

Сегодня для получения учения вам недостаточно развить мотивацию, направленную просто на обуздание своего ума – этого недостаточно. Здесь ваша мотивация должна быть такой: «Для того чтобы привести всех живых существ к совершенному счастью, для того чтобы избавить их от страданий, пусть я как можно быстрее достигну состояния будды. Вот с этой целью я получаю сегодня учение. Мне очень повезло, что я получаю наставления по необычной Гуру-йоге, которые являются самыми сильными и самыми глубокими наставлениями». Эти наставления включают в себя полные наставления – все учение по Гуру-йоге, полное учение по сутре и тантре, все это входит в текст «Гуру Пуджи». Поэтому это учение даже более редкое, чем сам Будда.

Такие наставления Манджушри дал напрямую ламе Цонкапе. Затем лама Цонкапа передал полные наставления йогину Тонделу Джампелу Гьяцо. Затем попросил его уйти в горы в затворничество и практиковать эту необычную Гуру-йогу искренне. Через эту практику он достиг очень высоких совершенств. Затем Джампел Гьяцо передал это учение Пасо Чогьену, который также является великим йогиним. Дже Ринпоче передал это учение эксклюзивно, выборочно нескольким ученикам. Тондел Джампел Гьяцо передал эти наставления Пасо Чогьену, который также ушел в затворничество в горах, и достиг высоких совершенств. Тугтен Пасо Чогьен передал это учение Дубчену Чо Дордже. Он также ушел в горы в затворничество, как олень, занимался практикой и достиг радужного тела. Затем он передал это учение Энсапе.

До Энсапы это учение передавалось только устно, то есть не было в письменном виде. Затем Энсапа начал опасаться, что такое редкое, даже более редкое чем Будда учение может утратиться. Из чувства великого сострадания он записал этот текст. Затем он передал его дальше Кхедруб Сангье Еше. Так как Энсапа записал этот текст и давал это учение открыто, с тех пор это учение называется линией Энсапы. Энсапа – это Панчен-лама предыдущий. Кхедруб Сангье Еше передал это полное наставление Лобсангу Чокьи Гьялцену по линии Энсапы. Лобсанг Чокьи Гьяцен является Панчен-ламой. Лобсанг Чокьи Гьяцен практиковал это учение очень искренне и достиг высоких совершенств. Вот этот текст, который все читают, коренной текст «Лама Чопа», записал первый Панчен-лама Панчен Лобсанг Чокьи Гьяцен.

Раньше в Индии очень многие даже большие учителя не до конца понимали это учение. Поэтому Лобсанг Чокьи Гьяцен записал этот текст в форме стихов в сжатом виде, представив полные наставления по сутре и тантре – этот текст, который называется «Лама Чопа». В коренном тексте «Лама Чопа» записана линия Энсапы. Она полностью включает наставления по сутре и тантре в сжатом виде, то, что даже до этого не полностью понимали некоторые великие индийские мастера. Здесь именно в форме стихов в сжатом виде записано это учение.

В десятый и двадцать пятый дни лунного месяца мы делаем подношение Цог, и когда мы читаем полный текст «Гуру Пуджи», получается, что мы прочитываем за один раз полностью все собрание сутр и тантр. Добродетель от этого чтения равна начитыванию всех полных текстов сутры и тантры.

В первом разделе, для того чтобы показать подлинность этого текста, показать линию преемственности, объяснена полностью вся линия преемственности передачи учения – то, как Манджушри дал это наставление Дже Ринпоче и как Дже Ринпоче передал его дальше своим ученикам.

Для того чтобы взрастить веру в это учение, объяснено величие данного текста, данных наставлений. Так как эти наставления основаны на Гуру-йоге, корнем этих наставлений

является почитание Учителя. Почитание Учителя, как объяснено и в сутрах, и в тантрах, является корнем всех совершенств. Даже Ринпоче объясняет, что все преимущества, все реализации, все совершенства укоренены в почитании Учителя. Поэтому очень важно практиковать почитание Учителя, как в уме, так и с помощью физических поступков, деяний. Даже своей жизнью можно жертвовать ради почитания Учителя. Я практикую таким образом, и вы, чтобы достичь состояния будды, должны практиковать таким же образом почитание Учителя.

В коренном тексте тантры говорится, что когда ученик делает подношение Учителю, в этот момент все будды и бодхисаттвы растворяются в теле Учителя и принимают данное подношение. Поэтому Учитель является очень высоким объектом для накопления добродетелей. Даже если вы проявите себя в миллионах тел, достигнете миллионов мировых систем, вселенных и сделаете подношения находящимся там буддам и божествам, это очень большая добродетель, но искренне сделать подношение вашему Духовному Наставнику, который первым показал вам путь, – от этого добродетель еще выше.

Иногда, когда Учитель проявляется перед вами в обычном виде, или даже когда кажется, что он как будто находится в гневе, тем не менее, в это время он является воплощением всех будд, и это игнорировать нельзя. Если вы сделаете подношение своему Учителю, который всегда находится с вами, и который первым показал вам путь, даже если вы не сделаете большое подношение другим буддам, тем не менее, то, что вы поднесете Учителю, это понравится всем буддам. А если того Учителя, который первым вам показал путь и который всегда находится с вами, вы проигнорируете или будете критиковать его, пойдете искать другого учителя, другое божество, другого будду, будете делать обширные подношения день и ночь, все равно вы этим самым не понравитесь всем буддам.

