

Как обычно, сначала породите правильную мотивацию. Получайте это учение с мотивацией укротить свой ум и принести благо всем живым существам. Для вашего собственного блага, для блага всех живых существ укротить свой ум очень важно. Без укрощения своего ума невозможно будет укротить умы других людей. Но для того чтобы укротить свой ум только знаний Дхармы и медитации недостаточно, в первую очередь, необходимо накопить высокие заслуги. Без высоких заслуг очень сложно укротить свой ум и достичь реализаций.

Например, если вы хотите вырастить богатый урожай, то только семян и воды недостаточно. В первую очередь необходимо убрать с земли все сорняки, камни, устранить всевозможные препятствия, а во вторую очередь сделать эту землю богаче, то есть удобрить её всевозможными удобрениями и полить водой. А если земля хорошо полита водой и удобрена, то любое семечко прорастет очень быстро. Вы посадите семя, и даже, если скажете ему: «Не расти!» – оно все равно вырастет.

В настоящий момент земля нашего ума очень сухая, там множество камней и травы и очень мало удобрений. Поэтому, сколько бы вы туда ни сажали семян медитаций, ни пытались практиковать, они не прорастают. Удобрить землю вашего ума водой, удобрениями вы сможете с помощью практики гуру-йоги. Поэтому практика гуру-йоги в начале очень важна, очень важна в середине и также очень важна в конце. В прошлые времена ни один великий мастер не достиг состояния будды без практики гуру-йоги. Практика гуру-йоги позволяет вам достичь более высоких реализаций. В середине, когда вы занимаетесь практикой, медитируете, если вы не добиваетесь прогресса, то самое лучшее средство достичь реализаций – это остановить свою практику и приступить к практике гуру-йоги. После этого, если вы вернетесь к своей медитации, то сразу же добьетесь прогресса.

Есть такое тибетское слово «богдён», оно означает «улучшение своих реализаций». Лучший «богдён», лучшее средство усилить свои реализации – это практика гуру-йоги. С практикой гуру-йоги вы поступаете не так, что просто начитываете сто тысяч мантр гуру-йоги и заканчиваете эту практику. Вплоть до достижения состояния будды вам необходимо выполнять эту практику, может быть, по одной сессии в день или по две-три сессии, но один-два дня вы выделяете постоянно для этой практики. Практика гуру-йоги хороша не только для того чтобы накапливать заслуги, она также очень хороша для очищения негативной кармы. Если вы занимаетесь практикой гуру-йоги, одних визуализаций и начитываний мантр недостаточно. Этой практике придает жизненную силу развитие веры и уважения к Духовному Наставнику. Развитие веры и уважения к Духовному Наставнику – это жизненная сила практики гуру-йоги. Живые существа без жизненной силы не могут жить, и точно также практика гуру-йоги без веры и уважения к Духовному Наставнику не имеет силы, это неживая практика гуру-йоги. Поэтому очень важно развить сильную веру и уважение к Духовному Наставнику.

Сначала размышляйте о восьми преимуществах опоры на Духовного Наставника. Также вспомните восемь недостатков отсутствия опоры или нарушения преданности Учителю. Если вы будете размышлять о преимуществах практики гуру-йоги, то увидите, что для вас, не имеющих сильного отречения, бодхичитты, познания пустоты, самая лучшая практика – это практика гуру-йоги.

Однажды, когда Дромтонпа встретил Атишу, он спросил у него: «Атиша, я выполнил такую-то и такую-то практику, такой-то ретрит, как у меня дела обстоят с практикой? Была ли это настоящая практика Дхармы или нет?» Атиша посмотрел с помощью ясновидения и сказал, что только преданность Учителю была практикой Дхармы, все остальное не являлось практикой Дхармы. В действительности, Дромтонпа – это Авалокитешвара, и он – одно существо с Атишей, но Дромтонпа задавал такой вопрос для того, чтобы сказать об этом нам.

Во времена Будды Манджушри и Авалокитешвара задавали вопросы. Отдельно от Будды нет Манджушри – это его аспект мудрости. Они задавали вопросы ради нашего блага. В Ламриме отмечается, что без отречения, бодхичитты, без познания пустоты, если мы не опираемся на весомый объект, то, что бы мы ни делали, в силу этого мы будем вращаться в сансаре. Любая медитация, если вы думаете: «Я стал йогином», – питает ваше эго, и вы вращаетесь в сансаре. Даже медитация на шаматху все равно будет питать ваше эго, и вы будете вращаться в сансаре. Поэтому сейчас много людей медитирует, но мало кто достигает реализаций, среди тибетцев таких тоже мало. Потому что без отречения, бодхичитты, мудрости познания пустоты – без этих трех очень трудно построить дом состояния будды.

Состояние будды – это как стоэтажный дом. Как можно только одними руками построить стоэтажный кирпичный дом? Для строительства вам потребуется много сложной техники: большой подъемный кран, различное оборудование. Самое важное для достижения состояния будды – это три основы пути. Пока у вас этого нет. Поэтому, что самое главное для вас в это время? Вам необходимо что-то сделать для того чтобы обрести эти три основы. Для того чтобы обрести эти три основы, важна гуру-йога – практика преданности Учителю, это станет вашей практикой Дхармы.

