

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте это учение с мотивацией укротить свой ум, сделать его более здоровым. Поймите, что, когда ваше тело, речь и ум вовлекаются в совершение десяти негативных карм, вы находитесь в критической ситуации. В этом случае у вас очень нездоровое состояние тела, речи и ума. Те, кто активно создают десять негативных карм, находятся в очень опасной ситуации. Ситуация того, кто создает меньше негативной кармы, но не очищает прошлую карму, немного лучше, но она тоже критическая. Остается целая очередь негативных карм, которые могут ввергнуть его в низшие миры. Возможно, в отдаленном будущем ситуация улучшится, но пока она остается трудной. Те, кто каждый день занимается очищением негативной кармы, имеют более благоприятную ситуацию, но все равно остается пятидесятипроцентная опасность рождения в низших мирах. Если, кроме очищения негативной кармы, человек каждый день принимает Прибежище, его ситуация еще лучше. Если Прибежище сохранится у человека во время смерти, то на одну следующую жизнь он будет спасен от рождения в низших мирах. Речь идет не только о Прибежище, если каждый день вы порождаете любовь и сострадание и вспомните об этом в момент смерти, это также будет полезно. В этом случае человек тоже будет спасен от рождения в низших мирах.

Однажды мать с дочерью упали в реку. Мать думала: «Я уже стара, если я умру – неважно, но я хочу спасти свою дочь». Дочь думала: «Моя мать очень добра ко мне, если я умру – неважно, главное спасти мою мать». Так они пытались спасти друг друга вместо того, чтобы спасти себя, и в итоге обе утонули. Благодаря любви и заботе о другом человеке больше, чем о себе, они сразу родились в раю.

Любовь – это забота хотя бы об одном человеке больше, чем о себе. Это очень высокий уровень. Мы всегда говорим: «Я-я-я! Я первый, мама подождет». Если вам придется спастись при падении с самолета, вы скажете: «Мама, подожди, сначала буду спасаться я!» Это неправильные мысли.

Пожилые люди, помните, что в момент смерти для вас самое важное – практика Прибежища, развитие любви и сострадания, памятование о Будде, развитие сильной веры в него. Просите: «Будда, пожалуйста, защищайте меня жизнь за жизнью». Не обязательно приглашать ламу, чтобы он читал за вас молитвы. Если вы верите в Будду, он сразу появляется перед вами.

Некоторые приглашенные ламы размышляют: «Далеко ли ехать в этот дом? Богатый дом или нет? Сколько мне дадут подношений? Наверное, совсем не дадут, поэтому я не поеду. Может быть, поеду потом, а пока времени нет».

Будды и бодхисаттвы не думают так! Если вы обратитесь к ним в момент смерти: «Будда, Учитель, я умираю, пожалуйста, придите ко мне!» – через секунду они появятся перед вами. Самая надежная защита – Духовный Учитель. Если вы думаете о нем, то он в любое время присутствует перед вами. Если вы с чистой верой делаете ему подношения, он всегда присутствует и принимает подношения. У вас, бурятских бабушек и дедушек, есть очень хорошее качество – вера. Каждое утро с чистой верой вы делаете подношения. У других моих учеников такого качества нет. Такое высокое качество нельзя обрести за одну жизнь, во многих предыдущих жизнях вы делали такую практику. Другие ученики в этой жизни немного слушали учение, поняли его на интеллектуальном уровне, но у бабушек есть отпечатки из прошлых жизней, поэтому у них такая спонтанная вера в Будду. Без подношений они не могут провести ни одного дня, это очень высокое качество.

Вы, мои новые ученики из разных городов, когда видите этих бабушек и дедушек, порадайтесь им: «Как хорошо, у них есть врожденная невероятная вера». Когда Его

Святейшество Далай-лама дает учение в Индии, он говорит: «Мои первые ученики – бабушки и дедушки, у которых есть сильная вера. Монахи имеют немного сухих философских знаний, поэтому они не первые ученики». Это очень правильная мысль! Иногда из-за обретения сухой информации ученик становится высокомерным: «Я много знаю, а другие ничего не знают!»

