

Итак, как обычно, породите правильную мотивацию. Получайте это учение с мотивацией укротить свой ум, сделать его более здоровым. Каждый раз, получая учение, важно порождать правильную мотивацию. Если вы получаете учение с неправильной мотивацией, то оно не будет для вас эффективным.

Получая нектар учения в сосуд ума, проверьте: сосуд вашего ума чистый или нечистый, перевернутый или неперевернутый, дырявый или недырявый. Если у сосуда вашего ума нет этих трех изъянов, то тогда нектар учения, который вы получите, будет для вас очень полезным. Это касается не только духовного учения. Даже получая обычное мирское образование в чистый сосуд, вы станете очень полезными для страны людьми. Но если ваш сосуд окажется грязным, то, даже обладая знаниями, вы будете вредоносны для страны. Если вы становитесь вредоносными для страны, то в первую очередь вы приносите вред себе, а после и окружающим. Люди, у которых знаний меньше, меньше вредят и меньше помогают. Чем больше знаний вы получаете в грязный сосуд ума, тем более вредоносными становитесь. Если больше знаний получать в чистый сосуд ума, то вы будете становиться более полезными для других.

Научите своих детей получать любые знания, любое образование в чистый сосуд ума, то есть с правильной мотивацией – пусть я стану источником счастья для других. В наше время учителя и родители делают большой упор на получение знаний, а не на то, чтобы эти знания получались в правильный сосуд ума. Если ваши дети станут получать обычные знания в загрязненный сосуд ума, то они сами не будут от этого счастливы, оказавшись вредоносными для общества. Поэтому вам как родителям нужно все время напоминать своим детям, чтобы они получали знания в чистый сосуд. Когда вы просите своих детей купить молоко, вы не наливаете сразу молоко в сосуд, вы сначала сосуд моете, а потом покупаете молоко. Точно также поступайте с получением знаний.

Это мой небольшой, простой, но очень полезный совет. Иногда вы думаете, что совет должен быть очень сложным. Не обязательно. Получить совет в подходящее, положенное время – вот что важно. Если вы совершаете правильные действия в подходящее время, то, даже не очень хорошо спланировав, вы получите хороший результат. Но, если время неподходящее, то даже разработав безупречный план, вы не получите положительного результата. Поэтому в буддизме говорится, что положенное, подходящее время очень важно.

Приведу очень простой пример. В 1996–1997 годах было хорошее время для бизнеса. Даже людям без хорошо продуманного плана бизнес приносил прибыль: они ехали в Турцию за товаром, который продавали в России. Сейчас сложное, неподходящее время для бизнеса.

В буддизме говорится, что драгоценная человеческая жизнь – это очень хорошее время. Даже если нет хорошего плана, все равно занимайтесь бизнесом – вы в любом случае получите очень хороший результат. Я имею в виду духовный бизнес. Даже если у вас нет больших знаний, вы не знаете всей сутры и тантры, но, даже выполняя небольшую практику, практику прибежища, вы получите очень хороший результат. Сейчас для вас драгоценное время, 1997-й год, если вы упустите драгоценную человеческую жизнь, действительно будет очень жаль. Может случиться так, что вы скажите: «О, у меня была драгоценная человеческая жизнь, но я недостаточно хорошо занимался духовным бизнесом», а духовный бизнес – это накопление позитивной кармы. Если вы хотите заниматься бизнесом, то занимайтесь таким бизнесом. Это самый надежный банк, в котором нет законов, созданных людьми.

Наш бизнес основан на американских бумагах: сегодня у них есть определенная ценность, а завтра, может быть, они не будут иметь никакой ценности. Вся эта ценность создана

людьми, поэтому у этих объектов нет собственной ценности. Экономисты это знают. Те, кто разбирается в экономике, боятся все потерять, потому что это ненадежные вложения. Самое надежное – это механизм кармы, это банк вашего ума, в котором вы являетесь президентом. Вам не нужно, чтобы вас выбирали как президента, вы сами президент. Это ваша собственная территория, поэтому именно в это место вам нужно делать вложения, инвестиции, а не в какое-то другое место, где у вас нет никакой власти, силы. Умный человек инвестирует в место, в котором он сам себе хозяин. Все в ваших руках. Когда я так думаю, я счастлив! Это банк. Я не бедный, но и не богатый. Я вижу другого миллиардера – бодхисатву или арию – и думаю: «О, я его конкурент!» Я сорадуюсь ему, ведь я тоже хочу стать таким. Вам необходимо думать подобным образом.