В первую очередь очень важно сразу не принимать духовного наставника, исследуйте его. Сначала вам нужно проявлять скепсис, но как только вы его приняли, после этого вы уже не должны быть скептически. Например, если вы покупаете телевизор, насколько скептически вы подходите к этому? Если вы покупаете мобильный телефон, то тоже не покупаете его сразу же, вы исследуете этот вопрос, звоните своим друзьям, спрашиваете: «Это китайский товар или нет? Это подделка или нет?» Китайский товар выглядит очень красиво, но вы проверяете: подлинный он или нет. Некоторые китайские мобильные телефоны очень красивые, дешевые. Все хотят красивый и дешевый товар, но вы говорите: «Нет, я хочу знать – он настоящий или нет».

Также и с духовным наставником: внешний вид не так важен, исследуйте его знания Дхармы, исследуйте его доброту. Эти два момента очень важны. В первую очередь проверьте: добрый он человек или нет. Очень важно проверить: дает он учение для нас или для себя, для того чтобы заработать денег. Если он дает учение ради нашего блага, если он добр, то этого тоже недостаточно.

В Ламриме говорится о десяти качествах духовного наставника. Если в наши дни, во времена упадка вы будете искать учителя со всеми десятью качествами, как у Будды Ваджрадхары, то вы умрете, но не найдете такого учителя. Как минимум, у учителя должно быть два качества. Первое – он должен быть добрым человеком, а второе – у него должно

быть полное знание Дхармы. Проверяйте эти два качества. Одного знания сутры не достаточно, смотрите: имеет ли он полное познание всей сутры и тантры.

Проверьте также третий момент – насколько он практикует то учение, которое дает, живет ли он в соответствии с этим учением. Есть у него высокие реализации или нет, вы не знаете, так как не знаете, кто он. Если он живет согласно учению, занимается практикой, идет чуть-чуть впереди вас – это очень хорошо, вы вместе достигнете состояния будды.

Итак, сначала очень важно исследовать учителя, но как только вы найдете духовного наставника, который является очень добрым человеком, проявляет к вам сострадание, также обладает знаниями всей сутры и тантры и живет в соответствии с теми учениями, которые передает, искренне их практикует, то вы говорите себе, что вам очень повезло, потому что вы нашли настоящего проводника, воплощение всех будд. Вы говорите себе: «Если я пойду вместе с этим человеком, то обязательно приду к своей цели. Он надежный человек. Я пойду с ним». Потому что в настоящий момент вы не знаете, как выйти из леса сансары.

Преданность Учителю подобна веревке, вы находитесь в колодце сансары, эта веревка к вам спущена, и вы хватаетесь за нее. Если вы очень крепко, однонаправленно держите веревку, то сможете очень легко освободиться из этого колодца сансары. Но, допустим, вы немного поднялись из колодца и вдруг увидели рядом с собой еще более красивую веревку. Она вас привлекла, и вы уже не хотите держать старую веревку. В этой ситуации, если вы выпустите старую веревку и ухватитесь за новую, то упадете. Ухватившись за одну веревку, никогда ее не оставляйте. Если вы увидите, что спустилась еще одна веревка, вы можете добавить ее к своей старой веревке, так ваша веревка станет еще крепче. Но никогда не отказывайтесь от старой веревки и не меняйте ее на новую, так вы упадете. Это мой для вас совет. У вас может быть две, три, пять веревок, но старая, первая веревка должна быть вашей основной опорой.

Духовный Наставник, который впервые открыл вам глаза на Дхарму, называется коренным Духовным Наставником и от него важно не отказываться. Откажитесь вы или нет, мне без разницы, но я это говорю ради вашего блага. Мне неудобно, когда вы говорите: «О! Геше Тинлей – мой Учитель!» Зачем мне лишняя головная боль? Для меня нет ничего приятного в том, что вы делаете мне простирания. Я думаю: «Я обычный человек. Все будды, божества, пожалуйста, пребывают в моем теле. Эти люди мне верят, через меня они вам верят». Поэтому через меня вы получаете больше заслуг. Я честно говорю, когда вы делаете мне простирания, для меня в этом нет ничего приятного. Иметь много учеников мне тоже не интересно. Мне неудобно, но все равно я говорю это ради вашего блага: Учитель, который впервые открыл ваши глаза, даже если он вас бьет, не отпускайте его. Это ваша практика. Даже, когда вы спите, если ваша преданность Учителю крепкая, то вы накапливаете заслуги. Если я вас побью – это самый лучший способ устранить препятствия, потому что все будды и бодхисаттвы благословляют вас через вашего Духовного Наставника.

Однажды в Амдо Джамьян Шепа, очень высокий мастер, в монастыре прямо во время службы без всякой причины отругал одного высокого и очень хорошего геше. У геше было очень много учеников, и он большинству своих учеников передавал учение. У него были очень хорошие познания в Дхарме, он все время искренне медитировал, и все его очень любили. Джамьян Шепа ему сказал: «Ты – основной источник проблем в нашем монастыре!

Тебе нужно уйти из монастыря». Тогда этот геше сделал простирания и ответил: «Если я источник проблем в вашем монастыре, если вы хотите, чтобы я ушел, я, конечно же, уйду». Нельзя доказывать своему Учителю, что вы не виноваты, что вы этого не делали! Если Учитель так говорит, на то есть причина. Миларепа тоже так себя вел. Когда Марпа его ругал, Миларепа не говорил: «Это неправда!» Он тихо сидел.