Поэтому мой совет вам: тот Учитель, который всегда находится с вами, который первым показал вам путь, он должен быть для вас самым добрым. Даже если он бьет вас, критикует, выгоняет, – вы не уходите. Как собака стойте, находитесь здесь. Даже если вы не занимаетесь обширными практиками, даже, может быть, спите, но если у вас есть это уважение к Учителю, день и ночь вы будете накапливать добрые деяния. Почему Миларепа в течение одной жизни достиг состояния будды? Потому что у него было нерушимое почитание Учителя. Марпа его бил, ругал, выгонял, но он слушал учение вне помещения.

Когда Учитель вас ругает, это не ругань, вы должны воспринимать это как гневную мантру, которая устраняет ваши препятствия. Когда вас будет ругать Учитель, не думайте: «Почему он говорит мне так? Почему других не ругает? Наверное, он меня не любит. Наверное, других он любит, потому что они богатые, поэтому он так говорит». Вот таких дурацких мыслей не должно быть. В это время только думайте, что это гневная мантра. Даже если Учитель называет вас дураком, думайте, что это гневная мантра. Так хорошо. Никаких интерпретаций не нужно: «Почему он так сказал?» Даже если он говорит: «Почему ты вчера ко мне домой пришел, мои деньги украл?» – «Какой кошмар. Наверное, он сошел с ума», – так не говорите. Это гневная мантра.

Великий учитель, великий мастер в Тибете Ген Нима в своем монастыре ругал только близких учеников, так он проверял, является ли сильной их преданность. Например, однажды он обратился к ученику, который заканчивал уборку у него в доме: «Иди сюда!» Он подошел. Ген Нима стал проверять его карманы: «У меня пропали сто рупий. Наверное, это ты украл. Твое лицо похоже на вора». У некоторых учеников от таких слов лицо становилось красное-красное. Когда такой ученик уходил, Ген Нима говорил своим друзьям: «Это слабый ученик». Некоторые ученики смеялись: «Нет, я не брал». Ген Нима про них

говорил: «О, они чуть-чуть более надежные». Он специально так делал, чтобы посмотреть, какая у них будет реакция.

Поэтому, что бы ни говорил ваш Учитель, никогда не судите об этом, вы не знаете, что думает ваш Учитель, поэтому не судите. Не надо думать: «Меня он не любит», – таких детских мыслей не допускайте. Как вы думаете – он так не думает, его мысли другие. Он думает как взрослый человек, у него нет детской игры, – как ты думаешь, он так не думает. Поэтому, как говорится, вор думает, что все люди воры, потому что он думает: «Как я думаю, все так думают». У вас тоже детские мысли, и вы думаете, что Учитель думает так же как и вы. Вор думает, что и другие люди тоже воры, а вы, имея детские мысли, думаете, что и Учитель думает так же, как вы. Но у него таких мыслей нет, там есть другие причины. Поэтому никогда не надо судить о словах и поступках Учителя, даже если он ругает, бьет, для этого есть особая причина.

Вот если у вас есть такое почитание, уважение к Учителю, тогда даже ваш сон становится практикой. Во сне, если вы видите Учителя, что вы его обслуживаете, это уже само по себе становится практикой. Это очень высокая добродетель. Когда вы обслуживаете Учителя, делаете ему подношения, то добродетель от этого равна тому, что вы делаете подношения всем буддам. В коренном тексте тантры говорится, что если вы визуализируете полную мандалу с божествами, и делаете подношение, имея очень ясную визуализацию, то это очень высокая добродетель. Но если вы визуализируете мандалу тела Учителя, то это еще более высокая добродетель. Знаете, как визуализировать мандалу тела Учителя?

Вы визуализируете Учителя, в области лба Учителя визуализируете Будду Вайрочану, белое божество с супругой. В области горла Учителя вы визуализируете Будду Амитабху красного цвета в объятиях супруги. В сердце Учителя вы визуализируете Будду Акшобхью синего цвета с супругой. На самом деле белый цвет – это чистота тела, красный цвет – это чистота речи и синий цвет – это чистота ума. В области пупка Учителя вы визуализируете Будду Ратнасамбхаву в объятиях супруги желтого цвета. Ниже пупка в тайном месте Учителя вы визуализируете Будду Амогхасиддхи зеленого цвета с супругой. То есть пять дхьяни-будд в его теле. В каждой поре его тела вы визуализируете даков, дакинью, архатов, в двух руках – защитники учения и также в двух ногах тоже защитники учения. Когда вы делаете подношение таким образом, тело Учителя является воплощением всех будд, и вы делаете им подношение.