Возьмем, например, лед. Если кто-то построит очень красивый дом из льда, то другие люди, понимая природу льда, испытают к этому человеку сострадание: его дом разрушится под воздействием солнечных лучей. Зимой сооружение выглядит красиво, но сменится сезон, и оно превратится в воду. Точно также в отношении всех наших мирских проектов – это красивый дом, построенный из льда. Этот дом, построенный миллиардером или скромным человеком, все равно растает, потому что нет хорошей основы. Отсюда становится ясно, почему возник мировой экономический кризис.

Рассмотрим ситуацию, возникшую в банке «Леман бразерс». Создатели этой фирмы были очень умными людьми, на которых работало большое количество профессионалов, но, в конце концов, их бизнес рухнул, потому что фундамент – лёд. Даже если ваш дом из льда сейчас защищает облако, рано или поздно солнце появится вновь.

Рассуждая подобным образом, вы поймете, что духовная практика и внутреннее богатство по-настоящему надежно. Миларепа говорил: «Когда я вижу, как умирают обеспеченные люди, я понимаю, что в богатстве нет смысла». Когда умирает царь или нищий, они оба уходят с пустыми руками. Никто ничего не сможет взять с собой. Завтра утром, когда вы откроете глаза, жизнь продолжится. Никто не знает, что наступит раньше: завтра или следующая жизнь. Но это не конец. Жизнь будет продолжаться.

Я хотел бы посоветовать вам: не теряйтесь только в этой жизни. Вам необходимо породить определенную убежденность, что и будет являться пониманием Дхармы. Моя цель не в том, чтобы дать вам очень много разнообразной информации. Я здесь для того, чтобы убедить вас, открыть вам глаза. Сейчас огромное количество буддийских книг! Вы много читаете, и в вашей голове все еще больше перепутывается. Мои ученики обладают достаточным объемом информации, но очень слабой убежденностью. Это говорит о том, что у вас нет правильного понимания Дхармы. Иногда мои ученики знают гораздо больше мантр, чем я, и просят меня передать такие мантры, о которых я никогда не слышал. Я говорю, что никогда не слышал такой мантры. Вы отвечаете: «Да, Геше Ла, есть. Я видел в книге». Зачем читать так много сложных мантр? Когда у вас нет убежденности в Дхарме, вы ищете что-то такое, что якобы сделает вас отличными от других. Это самообман.

Получайте учение с тем, чтобы породить убежденность, открыть свои глаза. Поэтому, когда я слушаю учение Далай-ламы, даже то, которое знаю, я слушаю его как медитацию, и тогда у меня появляется большая убежденность. Все это есть у меня в памяти, но я не буду говорить о том, что уже знаю это, так как слушаю Далай-ламу. Он подобен шеф-повару, вкус блюд которого я не могу воспроизвести самостоятельно. Я знаю, что весь материал одинаков, но существует тонкий нюанс. Но если я медитирую с этой мыслью, у меня получается такой вкус, как у Далай-ламы. Если вы знаете, как медитировать подобным образом, то тогда вы понимаете Ламрим. Если вы говорите, что уже знаете Ламрим и хотите получить другое учение, это неправильно. Один геше сказал, что тридцать три раза слушал

учение по Ламриму и теперь самостоятельно может приготовить каждое блюдо: драгоценность человеческой жизни, преданность Учителю, непостоянство жизни и смерти. Раньше, когда вы анализировали, медитировали, вы готовили блюдо, испытывали чувство. Это подобно вкусу еды, но другого уровня. Я слушал учение тридцать три раза и теперь могу все готовить сам. Это называется пониманием Ламрима. И это мое сущностное наставление. Вы не найдете такого в книгах.

Существует множество сущностных наставлений, которые вы можете получить напрямую от своего Духовного Наставника, но вы не найдете их в книгах. Меня очень радует, когда некоторые мои ученики говорят, что хотя они и слушают то же самое учение, каждый раз они чувствуют новый вкус этого учения. Я понимаю, что у них возникает понимание Дхармы. Это настоящие ученики. Я возлагаю на них большие надежды, поскольку они потихоньку становятся шеф-поварами.

Перейдем к медитации на шаматху. Напоминаю, что основа очень важна. Шаматха – очень сложное блюдо, обладающее невероятным вкусом. Приготовив единожды, вы будете счастливы день и ночь. Остальная еда – мирская еда. Приготовив блюдо шаматхи, вы откажетесь от мирской еды. Ваш ум, постоянно находясь в концентрации, становится счастливым. У вас возникнет ощущение, будто омрачения исчезли: у вас не появляются грубые омрачения, но остаются тонкие.