Геше подумал: «Может быть, Духовный Наставник хочет, чтобы я ушел в горы медитировать. Может быть, здесь, в монастыре, у меня есть какая-то привязанность, а Учитель специально обрубаёт мою связь с сансарой». Он сказал: «Я, конечно же, уйду, но везде, где бы я ни был, я буду визуализировать Вас в своем сердце. Пожалуйста, будьте моим Духовным Наставником жизнь за жизнью!» Тогда все монахи попросили Джамьяна Шепу: «Сегодня уже очень поздно. Пусть он переночует в монастыре, а наутро уйдет».

На следующее утро этот геше готовился уходить, и кто-то постучал ему в дверь. Когда он открыл дверь, он увидел перед собой помощника Джамьяна Шепы с тарелкой фруктов. Помощник сказал: «Джамьян Шепа попросил меня передать Вам эти фрукты и также просит Вас прямо сейчас прийти к нему в резиденцию». Геше был очень рад. Он сразу же побежал к Джамьяну Шепе. Когда он увидел Джамьяна Шепу, он сделал три простирания, а Джамьян Шепа ему ответил: «Хорошо. Сейчас отдыхай. Если бы вчера я тебя не отругал, сегодня утром ты был бы уже мертв. Поскольку я тебя отругал, поскольку твоя преданность очень чистая, сегодня препятствия к твоей жизни ушли. Теперь ты будешь жить долго. Ты – мое сердце! Благодаря тебе открылись глаза у многих моих монахов, как я могу тебя ругать?»

Если вы помогаете живым существам, открываете им глаза, вообще невозможно, чтобы Учитель сделал вас несчастливой, даже если он ругает вас, у вас не будет чувства вины. Даже, если он говорит: «Вы такой плохой», – наверно, для этого есть причина. Если вы обманываете людей, зарабатывая деньги, показываете неправильный путь, и при этом ваш Учитель или ваш духовный друг вежливо с вами говорит, – в этом есть нехороший знак. Это знак того, что вы – объект сострадания.

Я вам расскажу другую историю. В этом же монастыре жил монах, который все время обманывал других, постоянно плёл интриги, устраивал конфликты. Везде в обществе есть такие люди. Его никто не любил. Все знали, что это очень плохой монах. Плохой это человек или хороший, народ знает, для этого не нужны судьи. Однажды этот монах пришел к Джамьяну Шепе на аудиенцию, потому что такие люди очень часто ради своего блага везде лезут, стараются попасть на аудиенцию.

В нашем тибетском обществе тоже такое есть. Очень хорошие монахи, которые практикуют медитацию, они даже ни разу в жизни не просили аудиенцию у Далай-ламы. Они тихо сидят в горах в медитации. А люди, которые плетут интриги, которые хотят везде лезть, очень часто просят аудиенцию. В результате помощник устает давать аудиенцию. Если вы попали на аудиенцию к Далай-ламе, то это не означает, что вы – высокий человек. Он устает. Честно говорю. Поэтому, когда люди из России приезжают в Индию, никогда не нужно просить аудиенцию у Далай-ламы. Если вы можете визуализировать Далай-ламу, он всегда будет в вашем сердце. Зачем вам нужна его аудиенция? Вы можете мгновенно получить аудиенцию, если породите очень сильную веру и уважение к своему Духовному Наставнику. Это настоящая аудиенция!

Иногда я думаю: «Наверное, я хочу аудиенцию!» Но потом говорю: «Нет! Настоящая аудиенция – это вера и уважение». Когда порождается сильная вера и уважение к Далай-ламе, у вас сразу возникает чувство, что он здесь присутствует. Это настоящая аудиенция! Я рассказываю вам про свой небольшой опыт. То же касается вас, если я далеко, и вы думаете: «Я хочу увидеть геше Тинлея!», – то не обязательно далеко ехать. Развейте веру и уважение, думайте: «Как он добр! Какое учение он мне дал! Как открыл мне глаза!» – и сразу вы почувствуете присутствие вашего Учителя. Это один секрет того, как получить аудиенцию у вашего Духовного Наставника. Об этом не забывайте, тогда каждый раз вы сможете получить аудиенцию у вашего Духовного Наставника. Вам незачем тогда будет обращаться к помощнику, звонить по телефону и так далее.

Итак, этот монах пришел к Джамьяну Шепе. Джамьян Шепа разговаривал с ним очень мягко, он также попросил своего помощника накрыть на стол. Они вместе пообедали. Потом Джамьян Шепа попросил помощника принести какой-то подарок, чтобы подарить монаху. Помощник сильно разозлился, он никак не мог этого понять. С большим нежеланием он просто поставил подарок на стол и ушел. Затем этот монах ушел с подарком. Помощник был чистым, искренним человеком. Он обратился к Джамьяну Шепе: «Я все могу понять, но одного я не понимаю. Все монахи в монастыре знают, что этот монах очень хитрый, создает много проблем. Хороших геше, которые все время всем помогают, вы постоянно ругаете, а таких плохих людей вы очень любите и не ругаете. Почему?» Джамьян Шепа сказал: «Я знаю, кто он. Все те геше, которых я ругаю, будут со мной из жизни в жизнь. А с этим монахом у меня была сегодня последняя встреча, затем на протяжении многих и многих жизней, многих калп мы не увидимся вновь». Действительно, на следующий день этот монах умер. Помощник пришел к Джамьяну Шепе, сделал простирание и сказал: «Пожалуйста, простите мне мое недопонимание. Мы, обычные люди, не видим дальше своего носа».