Если вы хотите очиститься от неблагодатной кармы, то самый могущественный объект очищения – это ваш Учитель. Визуализируйте мандалу его тела. Даже если он не находится перед вами, вы визуализируете его перед собой. Наш коренной Учитель – Его Святейшество Далай-лама, и вы визуализируете Учителя единым с Его Святейшеством Далай-ламой. Таким образом, вы, визуализируя мандалу тела Учителя, делаете три простирания и говорите: «Пожалуйста, очистите мою неблагодатную карму», – с чувством сильного сожаления, раскаяния. Тогда белый свет исходит из мандалы тела Учителя и очищает вас от этой неблагодатной кармы. Это очищение такое же сильное, как огонь конца кальпы – сколько объектов за один момент будет пожирать огонь конца кальпы, такой же силы будет и это очищение – за один момент очищается неблагодатная карма, сжигается эта отрицательная карма. Каждый день, когда вы делаете три простирания, визуализируйте мандалу тела Духовного Учителя и делайте простирание и очищение. Какой бы практикой очищения неблагодатной кармы вы ни занимались, это должно быть связано с практикой почитания Учителя, и тогда это будет сильная практика. Если вы делаете подношения, связывайте это с почитанием Учителя.

Почитание Учителя необходимо вам, чтобы достичь реализаций, без почитания Учителя невозможно достижение каких-либо совершенств. Когда вы пытаетесь накопить добродетель без практики почитания Учителя, вы очень мало накапливаете добродетелей. А когда эта практика связана с почитанием Учителя, когда вы делаете подношение Духовному Учителю, который является воплощением всех будд, помня о его доброте, думая, что он является воплощением всех будд, что он есть Лама Лобсанг Туванг Додже Чанг, этим вы накапливаете очень высокую добродетель. Лама – это ваш Духовный Учитель, Лобсанг – это Дже Ринпоче. Ваш Духовный Учитель – это Дже Ринпоче. Туванг – это Будда. То есть Дже Ринпоче – это Будда. На самом деле это Будда, который проявляется в ламе Цонкапе. Ваш Духовный Учитель есть лама Цонкапа, но проявляется как обычный человек. Будда в человеческом облике – это Будда Шакьямуни, а нечеловеческое тело – это будда Ваджрадхара. На самом деле Будда Шакьямуни – это Будда Ваджрадхара. Думая так, вы накапливаете очень высокую добродетель.

Если вы просто визуализируете Ваджрасаттву на своей голове и делаете практику очищения от неблагодной кармы, то она немного очищается, но эффект будет небольшой. Если вы визуализируете Учителя в облике Ваджрасаттвы с очень сильной верой, думаете так: «Мой Учитель – это Будда Ваджрасаттва, его настоящее тело – это Будда Ваджрасаттва, пожалуйста, очистите мою неблагодную карму», – тогда это будет очень сильная практика. Таким образом, ваша практика Ваджрасаттвы связана с почитанием Учителя.

Точно также, когда вы занимаетесь медитацией по Ламриму для достижения реализаций, если также не связывать ее с практикой почитания Учителя, то очень трудно тронуть, сдвинуть свой ум. Ваша медитация становится просто механическим обдумыванием: восемь свобод, десять благоприятных условий, и вы просто их перечисляете. Такое перечисление не трогает сердце. Когда вы занимаетесь медитацией по Ламриму, важно связать ее с Гуруйогой.

Это сущностные наставления. Вы визуализируете Учителя перед собой, исходящий от Учителя белый свет очищает вас, устраняет препятствия, которые не дают вам достичь реализаций. Затем желтый свет исходит от Учителя и благословляет ваш ум с тем, чтобы вы достигли реализации. Затем вы визуализируете Учителя в облике Будды Ваджрадхары, и он растворяется у вас в сердце. Ваш ум и ум Учителя становится единым. Это не просто грубый ум, который занимается аналитической медитацией. Ваш ум и ум Учителя становится единым, и это более тонкий ум. Постарайтесь находиться просто в ясном и осознанном состоянии. Вот это состояние ума, просто ясное и осознанное, называется «ригпа». Нет никаких искусственных мыслей, искусственного обдумывания, ум находится в нейтральном состоянии, это более тонкое состояние.

Например, если вода беспокойная, она ничего не может отразить, а когда она становится спокойной, ровной, какой бы цвет вы ни показали над водой, она будет отражать данный цвет. Если синий, значит синий, если желтый, значит желтый. Точно таким же образом, когда ваш ум находится в тонком состоянии, просто ясном и осознанном, без всяких умственных концепций, тогда над каким бы пунктом вы ни размышляли, ваши мысли уходят глубже. Например, вы просто размышляете на одно положение о драгоценной человеческой жизни. Вы думаете в таком тонком состоянии ума: «Как здорово, у меня есть драгоценная человеческая жизнь!» Сразу ваш ум чувствует: «Да, у меня есть такая драгоценная жизнь, это невероятно. Такая драгоценная человеческая жизнь долго не будет, поэтому я буду искать правильный путь». Это очень значимо. Когда ум находится в таком состоянии, он легко начинает чувствовать именно редкость и драгоценность человеческой жизни. Вот это влияние, оно идет глубже, вглубь ума, к более тонкому уму. Почему так?

Потому что, чем тоньше ум при обдумывании положений Ламрима, они как бы вонзаются в ум, они глубже уходят и становятся естественным образом мыслями в будущем.