Излечившись от грубой болезни, вы считаете себя здоровым, но вы не совсем здоровы. У вас ничего не болит, но врач говорит: «Необходимо продолжить лечение, вы устранили грубую болезнь, осталась тонкая. Если вы прекратите лечение, болезнь вернется». Также, развив шаматху, вы подумаете, что омрачений больше не осталось, вы освободились. Ум станет подобным цифровой камере: закрыв глаза, вы сможете пересчитать каждую мельчайшую частицу нашего мира. Вот такую ясность вы обретете. У всех есть такая способность, но вы не используете такой невероятный потенциал. Если, например, кто-то вам подарит уникальную территорию, под землей которой залегают нефть, то вы от радости просто запрыгаете. Это ничто. Вот потенциал ума просто невероятен. В нем есть все, но вы просто его не используете. В вашем уме нет опасности. Но, начав добычу нефти и получив прибыль, появится опасность для вашей жизни. Однако в уме нет опасности, потому что никто не сможет украсть у вас эту землю, никто не сможет занять вашу территорию. Вы будете пребывать в спокойствии и счастье.

Я хотел бы вам сказать: постарайтесь приготовить такое блюдо шаматхи. Замечу, что один-два раза получить учение недостаточно. Получайте его снова и снова. Так вы станете поваром, будете медитировать, и ваше понимание станет все глубже и глубже. Человек, который вообще не готовит, а только наблюдает, никогда не научится этому искусству. Смотрите, слушайте, потом пробуйте сами. Поначалу не будет получаться, но ничего, вы учитесь: «Огонь слишком сильный, не надо так делать». Но и без огня тоже нельзя. Это метод проб и ошибок. Все проходят этот путь.

Итак, понимать теорию и одновременно с этим медитировать очень важно. В наше время сразу приступают к медитации, но это неправильно. Другие считают, что необходимо всю жизнь изучать теорию. Это тоже неправильно. Дромтонпа говорил: «Днем подумайте об учении, полученном утром, а вечером медитируйте на него». То есть Дромтонпа считал, что получение учения, обдумывание и медитация должны проходить в один день, а не так: первую часть своей жизни вы слушаете учение, вторую – обдумываете и только в конце, в поздний период вашей жизни – медитируете. В это время вы можете умереть. В следующих жизнях вновь и вновь будете слушать учение. Но без знания Дхармы, без теории, очень опасно медитировать.

Управляя машиной без знания правил, вы попадете в аварию. У таких людей происходит авария в уме, ум становится ненормальным. Почему некоторые люди говорят, что я медитировал, а у меня «поехала крыша»? Потому что ум попал в ментальную аварию, не зная тонких нюансов. Поэтому я хотел бы вас предостеречь от нью-эйджевской медитации. Некоторые также говорят о трансцендентной медитации. Они смешивают много различных теорий вместе и полностью вас запутывают. Например, в одном сосуде вы смешиваете мед, мясной суп и молоко. К чему это приведет? Как минимум к болям в желудке. Даже в отношении еды вам нужно знать, какие комбинации являются правильными, а какие неправильными. Если вы, готовя еду, смешаете несочетаемые продукты, пища превратится в яд. То же самое и в отношении вашего ума. Комбинируя множество странных положений, вы сами становитесь странными.

Я как шеф-повар расскажу вам о приготовлении блюда шаматхи. Это очень трудное блюдо, но когда вы узнаете, как его приготовить, это будет просто невероятно. В прошлый раз я говорил, что первое и самое главное – хорошая основа. Первая очень важная основа – правильная мотивация. Если вы будете развивать шаматху с правильной мотивацией, то сможете достичь результата гораздо быстрее. С неправильной мотивацией будет очень трудно, практически невозможно развивать шаматху.

Ваша мотивация должна быть порождена не только желанием счастья в этой жизни, но и отречением, а также бодхичиттой. Поэтому, чтобы породить правильную мотивацию, вам необходима определенная основа в виде Ламрима, иначе вы не сможете развить хорошую мотивацию для достижения шаматхи. Благодаря медитациям на Ламрим, ваш ум будет частично затронут такой темой, как отречение, то есть вы сможете породить определенный уровень отречения и бодхичитты. Это очень важная основа.

Еще до того, как вы приступите к развитию шаматхи, каждый день вам необходимо выполнять определенные медитации на Ламрим. Во время медитации на Ламрим не обязательно сидеть в позе лотоса. Даже в метро вы можете размышлять на темы драгоценности человеческой жизни и др. Не думайте о неприятностях, происходящих в вашей жизни. Это приводит к дисгармонии. У вас не должно быть времени думать о подобных вещах. Ваша задача думать о драгоценной человеческой жизни: «О, у меня есть невероятно драгоценное время! Как мне повезло! Я обрел человеческое рождение!» Укусите себя за пальцы, они настоящие или нет? «Они настоящие! Я все еще жив! Как хорошо!» Пребывая в счастье, вы думаете: «Наверное, это чудо, сон, такое невозможно», укусите себя за палец, и вы поймете, что это не сон.