У пожилых людей есть сущность учения – сильная вера, а ваши знания подобны пустым стаканам и бутылкам. От них слишком много шума: «Я это знаю и то знаю, а бабушки вообще ничего не знают!» Ученики, накапливающие много сухих знаний, становятся слишком шумными. Я сразу вижу это и думаю, что этот человек похож на бомжа, который собирает пустые бутылки. Он является объектом сострадания.

У бабушек и дедушек есть настоящий бриллиант, не теряйте его. В трудные времена коммунистического режима вы не потеряли его. За это я очень ценю и уважаю вас. То, что вы делаете каждое утро, приносит вам невероятные заслуги. Когда вы делаете подношения, думая, что перед вами находится настоящий Будда, вы накапливаете невероятно высокие заслуги.

Мои остальные ученики, возьмите такую практику за образец. Это то, что вам действительно стоит делать. Пожалуйста, не «летайте», думая, что вы выполняете Махамудру, Дзогчен, шесть йог Наропы. «Я тантрический практик, а те, кто изучают сутру, находятся на низком уровне», – не думайте так, прошу вас.

Иногда вы бываете в компании неискренних буддистов, которая больше похожа на тусовку. У них нет главной цели, они немного читают мантры, немного медитируют. Они тусовались на дискотеке, но не обрели счастье. Ездили по разным городам – не обрели счастье, отдыхали на море – там тоже счастья не нашли. Потом они задумались: «Где еще можно потусоваться? А! Буддийская медитация!» Иногда такие люди портят моих учеников. Некоторые мои ученики 15 лет получали учение. Я видел, что вначале все было хорошо, но оказалось, что их легко испортить. Они начинают участвовать в буддийских тусовках, хотят практиковать высокие техники и им неинтересно слушать учения по Ламриму. Они ищут каких-то ощущений, а Геше Тинлей вот уже столько лет не дает им ощущений.

Мои ученики должны думать, что в прошлой жизни, возможно, были животным, а теперь родились здесь. Это понять очень легко. Если у кого-то есть сильная врожденная вера, значит, возможно, вы были человеком. Если на магнитофонной пленке нет записи, значит, в прошлом на нее никто ничего не записал. Такая же логика применяется для человеческого сознания. Если в уме записана информация о вере, а вы для этого ничего не делали – это знак того, что отпечатки идут из прошлой жизни. Какая причина – таков и результат. Не обижайтесь, но большинство моих учеников в прошлом были собаками или рыбами. Кто больше любит купаться, наверное, были рыбами. Даже если это не так, думайте об этом. Это поможет развить скромность: «Я из животного превратился в человека, как я могу быть высокомерным?» Даже если вы были королем или йогином, все равно надо так думать.

О других надо думать как о людях более высокого уровня, даже если это не так, все равно вам это полезно. А свой уровень нужно считать самым низким. Наверное, на 80 процентов есть вероятность, что вы были животным. Даже я, ваш Учитель, так думаю: наверное, в прошлой жизни у меня было плохое перерождение. Может, это и не совсем правда, но это полезно. В таком мышлении нет никакой опасности, напротив, одни преимущества.

Мастера Кадампы всех живых существ воспринимали как будд. Неизвестно, кто является буддой, а кто нет. Даже если перед ними не будда, они накапливали заслуги от уважения к будде. Это очень важно.

Думайте так: «Поскольку я только что пришел из низших миров, моей первой практикой должно стать Прибежище, потому что я абсолютно слаб и незащищен». У вас даже паспорта нет, гражданства нет. Рано думать, что вы начнете реализовывать большой проект в этом мире, разговаривать с мэром города. Сначала надо подумать о документах. Для вас практика Прибежища очень важна. Каждый день развивайте Прибежище, вспоминайте шесть советов, которые я вам дал. Я повторю их.

