

Как обычно, в первую очередь установите в себе правильную мотивацию, направленную на укрощение ума и излечение от болезни омрачений. Если вы начнете думать: «Я получаю это драгоценное учение, чтобы помогать другим», – то ваше слушание наставлений и моя их передача будут иметь смысл. Сегодня уже шестой день учения, а кажется, что только второй. Все проходит очень быстро. Мы только начинаем изучение Ламрима. Я хочу сообщить вам хорошую новость. Я принял решение давать каждый год полный курс Ламрима в этом месте. Сегодня утром я говорил вам о том, как очиститься от негативной кармы и накопить добродетели в зависимости от семеричного подношения. Первое – это простирания. Я объяснил, как их делать и какая от них польза. Второе – это подношение. Я говорил о том, как с их помощью накопить добродетели. Обсуждение этих двух пунктов мы закончили. Третье – это самоочищение. В семеричном подношении на этом делается очень большой упор. Для очищения существуют простирания и актуальное очищение. Почему? Мы, начинающие практики, находимся в критической ситуации, потому что накопили невероятное количество негативной кармы! Мы уже почти падаем в низшие миры. Сейчас даже не думайте о достижении каких-то реализаций. В нашей ситуации главное – очиститься от ядовитых отрицательных кармических отпечатков, которые мы накопили в уме.

Положение нашего ума таково. Я говорю вам правду, но не нужно из-за этого огорчаться. Наша ситуация – всех нас: молодых и старых – схожа, даже Манджушри вам это скажет. Не думайте: «Геше Ла, наверное, говорит о ком-то другом, не обо мне». Если вы так подумаете, тогда мои слова точно обращены к вам. Каждый из вас похож на человека, принявшего очень много яда – из-за неведения, с безначальных времен до сегодняшнего дня. Яд, алкоголь – все, что приносит вред, было принято и накопилось в его теле из-за неведения. У него все тело болит, в нем есть вирусы, печень, легкие разрушаются, сосуды в голове скоро перекроются, сердце остановится. В подобной ситуации находимся и мы. Человеку в таком положении не нужно мечтать о том, что он кем-то станет. Надо думать о том, как бы очиститься! Даже не думайте о том, чтобы попасть в чистую землю. Необходимо очиститься, убрать из тела отраву – неблагоую карму.

Когда Миларепа приступал к практике, то думал: «Я самый плохой человек на свете. Мне нужно очиститься, сделать упор на практике очищения». Он достиг реализаций потому, что вначале занимался практикой очищения. Я рассказывал вам историю о чудовище – людоеде. Когда его ум открылся для Дхармы, он сказал: «Я такой ужасный! Сколько вреда причинил другим! Я самый плохой». После того, как этот людоед занялся практикой очищения, он достиг реализаций.

Те люди, которые, получив учение, сразу не практикуют, – не прогрессируют. Они думают: «В этой жизни я ничего плохого не сделал, поэтому мне не нужна практика очищения. Я особый человек и буду заниматься тантрой, получу все тантрические посвящения». Такие люди не достигают прогресса. Это происходит потому, что они считают себя особенными, раз занимаются высокой практикой. А те, кто думают: «Я самый плохой человек на свете», – достигают необычайных реализаций. В этом секрет. Сейчас люди, может быть, ничего и не совершали, а в прошлой жизни были страшными убийцами, – просто не помнят. Кто знает? Поэтому чудовище – людоед, именно благодаря практике очищения, достигло высоких реализаций.

Геше Бен раньше был бандитом. Однажды пожилая женщина встретила его в горах и спросила: «Кто ты?» Он ответил: «Я – Бен». Женщина упала без сознания, услышав его имя. Настолько страшным оно было для нее. Тогда Геше Бен заплакал: «Когда люди слышат мое имя, они падают в обморок. Какой я ужасный человек!»