Точно так же думайте о драгоценной человеческой жизни: «О, как мне повезло!» Тогда вы станете очень счастливым! И для счастья вам будет достаточно просто иметь одежду: «У меня же есть драгоценная человеческая жизнь!» Человек, обладающий бриллиантом, но облаченный в простую одежду, не думает: «Я бедный». Его мысли таковы: «Пусть люди думают, что я бедный. Зато у меня есть бриллиант». Точно так же размышляйте о драгоценной человеческой жизни, ведь она есть не у всех. Кто делает вашу человеческую жизнь драгоценной? Ваш Духовный Наставник. Думайте о восемнадцати характеристиках (8 свобод и 10 благих условий) снова и снова. Думайте о том, что при рождении у вас не было восемнадцати характеристик. Благодаря кому вы обрели восемнадцать характеристик? Благодаря Духовному Наставнику. Именно Духовный Наставник делает вашу жизнь драгоценной человеческой жизнью. У вашего родного брата, родной сестры нет драгоценной человеческой жизни, пусть вы и родились от одного отца, от одной матери, в одной семье. Почему у вас есть драгоценная человеческая жизнь? Потому что это проявление доброты Духовного Наставника.

Если вы будете подобным образом размышлять о драгоценной человеческой жизни, это поможет развить и укрепить вашу преданность Учителю. А если вы думаете о преданности Учителю, то у вас появляется желание использовать эту драгоценную человеческую жизнь более эффективно. Таким образом, все эти темы взаимосвязаны. И только тогда вы начинаете немного понимать Ламрим. До тех пор, пока вы не получили реализации отречения, бодхичитты и мудрости, познающей пустоту, вы не поняли Ламрим. Старайтесь подобным образом порождать правильную мотивацию.

Вторая важная подготовка. Как я говорил, вы очень быстро забываете важные положения, а какие-то пустые моменты помните очень ясно. Итак, во второй подготовке содержится множество техник. Знать все техники не обязательно, при наличии хорошего фундамента даже двух из них будет достаточно. Если одна техника не работает, приступайте ко второй. Но если фундамент плохой, вам не помогут и четыре-пять техник. Понимать это очень важно. Это здравомыслие, которое используется и в бизнесе, и в духовной области. Везде используется одинаковый механизм. Основа крайне важна. И самое главное – это подходящее время. Когда вы делаете что-то в подходящее время, тогда вы стопроцентно добьетесь результата. Не забывайте об этом не только в духовной, но и в любой другой области.

Для большинства из вас сейчас подходящее время для развития шаматхи. Если в столь благоприятное время вы не разовьете шаматху, тогда вы никогда не сможете стать буддой, потому что в будущих жизнях ваша ситуация будет ухудшаться. В будущей жизни шанс развить шаматху – один на миллион. Сейчас у вас есть пятьдесят процентов из ста. Это очень большой шанс. Если вы активно готовитесь, то каждый раз ваша вероятность увеличивается, становится шестьдесят процентов, семьдесят и так далее. Используйте свои математические знания, теорию вероятности – это мудрость. В буддизме мы также используем эту теорию вероятности. Используйте это знание не только для того, чтобы сдать экзамены, но также и для своей жизни.

Далее вторая основа – это очень хорошее знание того, как развивать шаматху. Только правильной мотивации недостаточно. Вам необходимо получить очень подробные знания о том, как развивать шаматху: что делать перед сессией, во время сессии и после сессии. Все это очень подробно объясняется в Среднем Ламриме Ламы Цонкапы. Знать это очень важно. Также крайне важно знать учение о том, как развить шаматху, которое дается в Обширном Ламриме. В нем говорится о пяти ошибках медитации, восьми противоядиях, шести силах, девяти стадиях и четырех способах вступления в медитацию. В Среднем Ламриме основной упор делается на то, чем необходимо заниматься перед сессией, во время сессии и после сессии.

В Обширном Ламриме отдельные положения даются как ингредиенты для приготовления блюда. Затем эти ингредиенты, смешанные в определенном порядке, преподносятся в качестве блюда в Среднем Ламриме: что нужно делать перед сессией, во время сессии и после сессии с учетом вашего развития. Таким образом объясняются все девять стадий до момента развития шаматхи. Это называется «опытный комментарий».

Даже в наших тибетских буддийских монастырях нет такой подробной информации. Если бы Лама Цонкапа не пришел в Тибет, тибетский буддизм обратился бы к ритуалам или тантре. Это упадок, потому что Учение Будды становится просто религией. Многие считают, что передача – это самое главное. Получив передачу, они читают мантры. Уникальность буддизма в следующем: он является наукой, обладающей подробными знаниями и очень чистой теорией о том, каким образом развивать ум.