В чем заключается реализация, совершенство? В том, что у вас без всякого усилия, спонтанно возникает это чувство драгоценности человеческой жизни, вы думаете: «Как я могу терять каждый момент вот этой драгоценной человеческой жизни?» Это и есть реализация медитации на положения Ламрима. У вас сейчас есть только реализации гнева и привязанности, зависти. Никакого усилия не надо прилагать. Вы не прилагаете никаких усилий, чтобы, например, вызвать у себя зависть, она спонтанно возникает. То есть когда возникают условия, спонтанно появляются эти мысли, эти чувства, эмоции, и это называется реализацией.

Эти наставления о том, как заниматься аналитической медитацией по Ламриму, ближе к махамудре, они даются с точки зрения махамудры. Здесь аналитическая медитация не должна проводиться с помощью грубого ума, это должен быть более тонкий ум без нарушения состояния ясного и осознанного ума. Это похоже на то, как маленькая рыбка, не нарушая спокойного состояния воды, плавает в океане. Общий ум остается в ясном и осознанном состоянии, он един с умом Учителя, а ум Учителя находится в Дхармакае. Так вы привносите результат на путь. А одна часть этого спокойного, осознанного, ясного, тонкого ума занимается аналитической медитацией. Это как над водой показывают синий цвет, и вода отражает этот синий цвет. Например, одна часть этого ума однонаправлено занимается размышлением, медитацией о драгоценности человеческой жизни.

Для этого, конечно, необходимо иметь полные знания Ламрима, снова и снова получать эти наставления. Потому что все положения Ламрима взаимосвязаны. Так как все связано, вы только подумали о драгоценности своей человеческой жизни, и тут же у вас возникают такие положения, чувства, как значимость драгоценной человеческой жизни и редкость драгоценной человеческой жизни. И тут же приходит мысль о том, что я должен, не теряя времени, использовать эту драгоценную человеческую жизнь правильным образом, взять суть из драгоценной человеческой жизни. Когда возникает это чувство, то есть вы размышляете над одним положением, так как это все взаимосвязано, все приходит в движение, возникает чувство, и вы находитесь в этом чувстве, в этом переживании. Без каких-либо концептуальных мыслей, просто находитесь в этом осознанном и ясном уме, и чувствуете, как это здорово, что у меня есть эта драгоценная человеческая жизнь!

Человек без глаз и без ног спал на скале и вдруг упал на оленя. Он скакал на спине оленя и думал: «Сегодня случилось невероятное: я, безногий и слепой человек, еду на олене!» Ситуация такая, что человек спал на скале, и когда он упал со скалы, он попал на оленя, оседлал оленя. Тогда он сказал: «Если сегодня я не запою, то когда мне петь?» Вы точно также должны чувствовать себя слепым и безногим человеком сегодня. Почему безногий? Потому что у вас очень мало добродетелей, это как бы человек без ног. Слепой – потому что ваш ум замутнен неведением. Но даже в такой ситуации все равно вы обладаете этой драгоценной человеческой жизнью. Скажите себе: «Если сегодня я не буду практиковать Дхарму, то когда я смогу ее практиковать? В каждый момент с радостным состоянием ума я буду практиковать Дхарму. Я буду умирять свой ум, лечить болезнь омрачений». У вас должно взрасти такое чувство.

Вы должны знать все эти разделы, подразделы Ламрима наизусть, с тем, чтобы заниматься медитацией эффективно. Если не знать все положения, то медитация не будет эффективной. Даже если стремиться к достижению реализаций, это должно быть связано с практикой почитания Учителя. Тогда это будет очень эффективно. Если это не связано с практикой почитания Учителя, то очень трудно достигнуть каких-либо совершенств. Любая

аналитическая медитация, если она связана с практикой почитания Учителя, обязательно приведет к тому, что вы достигнете духовных совершенств. Если это не связано с практикой почитания Учителя, то у вас будет, может быть, только десять процентов вероятности достижения каких-то совершенств, а на восемьдесят, девяносто процентов у вас нет шанса достижения каких-либо совершенств.

Все Время Плачущий Бодхисаттва достиг реализации с пути накопления до седьмого бхуми за несколько моментов. На самом деле это невозможно в практике сутры. Но он достиг такой реализации благодаря практике почитания Учителя. Все Время Плачущий Бодхисаттва, хотя он достиг прямого видения будд, божеств, тем не менее, говорил: «Я хочу найти своего Учителя из предыдущей жизни – Чопу». Он спрашивал у людей: «Где он сейчас находится?» Они показывали ему направление. По пути к нему он преодолел очень много трудностей, только чтобы увидеть своего Учителя. Почему его назвали Все Время Плачущим Бодхисаттвой? Потому что он все время плакал и говорил: «Когда же я увижу своего Учителя из предыдущей жизни?» Благодаря своему Учителю из предыдущей жизни он достиг бодхичитты. Он все время плакал, делал простирания и подносил мандалу в том направлении, куда ему показали, что там находится его Учитель. Вы должны понимать, что когда вы делаете подношение мандалы в том направлении, где находится ваш Учитель, значит, вы подносите мандалу всем буддам и бодхисаттвам.

