, они будут замечать в других только недостатки. «Остальные все плохие, только я один хороший». Настоящий же практик скажет, что все хорошие, только я один плохой.

Я хотел еще раз напомнить о важности преданности Гуру. Для вас это очень полезно, а мне тяжело, неловко давать это учение. Мое эго диктует мне: «Не нужно говорить о преданности Учителю, потому что это некрасиво».

Вернемся к теме. Из семи смыслов тренировки ума

- первый – подготовительные практики;
- второй – порождение бодхичитты;
- третий – преобразование неблагих обстоятельств в духовный путь;
- четвертый – объединение пяти сил в своей жизни;
- пятый – критерий тренированности ума;
- шестой – обеты тренировки ума;
- седьмой – наставления по тренировке ума.

Вы должны их помнить наизусть.

Перед тем как начать собственно наставление по традиции рассказывается жизнеописание автора. Этот текст написал геше Чекава – один из величайших учителей. Он получил его от своего духовного наставника – геше Шаравы. Я расскажу, как геше Чекава встретил геше Шараву, как он получил учение, как практиковал. Важно читать жизнеописание великих учителей. (Когда маленький ребенок смотрит фильмы о мастерах кун-фу, у него возникает желание стать таким же). Геше Чекава был сыном великого тантрического йогина, принадлежавшего традиции нингма. С детства он получал много тантрических посвящений, проводил много ретритов. Когда ему исполнилось 25 лет, у него возникло ощущение, что ему чего-то не хватает. Он стал думать об этом. Однажды он увидел текст мастера Кадампы о преобразовании ума, там было написано: «Отдай победу другим, возьми поражение на себя». Эти слова его потрясли. Это учение стало для него настоящим противоядием о его эго, себялюбие сразу уменьшилось.

Он стал думать о том, у кого можно получить наставления по этой практике, и стал искать такого Учителя, который даст полное наставление по тренировке ума. Он узнавал у людей, кто держатель этого учения. Ему сказали, что остался только геше Шаравы. Автором текста, который ему попался, был геше Лангри Тангпа, которого уже на тот момент не было в живых. На самом деле основными держателями учения были эти два человека. Геше Чекаве сказали, что геше Шараву нужно искать в Лхасе. Он не стал сразу отправляться на поиски, сначала решил его исследовать.

Сакья Пандита еще говорил, что люди в Тибете, когда покупают коня, тщательно его осматривают. А в выборе учителя, они менее осторожны. Это большая ошибка. Нужно тщательно исследовать его перед тем, как принять в качестве Духовного Наставника. Но после того как вы его приняли, никогда не отказывайтесь от него, не нарушайте преданность. Для большинства из вас я уже являюсь Духовным Наставником, и меня исследовать уже поздно. Вы уже «купили» меня, я уже у вас дома (смех). Для других, кто пришел только что, я говорю: не нужно меня «покупать» поспешно, исследуйте мое учение. Если кто-то вам скажет, что учение геше Тинлея очень высокое, то не слушайте его, исследуйте сами. Тогда впоследствии вы не будете испытывать сожалений.

Геше Чекава стал ходить на учения геше Шаравы, сидел на самый задний ряд и слушал его учение не как ученик, а как друг. Потом геше Чекава рассказывал своему другу, что, когда он слушал геше Шараву как друг (тот давал наставление по тексту Асанги), учение ему не показалось очень полезным. Все это время он ловил каждое слово в надежде, что услышит наставление по тренировке ума. Ему очень хотелось получить наставление по строке «отдай победу другим, прими поражение на себя». Как возможно добиться этого? Это может сделать только очень сильный ум, обычный ум даже слышать такое не захочет.

Вы думаете: «Пусть я достигну чистой земли, а если остальные останутся в сансаре, то ничего» – это неправильно. Настоящая буддийская практика заключается в пожелании, чтобы все живые существа стали буддами; не страшно, если я не стану буддой. На самом деле все произойдет наоборот. Вы же думаете, как самому быстрее стать буддой, получаете несколько тантрических посвящений, но пробужденными не становитесь.