Итак, когда Лама Цонкапа давал комментарий на буддийское учение, оно становилось наукой об уме, чему давалось очень подробное объяснение, поэтому замешательств не возникало, все двигались в правильном направлении. Я хотел бы отметить, что только чистой мотивации недостаточно. В дополнение необходима вторая важная основа – это большое количество знаний. Чем больше подобных знаний вы обретете, тем эффективнее будет протекать медитация. Лама Цонкапа говорил, что даже у добрых людей с хорошим и плохим знанием Дхармы, результат, полученный путем медитации, будет различен. Обладатель хорошего знания быстро получит результат. Например, двух добрых людей попросили написать компьютерную программу. Один из них не обладает знания в этой области, второй – профессионал. Первый день и ночь будет писать программу, но ничего не выйдет. Вторым выполнит задание быстро. Почему? Разница в знаниях. Поэтому, когда программированием занимаются профессионалы, результат достигается гораздо быстрее, эффективнее. В медитации то же самое. Это универсальные знания, и вам необходимо понять, что теория очень важна.

Кто бы ни говорил, будто знания не нужны, важно только медитировать, возможно, у этого человека нет реализаций. Вы владеете небольшим бизнесом. Если у вас нет знаний, вы потеряете все, так ничего и не заработав. Поэтому все бизнесмены хотят, чтобы на них работали профессионалы. Они готовы платить большие деньги, потому что знают: профессионалы очень отличаются от непрофессионалов. Это факт. То же касается медитации. Если вы хотите достигать реализаций, то в первую очередь сделайте себя профессионалом. Люди, занимающиеся программированием, не были профессионалами с самого рождения, они даже не знали слова «компьютер». Они читали книги, разговаривали со своими друзьями, выполняли задания и только потом стали профессионалами.

Точно так же никто с рождения не является профессионалом в медитации на шаматху. Получайте учение снова и снова, читайте книги, чем более подробной информацией вы будете обладать, тем все большими профессионалами будете становиться. Если какой-нибудь мастер скажет, что получать учение необязательно: «Я дам особые медитативные техники, просто медитируйте», вы ответьте: «Это нонсенс», даже если он носит особую, золотую шапку, восседает на очень высоком троне и его окружают десять помощников. Когда человек, обладающий определенными знаниями и одним, тремя или даже десятью дипломами, говорит ерунду, вы понимаете, что это нонсенс. Диплом – это не главное, самое главное – теория, поэтому Будда говорил: «Не опирайтесь на человека, опирайтесь на его учение». Не важно, какую одежду носит человек, какой духовный пост занимает или говорит, что это его пятнадцатое перерождение – это все ерунда. Самое главное – факт. В науке так же: у меня есть десять дипломов, поэтому моей теории достаточно, но это ерунда. Докажите, что вы обладаете настоящим знанием теории. Точно так же в отношении учения: важно, чтобы оно было фактом.

Встретив скромного учителя, который бедно одевается и не имеет помощников, вы решите, что раз у него нет титула, то и слушать его не стоит. Это глупо. Сначала послушайте, что он говорит. Если теория чистая, если он говорит о невероятном механизме, то это настоящий йогин, настоящий мастер. Настоящий это мастер или нет, вы можете узнать по его учению, а не по одежде. В отношении учения Будда говорил: «Не полагайтесь на учение, требующее интерпретаций, полагайтесь на учение, имеющее прямой смысл. И в отношении учения, имеющего прямой смысл, полагайтесь не на обычное сознание, а на мудрость». Это те положения, которые вам нужно знать, тогда никто не собьет вас с правильного пути.

Итак, мы закончили рассматривать вторую основу. Если я во сне спрошу вас, какова основа для шаматхи, вы должны будете перечислить пункт за пунктом все эти положения. Первая и

самая важная основа – это правильная мотивация. Вторая – очень хорошее знание того, как развить шаматху. Третья – очищение негативной кармы и накопление заслуг. Это очень важно: без накопления высоких заслуг, без очищения негативной кармы, вы можете день и ночь медитировать, но это будет бесполезно. Не забывайте: существует опасность того, что вы сойдете с ума.

Когда Миларепа пришел к Марпе, Марпа не дал ему наставлений, инструкций и не отправил медитировать. Он попросил его построить дом. Марпа предвидел, что Миларепа станет его лучшим учеником, и, зная, когда придет Миларепа, пошел его встречать. Но он не хотел, чтобы Миларепа догадался о его намерении, потому что это будет питать эго будущего ученика. Поэтому Марпа сделал вид, будто пашет, чем крайне удивил свою супругу, поскольку никогда не ходил работать в поле.