Когда он достиг места, где находился его Учитель, он начал думать: «Что же я сейчас поднесу Учителю?» У него ничего не было, чтобы сделать подношение. Он пошел на рынок и сказал: «Есть ли кто-нибудь, кто купит какую-нибудь часть моего тела?» Ему нечего было продать на этом рынке, поэтому он хотел продать какую-нибудь часть своего тела, и на эти вырученные деньги сделать подношение Учителю. Один человек подошел к нему. На самом деле он был воплощением Брахмы. Он хотел посмотреть, насколько у этого человека, у этого бодхисаттвы есть преданность Учителю. Он сказал: «Я хочу ту часть ноги, из которой делают ганлин». Он очень обрадовался и сказал: «Я готов продать свою ногу».

Он начал отрезать свою ногу, и оттуда полилась кровь, эту кровь увидела девушка из богатой семьи. Она подошла и спросила: «Почему ты так делаешь?» Это была девушка со слугами. У нее было очень доброе сердце. Она спросила: «Зачем ты продаешь свою ногу? Зачем тебе эти деньги? Почему ты ценишь деньги больше, чем свое тело? Зачем тебе такие деньги?» Он ответил: «Я хотел сделать подношение своему Учителю, но у меня не было денег, а продав часть своего тела, на вырученные деньги я хотел сделать подношение своему Учителю». Она пришла в шок и спросила: «Где ваш Учитель? Мы вам поможем сделать подношение».

Он с этой группой людей подготовил обширные подношения, и они пошли к его Учителю Чопе. Они сделали ему подношение и обратились с просьбой даровать учение. Учитель Чопа сказал: «Через месяц, когда я закончу свое затворничество, я дам вам учение». Они начали готовиться к учению, очистили место, где должно было даваться учение, сделали его очень чистым, а это огромная добродетель – подготовка места к учению. Они создали все условия, очень широко объявили людям, чтобы те, кто имеет кармическую связь, пришли на учение. Потому что, даже если один человек придет на учение и у него откроется ум во время учения, – это большая добродетель. Очень большая добродетель – привести этого человека, чтобы у него открылся ум, а также приготовить место, где его ум может открыться. Это гораздо большая добродетель, чем дать ему миллион долларов.

За несколько дней до начала учения поднялся ветер, он поднял много пыли, и не было воды для того, чтобы уложить эту пыль. Все Время Плачущий Бодхисаттва подумал: «Как же осадить пыль?» И он с помощью своей крови поливал землю, чтобы прибить эту пыль.

Вы так буквально конечно не поступайте до тех пор, пока не стали бодхисаттвой. Некоторые глупцы могут начать отрезать свою ногу, чтобы сделать подношение. Думайте таким образом, что это как бы пример того, как поступает бодхисаттва. Вы должны думать, что я попытаюсь сделать хоть часть этой добродетели.

Затем Все Время Плачущий Бодхисаттва во время слушания учения, так как он накопил огромные добродетели, пока шел к Учителю, пока добился учения, сделал такое подношение, – благодаря вот этой добродетели он за несколько моментов достиг всех реализаций, очень высоких совершенств вплоть до седьмого бхуми. На самом деле в практике сутры это невозможно. Только с помощью аналитической медитации это невозможно. Но это возможно с помощью практики почитания Учителя. Это исключение.

Из этого примера видно, что реализации возможны только с помощью практики почитания Учителя, все остальные практики связаны с практикой почитания Учителя, и тогда, даже если вы практикуете только сутру, то можно достичь реализаций очень быстро. Если это не связано с практикой почитания Учителя, даже если вы занимаетесь практикой тантры, даже если вы будете заниматься только практикой тантры, вы не достигнете никаких реализаций.

Поэтому в «Гуру Пудже» говорится «быстро-быстро». Два раза там повторяется «быстро-быстро». Первое «быстро» относится к тому, что в «Гуру Пудже» представлен полный путь сутры и тантры. Второе «быстро» подчеркивает, что это необычная Гуру-йога. Поэтому это очень быстрый путь.

Поэтому в нашем положении, так как мы ленивые люди, у нас очень мало добродетелей, очень много отрицательной, неблагой кармы, у нас очень мало впечатков из предыдущих жизней, поэтому для нас самой тайной, самой могущественной практикой является практика Гуру-йоги. Каждый день делайте практику Гуру-йоги и затем можете спать с чистой практикой почитания Учителя. Даже когда вы принимаете пищу, визуализируйте Учителя внутри, в сердце, и что эта пища является подношением Учителю, тогда даже прием пищи становится практикой накопления добродетелей. Когда вы засыпаете, визуализируйте, что вы засыпаете на коленях у своего Учителя, внутри мандалы Учителя. Тогда ваш сон становится духовной практикой.

Вы должны знать три места визуализации Учителя. Для накопления добродетелей вы визуализируете Учителя перед собой. Для того чтобы получить благословление Учителя, визуализируйте Учителя на голове. Все время визуализируйте Учителя в своем сердце. Вот эти три места: перед собой, на голове, в сердце. И начитывайте мантру Гуру: ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЕ. Это мантра вашего Духовного Учителя, большую часть начитывайте эту мантру: ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЕ. Затем начитывайте мантру: ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, визуализируя своего Учителя в облике Будды Авалокитешвары. Если вы будете делать практику таким образом, тогда ваша жизнь будет иметь смысл.