Я не тороплюсь закончить учение по Ламриму, вам не нужно будет сдавать экзамен. Пока каждый мой ученик не запомнит это наизусть, я дальше не пойду.

Первое – это принятие Прибежища каждый день с памятованием об особых качествах Будды, Дхармы и Сангхи. Вы размышляете о достоинствах тела, речи и ума Будды: насколько велико его сострадание, как он жертвовал своим телом ради других. Он всегда заботился о других больше, чем о себе, – какое это великое существо! «Мне очень повезло, что у меня есть такой объект Прибежища!» Все больше получая учение, все больше обдумывая качества Будды, Дхармы и Сангхи, однажды вы заметите, что просто на размышление о качествах Трех Драгоценностей уходит вся сессия. Когда вы медитируете на Прибежище, не обязательно перебирать много разных пунктов, размышляйте над данным пунктом с разных сторон, и это поможет вам породить сильную веру. Потом вы думаете о своей сложной ситуации: вы и много других существ могут переродиться в низших мирах. Вы думаете: «Будда, пожалуйста, защитите меня от этого!» Произнесите: НАМО ГУРУ БЕ, НАМО БУДДАЯ, НАМО ДХАРМАЯ, НАМО САНГХАЯ, представляя, как свет и нектар очищают вас.

Иногда размышляйте, почему Будда, Дхарма и Сангха – надежные объекты Прибежища. Всю сессию можно думать об этих четырех причинах. В конце порадитесь, что у вас есть такой объект Прибежища. Думайте: «Мое положение критическое, если я обрету рождение в низших мирах – это кошмар. Мой ум полон омрачений, это очень опасная ситуация, и все живые существа в такой же ситуации. Будда, Дхарма и Сангха, пожалуйста, защитите меня и всех существ от низших миров и от сансары». Потом с сильной верой и страхом перед низшими мирами читайте мантру Прибежища.

Подумайте с точки зрения кармы о вероятности рождения в низших мирах, и у вас возникнет страх: огромное количество определенных карм рождения в низших мирах, рождения в аду у вас уже выстроилось в очередь. Эта очередь состоит из тысяч и даже миллионов карм, и среди них одна или две позитивные кармы. Сейчас вам должно быть страшно. Затем подумайте, что вы будете испытывать в аду, сможете ли вы выдержать это, и породите еще более сильный страх. В своей практике иногда больший упор делайте на развитие страха, иногда – на развитие веры. Таим образом ваше Прибежище день ото дня будет становиться сильнее.

Когда вы медитируете на Прибежище, у вас есть две основные цели: либо развитие сильного страха, либо сильной веры. В конце вы порождаете обе эти причины принятия Прибежища.

Второе – понимание различий между буддийским учителем, учением и последователями и небуддийским учением, учителем и последователями. Иногда выполняйте такую аналитическую медитацию: «Мой Учитель – Будда – развил весь потенциал своего ума,

избавился от всех омрачений, заботится о других больше, чем о себе. Не во всех религиях есть такие учителя. В буддийском учении – Дхарме – есть противоядия от всех омрачений. В других учениях такого нет. Они рассматривают как нечто нехорошее гнев и частично – привязанность, но привязанность к своей вере они культивируют». В буддизме говорится: «Не привязывайся к Дхарме, не привязывайся к догмам, ищи истину, а не держись за учение только потому, что о нем говорил Будда». В этом между буддизмом и другими религиями большая разница. Приверженцы других религий вместо избавления от неведения, цепляния за истинное «я», усиливают это цепляние. Из-за неверных философских взглядов они говорят: «Атман, отдельный от тела и ума, существует. «Я» есть!»