Встретившись, Марпа и Миларепа беседовали о том, как уважать своего Учителя, как передавать его учение. Затем Марпа попросил Миларепу построить в определенном месте девятиэтажный дом. Когда Миларепа построил дом, пришел Марпа и спросил своего ученика: «Чем ты здесь занимаешься?» Миларепа ответил: «Вы сказали мне построить дом на этом месте». «Нет, я такого не говорил», – произнес Марпа. Если я так скажу, вы решите, что я сошел с ума, и сразу уйдете. Миларепа возразил: «Нет, нет. Вы сказали мне». «Я такого не говорил», – произнес Марпа. «У меня есть свидетель, ваша жена», – привел довод Миларепа. «Но она глупая, ничего не понимает», – ответил Марпа. Вы подумаете, что он шовинист. На самом деле он очень уважал свою жену, заботился о ней больше, чем о себе, но назвал глупой. Если люди с такой мотивацией (с заботой о других больше, чем о себе) ради блага других произносят такие слова, то это не негативная карма. Внешне вид один, внутри – совсем другой. Жена Марпы не обиделась, она знала, что он очень добрый внутри. Марпа сказал: «Не забудь отнести все эти камни на место». Миларепа вернул камни обратно. Почему он так сделал? Он проходил практику нёндро.

Мои ученики также достаточно выполнили таких практик нёндро по строительству. Сначала строили дома в Курумкане, затем в Гремячинске, затем в Мишихе и теперь в Заречье. Строить такой дом для медитации – накопление невероятно высоких заслуг. Сто тысяч простираний – ничто по сравнению с такими высокими заслугами. Если вы выполняете работу по поручению вашего Духовного Наставника, то ничто не сравнится с такими заслугами. Если вы выполняете практики нёндро по совету вашего Духовного Наставника, даже, если он просит вас сделать что-то незначительное, например, сделать уборку в доме, то вы, выполнив это, накопите невероятно высокие заслуги. Это стопроцентная правда, вам это полезно услышать. Я никогда не буду произносить эти слова ради себя. У меня нет мотивации вас использовать, поэтому мне удобно говорить об этом. Мне не нужна ваша помощь.

Подобные истории происходили не только с Миларепой. У одного из учеников Будды была очень плохая память. Этот ученик не мог запомнить даже двух слов. Духовный Наставник сказал этому человеку, что он не может стать монахом, потому что у него плохая память. Он стоял на улице и плакал. Будда отправился туда, где плакал этот человек. Будда спросил у него: «Дитя, почему ты плачешь?» Он объяснил, что очень глуп, потому что с рождения имеет очень плохую память: «Я не могу ничего запомнить в мирской области и не могу ничего запомнить в духовной области. Я хочу стать духовным практиком, монахом, но Учитель говорит, что я не могу стать монахом, потому что у меня очень плохой ум». Будда ответил: «Кто говорит такое? Ты можешь стать монахом. Не беспокойся. Я передам тебе обеты и научу, как выполнять практику. Для меня важно то, что у тебя есть намерение развивать свой ум».

Намерение развивать ум – это самое главное. Умный вы или нет – это не главное. Пока у вас есть намерение – это драгоценность, не надо его терять. Однажды вы потеряете это намерение и уйдете от меня, из буддизма. В настоящий момент это намерение развивать свой ум подобно веревке, которая удерживает связь со мной и Учением Будды. Сегодня я раскрываю вам очень тонкий механизм. Развивайте свой ум, постарайтесь делать веревку своего намерения все толще и толще, крепче и крепче. Когда она истончится и в результате порвется, вы уйдете в ложном направлении и разорвете связь с Духовным Наставником и Учением Будды. Вы окажетесь без защиты и станете объектами сострадания. Тогда Духовному Наставнику останется только молиться, чтобы в будущем у вас снова возникло намерение развивать свой ум, и он смог помочь вам в этот момент.

Без вашего намерения Духовный Наставник ничего не сможет, именно поэтому Будда обратился к монаху. Не потому, что это был человек высокого происхождения. Теперь вы понимаете, что намерение развивать свой ум привело Будду к тому человеку. Если поблизости находится Будда в грубой форме, то он придет к вам в грубой форме. Но если вы развиваете это намерение все больше и больше, то к вам придет Будда в тонкой форме. Будда присутствует везде, где есть человек с искренним намерением развивать свой ум. Когда у вас появится очень сильное чувство «Пусть я смогу избавиться от сансары», основную часть времени Будда будет вместе с вами.