Обычный человек не видит дальше своего носа, а люди, у которых есть ясновидение, видят далеко. Поэтому не делайте скоропалительных выводов, если что-то не соответствует вашему образу мышления. В отношении Духовного Наставника также, чтобы он ни делал, не делайте скоропалительных выводов, что это неправильно, может быть, он говорит или делает что-то такое, что за пределами вашего понимания. Поэтому человек, который не видит дальше своего носа, не может судить тех, кто видит дальше. Вы все время можете думать, что это за пределами вашего понимания, что на это должна быть какая-то причина.

Вера и уважение очень важны, с другой стороны, преданность Учителю не означает, что вы должны делать все, о чем он вас просит. Тогда это было бы крайностью, очень опасно. Например, если вы встретите неистинного духовного наставника, вы совершите неправильные действия. Я вам расскажу историю про Ангулимала. Ангулимала жил во времена Будды.

Все эти истории откроют ваш ум. Вы будете знать две крайности. Вообще не верить неправильно, но и слепо верить, делать все, что духовный наставник говорит, тоже неправильно. Важна золотая середина. Важно иметь сильную веру и уважение, но если он просит вас сделать что-то не соответствующее Дхарме, в это время скажите: «Я не могу этого сделать! Но все равно, я вас уважаю!»

Ангулимала был очень красивым молодым человеком, и жена его индуистского духовного наставника полюбила его. Это не понравилось его учителю. Тогда индуистский духовный наставник подумал: «Что я могу сделать, чтобы Ангулимала стал очень диким человеком? Тогда моя жена разлюбит его». Такие учителя встречаются, будьте очень осторожны. Затем он сказал Ангулимале: «У меня есть для тебя особая практика». Ангулимала был очень искренним человеком и обладал очень чистым умом. Очень чистых, наивных людей легко обмануть. Такой человек думает, что другие люди такие же, как он, поэтому сразу на сто процентов всему верит.

Я вижу, что в России у большинства людей очень чистый ум. У вас нет хитрости. Если вам что-то не понравится, вы говорите прямо, внутри вы – чистые. Если вам дают Дхарму, вы можете практиковать чисто, искренне. В этом тоже есть опасность: если вы встретите неправильного учителя, вы можете неправильно заниматься практикой. Поэтому эта история для вас очень важна.

Итак, учитель сказал, что у него есть особая тайная практика, которую он передаст только Ангулимале. Если я скажу: «Это особая тайная практика, я даю ее только тебе», – то все люди будут так рады: «Только для меня! Я особый человек!» Вот с такими вещами будьте осторожны. Не будьте такими наивными. Быть наивным – хорошо, но если быть слишком наивным, можно попасть на неправильный путь. Никто не должен играть вашей жизнью. Если кто-то не может вам помочь стать лучше, а ради своей выгоды играет вами – это очень плохо.

Тогда этот наставник сказал Ангулимале: «Ты должен убить тысячу людей. У каждого человека, которого ты убиваешь, отрезай палец и нанизывай его на четки. Когда у тебя будут четки с тысячью пальцами, тогда ты сразу достигнешь высоких реализаций». Ангулимала из-за преданности учителю без всякого исследования сразу же поверил ему. Преданность учителю, с одной стороны, очень хорошо, но с другой стороны, в этом тоже есть опасность, если учитель показывает неправильный путь, и вы по нему идете.

После этого Ангулимала стал убивать людей и делать четки из их пальцев. И так он набрал уже девятьсот девяносто девять пальцев, и ему оставалось добыть только один палец. Он искал, где взять еще один палец, и в этот момент увидел Будду и погнался за ним. Будда шел очень спокойно, медленно, но, как бы Ангулимала ни бежал, он не мог догнать Будду. Тогда он закричал: «Пожалуйста, подождите меня!» Будда посмотрел на него и спросил: «Что ты хочешь?» Ангулимала сказал: «Я неплохой человек, но я должен вас убить!» Будда спросил: «Что ты приобретешь, убив меня?» Ангулимала ответил: «Убив вас, я смогу насадить ваш палец на четки, и тогда я достигну очень высоких реализаций». На что Будда ему ответил: «Если убив меня и сделав из моего пальца четки, ты бы достиг высоких реализаций, я бы с радостью отдал тебе свою жизнь. Но это неправда. Убивая, принося вред другим, раньше невозможно было стать счастливым, сейчас невозможно, в будущем будет невозможно. Из семени перца вырастет только перец, из семени яблока – только яблоня. Невозможно, чтобы это изменилось». Вы, например, можете посадить семя перца, поливать его водой для того, чтобы оно быстрее росло и стало больше, но вы не можете сделать так, чтобы из семени перца выросла яблоня. Раньше это было невозможно, сейчас это невозможно, в будущем

тоже будет невозможно. Точно также, причиняя вред другим, причиняя боль другим, невозможно, чтобы вы стали счастливым. Невозможно, чтобы это стало причиной счастья.

Когда Будда объяснил это, Ангулимала понял, что его духовный наставник вел его в неправильном направлении. Он заплакал, потому что он был добрым человеком, и сказал: «Вы открыли мне глаза, и с этого момента я не буду вредить ни одному живому существу. А сейчас я уже накопил огромное количество негативной кармы, пожалуйста, дайте мне учение каким образом очистить эту негативную карму. С этого момента, пожалуйста, будьте моим Духовным Наставником, дайте мне учение по правильному пути. У нас, обычных живых существ, много неведения, мы не знаем, что правильно, а что неправильно». У Учителя должно быть сострадание к ученикам, так как они не знают пути. Как можно играть их жизнями?