Этот текст необычной Гуру-йоги имеет четыре величия, которые объясняются в Ламрине. Благодаря этому тексту вы видите, что все учение Будды непротиворечиво, поэтому оно величественно. Второе величие данного текста состоит в том, что благодаря этим наставлениям все учение Будды предназначено для того, чтобы один человек достиг состояния будды. Вы воспринимаете все учение Будды как наставления для того, чтобы один человек достиг состояния будды. Третье величие состоит в том, что благодаря этим наставлениям, вы постигнете окончательное воззрение Будды очень легко. Окончательное воззрение Будды – это отречение, бодхичитта и мудрость постигающая пустоту. Четвертое

величие состоит в том, что благодаря этим наставлениям мы не будем совершать такие вредоносные деяния, которые мы осуществляем, когда говорим, что это учение хуже, а это учение лучше. Это очень тяжелая неблагая карма, это тяжелее, чем убийство архата. Вот такие деяния, благодаря этим наставлениям прекратятся сами собой.

Дается такое объяснение этим четырем величиям. Например, художник рисует образ Будды. Если он видит, что те инструменты, с помощью которых он собирается создать этот образ Будды, противоречат друг другу, тогда он не сможет создать этот образ. Все принадлежности, необходимые для того чтобы изобразить Будду, не должны противоречить друг другу – краски, кисти, карандаши и так далее. Они не противоречат друг другу. Они отличаются друг от друга, но не противоречат друг другу. Это первое понимание. То есть художник должен видеть, что все принадлежности, которые он имеет, необходимы ему для работы. Если он будет говорить, например: «Кисть мне не нужна. Эта краска не нужна, та не нужна. Вода мне не нужна», – тогда он не сможет нарисовать картину. Также и мы, если мы говорим: «Сутра мне не нужна, мне нужна только тантра», – это глупо. Вот этому художнику учитель скажет: «Все эти принадлежности необходимы тебе для того чтобы нарисовать Будду, они не противоречат друг другу».

Дальше пример такой. Итак, первое – это то, что все эти принадлежности непротиворечивы, все необходимы. Это похоже на то, что все учение Будды непротиворечиво, все наставления Будды – для того чтобы достичь состояния будды. Вторая ступень состоит в том, что не только они не противоречат друг другу, но и мы учимся тому, как пользоваться каждым из этих инструментов, чтобы нарисовать Будду, как использовать краску, как держать, использовать кисть. Мы изучаем использование каждого инструмента. Это похоже на то, что мы изучаем, доходим до понимания каждого наставления Будды для того чтобы достичь состояния будды, понимать все функции, каждое наставление от сутры до тантры. Это как прийти к пониманию того, что всё учение есть наставление для нас. Затем, когда мы знаем назначение каждой принадлежности, мы уже можем нарисовать изображение Будды. Это похоже на то, что мы достигаем воззрения Будды. Это когда мы достигаем реализации отречения, бодхичитты и мудрости постижения пустоты. Это похоже на то, что мы нарисовали изображение Будды.

Четвертое – это устранение препятствий, неблагих влияний, они сами останавливаются, прекращаются. Благодаря этим наставлениям мы не пренебрегаем Дхармой. Мы с уважением относимся ко всем наставлениям Будды, выражаем уважение ко всем буддийским школам, в том числе к направлению Тхеравады. Никогда не смотрите с пренебрежением на практиков Тхеравады.

Некоторые практики Хинаяны практикуют гораздо более искренно, чем мы, мы должны стыдиться говорить, что вот мы – Махаяна. Они, конечно, не доходят до развития сострадания ко всем живым существам, но они сохраняют нравственность в очень чистом виде, никому не наносят вреда. Они очень чисто придерживаются нравственности не нанесения вреда другим.

Мы же, как поступаем? Мы говорим: «Ради блага всех живых существ...». Утром молимся, а днем из нашего рта вырывается все, что можно. Все, что попадает в рот, мы начинаем говорить. Иногда мы выглядим, как сумасшедшие, потому, что нет контроля ума. Станный ум! Учение слушаем, слушаем, но ум лучше не становится. «Он такой-сякой, все такие плохие, только я хороший», – такие дурацкие мысли бывают. Вы ищите только ошибки других людей, а на свои ошибки не смотрите. Если вы ищите ошибки, то даже у Будды их найдете. Сначала вы ищите ошибки чужих людей, потом ищите ошибки у людей в Дхарма-центре, а потом начинаете искать ошибки даже у Учителя: «О, Учитель тоже такой». Потом

вы будете искать ошибки даже у Далай-ламы, у Будды. Все начинается с малого. Такой человек никогда не достигнет реализаций. С самого начала, когда вы начали смотреть на ошибки других людей, надо остановиться. Если не остановиться, то это пойдет все дальше и дальше, и тогда, если рядом с вами будет сидеть Будда, вы даже в Будде будете замечать только нехорошие вещи. От этого пользы не будет. Эти ошибки возникают из-за того, что вы начали смотреть на ошибки других. Поэтому, когда вы видите ошибки другого человека, вам надо себе говорить: «Дурак, смотри на себя. У тебя даже хуже, чем у этих людей». Смотрите на свои ошибки, сами становитесь лучше. Вот так поступайте, тогда даже у очень плохого человека вы много ошибок не увидите. Вы будете думать: «Да, в сансаре у всех так бывает, но все равно у него есть чуть-чуть доброты». Даже если о ком-то все говорят, что это очень плохой человек и никто не находит в нем ничего хорошего, вы видите хорошее: «Это сансара. Он болеет омрачениями. У меня тоже раньше так было. Все равно у него есть чуть-чуть доброты. У него есть природа будды, однажды эта болезнь уйдет и он станет буддой. Потому что у него есть природа будды». Вот так думайте, так вы уважаете других. Бодхисаттва так думает. Даже у самого худшего человека бодхисаттва видит несколько хороших качеств. Он его уважает.