Буддизм говорит: «Первый шаг к мудрости – это осознание себя плохим человеком». Первый шаг к излечению – это осознание себя больным. Может быть, в этой жизни вы

накопили не так много негативной кармы (конечно, вы много плохого делали, просто не помните), но в бесчисленных предыдущих жизнях нет ничего, чего бы вы ни совершили. Сейчас вы говорите о ком-нибудь: «Какой плохой человек! Он делает то-то и то-то...». На самом деле, вы занимались когда-то тем же, просто не помните этого, но все негативные отпечатки до сих пор сохраняются в вашем уме, они ждут подходящих условий, чтобы проявиться. Когда условия встретятся с этими кармическими отпечатками, то будет поздно, и даже Будда не поможет вам. Я как Учитель в тот момент тоже ничего не смогу сделать. Когда карма проявляется, поздно что-либо делать. Будда сказал: «Если сравнить силу кармы и силу Будды, то первая победит». Если карма проявилась, даже все будды ничего не могут сделать.

Вы должны понять, что в буддизме нет Бога-создателя. Если вы принимаете Прибежище и думаете, что Будда вас стопроцентно спасет, то ошибаетесь. Это, конечно, не означает, что он не сможет вам помочь. Принятие Прибежища играет очень важную роль. Пятьдесят процентов успеха зависит от Будды, а пятьдесят – от вас. Только доктор не сможет сделать вас здоровым, он не сможет сотворить чудо. Врач может сказать вам, что нужно делать, может дать вам лекарства. На пятьдесят процентов врач вам поможет. Но другие пятьдесят процентов – это вы сами, ваше желание вылечиться, быть активными, принимать лекарства в положенное время, следуя предписаниям доктора.

Вы должны каждый день заниматься практикой очищения, иначе маленькая неблагая карма, которую вы постоянно накапливаете, увеличится. Поэтому практика очищения чрезвычайно важна. Если вы хотите уйти в затворничество, то делайте упор на практике очищения от негативной кармы. Если вы хотите очиститься от отрицательной кармы, очень важно применять четыре противоядия, иначе вы не избавитесь от отрицательной кармы. Если вы знаете о них, то увидите, что они присутствуют в садхане практики Ваджрасаттвы. Занимаясь практикой Ваджрасаттвы на основе Поля Добродетелей, надо представлять, что ваш Учитель Лама Ловсанг Туванг Дордже Чанг есть Ваджрасаттва. Они неразделимы. После того, как вы визуализировали Поле Добродетелей и сделали ему подношение, визуализируйте, как из области сердца Ламы Ловсанг Туванг Дордже Чанга исходит Ваджрасаттва белого цвета и опускается на макушку вашей головы. Я в краткой форме объясню, как заниматься практикой Ваджрасаттвы.

В обширной практике нужно делать подношения Ваджрасаттве: Аргам, Падьям и т.д., представлять себя в облике Ямантаки и визуализировать, как из вашего сердца исходят божества подношения, которые делают подношение Ваджрасаттве. Эта практика не для всех, а для тех, у кого есть посвящение Ямантаки.

Те, кто не получал посвящение, должны представлять себя в своем обычном виде. Ваджрасаттва опускается к вам на голову. Визуализируйте Поле Добродетелей, из сердца вашего Учителя Ламы Ловсанг Туванг Дордже Чанга исходит Ваджрасаттва белого цвета с белым ликом и опускается на вашу голову. Те, кто получал посвящение, могут визуализировать его в объятиях супруги. Кто не получал посвящение, представляйте одиночного Ваджрасаттву. Первое противоядие – это зависимость. Что это означает? Если вы упали на землю, то будете вставать, опираясь на нее, будете зависеть от нее. Также, если вы совершили негативное деяние по отношению к какому-то объекту, то в зависимости от него должны очиститься. Какую отрицательную карму мы создаем? Нами совершаются негативные деяния по отношению к Гуру, Трем Драгоценностям и живым существам. Всю отрицательную карму, созданную по отношению к Учителю и Трем Драгоценностям, надо очистить посредством Прибежища. Негативная карма, созданная по отношению к живым существам, должна быть очищена состраданием. Итак, первое противоядие – это Прибежище и сострадание.

Асанга пытался очиститься от негативной кармы, но никак не мог достичь прямого видения Будды Майтреи. Но, в конце концов, он проявился пред ним в облике собаки. В Асанге родилось настолько сильное сострадание к ней, что он тут же очистился от огромного количества отрицательной кармы. Это – первое противоядие. Асанга не мог увидеть Будду Майтрею, хотя медитировал двенадцать лет. У него было сильное Прибежище, поэтому он очистился от негативной кармы, созданной по отношению к Учителю и Трем Драгоценностям. Но от отрицательной кармы, созданной по отношению к живым существам, он не мог очиститься, так как ему не хватало сострадания. Поэтому Будда Майтрея и проявился перед ним в форме полусгнившей собаки. По отношению к ней у Асанги возникло сильнейшее сострадание, что позволило ему мгновенно очиститься от отрицательной кармы, не позволявшей напрямую увидеть Будду Майтрею.