Другая крайность, так говорится в Ламриме, если духовный наставник просит вас сделать что-то противоречащее Дхарме, то вы должны уважать его, не должны терять в него веру, но не выполнять такую просьбу. Например, если я скажу, что где-то есть такой-то человек, который обо мне говорит плохо, и что вы должны поехать туда и побить его. Это противоречит Дхарме. Ничего не говорите, но не делайте этого. В этот момент вам это говорит не ваш духовный наставник, а его гнев, привязанность. Вы должны знать: «Это не мой Духовный Учитель, это его гнев! У него осталось немного гнева. Но кто знает? Может быть это не гнев. Наверно он специально проверяет – поумнел я или нет?» Кто знает, его гнев вам говорит это или он просто вас проверяет?

Очень высокий мастер Шевуке Ринпоче всегда ругал учеников, у которых была хорошая вера и преданность. Другим своим геше он говорил, что такой-то ученик не очень хорош, у него преданность слабая. Как он это проверял? Шевуке Ринпоче – высоко реализованный мастер, у него нет такой концепции. Каждый раз, когда разные ученики, как вы, например, приходили убирать в его доме, он сидел и смотрел. Когда все работы были закончены, он говорил ученику: «Иди сюда. Покажи мне твои карманы». Ученик спрашивал: «Почему?» Шевуке Ринпоче говорил: «Я посмотрю. У меня деньги пропали, наверно, ты украл их», – он просто шокировал своими словами этого ученика, – «Ты выглядишь как вор!» Это запутывает ваши мысли. Вы сразу думаете: «Такие негативные мысли у Учителя! Всё, я не хочу убирать у него!» Он специально так говорит. Его мысли чистые, как снежная гора, но он смотрит на то, какая будет ваша реакция на его слова, что вы похожи на вора. Он говорит: «У некоторых учеников такая слабая вера! Когда приходят, у них сильная вера, но когда я так скажу, то лицо сразу красное, и преданность исчезает!»

Чтобы вам ни сказал Учитель, вы не можете его судить, вы его уважаете, верите, но при этом вы не должны делать то, что противоречит Дхарме – это золотой, срединный путь. Для вас в этом нет никакой опасности. Если Учитель хочет вас обмануть, говорит, что вам надо продать квартиру, все деньги ему принести, так не поступайте. Это противоречит Дхарме. Квартира не только ваша, но также вашей семьи. Потом где дети будут жить? Скажите: «Извините, если бы это была только моя квартира, я бы сделал вам подношение. Но эта квартира не только моя, но всей семьи. Поэтому у меня нет права». Не делайте этого. Всё очень ясно. Эти слова Ламы Цонкапы защищают вас от двух крайностей. Это золотой совет. Любое учение понять поверхностно легко, но найти тонкую грань между двумя

крайностями – вот это очень сложно. Если вы ее нашли, тогда вы поняли смысл этого учения, и вы свободны от двух крайностей.

Для вас не обязательно слишком много думать о недостатках и нарушениях преданности Учителю. Вам лучше думать о преимуществах, тогда вы будете очень позитивны. В повседневной жизни основную часть времени думайте о преимуществах преданности Учителю. Если же наступает такая ситуация, когда вы уже близки к потере преданности Учителю, тогда подумайте о недостатках нарушения преданности. Итак, смотрите сами на свою ситуацию. Если в настоящий момент, когда нет никакой веры и уважения к Духовному Наставнику, вы сразу же будете много думать о недостатках нарушения преданности Учителю, то не сможете развить веру и уважение и решите, что лучше не иметь Учителя.

Когда вам доктор прописывает лекарство, вы также должны очень хорошо знать, какое лекарство принимать в первую очередь, какое во вторую, в какой ситуации какое лекарство вам подходит. Если вы понимаете учение, которое вам дается, то практика учения будет очень эффективной. Скажите себе: «Если я хочу достичь состояния будды очень быстро, для меня очень важна чистая преданность Учителю». Секрет быстрого достижения состояния будды – это чистая преданность Учителю.

Основной секрет всех великие мастеров, которые в прошлом быстро достигали высоких реализаций, в том, что они хранили чистую преданность Учителю. Миларепа достиг состояния будды за одну жизнь. Если бы вы спросили у него, в чем его секрет быстрого достижения состояния будды, Миларепа сказал бы: «Мой секрет в преданности Учителю». Не только Миларепа, все высокие мастера скажут, что секрет быстрого достижения состояния будды – это чистая преданность Учителю. Даже, если ваш Духовный Наставник не будда, но у вас чистая преданность Учителю, то вы очень быстро достигнете состояния будды.

Благословение Духовного Наставника находится не в руках Духовного Наставника, а в руках ваших веры и уважения. Если вы хотите день и ночь получать благословение всех будд и бодхисаттв, если вы хотите, чтобы защитники Дхармы (Сахьюсаны) вас защищали, для этого вы не должны делать подношение «сергим», это не практика Дхармы. Самое лучшее для того, чтобы вас постоянно окружали будды и бодхисаттвы и защитники Дхармы защищали вас жизнь за жизнью – это иметь чистую преданность Учителю. Когда у вас чистая преданность Учителю в сердце, это как мед, и серебряные, золотые, бриллиантовые пчелы прилетят к вам сами и будут защищать вас жизнь за жизнью.