Вот так надо, это так легко практиковать! Не нужно сидеть в строгой позе, просто развивать чуть-чуть здоровый образ мыслей. Один раз так поступили, второй раз так поступили, и потом у вас всегда будет такое чистое видение. Чистое видение – это такое счастливое состояние ума! Ваш мир в ваших руках. Если у вас есть чистое видение, то даже если все люди вам говорят что-то плохое, на вас это не произведет эффекта. Это как обезьяны. Тысячи обезьян думают, что ты плохой. Ну и что, какая разница? Пусть думают. У вас есть чистое видение: «Какие хорошие обезьяны». Они все говорят вам плохо, но что вам от этого?

Поэтому ваш мир в ваших руках. Мой вам совет, я сам тоже так поступаю: всегда держите такое чистое видение. Я вам открываю секрет. Для меня нет разницы, что говорят, и это чистое видение. Поэтому все счастливы. Ничего не надо бояться. Кого надо бояться? Только себя надо бояться. Не надо думать: «Вдруг обо мне так скажут, что будет? Будет скандал, о, кошмар!» Какой скандал, какой кошмар? Что может быть? Здесь неправильные мысли – это кошмар. Поэтому вам всегда надо вспоминать этот принцип, о котором я раньше вам говорил: главное – это то, какой вы есть, а что люди говорят, что люди думают – это неглавное. Потому что оттого, что люди думают, вы таким не станете. Если они думают, что вы злой дух, вы злым духом не будете. Зачем бояться? Если они говорят, что вы злой дух, вы злым духом не станете. Поэтому, чего бояться? Если вы больны, а люди думают, что вы здоровы, то вы здоровым не будете. Если вы здоровы, а люди думают, что вы больны, пусть думают. Какая разница? Если они думают, что я больной и счастлив от этого, как хорошо, пожалуйста, пусть будут счастливы! Я буду ради них играть роль больного, если они не могут быть счастливы по-другому. Пусть они думают, что я больной, мне что плохого? Вот так думайте. Если люди обо мне плохо говорят и от этого счастливы – как хорошо, пусть они будут счастливы!

Такие мысли надо развивать. Я сам развиваю такие мысли и всегда счастлив. Я честно говорю, у меня нет больших реализаций, я не могу летать, ясновидения у меня нет. Но я держу такие мысли и мой ум всегда счастлив.

Всегда сохраняйте чистое видение, если вас чуть-чуть обманывают, пусть обманывают. Какая разница? Вы, мирские люди, когда человек вас чуть-чуть обманет, говорите: «О, какой кошмар!» Но это только если смотреть не дальше своего носа, а если смотреть чуть-чуть дальше, то никто не может вас обмануть, только вы можете обмануть самого себя. Они не могут вас обмануть. Они сами себя обманывают. Иногда из сострадания нужно

остановить человека, из сострадания, а не из-за себя. Для меня лично это хорошо, но если его не остановить, то он еще хуже себе сделает, поэтому нужно проявлять чуть-чуть строгость, вовремя остановить человека. А внутри надо думать: «Мне это полезно». Вот так надо думать: «Даже маленький обман, пусть».

Бодхисаттва все победы отдает другим, а весь ущерб берет себе. Это практика. Это настоящая практика. Если вы не можете так поступать, то чуть-чуть отдавайте победу другим и чуть-чуть ущерба берите себе, это ваша практика. Это самое сложное. Остальное – читать мантры, визуализация, свет, нектар – это легко. Это самое главное, с этого надо начинать. Когда вы смотрите по телевизору вашу любимую программу, а большинство хочет смотреть другое, возьмите на себя этот небольшой ущерб: «Да, хорошо». Отдайте победу другим людям. Если вы находитесь среди людей и совершаете какую-то небольшую ошибку, все говорят, что вы виноваты, скажите: «Да, да, это я сделал». Чуть-чуть ущерба. Иногда надо так поступать согласно уровню вашего ума. Немножко ущерба брать себе. Например, ради защиты других людей, вы говорите: «Это я ошибся. Извините меня». Делайте так понемножку, и потом ваш ум станет сильным-сильным!

Это широкий путь, так вы пойдете из жизни в жизнь счастливыми. Остальное – это узкий путь. Если вы видите только свой нос, чуть-чуть выгоды, то потом больше потеряете. Это путь бодхисаттвы, это невероятный путь! Заботьтесь о других больше, чем о себе, но если этого не можете, то заботьтесь о других так же, как о себе. Как я хочу счастья, так же и все хотят. Если ваши родственники, братья и сестры чуть-чуть ошиблись, берите их ошибки на себя, скажите: «Это моя ошибка». Отдайте им победу. Посмотрите на истории из жизни бодхисаттв, они всегда поступали так, ради защиты других они всегда брали ущерб на себя, отдавали победу другим. И, в конце концов, они становились все выше и выше. Это ваша практика. Поэтому всегда развивайте такие мысли.