У нас и без того внутри есть цепляние за истинное существование «я», но благодаря религии это цепляние усиливается. Это называется цеплянием за кунтаг, и это особенно необходимо устранить. В буддизме есть противоядие от цепляния за истинное существование, от всех омрачений. Ни в одной религии в мире нет противоядия от всех омрачений: «В моих объектах Прибежища есть противоядия от всех омрачений. Мне невероятно повезло встретиться с такими объектами». Далее вы думаете, что можете умереть в любой момент и родиться в низших мирах: «Мои несравненные объекты Прибежища, Будда, Дхарма и Сангха, пожалуйста, защитите меня от рождения в низших мирах». После этого вы читаете мантру НАМО ГУРУБЕ, НАМО БУДДАЯ, НАМО ДХАРМАЯ, НАМО САНГХАЯ и выполняете очищение.

Аналитическую медитацию можно проводить множеством различных способов. Это похоже на то, как шеф-повар из одной курицы может приготовить 7 или 8 различных блюд. До этого вы не слушали таких комментариев и были похожи на русских поваров, которые из курицы делали одно блюдо, и для вас Прибежище всегда было одного вкуса.

Третье – принятие Прибежища с пониманием различий Будды, Дхармы и Сангхи. Вы понимаете, что Будда – это врач, Дхарма – лекарство, Сангха – медсестры. С таким пониманием принимайте Прибежище: «Я страдаю от омрачений и негативных кармических отпечатков. Пожалуйста, спасите меня от этой болезни, которая может привести к рождению в низших мирах».

Четвертое – подношение первой порции еды Трем Драгоценностям, памятуя об их доброте. Помните, что любая еда и даже одежда у вас появляется благодаря доброте Будды, Дхармы и Сангхи. Благодаря им вы создали хорошую карму и теперь получаете пищу и прочее. Когда люди помогают вам в трудную минуту, вы должны подумать: «Будда, Дхарма и Сангха помогают мне через этого человека». Всегда думайте так, и ваша связь с Тремя Драгоценностями будет укрепляться. Если посмотреть поверхностно с точки зрения вероятности, то вам покажется, что напрямую Будда, Дхарма и Сангха вам помогают процентов на двадцать, остальное происходит случайно. Если же провести более детальное изучение, то можно увидеть, что нет никаких совпадений или случайностей, на все есть кармические причины и условия. Ученые могут думать, что произошла случайность, но это неверно. Их понимание является ограниченным: они видят только прямые взаимосвязи, но косвенных пока не понимают.

В любой помощи есть основа того, что вы получаете ее от Будды, Дхармы и Сангхи. В любой ситуации, когда вам кто-то помогает, надо подумать: «Наверное, Тара или Манджушри помогают мне». Какое божество кажется вам ближе, его и благодарите: «Спасибо большое! Пожалуйста, защищайте меня жизнь за жизнью! Помогите мне во временных целях и долговременных». Тогда они всегда будут с вами и даже на одну секунду не закроют глаза. В нашей жизни бывают опасные ситуации, периодически

наступает «черный» год. В это время есть опасность умереть преждевременной смертью или попасть в обстоятельства, в которых можно потерять веру, – от этого вы будете защищены. В вашем уме есть много кармических отпечатков, из-за которых вы можете потерять веру, поэтому в некотором окружении могут возникнуть условия для потери веры. Для этого даже не нужно больших причин, достаточно маленькой причины – и вы примете неверное решение, которое полностью изменит вашу жизнь. Если вы искренне принимаете Прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе, то с вами такое не произойдет. В нашем мире есть множество вредоносных духов, некоторые из них очень сильны. Если они видят, что человек искренне занимается практикой Дхармы, они будут искать любые способы, чтобы вас обмануть. Иногда они обманывают даже в форме реализаций.

Один монах отправился в горы. По ходу практики он добился успехов в медитации на Ламрим. Вредоносным духам это не понравилось, и они начали думать, как ему навредить. Они поняли, что лучший способ – это помочь ему развить некоторый уровень ясновидения. Духи помогли ему развить некоторое ясновидение, и он был очень рад. Он начал видеть, что где происходит. Люди стали приходить к нему и спрашивать совета по решению проблем. Наконец, к нему выросла огромная очередь, и монах начал думать, что он высокий лама. Тогда он отправил своему Духовному Наставнику сообщение, что обрел ясновидение и приносит благо живым существам. Его Учителю это не понравилось, и он велел монаху: «Твоего Прибежища недостаточно, ступай в Лхасу и сделай сто тысяч простираций перед статуей Будды с сильным чувством Прибежища». Монах сомневался, что ему нужно делать эту практику низшего уровня, если он уже обрел ясновидение, но, чтобы не расстраивать Учителя, согласился.