Иногда возникает такая ситуация: вам кажется, что вашей жизни грозит какая-то опасность, что же вам лучше всего сделать, чтобы защитить себя? В этот момент самое лучшее, что вы можете сделать – это визуализировать своего Духовного Наставника у себя в сердце и читать мантру ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ.

Если дома вы чувствуете опасность, вы не видите, но чувствуете присутствие злого духа, у нас везде есть злые духи, в это время самый лучший защитник – ваш Духовный Учитель. Визуализируйте его в облике Будды Ваджрадхары в вашем сердце и читайте мантру ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ. Миллионы злых духов могут находиться рядом, но не смогут причинить вам вред.



Иногда вы можете чувствовать влияние негативных сил, порчу. В нашем мире все есть, и негативные силы тоже есть. Самая лучшая защита – это когда вы визуализируете вашего Духовного Наставника в облике Будды Ваджрадхары в своем сердце, начитываете мантру ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ и чувствуете сострадание к тем людям, которые шлют на вас порчу. В этот момент вы будете чистым духовным практиком.

Будьте спокойны, никого не бойтесь, только себя бойтесь, своих неправильных мыслей: гнева, привязанности, то есть своего ненормального ума. Ваш ненормальный ум – это самое страшное, он по-настоящему вам вредит, раньше вредил, сейчас вредит, в будущем всегда будет вредить. Злому духу можно только сострадать. Чем он может навредить? У него есть только тонкое энергетическое тело, физического тела нет. Когда вы боитесь, он может немного вам навредить. Если вы не боитесь его, злой дух ничего не сможет вам сделать.

Один человек, однажды, увидел духа и заговорил с ним. Он спросил: «Кого ты боишься больше всего?» Дух ответил: «Я боюсь больше всего того, кто не боится меня. С тем, кто меня боится, я могу сделать все, что угодно». Это правда, если вы боитесь, то постепенно духи смогут вам навредить. Они будут издавать странные звуки, это вас будет пугать еще больше, и так потихоньку они вами овладеют. Самое лучшее – это почувствовать сострадание и начитывать мантру гуру-йоги.

Сейчас я открою вам один секрет. Если вы без труда хотите накопить высокие заслуги за один миг, заслуги большие, чем накопленные от ста тысяч простираций за три месяца, то есть только один способ – это преданность Учителю. За один миг преданности Учителю вы накопите больше заслуг, чем от ста тысяч простираций, поэтому самое важное – это не простираания. Если вы делаете сто тысяч простираций и думаете: «Я очень активный ученик, а другие – слабые ученики. Я делаю сто тысяч простираций», – то заслуг вы не накопите, это детская практика. Но если вы породите чистую веру и уважение к Духовному Учителю, из ваших глаз потекут слезы, то за один миг вы накопите много заслуг. Итак, секрет накопления высоких заслуг за один миг – это преданность Учителю.

Вы можете сопоставить заслуги следующим образом: например, вы в течение калпы практиковали щедрость, но если сравнить эти заслуги с одним подношением, которое вы сделали бодхисаттве, то вы накопите больше заслуг в случае подношения бодхисаттве благодаря силе объекта накопления заслуг. Бодхисаттва – очень высокий объект накопления заслуг. Также вы можете делать подношение тысяче, миллионам бодхисаттв, но если вы сделаете одно подношение будде, в случае подношения будде вы накопите больше заслуг, потому что объект весомее. Если вы сделаете подношение тысяче будд и сделаете одно подношение своему Духовному Наставнику, даже, если он не будда, вы накопите больше заслуг от подношения Духовному Наставнику, благодаря силе объекта. Будда – это отдельная личность, а ваш Духовный Наставник – это тот, кто открывает вам глаза, он является для вас воплощением всех будд и бодхисаттв, поэтому он выше. Он представитель всех будд. Поэтому, если вы сделаете одно подношение вашему Духовному Наставнику, то, косвенно вы сделаете подношение всем буддам. Это огромные заслуги. Но это не значит, что я косвенно вам говорю: «Дайте мне денег».

В наше время будьте очень осторожны. Иногда на учении слишком много говорят о преданности. Люди сразу хотят заработать на этом деньги. Я этого не хочу. Когда вы делаете подношение вашему Духовному Наставнику, то достаточно поднести десять, пятьдесят или сто рублей, не нужно отдавать последние деньги. Это мой вам совет. Тогда вам будет комфортно. Самое главное – это то, что вы при этом думаете. Если вы даёте много денег, а сами жалеете: «Зачем я последние деньги отдал учителю?! Сейчас я хочу кушать, но не могу!» – тогда вы потеряете все заслуги. Очень важно подносить то, о чем вы в будущем не пожалеете.

Вы, русские, иногда впадаете в крайность. Когда делаете подношение, то даёте слишком много, а потом жалеете – это неправильно. Всегда нужна золотая середина. Не думайте, что это ваш последний визит к Духовному Учителю, продолжайте потом с чистой верой в соответствии со своими возможностями делать подношения. Очень важно делать подношение с чистым сердцем. Духовный Наставник будет рад любому вашему подношению, не обязательно оно должно быть богатым. Подлинный Духовный Наставник должен радоваться не тем материальным подношениям, которые вы делаете, а вашим духовным подношениям.