Как я вчера говорил вам, практика «Ламы Чопы» хороша для всех, но здесь нужна основа. Какой человек достоин заниматься этой практикой? Тот, у кого чуть-чуть здоровый ум. Если у человека нет здорового ума, если ум совсем нездоровый, то он этой практики недостоин, ему даже нельзя говорить об этой практике, это неподходящий человек. Даже для того, чтобы слушать это учение, нужно немножко бодхичитты. Практика далеко. Но если вы будете снова и снова слушать учение по Ламриму, то ваш ум, заботящийся о других, будет становиться все больше и больше, эго будет становиться все меньше и меньше, и тогда чуть-чуть появится искусственная бодхичитта. Тогда вы становитесь подходящим сосудом, чтобы получать эти наставления. Иначе вы еще не являетесь подходящим сосудом для получения данного учения. Ясно сказано, что нельзя давать это учение эгоистам. «Я, я, я самый главный. Я хочу все учение по тантре слушать. Я хочу стать буддой. Остальные все дураки. Я самый умный», – вот такому человеку это учение не надо давать.

Поэтому, когда я даю учение, я делаю большой упор на изменение ваших мыслей. Тогда вы становитесь подходящим сосудом для получения этого учения. Такой образ мыслей очень важен. Измените свой образ мыслей. Ваш старый образ мыслей очень грязный, очень плохо пахнет. Я сразу вижу ваше лицо, ваше лицо мне показывает, когда вы думаете ненормальные мысли. Когда у вас нормальные мысли, то сразу лицо другое. Вы это умеете, но вы очень редко так думаете. Большинство времени вы ненормально думаете. Лицо красное: ревность, зависть. «Он такой, я такой, мы такие, наша группа, не наша группа. Эти ученики геше Тинлея, а эти – не геше Тинлея». Вот это глупо. Вот так не надо. Будьте всегда скромными, непредвзятыми.

Принципиальный человек – всегда как один человек, много не болтает, говорит вещи, которые нужны людям, всегда скромный – как говорил Миларепа: «Ниже меня только

земля». Я тоже здесь сижу ради того, чтобы дать вам учение, но я никогда не думаю, что я высокий человек, я думаю, что ниже меня нет, только земля. Просто сегодня я даю учение. У меня есть чуть-чуть знаний, и я их передаю, ради уважения учения я здесь сижу, даю учение, но я не достоин сидеть на троне. Я думаю, что ниже меня нет, я самый низший. Так надо думать.

Всегда надо сидеть как, например, Дромтонпа, на низшем месте, скромно. Когда люди на вашей голове чуть-чуть сидят, пусть сидят. Вам говорят: «Не допускайте, чтобы сидели на вашей голове». Вы соглашаетесь: «Да, нельзя пускать». Сначала пусть сидит – вам это полезно, но потом из сострадания нужно указать ему его место. Нужно чуть-чуть терпеть, но потом подумайте: «Да, я могу сейчас терпеть, но для него это нехорошо. Это эгоизм. Мне полезно, но он создает много негативной кармы». Тогда из чувства сострадания скажите ему: «Пожалуйста, сядь на место». А вы тут же из чувства эгоизма говорите: «Иди на свое место. Геше Тинлей сказал, что надо его на место сразу ставить». Опять же ваше эго начинает в свою пользу использовать мои наставления. Все наставления должны использоваться как противоядия к вашему эго, а не служить добавкой к этому эго.

Некоторые мои ученики очень странные, когда я им говорю: «Не практикуйте слишком много», они этого не слушают. Для определенной группы я говорю, что не надо много заниматься практикой, но они этого не слушают, они думают, что достигнут реализаций, думают, что я это говорю другим людям, а не им. Они привязаны к практике. Когда человек привязан к практике, это тоже опасно: день и ночь читает – это тоже привязанность. Если мысли не меняются и при этом день и ночь читать – так становятся фанатиком Дхармы. Это тоже неправильно. Этого человек не понимает. А другая группа, ленивая как Борис, думает: «Геше Тинлей сказал, что не надо много практиковать. Правильно, я не буду много практиковать». Сразу эго понимает по-своему. Это учение не идет на лечение вашего эго, оно идет на увеличение вашего эго.

Многие вещи, которые я говорю, зависят от того, как вы слушаете. Сколько я хорошего говорю, но если вы неправильно слушаете, то я не могу вам помочь. Вы должны слушать объективно, а не так, нравится вам или не нравится. Думайте так: «Это мне говорят, да, я ленивый. А это не мне говорят, это Геше-ла, наверное, говорит тем людям, которые слишком много практикой занимаются. Мне это неинтересно». Когда я говорю: «Надо строго практикой заниматься», – думайте в соответствии со своей ситуацией: «Да, это для меня говорят». Знать надо, с каким смыслом говорят, контекст надо знать, с каким контекстом говорят. Относитесь это к себе: «Это мне». Если у вас есть правильная интерпретация, тогда все учения вам полезны.