Однажды я приехал из Новой Зеландии к Его Святейшеству Далай-ламе в Дхарамсалу просить благословения на практику медитации. Далай-лама сказал: «Хорошо, сначала сделай сто тысяч простираций на площади, где все это делают». Я подумал: «Зачем делать это при всех, если можно дома?» Я стал это делать, хотя внутри было чувство: «Все на меня смотрят!» Это чувство ворочалось в груди, как злой дух, но потом исчезло. Без Учителя такое невозможно!

У монаха было так же. Все знали, что у него ясновидение, все смотрели на него, и его эгоизму было трудно в такой ситуации. Когда он сделал пятьдесят тысяч, половина его ясновидения пропала, а когда он закончил сто тысяч, у него не осталось никакого ясновидения. Монах вернулся к Учителю очень расстроенным и рассказал о случившемся. Духовный Наставник сказал: «Я очень рад: произошло именно то, чего я ожидал». Монах спросил: «Почему?» Учитель рассказал, что ясновидение не было подлинным, а являлось вредом, причиняемым духами. Настоящее ясновидение возникает после обретения шаматхи и является следствием особых причин.

Если вы сегодня обычный человек, а завтра увидели божество – это опасно. Это не настоящее видение. Настоящее видение божества должно быть такое, как в истории с Асангой. Он девять лет медитировал, но так и не смог напрямую увидеть Майтрею, но когда он ощутил сильное сострадание к умирающей собаке и отрезал кусок своей плоти, чтобы перенести поедающих ее червей, это очистило огромное количество негативной кармы, которая препятствовала тому, чтобы он напрямую увидел божество.

Если после таких трудностей вы обретаєте прямое видение божества, такое видение является подлинным. Достичь такого видения трудно, в Тибете множество йогингов, но лишь у нескольких из них прямое видение божества. На Западе есть люди, которые утверждают, что видят Манджушри, Тару. Может быть, они говорят правду, но это не настоящее видение, это влияние вредоносных духов. Такие люди медленно сходят с ума,

постепенно начинают слышать странные звуки – это очень опасно. Нарушаются сигналы в головном мозге – научно это можно объяснить так.

Пятое – ежедневное памятование о Будде, Дхарме и Сангхе. В «Абхисамаяланкаре» сказано, что, если вы будете каждый день развивать такое памятование, это будет очень мощной практикой. Ваша связь с Тремя Драгоценностями будет становиться глубже и глубже, сильнее и сильнее. Каждый день вспоминайте, как вам повезло, что у вас есть три таких объекта Прибежища. Вы можете связать это с преданностью Учителю, каждый день представляйте, что Будда Ваджрадхара является вам в облике вашего Учителя и находится либо над вашей головой, либо в вашем сердце. Помните, что ваш Учитель – воплощение Будды, Дхармы и Сангхи, и в тот момент, когда вы совершаете подношение, визуализируйте Учителя. Настоящее тело вашего Духовного Наставника – Будда Ваджрадхара, и вы можете визуализировать его перед собой в облике Будды Ваджрадхары в окружении всех божеств, бодхисаттв, защитников Дхармы. «Вы Будда Ваджрадхара, Вы – мой Духовный Наставник! В прошлом Вы были моим Наставником и в настоящем Вы указываете мне путь Дхармы».