Геше Чекава думал: «Является ли он на самом деле держателем этих учений или нет?». В течение года он ходил на его учения, и за это время геше Шаравы ни разу даже не упомянул о тренировке ума. Однажды, когда в Лхасе был праздник, все ученики пошли на праздник и геше Шаравы остался один. Геше Чекава также остался и стал смотреть, как геше Шаравы обходит ступу, держа в руках очень старые четки. Он был одет в потрепанную одежду. Геше Чекава тогда подготовил трон для геше Шаравы, постелил свою монашескую накидку на него и попросил мастера: «Сядьте, пожалуйста, на этот трон». Геше Шаравы спросил его: «Зачем мне на него садиться? Я уже давал публичные лекции». Геше Чекава сказал, что у него есть один вопрос, он очень настаивал, и геше Шаравы согласился и сел. Геше Чекава прочел строку: «Отдай победу другим, прими поражение на себя» и спросил, является ли этот текст подлинным и необходимо ли выполнять эту практику, чтобы достичь состояния Будды. Геше Шаравы сказал, что без практики этого учения по тренировке ума (отдавать победу другим, принимать поражение на себя) невозможно достичь Пробуждения. Когда геше Чекава услышал эти слова, в его уме зародилось невообразимое блаженство. Слезы потекли из его глаз, и он попросил дать доказательства подлинности этих слов. Тогда геше Шаравы сразу же наизусть продекламировал слова из коренного текста Нагарджуны:

Пусть благодаря принятию страданий всех живых существ  
Высохнет океан страданий, и благодаря тому,  
Что я отдаю всем живым существам счастье,  
Да наполнится счастьем все пространство.

И спросил: «Есть ли кто в этом мире, кто сомневается в подлинности Нагарджуны?». Кроме этого, геше Шаравы сказал, что, если помотришь на жизнеописание Будды в качестве бодхисаттвы, прочтешь джатаки, то Будда давал пример такой тренировке ума, отдавая свое тело на съедение голодной тигрице и ее детенышам.

Я слышал эту историю со слов Его Святейшества Далай-ламы: он рассказывал, что геше Чекава носил за плечами мешок, где были все тексты. Он немедленно снял мешок и начал искать в тексте Нагарджуны эти слова. Отыскав их, он сделал три полных простирания, поднес хадак, поскольку его исследование подошло к концу, и попросил геше Шаравы стать его Духовным Наставником жизнь за жизнью. Геше Чекава попросил передать полное наставление о выполнении этой практики.

Поняв, что геше Шаравы знает это учение, геше Чекава спросил, почему он не упоминает о нем в своих публичных лекциях, на что тот ответил, что нет смысла, давать учение людям, не способным его практиковать. Я тоже не знаю, зачем я даю это учение вам. Может, ради отпечатков в вашем сознании. Может, несколько учеников хотят это практиковать. Возможно, я даю это учение для тех, кто мечтает когда-нибудь выполнять практику бодхисаттвы, когда-нибудь принять на себя все страдания живых существ.

Как делаете вы? С утра вы говорите «я-я-я», в старости же думаете только о деньгах, но у вас этих денег нет. Это всю жизнь обманывает вас. Мудрые бодхисаттвы отдают все другим, и у них все есть. Скажите себе: «Рано или поздно я должен стать бодхисаттвой».

Не говорите: «Хочу стать буддой». Я мечтаю, чтобы хотя бы один мой ученик стал бодхисаттвой. Если кто-то из вас в России станет бодхисаттвой, то Россия станет священным местом. В коренном тексте сказано, что если тот, кто только что стал бодхисаттвой, заболел и нет лошадей для его колесницы, то все будды впрягутся вместо лошадей. Став бодхисаттвой, вы станете надеждой всех живых существ. Именно эта реализация должна стать вашей мечтой. Если даже на мгновение у вас появится это чувство, вы будете выполнять невероятную практику Дхармы. Это настоящий бриллиант – в любой ситуации вы будете счастливы, ваш ум будет невероятно сильным.

Вернемся к нашей истории. Геше Шарава спросил геше Чекаву, сможет ли он долгое время практиковать рядом с ним: «Это будет нелегко. Хватит ли у тебя сил выдержать?». Геше Чекава сказал, что готов отдать свою жизнь. Многие жертвуют своей жизнью по дурацким причинам, например, на поле боя, из-за привязанности и гнева. Таких называют героями. Какой же это герой? Так могут делать даже дети. Настоящий герой тот, кто победил свои омрачения.

Геше Чекава продал свой участок земли, все деньги он потратил на подношение Духовному Наставнику, спал в конюшне. Так прошло четыре года в интенсивной практике и обучении. Это была настоящая практика замены себя на других – забота о других больше, чем о себе. Тогда меняется механизм ума. Сначала геше Чекава слушал, потом стал размышлять, потом ум стал меняться, потом у него породилась бодхичитта. У него ушло на это четыре года, но для вас четырех лет слишком мало, чтобы породить бодхичитту. Его Святейшество Далай-лама обычно говорит, что если у вас уйдет на эту реализацию одна кальпа, это стоит того. Сколько кальп вы прожили впустую! Если вы захотите стать Буддой побыстрее, у вас это не получится, потому что у вас неправильное мышление. Если же вы будете говорить: «Пусть я стану последним существом, которое станет буддой», тогда вы станете буддой.