Благодаря этой истории вы можете очень ясно увидеть механизм и понять, как важно для очищения первое противоядие – сильное Прибежище и сильное сострадание. Без этого толку не будет. Днем и ночью вы будете читать мантры, чтобы очиститься, но без Прибежища и сострадания толку не будет. Когда вы визуализируете Ваджрасаттву на своей голове, обратитесь к нему: «Ваджрасаттва, с безначального времени и в этой жизни я создал много негативной кармы по отношению к Учителю и Трем Драгоценностям. Я убивал много живых существ, сильно им вредил. Нет такого негативного деяния, которое бы я ни совершил телом в своих прошлых жизнях. Нет такой негативной кармы, которую бы я ни создал речью. Какие только есть ужасные мысли, все они были в моем уме в прошлом! Ваджрасаттва, перед вами я исповедаюсь во всех своих деяниях. Живые существа очень страдают из-за моих дурных поступков. Пусть все они избавятся от страданий. Пожалуйста, все живые существа, простите меня! Я совершал неблагие деяния из-за неведения». Думайте так. Это самое главное. У вас должно быть сильное сострадание. Ваш ум станет спокойным. Всем живым существам всегда надо говорить: «Извините, я виноват». Вы очень много плохого совершили. Чего вы только ни делали в своих предыдущих жизнях, просто сейчас не помните этого. Скажите: «Все живые существа, пожалуйста, простите меня».

Когда вы падаете на землю, то встаете в зависимости от нее. Также, в зависимости от Учителя, Трех Драгоценностей и всех живых существ, по отношению к которым вы создали негативную карму, вам нужно очищаться. Если вы в этой жизни сделали что-то плохое человеку, который еще жив, то обязательно пойдите к нему и скажите: «Прости меня». Это очень важно. Если он скажет: «Я прощаю тебя», – то вы тут же очиститесь от этого отрицательного кармического отпечатка. Так же и в суде: если человек, которому вы навредили, простил вас, то ваша проблема разрешается. Постарайтесь взрастить в себе очень сильное сострадание: «Как живые существа страдают из-за меня!» С сильным состраданием и Прибежищем обратитесь: «Будда Ваджрасаттва, пожалуйста, очистите меня от негативной кармы».

Второе противоядие – сожаление. Обращаясь к Ваджрасаттве, вы должны сильно раскаиваться в содеянном. Если в вас не рождается сожаление, то вам будет очень трудно очиститься от негативной кармы. Раскаяние в дурных деяниях приходит из осознания их последствий. Вы должны сожалеть так, как будто приняли яд. Тяжелая негативная карма является причиной падения в низшие миры. Когда эта карма встретится с подходящими условиями, то вы попадете в низшие миры и будете страдать там в течение кальп. Вы должны понять, что ад не обязательно находится под землей. Когда негативная карма проявляется, то место, где вы будете умирать, превратится в ад, но другие его не увидят. В ад вы отправитесь, минуя бардо.

Вы должны понимать, что есть коллективный и индивидуальный ад. Обитатели ада и голодные духи – соседи. Они видят друг друга. Животные и люди тоже соседи и видят друг друга. Асуры и боги также соседи. Они не только видят друг друга, но и борются между