Ваше самое лучшее подношение мне – это с каждым днем становиться добрее. Если после слушания моего учения, у вас гнев стал немного меньше – это подношение мне. Когда я слышу, что в вашей семье папа или мама слушали учение геше Тинлея, и он или она стали меньше злиться, я чувствую, что это подношение мне. В вашей семье стало спокойно! «Раньше мой папа был такой злой, мама была такая злая. Сейчас, после учения геше Тинлея, как хорошо, наша семья такая счастливая! Конфликтов нет, все спокойны!» Вот это подношение для меня. Ваш сосед тоже думает: «Что там происходит? Так тихо стало!» – для меня это подношение. Подношение для меня – это когда возникла немного неправильная ситуация, но вы не проявляете сразу эмоций, контролируйте себя: «Нет, так нельзя! Сейчас я взрослый человек. У меня есть Дхарма. Я должен немного отличаться от обычного человека».

Если вы думаете, что вы – духовный человек, то самое главное – вы должны быть внутри духовным человеком, а не снаружи – без волос, в красной одежде. Если вы живёте согласно учению Будды, согласно совету мудреца – это практика. То есть, каждый день выполнять практику, не пропуская ни одного дня, – это тоже будет вашим лучшим подношением мне. Что вам мешает? Каждый день читайте минимум сто мантр ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Нужно говорить себе: «Минимум сто мантр ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, сто мантр Манджушри, сто мантр Тары я буду читать». Это легко. Пока вы едете в метро, вместо разговоров читайте мантры. Вместо того чтобы думать, что о вас говорят другие, читайте мантры, вы будете спокойны и счастливы. Это тоже подношение Духовному Наставнику. Когда вы думаете, что вы поступаете в соответствии с советами своего Духовного Наставника, то вы не только начитываете мантры, практикуете Дхарму, вы также выполняете практику преданности Учителю. Так вы накопите очень высокие заслуги.

Далее, что делать, если вы хотите очистить очень тяжелую негативную карму за короткое время? Вы можете очень быстро очистить негативную карму, если у вас есть прямое познание пустоты. Если у вас есть бодхичитта, то негативную карму вы также сможете очистить за один миг. В настоящий момент у вас нет познания пустоты, нет бодхичитты, но

для того чтобы очистить негативную карму, вам нужно какое-то чистящее средство, просто водой ее нельзя очистить. У вас нет средства бодхичитты, средства понимания пустоты, вы не можете их сейчас купить, потому что они продаются далеко от вас, например, в Америке. Сейчас я открою вам секрет, средство, которое вы сможете приобрести в Москве, – это преданность Учителю. Вот такое чистящее средство вы, действительно, сможете приобрести. Это средство не хуже, чем бодхичитта, чем познание пустоты. Преданность Учителю – очень мощное средство для очищения негативной кармы. Например, есть три марки машин: бентли, ауди, мерседес. Все знают, что мерседес – хорошая машина, но ауди не хуже и в Москве ее можно купить очень дешево.

Итак, вы понимаете этот секрет: для очищения негативной кармы вам необходим определенный ингредиент и самый лучший ингредиент, который у вас может быть, – это преданность Учителю. Так, с очень сильной преданностью Учителю вы сможете очистить за один миг невероятно тяжелую негативную карму, которую вы создали в течение кальпы.

Если вы объедините практику Ваджрасаттвы с практикой преданности Учителю, то она будет для вас более эффективной. Когда вы представляете Будду Ваджрасаттву над своей головой отдельно от Учителя и просите об очищении, то это не такая сильная практика. Сильная практика Ваджрасаттвы – когда вы верите, что Ваджрасаттва – это ваш Учитель, у которого обычное тело – человеческое, но его настоящее тело – другое. Ваш Учитель в этой другой форме находится над вашей головой, и в силу связи Учитель – ученик вы обращаетесь к нему: «Ваш ученик с безначальных времен создал много негативной кармы. Мой Учитель, Ваджрасаттва, я вам верю, вы – воплощение всех будд и божеств, пожалуйста, очистите всю мою негативную карму!» Так, с сильной преданностью вы будете делать очищение и за один миг сможете очистить очень мощную негативную карму, которую вы создавали в течение кальпы. Поэтому в буддийской практике главное не количество, а качество!

В традиции Ламы Цонкапы нет сильного упора на количество: сто тысяч простирааний, сто тысяч мантр Ваджрасаттвы. Мой Учитель Пананг Ринпоче ни слова не говорил мне о том, что нужно делать простираания или начитывать мантры по сто тысяч раз. Он говорил: «Сто тысяч раз – для людей, подобных детям, у которых нет знаний, таким людям лучше делать сто тысяч простирааний». Когда есть полные знания сутры и тантры, сто тысяч раз – это не главное, самое главное – качество! «Вставать рано утром – это тоже не главное», – говорил мне Пананг Ринпоче. Когда я подумал о том, что мне надо вставать рано утром, он сказал: «Зачем вставать рано утром? Вставай, когда ты хочешь. Самое главное – качество!» Иногда у меня тоже возникают мысли: «Если я один раз не встал рано утром, значит, я – плохой ученик!» Это неправильно.

Во всех словах Пананга Ринпоче есть очень тонкое учение: «Самое главное – качество!» Я спросил: «Сколько сессий мне делать в течение дня?» Он ответил: «Это тоже не главное. Самое главное – качество!» Сколько мантр читать – также не главное.