Сначала я хочу рассказать вам о трех способах порождения бодхичитты. Первый способ – *бодхичитта, подобная царю*. Это желание достичь состояния Будды ради блага всех живых существ. Второй – *бодхичитта, подобная паромщику*. Когда он перевозит других, он вместе со всеми достигнет берега – состояния Будды. Здесь вы желаете стать буддой вместе со всеми живыми существами. Третья – *бодхичитта, подобная пастуху*. Все бодхисаттвы вначале имели такой настрой, в частности, Авалокитешвара. Пастухи сначала загоняют всех овец в овчарню, потом заходят сами. Это наиболее самоотверженная бодхичитта. Вы должны начать практиковать именно эту бодхичитту, а если же вы начнете практиковать бодхичитту «ради блага всех живых существ», то это будет для вас непосильно. К этому желанию будет примешиваться эгоизм.

Итак, вы должны породить бодхичитту, подобную пастуху, затем логически вы приходите к выводу, что, став буддой, вы обретете больше возможностей помогать другим, способностей, которых не имеете в нынешнем состоянии. У вас на данный момент нет другого выбора. Был бы выбор, лучше бы все живые существа стали раньше меня буддами. Поскольку выбора нет, когда вы придете к такому выводу, тогда начнете практиковать истинную бодхичитту, подобную царю. Она является следствием бодхичитты, подобной пастуху.

Это драгоценное учение я сам получил от Его Святейшества Далай-ламы. Оно было мне полезно. Другой мой Духовный Наставник – Панор Ринпоче – величайший бодхисаттва и величайший йогин. В свою очередь, его Учитель – Тувё Чёпен Ринпоче – был также великим бодхисаттвой. Его Святейшество Далай-лама также получил учение по бодхичитте от Панора Ринпоче, и на учениях он всегда цитирует Тувё Чёпена Ринпоче. Я

вкратце расскажу о его жизни. Узнать его историю для меня было очень полезно – это помогло открыть мой ум.

Тувё Чёпен Ринпоче был величайшим наставником, и у него было много учеников. Однажды он сбежал из монастыря, потому что ему не хотелось учить других. Он говорил: если у меня нет бодхичитты, то зачем мне становиться учителем? Ушел высоко в горы, стал вести аскетический образ жизни и практиковать. В этот момент у него была одна мысль: «Либо я умру, либо разовью бодхичитту». Он медитировал на все учения, готовил основы для порождения бодхичитты. Сначала нужно породить бодхичитту, потом развить в себе понимание пустоты, потом практиковать ясный свет. Это правильная последовательность. Иллюзорное тело и тому подобное практикуется после порождения бодхичитты. Вы можете спросить у Его Святейшества Далай-ламы, правильно ли я говорю. Нет другого пути.

Вот однажды, когда его практика стала сильнее, к нему пришел один прокаженный. Он сказал, что ему никто не хочет помогать, что ему очень тяжело, и попросил помочь ему. Ринпоче очень обрадовался его словам. В учении по тренировке ума есть строка, где говорится, что, когда вы видите страдающих, нуждающихся живых существ, вы должны воспринимать их как драгоценность, исполняющую желания, и любить их больше, чем себя. Ринпоче сказал: «Все, что у меня есть лучшего, я отдам тебе».

У него была одна чашка. Он сначала из нее кормил больного, а потом сам принимал пищу. С течением времени, это прокаженный становился все более и более капризным: ему не нравилась еда, которую Ринпоче готовил, он называл его дураком. Ринпоче же покорно это сносил и извинялся. Что бы было, если бы вам так сказали? Вы бы, скорее всего, сказали: «Убирайся вон». Сказав так, вы бы выбросили драгоценность, исполняющую желания. Ринпоче никогда не говорил, что больной мешает ему медитировать. Это была для него настоящая практика Дхармы.

В тексте Шантидевы «Бодхичарья-аватара» также говорится, что нужно служить всем существам жизнь за жизнью – в награду за это вы получите трон Будды Ваджрадари. Будучи эгоистом, говоря «я высокий мастер, все должны передо мной простираться», в итоге вы ничего не получите. В таком случае нет пользы и от тантры.