собой. Если мы их не видим, это не значит, что они не существуют. Чтобы развить в себе сильное раскаяние в совершенных поступках, необходимо детально знать из Ламрима описание ада, мира голодных духов, животных; какие ужасные страдания они испытывают! Эта негативная карма может проявиться в любой момент. Если вы завтра умрете, и ваши негативные отпечатки встретятся с подходящими условиями, то уже завтра вас ждет ад. Тогда будет поздно что-либо делать. Не надо никогда откладывать практику очищения и говорить: «Теперь я знаю, как заниматься, начну через год». Если вы знаете, что приняли яд, и знаете, какими будут последствия, то никогда не скажете: «У меня есть некоторая работа, которую надо сделать, когда я ее закончу, то приму противоядие». Вы так не сделаете. Вы тут же прекратите работать и быстро побежите в больницу! Если вы знаете об этом, то, осознав последствия этого, вы побежите в больницу. Если вам скажут, что действие яда проявится только через два дня, то вы все равно не скажете: «Ладно, сегодня закончу работу, а завтра схожу к врачу». Если вы приняли яд и знаете последствия этого, то не откладываете поездку в больницу, даже, наоборот, – становитесь параноиком. Этого не надо, но бояться негативной кармы очень важно. Если вы не боитесь этого, то никогда не станете лучше. Зная о последствиях негативной кармы, о мире ада, вы скажете: «Я хочу прямо сейчас заняться практикой очищения. Я так много создал негативной кармы!» Вам захочется очищаться каждый день. Нетрудно поверить в то, что ад существует. Ад – это ужасные страдания. Если вы создали причину, то будете испытывать адские страдания и сейчас. Нам трудно поверить в ад, но зато мы легко верим в существование чистой земли и рая. Вы говорите: «Я не верю, что есть ад, потому что не вижу его». Тогда почему вы так легко верите в чистую землю, ведь ее тоже не видно? Логика такая же. Нашему эго нравится чистая земля. Ясный свет ума оно тоже любит. Когда я говорю о нем, то вы начинаете улыбаться, потому что вашему эго оно нравится. Ад же ему не нравится.

Чистая земля есть, это правда. Если вы создали хорошую причину, то получите хороший результат – чистую землю. Точно также, если вы создаете плохие причины, то и последствия будут плохими – мир ада. Мы часто думаем, что человек, обязательно, родится человеком, а животное – животным. Это неверно. Молодой человек не останется юным, он состарится. Пожилой человек когда-то был молодым, а теперь он старый. Человек может завтра стать животным, а животное – человеком. Это дискриминация животных. Некоторые животные добрее, чем человек. Недобрый человек может стать животным. Это похоже на эволюцию.

Будда говорит: «Хотите узнать, кем вы были в прошлом – посмотрите, какой вы в этой жизни. Хотите узнать о своем будущем – взгляните на себя сейчас». То есть, если вы большую часть времени испытываете гнев, завидуете, делаете другим плохо, то у вас больше шансов родиться в низших мирах. С очень сильным чувством раскаяния, как у Миларепы, у Геше Бена, у того каннибала вы должны сказать: «Я самый худший человек. Пожалуйста, очистите мою карму. Я всем сердцем сожалею о содеянном». Чем сильнее раскаяние, тем больше вы очиститесь. Это очень полезно. Я даю вам учение с невероятной добротой. Этим учением я вас спасаю из пасти ада. Без него, даже если вы проживете десять, двадцать, тридцать лет, вероятность того, что вы переродитесь в низших мирах – девяносто процентов. Может, кто-то через год уйдет из жизни. Если вы забудете доброту мастера, давшего вам такое учение и детальные инструкции о том, как очиститься, то хуже вас нет никого. Для меня нет разницы, будете вы думать о моей доброте или нет, но вам надо быть осторожными. Все имеет взаимозависимое происхождение, поэтому если вы будете поступать так, то жизнь за жизнью будды и бодхисаттвы будут отстраняться от вас.

Третье противоядие – собственно противоядие. Это чтение мантры Ваджрасаттвы. Есть много разных противоядий: переписывание сутр, строительство ступ, простирания и т.д. Среди них самое могущественное – это начитывание мантры Ваджрасаттвы. Для очищения нет более сильной мантры. Когда Ваджрасаттва спускается на вашу голову, представляйте, что это ваш Учитель в форме Ваджрасаттвы, и он ругает вас, когда вы делаете

неправильную визуализацию, теряете концентрацию. Когда вы видите своего Гуру в форме Ваджрасаттвы, ваша практика становится еще более мощной. Это как будто все будды проявляются в одном – в вашем Духовном Наставнике. В таком случае практика становится мощной.

Сейчас вы получите передачу мантры Ваджрасаттвы, чтобы иметь право ее начитывать. После этого вы обязаны будете минимум три раза в день ее начитывать. Это очень легко. Но не думайте, что можно читать не больше трех раз, читайте как можно больше. Я даю вам очень мало обязательств, потому что исхожу из здравого смысла. Если дать вам больше, вы не будете их выполнять. Делайте эту практику каждый день как минимум три раза и старайтесь начитывать как можно больше. Таким образом, вы будете каждый день очищаться от негативной кармы.