Итак, Будда передал обеты этому человеку, учение и практику. Основной практикой монаха была уборка в монастыре, во время которой он повторял слова, произнесенные Буддой: «Убираю пыль, убираю омрачения». Произнеся первое слово, он забывал второе. Один из монахов напоминал ему. Он продолжал убираться в монастыре, протирать пыль с обуви каждого монаха, то есть держался очень скромно. Думал следующее: «Нет никого, кто был бы ниже меня, я самый низший». Когда у вас есть такое чувство, развивать реализации очень легко. Если вы стали настоятелем монастыря, развивать реализации крайне тяжело.

Нагарджуна сказал: «Пусть в своих будущих жизнях я не стану главой монастыря». То есть существует опасность того, что вы, став настоятелем монастыря и восседая на высоком троне, не сможете развивать свой ум, скромность. Нагарджуна имел в виду следующее: если мы хотим достичь реализаций, то лучше занимать самое низшее положение, а не высокий трон. Миларепа также говорил: «Я, сидя на самом низшем месте, достиг трона Будды Ваджрадхары». Поэтому скромность – очень важная основа для развития шаматхи. Это чувство скромности возникнет у вас, когда вы приступите к практике нёндро: будете строить дом, выполнять какую-то тяжелую работу, делать постирания. Тот монах, совершая уборку в монастыре, достиг высоких реализаций благодаря подобной практике нёндро. Однажды, совершая уборку, он понял смысл произносимых слов и после этого стал по ночам выполнять медитации. Этот человек обрел столь ясный ум, что помнил все, когда-либо услышанное.

Большое количество негативной кармы препятствует развитию. Почему сейчас очень тяжело развивать ум? Потому что нет правильной подготовки. Если вы правильно подготовились, то это очень легко. Например, если вы программист и вам необходимо написать компьютерную программу, вы выполните это очень легко, потому что знаете, что делать и в каком порядке. В духовных реализациях точно так же, чудес нет. Каждый палец знает, какую букву печатать, поэтому можно набирать текст, не глядя. Другие думают: «О, какой ясновидящий», но ничего подобного, это просто механизм.

В шаматхе, ясновидении нет чудес. Все есть развитие ума. Все мы обладаем одинаковым потенциалом, просто необходимо знать механизм. Поэтому проведите правильную подготовку, и тогда развить шаматху не составит труда. Итак, третья основа – это очищение

негативной кармы и накопление высоких заслуг. Если после этого вы приступите к развитию шаматхи, то шаматха будет прогрессировать день ото дня. Если вы профессионал, то за шесть месяцев вы сможете развить шаматху. А если вы не профессионал, то даже за многие тысячи лет вы не сможете ее достичь. Но если вы сможете развить шаматху за шесть месяцев, то это будет просто невероятно. Наши большие мирские проекты за шесть месяцев не реализуются, для большого проекта нужно три-пять лет. Поэтому развитие шаматхи за шесть месяцев – невероятно хорошая новость.

Итак, в Ламриме и многих других текстах говорится, что возможно развить шаматху за шесть месяцев, но только тем, у кого есть хорошая основа. Если в дополнение ко всем этим наставлениям, к вашей основе, вы изучите определенные техники махамудры – четыре йоги махамудры, то, добавив первую йогу, йогу однонаправленного, вы сможете развить шаматху за три месяца. Это уникальная особенность. Без такой основы вы можете выполнять все четыре йоги, но ничего не получится, так как нет фундамента.

Тем, кто выполнил подготовку, обрел основу и получил наставления по развитию шаматхи, Духовный Наставник передаст в дополнение к этому особую технику, что поможет вам провести медитацию эффективнее. Тантра это очень хорошо, если она используется как дополнительная техника к сутре. Например, если у вас нет правильно работающей машины, но есть устройство, ускоряющее движение автомобиля, оно вам ничем не поможет. Например, очень надежный автомобиль «мерседес». Почему «мерседес»? Потому что в нем есть все, в том числе хорошие тормоза. Если вы захотите передвигаться быстрее и улучшите свою машину с помощью определенного устройства, ускорителя, тогда оно поможет ехать быстрее.

Вам нужно понимать, что тантра не машина. Это некое приспособление, которое позволяет машине двигаться быстрее. Поэтому я хотел бы вам сказать, что тантра без сутры просто звуки ХУМ и ПЭ. Это не мои слова, их произносили многие высокие мастера прошлого. Даже высоко реализованные махасиддхи, то есть те, кто сам являлся высоким йогиним тантры, говорили, что тантра без сутры – просто ХУМ и ПЭ. Это не критика, они имели в виду, что без основы тантра бесполезна.