Однажды прокаженному стало хуже, он не мог самостоятельно ходить в туалет. Тувё Чёпен Ринпоче выносил его испражнения в своей единственной миске, из которой сам ел. Это стало последней точкой, с помощью которой он смог породить бодхичитту. Потом, когда он жил в окружении своих учеников, он хранил у себя эту миску. Перед смертью эту миску он подарил моему Духовному Наставнику – Панору Ринпоче. Когда Панор Ринпоче рассказывал мне эту историю, я чуть не плакал.

Сразу же после того, как у Тувё Чёпен Ринпоче породилась бодхичитта, больной выздоровел и сказал, что он уходит. У Ринпоче возникла мысль, что этот прокаженный, возможно, эманация его Духовного Наставника. Ринпоче стал уговаривать его остаться с ним, но прокаженный твердо отказался, сказав, что ему нет более смысла здесь оставаться. Уходя, он сказал: «Твоя решимость непреклонна, продолжай сохранять ее». Еще сказал: «Тебе пришла пора больше медитировать на пустоту». Ринпоче смотрел ему вслед, молясь и думая, что это эманация его Учителя. Через мгновение прокаженный исчез. С тех пор Ринпоче стал больше внимания уделять медитации на пустоту.

На крыльях бодхичитты и понимания пустоты вы можете перелететь океан сансары. Этот совет был дан великими мастерами прошлого. Но сначала нужна бодхичитта, если у вас ее

не будет, то вероятность понять пустоту правильно у вас только на один процент. Даже если вы ее познаете, вы не сможете достичь реализации состояния Будды. Я подчеркиваю, что нужно больше упор делать на порождение бодхичитты. Ежедневно вы должны молиться: «Пусть рано или поздно я стану таким же великим бодхисаттвой, как бодхисаттвы прошлого». Сегодня вы должны получать учение именно с этой целью.

Скажите себе: «Пусть благодаря слушанию этого учения у меня появится вдохновение заботиться о других больше, чем о себе. Пусть в силу этого я рано или поздно стану бодхисаттвой». Я тоже буду молиться о том, чтобы благодаря слушанию того учения вы стали бодхисаттвой, источником счастья для всех живых существ. Вот в чем смысл вашей жизни. Истинный смысл учения Махаяны заключен здесь, в словах: «Пусть я стану источником счастья для всех существ, даже для крошечных насекомых». Вы должны молиться так же, как Шантидева в «Бодхичаре-аватаре»:

Пусть я стану пищей для живых существ во времена голода;  
 Во времена эпидемий пусть я стану лекарством;  
 Для тех, кто хочет пересечь реку, пусть я стану мостом;  
 Подобно этому, пусть я стану любым предметом,  
 Исполняющим желания живых существ.  
 Да смогу я им помогать жизнь за жизнью.

Это настоящая буддийская практика. Чтобы она стала более глубокой, необходимо получать наставления по философии. Без философии это только эмоции, а эмоции ненадежны. Сейчас, когда я вам это даю, вы не чувствуете уверенности в этих словах, но когда вы будете знать глубинные причины, философские обоснования, внутри у вас появится уверенность и станет затем нерушимой, как гора. Это не так трудно – возможно всё. Вы сможете любить других больше, чем себя. Если ваш ум откроется, это вам будет приносить радость. Шантидева говорил, что это путь блаженства. Если вы будете следовать ему, это принесет вам временное и долговременное счастье. Оседлав коня бодхичитты, нельзя предаваться лени. Вначале это трудно понять.

Под дождем мокнуть неприятно, но когда во время дождя плаваешь в бассейне, нет разницы, мокрый ты или нет, – просто наслаждаешься плаванием. Когда вы смотрите на гору издали, то она вам кажется слишком высокой. Кажется, что на нее трудно взобраться. Если же вы исполнитесь решимости покорить ее вершину, то шаг за шагом вы сможете ее покорить. Этот «проект» заботы о других больше, чем о себе вам сейчас непривычен, вам никогда раньше не удавалось завершить его. Если бы вы раньше пытались его осуществить, то давно бы стали высокорезализованным существом. В настоящий же момент вы, как и я, находитесь в сансаре – мы не смогли реализовать этот «проект», может быть, я открыл его для себя немного раньше, чем вы. Следуйте за мной. У вас есть два Учителя – Его Святейшество Далай-лама, уже достигший состояния Будды, и я. Я чуть опережаю вас, но иду этим же путем. Мысль, что я вас не намного опередил, возможно, придаст вам дополнительный азарт.