Если в прошлой жизни вы не были связаны с Духовным Наставником, то в этой жизни вероятность встретиться с ним составляла бы один процент. Думайте так: «Вы, мой Духовный Наставник, в действительности являетесь Буддой Ваджрадхарой. Я не могу видеть вас напрямую, поэтому вы являетесь в обычном облике». Как в случае с Асангой, который не мог видеть Майтрею напрямую, и Будда явился ему в облике собаки. Будда приходит помогать людям даже в облике собаки. Учитель, который дает учение, даже с большей вероятностью является Буддой. «Настоящее тело моего Учителя – это Будда Ваджрадхара», – думайте так.

Будда Ваджрадхара является вам в облике разных духовных наставников, различия между ними нет. Что здесь представляет для вас трудность? Один актер надевает разные одежды, но он остается собой. Один с короной на голове – очень важный, другой – очень простой, но это один актер. Будда Ваджрадхара в разных аспектах помогает вам практиковать, но его суть одинакова.

Практика Прибежища и преданность Духовному Наставнику взаимосвязаны. Без материала по Прибежищу, преданности Учителю и тантрических визуализаций у вас нет Гуру-йоги. Гуру-йога состоит из этих тем. «Лама Чодпа» – необычная Гуру-йога – содержит в себе невероятный материал. По этой причине она называется необычной Гуру-йогой: она соединяет в себе полное учение сутры и тантры и множество учений по Гуру-йоге. Если вы знаете текст «Лама Чодпа» наизусть, то в вашем сердце находятся все 84 000 томов учений Будды, а также учение по тантре. Я рекомендую всем ученикам выучить этот текст наизусть. Сегодня в качестве подарка я сделаю передачу этого текста. Даже если вы не получали посвящений, выучите этот текст наизусть на тибетском и русском языках.

Шестое – помощь другим в принятии Прибежища. Другим, родственникам вы объясняете качества Будды, Дхармы и Сангхи, понемногу открывая их глаза. Таким образом, вы накапливаете невероятные заслуги, в этот момент божества входят в ваше тело, потому что вы осуществляете деятельность Будды, Дхармы и Сангхи. Вам не нужно просить Будду войти в ваше тело, он не захочет войти, так как оно очень грязное. Когда вы помогаете другим людям, у Будды нет выбора, ему приходится войти в ваше тело, потому что вы осуществляете его деятельность. Самый лучший способ помочь другим – направить их в верном направлении.

На Западе говорят: «Дать людям рыбу – это хорошо, но научить их ловить рыбу – еще лучше». Но это не очень хороший совет. По-настоящему хороший совет: «Помогать вещами, деньгами это хорошо, но лучше открыть людям глаза. Тогда они найдут свое счастье сами». Указать людям правильное направление – самый лучший способ им помочь. Вы должны радоваться, когда люди готовы вас слушать, когда вам доверяют. Иногда люди хотят обмануть других и радуются, если те их слушают и верят. Вы должны так радоваться вниманию и вере людей, потому что их внимание не продлится долго. Благодаря их вере вы можете приносить благо другим. Ваши братья и сестры иногда спрашивают: «Чем ты там занимаешься, что такое буддизм?» В это время вы должны быть очень рады открыть им глаза, но не надо много говорить о медитации и прочем, что не укладывается в их голове. Например, когда вы хотите обмануть кого-то, вы не говорите что попало, вы думаете, что ему интересно, чтобы его не спугнуть. Помогать другим нужно очень искусно, как это делают бодхисаттвы. Если вы будете так поступать, то день и ночь вы будете получать благословение будд и бодхисаттв. Если вы откроете глаза одному человеку, то накопите причины, чтобы у вас открылись тысячи глаз мудрости.

Лучший способ запомнить текст «Лама Чодпа» – каждый день читать его. Через два – три месяца постарайтесь запомнить его, это будет очень просто. Просто читая, очень сложно запомнить. Во время запоминания вы тренируете память и концентрацию. Те, кто хочет развить шаматху, должны сделать акцент на запоминании, на развитии памяти.

(Передача текста «Лама Чодпа»)

Здесь присутствует чистая линия передачи. Я получил эту передачу от Его Святейшества Далай-ламы, он – от своего Духовного Наставника, эта линия восходит к Дже Ринпоче, а он получил ее напрямую от Манджушри. Далее линия восходит к Будде Шакьямуни. Манджушри является аспектом мудрости Будды Шакьямуни.