Визуализируйте меня в облике Ваджрасаттвы. В будущем представляйте такого Ваджрасаттву у себя на голове. Это воплощение всех будд. В этот момент я тоже визуализирую, что все будды растворились во мне и благословили вас через меня. Эта мантра в виде белого свет исходит из моих уст и входит в ваши. Затем опускается в ваше сердце и остается там. После такой передачи мантра начинает обладать очень большой силой.

Если вы будете заниматься практикой очищения, то даже в этой жизни ваша судьба изменится. Ведь она не predetermined, – все зависит от того, насколько вы очиститесь. Судьба – это направление дальнейшей жизни. В настоящий момент, в большинстве случаев, нам грозит плохая судьба. Нас ожидают болезни, трагедии, потеря денег и т.д. Но это может быть изменено, если заняться практикой очищения. Некоторым сейчас везет, но если они будут совершать негативные деяния, то это повернет их судьбу в плохую сторону. Поэтому наше будущее не predetermined. Если вам кто-то говорит, что вас ждет ужасная судьба, не бойтесь – все можно изменить. Это сейчас в ваших руках. Я не могу изменить ваше будущее и сделать его превосходным, но в моих силах научить вас и дать вам учение. Если вы будете его практиковать, то ваша судьба изменится в лучшую сторону, даже если она была раньше определена как «плохая». Ясновидящие люди могут увидеть будущее, но только на восемьдесят процентов, потому что оно изменяемо. Как шахматная игра: мастер смотрит на доску и видит, что позиция выигрышная, но если игрок сделает ошибку, то она станет проигрышной. В настоящее время вы в проигрышной ситуации, но ваша активность и правильные эффективные действия смогут вывести вас в выигрышную позицию. Нет ничего predetermined. Практика очищения имеет очень большое значение. Не надо ходить в разные места и просить молиться за вас, обращаться к шаманам и т.д. В этом нет необходимости.

Практику Ваджрасаттвы вы должны знать наизусть. Это очень важно. Запомните четыре противоядия, делайте визуализации согласно их последовательности. В бардо вы не сможете взять с собой садхану Ваджрасаттвы. Там вы скажете: «Какой кошмар, у меня нет текста, как я буду ее выполнять практику?» Но, выучив наизусть практику Ваджрасаттвы, вы спокойно сядете и будете ее делать. В бардо вам нечего бояться, вы уже умерли. Какие бы страшные видения ни являлись перед вашими глазами (например, кто-то захочет схватить вас), не смотрите – занимайтесь практикой Ваджрасаттвы. Наблюдайте за теми ужасами, которые будет происходить, так, как будто видите их в кино. Тогда вы скажете: «Все, я устал. Сейчас буду читать молитву». И занимайтесь практикой Ваджрасаттвы. В такой критической ситуации очищайтесь как можно больше с сильной любовью и состраданием. В бардо у вас нет грубого тела, остался только ваш тонкий ум. Там он становится острее, концентрация становится лучше, появляется некоторый уровень ясновидения. Бардо – это очень хорошее место для совершенствования в духовной практике. Там вы будете находиться максимум сорок девять дней, до следующего рождения. Это очень хорошее

затворничество: есть и спать не надо, заботиться о теле не нужно, – ничего не нужно. Очень хорошо! С этой стороны ничего абсолютно плохого нет. Если вы знаете, как практиковать в бардо, это очень хорошо. Все зависит от ситуации и восприятия человека. Для слабого человека бардо – это ужасное место. Там он будет паниковать, бояться, чувствовать себя несчастным, начнет сходить с ума. Говорится, что для хорошего, сильного практика смерть – это возвращение в отеческий дом. У практика среднего уровня смерть не вызывает страха. Для практика низкого уровня смерть – это некоторое несчастье. А для человека, который не занимался практикой, смерть – это трагедия. Но, в любом случае, такая трагедия случится со всеми. Богатый и бедный, власть имущий и тот, у кого нет власти, красивый и уродливый, молодой и старый – все пройдут через это. Конец рождения есть смерть. Неизвестно, когда она придет, поэтому нужно каждый момент к ней готовиться. Может, сегодня вы умрете.