Один ученик сказал мастеру Кадампа: «Я каждый день делаю много простирааний. Как моя практика?» Он ответил: «Много простирааний – хорошо, но если бы ты занимался практикой Дхармы, было бы лучше!» Ученик задумался о том, что такое практика Дхармы и стал читать много мантр. Потом мастер Кадампа сказал: «Читать мантры хорошо, но, если бы ты

занимался практикой Дхармы, было бы лучше!» Слова и мысли должны совпадать. Заниматься практикой Дхармы тоже не самое главное, самое главное – качество! Но мой Учитель Пананг Ринпоче сказал еще точнее: «Просто заниматься практикой недостаточно. Самое главное – качество!» Если один миг вы качественно занимаетесь практикой, то это во много раз лучше, чем три часа сидеть в строгой позе.

Некоторые из моих учеников два, три часа сидят в строгой позе, я думаю: «Зачем это нужно? Лучше бы дома убирались, помогали». Если дома все грязно, и вы думаете, что помогать людям – это не практика, а практика – это сидеть в строгой позе, то это неправильно. Убираться дома, кормить свою семью – это тоже практика. Зарабатывать деньги для своей семьи – это тоже практика, это ваша ответственность. Считать, что вы духовный человек и вам не нужно работать – это неправильно. Самая первая ваша ответственность – кормить семью. Если вы папа, выполняйте свою работу.

Думайте не только о себе: «У меня есть ответственность перед моей семьей. Не только перед семьей, но перед родственниками, которые мне помогали, я должен им помогать. Мы все россияне и у меня есть ответственность перед всей Россией, сделать что-то доброе для нашей страны». Это главный буддийский пункт: беру ответственность ради блага живых существ. Если вы это потеряете, то потом у вас ничего не будет, так как у вас нет корня буддийской практики. Эгоистично говорить: «Я занимаюсь медитацией. Я стал особым человеком. Все меня уважают». Это не является корнем буддизма.

Ваша духовная практика не будет мешать вашей повседневной деятельности, если в течение пяти минут вы будете заниматься чистой практикой. Один час чистой практики не помешает вашей работе. Другие обязательства, которые вы взяли, вам также необходимо выполнять. Хотя вы не можете их делать чисто, все равно вам необходимо их выполнять, это тоже практика, потому что вы взяли эти обязательства перед Духовным Наставником.

Другая крайность, которую вы также должны понять: ваш ум может сказать, что если вы не чисто выполняете практику, лучше ее не делать. В начале, когда вы занимаетесь практикой, вы не можете сразу делать ее чисто. Вы выполняете практику час, и может за этот час у вас бывает несколько моментов чистой практики. Это похоже на поиски золота. Люди, которые ищут золото, не находят его сразу. Они сначала добывают песок, в котором может быть золото, а потом из него по крупичкам получают золото. Вы же говорите: «Там много песка, я не нашел чистого золота, поэтому не хочу больше искать. Если я найду чистый самородок, тогда имеет смысл искать». Так вы не найдете золота.

Итак, есть две крайности, не впадайте ни в одну из них, во всякой практике вы должны знать срединный путь. Очень важно выполнять практику чисто. Вначале вы не можете чисто выполнять практику, но если вы будете делать практику в течение часа, то определенные моменты чистой практики там будут. За час вашей практики напоминайте себе о чистоте практики, помните не только о количестве. Итак, какой бы практикой вы ни занимались, напоминайте себе о преданности Учителю, и тогда ваша практика будет становиться чистой.

Один из секретов – напоминайте себе о преданности Учителю, второй секрет – напоминайте себе о непостоянстве и смерти. Если вы вспомните о непостоянстве и смерти, то сразу ваша практика станет чистой. Поэтому один высокий мастер говорил, что если в течение

утренней сессии вы не вспомните о непостоянстве и смерти, то впустую проведете утреннюю сессию. Если в течение дневной сессии вы не вспомните о непостоянстве и смерти, то вся ваша дневная сессия пройдет впустую. Если в течение вечерней сессии вы не вспомните о непостоянстве и смерти, то и вечерняя сессия также пройдет впустую. Таким образом, ваш день пройдет впустую. Поэтому здесь важна не только преданность Учителю. С преданностью Учителю помните о непостоянстве и смерти, тогда ваша преданность станет еще сильнее. Эти две темы помогают друг другу. Когда вы вспоминаете о непостоянстве и смерти, у вас сразу возникает страх: «Что будет дальше? Куда я попаду в следующей жизни? Вероятнее всего – в низшие миры. Кто сможет меня защитить? Мой Учитель, который является воплощением всех будд и бодхисаттв, с кем у меня есть прямая связь! С другими буддами у меня нет прямой связи». Когда вы болеете, с соседом у вас прямая связь. Ваши родственники живут далеко, с ними у вас нет прямой связи. Вы зависите от соседа. Поэтому хорошие отношения с соседями очень важны. В отношении преданности Учителю, у вас с Духовным Наставником есть прямая связь, поэтому вы к нему обращаетесь: «Пожалуйста, защищайте меня жизнь за жизнью!» Ваш Духовный Наставник, действительно, как ваш сосед, возможно, он живет с вами в одной комнате. Даже не только как ваш сосед, а как ваш отец, который живет с вами в одном доме. Когда вы так чувствуете, ваша преданность становится сильнее.