Поскольку сегодня вы приняли обеты Махаяны, для вас очень важно начитывать мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Что означает эта мантра?

ОМ состоит из трех звуков: А, У, МА.

Мой Учитель говорил, что, если читать эту мантру с пониманием смысла, тем самым накапливаешь высокие заслуги. Все 84000 томов учения Будды в сжатом виде содержатся в этой мантре. Если вы читаете ее с пониманием смысла, то накапливаете заслуги от чтения всех томов учения Будды.

А, У, МА символизируют святые тело, речь и ум Будды. Это объекты реализаций, наша цель – достичь именно этого. С другой стороны, эти слоги символизируют наши обычные сансарические тело, речь и ум. Тело, речь и ум, рожденные под властью омрачений, называются сансарическими. Это основа для всех страданий. Святые тело, речь и ум Будды свободны от страданий. Трансформировать обычные тело, речь и ум в святые без особой причины невозможно. Это зависит от метода и мудрости.

МАНИ – это драгоценность, символизирующая метод. Настоящее сокровище в духовной области – это ум, заботящийся о других больше, чем о себе. Великое сострадание, любовь – все это большие драгоценности.

ПАДМЕ – цветок лотоса, который символизирует мудрость, познающую пустоту. Хотя лотос растет из грязи, но он не запятнан этой грязью. Подобным же образом мудрость, познающая пустоту, возникает в сансарическом уме, но она свободна от сансары.

ХУМ означает преобразование.

Смысл мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ: загрязненное тело, речь и ум всех живых существ с помощью метода, бодхичитты – ума, заботящегося о других больше, чем о себе, и мудрости прямого постижения пустоты преобразуются в тело, речь и ум Будды.

Думайте, что однажды это обязательно произойдет: «Мои обычные тело, речь и ум с помощью метода и мудрости преобразуются в тело, речь и ум Будды» – и начитывайте мантру. «Пусть заслуги от чтения этой мантры станут причиной того, что однажды я обрету эту мудрость». В буддизме основной акцент вы должны сделать на методе – бодхичитте и мудрости, познающей пустоту. Для того чтобы развить бодхичитту, вам необходимо породить отречение. Для этого необходимо знать четыре благородные истины.

Основа для отречения – уменьшение привязанности к этой жизни, развитие сильной убежденности в Дхарме, законе кармы, Прибежище, непостоянстве и смерти, драгоценной человеческой жизни. Корень этих реализаций – преданность Учителю. До темы, где объясняется мудрость, в Ламрime объясняется метод. Большой упор в Ламрime делается на метод, потому что учение о пустоте понять очень сложно. Учение о пустоте дается в конце, и тогда это уже не так трудно.

Итак, с помощью метода и мудрости ваши тело, речь и ум преобразуются в тело, речь и ум Будды. Будда говорил о преимуществах чтения этой мантры: «Даже если представить огромный океан, я смогу посчитать количество капель воды в этом океане. Но заслуги от одного произнесения мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ с пониманием смысла и с чистой мотивацией я не могу подсчитать, они невероятны».

Не обязательно начитывать сто тысяч мантр. С чистой любовью и состраданием произнесите одну мантру, понимая ее смысл, и вы накопите невероятные заслуги. Не нужно читать слишком быстро, скорость должна позволять вам понимать смысл мантры: «Мои обычные тело, речь и ум с помощью метода и мудрости преобразуются в тело, речь и ум Будды».