Итак, сначала вы обращаетесь к Ваджрасаттве с просьбой очистить вас от отрицательной кармы, накопленной деяниями тела. Читаете мантру. Есть два пути визуализации. Первый путь визуализации. Те, у кого есть посвящение Ямантаки, визуализируйте себя в облике Ямантаки. В его сердце представляйте себя в виде обычного человека – Ямантака не нуждается в очищении. На макушке вашей головы Ваджрасаттвы. Вы начитываете его мантру и в это время визуализируете, как исходящий из Ваджрасаттвы белый свет и нектар, очищают вас от негативных деяний тела.

Это учение, которое я сейчас даю, Ирина Сафроновна записывает. Я возлагаю на нее ответственность по редактированию и изданию книги. Никто другой не должен этим заниматься. Продавать данную книгу тоже нельзя. Все, кто был на этом ретрите, получают экземпляр книги. Люди, которые хотят накопить добродетели, могут сделать подношение на издание книги. Деньги можете отдавать мне напрямую. Те, кто приедут сюда в следующем году, смогут получить эту книгу бесплатно. Можете не беспокоиться, все средства, полученные от вас, пойду на издание текста. Ни одна копейка не уйдет. На моем сайте есть номер банковского счета. Если будете переводить деньги туда с пометкой «на издание книги», я буду лично проверять, ушли ли деньги по назначению. «Книжные деньги» очень опасны!

Спонсоры публикации этого текста накапливают невероятные добродетели. Можете давать деньги прямо мне. Я не хочу, чтобы тираж издания был огромный. Этого и нельзя делать. В давние времена такие драгоценные тексты издавались в ограниченном количестве. Я еще буду решать, сколько нужно – 1000 или 1500 экземпляров. Еще раз повторю: из моего учения не надо делать бизнес. Строго запрещаю! Продавать диски я тоже не разрешаю. Я не хочу, чтобы Учение Будды доставалось так легко. Если вам интересно, приходите и получайте наставления. Намного лучше, когда человек преодолевает трудности, чтобы получить учение. А лежать дома на диване, слушать наставления и музыку одновременно, и попивая пиво – это неуважение к учению. Я вам открыто это говорю.

Второй путь визуализации. Те, кто не получал учение, визуализируйте себя в форме обычного человека. На макушке вашей головы – Ваджрасаттва без супруги. Белый свет и нектар исходят от него и очищают вас. Как видите, визуализации тех, у кого есть посвящение и тех, у кого его нет, не сильно отличаются.

Первый вид очищения называется нисходящим очищением. Свет и нектар исходят из вашего тела вниз. В этот момент читайте мантру, делайте визуализацию и помните о последствиях попадания в низшие миры. Это яд. Вы должны испытывать глубокое раскаяние. Возможно, у вас даже потекут слезы. Представляйте, как вся негативная карма в виде жуков, скорпионов, крови уходит вниз. Нисходящее очищение похоже на принятие душа, только внутри тела.

Второй вид очищения – восходящее очищение. Это похоже на то, как в чашу наливается вода. Когда сосуд переполняется, жидкость начинает переливаться через край. Так же белый свет и нектар входят в вас, наполняют, а затем все это выливается вместе с грязью.

Третий вид очищения называется спонтанным, мгновенным очищением. Для этого необходимо иметь некоторый уровень понимания пустоты. Надо понимать, что вы, человек, который хочет очиститься от негативной кармы не имеет истинного существования. Ваджрасаттва, который вас очищает, тоже его не имеет. Действия, которые вас очищают, тоже не имеют истинного существования. Отрицательная карма тоже его не имеет. Когда свет исходит от Ваджрасаттвы и касается вашего сердца, негативная карма, как темнота, мгновенно исчезает. Это спонтанное, мгновенное очищение. Чем лучше вы понимаете пустоту, тем больше негативной кармы вы мгновенно устраните. Если вы хорошо понимаете пустоту, и вами движет сострадание, то очищение произойдет именно так.

Затем вы обращаетесь к Ваджрасаттве с просьбой очистить вас от негативной кармы, накопленной речью. Представляйте, как от Ваджрасаттвы исходят красный свет и нектар. Происходит тот же самый процесс, что и при очищении от отрицательных деяний тела: нисходящее, восходящее и спонтанное очищение. Далее, вы обращаетесь к Ваджрасаттве с просьбой очистить вас от негативных деяний, совершенных умом. В этот момент от Ваджрасаттвы исходят синий свет и нектар. Происходят те же процессы: нисходящее, восходящее и спонтанное очищение.