Иногда думайте: «Пусть обычные тело, речь и ум всех живых существ с помощью метода и мудрости преобразуются в чистые тело, речь и ум Будды. Пусть все живые существа разовьют бодхичитту. Как бы это было здорово! Даже мои враги пусть разовьют бодхичитту, тогда они перестанут быть врагами». Вам трудно желать врагу удачи или много денег, потому что вы думаете, что он еще больше станет вам вредить, но очень легко пожелать врагу развить доброе сердце, тогда он станет вашим лучшим другом. Нет ничего трудного в том, чтобы желать всем живым существам доброго сердца, бодхичитты. Не желайте много денег, потому что это может принести больше вреда, чем пользы. Отсутствие мудрости у врагов делает их опасными, но развитие доброты и сострадания сделает их вашими друзьями.

Мудрые люди, читая молитву, желают китайскому правительству развить доброту и мудрость, и тогда тибетский вопрос решится. Они не желают ему попасть в ад. Желая китайскому правительству попасть в ад, вы нарушаете обет бодхичитты. Даже самому худшему человеку не желайте попасть в низшие миры. Когда умирает плохой человек, не молитесь, чтобы он попал в ад: «Ему давно пора туда попасть!» Молитесь, чтобы он повстречал Манджушри или Авалокитешвару: «Пусть самый злой человек встретится с Авалокитешварой и породит доброту в сердце».

У вас должно быть два основных божества – Манджушри и Авалокитешвара. У вас есть на это причины. Аспект мудрости всех будд – это Манджушри, а аспект сострадания – Авалокитешвара.

Читайте мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ – это поможет накопить большие заслуги. Будда говорил: «Я могу подсчитать количество песчинок, из которых состоит гора, но заслуги от одного произнесения мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ с пониманием смысла и с чистой мотивацией я не могу подсчитать». Не понимайте это буквально. Чтение мантры с пониманием смысла и с чистой мотивацией приносит невероятные заслуги. Не торопитесь начитать их как можно больше, здесь важна чистота мотивации.

Визуализируйте меня Авалокитешварой и породите чистую мотивацию: «Пусть все живые существа разовьют бодхичитту и мудрость, постигающую пустоту. Да смогу я преобразовать мои обычные тело, речь и ум с помощью метода и мудрости в тело, речь и ум Будды». Визуализируйте свет и нектар, который касается вас и всех живых существ, благодаря этому все развивают метод и мудрость и обретают внешнюю форму Манджушри и Авалокитешвары. Их ум становится Дхармой, речь очищается и приносит благо всем: «Как это здорово, пусть однажды это обязательно произойдет: все существа преобразуются в будд, исчезнут все страдания, даже самого слова «страдание» не останется. Это моя цель, тогда я буду очень счастлив, но до того как это произойдет, пусть я смогу приносить благо всем существам».

Как говорил Шантидева:

Пока существует пространство,
Пока живущие пребывают в нем,
Пусть с ними и я останусь
Страданий рассеивать тьму.

Это настоящий буддийский подход. Неправильным подходом является такой: «Пускай они страдают, я с помощью Махамудры, Дзогчена, шести йог Наропы сразу стану буддой и буду отдыхать». Это не буддизм, это тусовка. Это делает это еще больше, таким людям даже слово «тантра» нельзя говорить, если у них нет даже Прибежища.

(Начитывание мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ)

В повседневной жизни очень важно помнить о доброте Будды, Дхармы и Сангхи и первую порцию еды подносить им. Если вы не можете подносить светильники, как это делают многие бабушки и дедушки, каждый день выполняйте такое подношение пищи. Я тоже не делаю подношений лампад, наш уровень одинаков – бабушки и дедушки выше нас, но я всегда делаю подношение пищи, поэтому, наверное, чуть-чуть выше, чем другие. У всех есть слабые места, их надо знать. Надо развиваться всесторонне, а не только делать упор на мудрость. Бабушки и дедушки, вам тоже не надо быть высокомерными, у вас есть другая слабость. Надо также развивать мудрость и знание философии. Не думайте так: «О, Геше-ла сказал, что подношения светильников достаточно, мудрость не надо развивать!» Я назвал только одно ваше хорошее качество. У всех людей есть хорошие качества и есть слабости. Свои слабости надо знать и устранять, а лучшие качества других людей надо видеть и уважать.