Затем, вы просите Ваджрасаттву очистить вас негативной кармы, созданной телом, речью и умом одновременно. Визуализируйте, как белый, красный и синий свет и нектар одновременно исходят от Ваджрасаттвы и очищают вас. Представляйте нисходящее, восходящее и спонтанное очищение. После этого сделайте краткое подношение мандалы в знак благодарности за очищение.

Затем, вы применяете четвертое противоядие. Обратитесь к Ваджрасаттве: «Я обещаю больше никогда не совершать таких поступков», или, если вам трудно, скажите: «Я буду стараться изо всех сил, чтобы не совершать таких поступков». Это очень важно! Тогда ваш Учитель, Ваджрасаттва, будет очень счастлив. Он скажет вам: «Сын (дочь) благородной семьи! Ты очистился от многих негативных кармических отпечатков!» Вы должны чувствовать радость, веря, что это действительно произошло. Но не думайте, что вы полностью очистились. Если вами было все сделано правильно, то очищение от многих отрицательных отпечатков произошло. Но у вас осталось еще невероятное количество негативной кармы. Вы должны понять, что если из Байкала выкачать целую тонну воды, он не уменьшится. Ваша отрицательная карма – это не только Байкал, но все океаны, и моря. Даже если убрать тонну, этого будет недостаточно.

Далее Ваджрасаттва уменьшается, становится размером с большой палец и опускается к вам в сердце как благословение. В своем сердце всегда визуализируйте Ламу Ловсанг Туванг Дордже Чанга. Когда Ваджрасаттва опускается через центральный канал к вам в сердце, то становится с ним единым. Когда Ваджрасаттва находится на вашей голове – это Лама Ловсанг Туванг Дордже Чанг в аспекте Ваджрасаттвы. А когда он опускается в сердце, то Лама Ловсанг Туванг Дордже Чанг становится единым с Ваджрасаттвой и проявляется в облике Чже Ринпоче. Внешнее проявление вашего Учителя – это Чже Ринпоче. Внутреннее его проявление – Будда Шакьямуни. Тайное проявление – Будда Ваджрадхара. Ваш Учитель – это Чже Ринпоче. Будда Шакьямуни в действительности – это Будда Ваджрадхара. Они едины.

Если говорить отдельно о Чже Ринпоче, то это великий мастер, но вы не получаете учение непосредственно от него. Появляется некоторая дистанция. Будда Шакьямуни – великий Гуру, но для нас он где-то далеко. А когда вы воспринимаете своего Духовного Наставника

как Чже Ринпоче, то он является Буддой Шакьямуни, а Будда Шакьямуни есть Будда Ваджрадхара. И наоборот: Будда Ваджрадхара проявляется как Будда Шакьямуни, а он проявляется как Чже Ринпоче, которого вы видите в форме Учителя. Когда они едины, то становятся ближе к нам. Наша вера становится больше. Будда Шакьямуни не ушел из мира насовсем – он до сих пор здесь и дает учение в облике Духовного Наставника. Как Будда Шакьямуни добр по отношению к нам!

Это называется вверением себя Гуру. Когда мы представляем, что наш Учитель – это Чже Ринпоче, у нас возникает огромная вера в него. Тогда Чже Ринпоче воспринимается не как какой-то тибетский лама, живший в пятнадцатом веке. Он здесь, живой, непосредственно связанный с нашей жизнью, с нами. Из чувства сострадания Чже Ринпоче перерождается и поныне приносит нам пользу.

Запомните эти слова – Лама Ловсанг Туванг Дордже Чанг. Пусть они будут всегда находиться в вашем сердце. В трудной ситуации вспомните и скажите: «Лама Ловсанг Туванг Дордже Чанг Кенг». «Кенг» означает «вспомни обо мне, заботься обо мне». Скажите: «Что бы ни случилось со мной, я вверяю себя вам». Визуализируйте Ламу Ловсанг Туванг Дордже Чанга в своем сердце и читайте мантру Его Святейшества Далай-ламы, либо Будды Шакьямуни, или Будды Ваджрадхары, или Мигзем, или Авалокитешвары – разницы нет.