Если у вас возникнет убежденность, что очищать негативную карму и накапливать высокие заслуги очень важно, то этого для вас будет достаточно. Тогда вы спросите себя: «Что в настоящий момент является моей практикой? Это не концентрация высокого уровня, не махамудра, не шесть йог Наропы, не туммо, не ясный свет. В настоящий момент моя основная практика – порождение правильной мотивации, потому что у меня в течение дня девяносто пять процентов неправильная мотивация и только пять – правильная. Как с такой мотивацией я могу достичь высоких реализаций? Как я могу развить в себе Махаяну, если у меня за день не возникает ни одной мысли о счастье всех живых существ?» Скажите себе, что вы любитель, поклонник Махаяны, но не практик. Но я не говорю, что вы плохие, вы сами можете оценить себя. Сколько раз за день вам приходит мысль «Ради блага всех живых существ»? «Ради блага всех моих родственников» тоже не приходит. Это ваша мотивация. Глаза откроете – я! Думаете только о себе. Это необходимо менять.

Старайтесь развивать правильную мотивацию, для этого не обязательно сидеть в строгой позе. В повседневной жизни снова и снова размышляйте над тем богатым материалом, который дается в Ламриме, чтобы он стал вашим образом мышления, тогда вы будете отличаться от других людей. После пробуждения думайте: «О, я еще жив! Сколько людей умерло, а я жив! Как хорошо! У меня еще есть драгоценная человеческая жизнь!» Память о том, что у меня еще есть драгоценная человеческая жизнь, является короткой медитацией на драгоценную человеческую жизнь.

Затем поразмышляйте о сансаре: «Если есть болезнь ума...». Вам сложно развивать эту мысль, поэтому вы просто думаете об абстрактных вещах. Помните о том, что ваш ум заражен болезнью омрачений, а это природа страдания, поэтому как было бы хорошо, если бы ум стал полностью здоровым. Это не так абстрактно, как если бы я вам говорил, например, «нирвана». Для меня тоже понятие «нирвана» чуть-чуть абстрактно. Сансара для меня также абстрактная вещь, это страдание, много чего непонятного. Когда я думаю, что сансара это болезнь ума, это природа страданий, это на сто процентов правда. Когда в теле есть болезнь, какую бы красивую одежду вы ни надели, куда бы вы ни отправились – все равно это болезнь страданий. Точно так же болезнь ума. Где бы вы ни сидели, как бы красиво вы ни были одеты – это страдания. Болезнь ума – это сансара! Как было бы хорошо, если бы мой ум стал здоровым, исчезли бы болезни омрачений! Я могу это развивать.

Итак, думайте о том, как было бы хорошо, если бы я смог обрести совершенно здоровый ум, тогда бы решились все мои проблемы. Это называется отречением. В отречении нет того, что сансара – это все шесть, семь или восемь видов страданий. Если к вам придет мысль «Как хорошо, если я обрету здоровый ум!», это отречение. Не обязательно владеть всеми техниками. Самое главное для вас – чувство, что до тех пор, пока я страдаю от болезни омрачений, все по природе будет страданием. Далее подумайте о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Для вас это будет очень эффективно. Как из неведения возникает карма, то есть какова эволюция вашей жизни, как из этого возникают страдания, как вы возвращаетесь в сансаре. Тогда вы поймете, корень страданий – неведение. Как было бы хорошо для меня получить учения по мудрости и устранить это неведение!

Зная о том, что вы заражены вирусом, думаете: «Как хорошо было бы мне получить лекарство, которое бы излечило меня! Ничего другого мне не надо. Этот опасный вирус находится в моем теле и каждый день делает мою ситуацию хуже и хуже. Мне не нужны деньги». Если вы спросите: «У вас есть лекарство, которое устраняет этот вирус?» и получите ответ: «Да, у меня есть такое лекарство, которое может убрать из вашего ума этот вирус», вы попросите: «Пожалуйста, дайте мне это лекарство. Я буду делать все, что вы захотите». Я скажу, что для начала хочу вонзить в ваше тело тысячу иголок. Вы произнесете: «Пожалуйста, дайте мне тысячу иголок, я готов», потому что ваш ум знает, что это лекарство может излечить болезнь, и потом вы жизнь за жизнью решите все проблемы. Тысяча иголок, пять минут страданий, но вы готовы.

Будда, будучи бодхисаттвой, попросил: «У кого есть учение по мудрости? Дайте мне эту мудрость, я дам вам все». Один святой человек сказал ему, что обладает невероятной мудростью, но не даст ее просто так. Бодхисаттва взмолился: «Я дам вам столько золота, сколько скажете». На это мудрец ответил: «Мне не нужно ваше золото. У него нет ценности по сравнению с моей мудростью. Что можно купить на ваше золото? Моя мудрость решит проблемы жизнь за жизнью. Даже в этой жизни золото не может решить проблем. Что это? Это камень». Бодхисаттва спросил: «Что вам надо? Я дам вам все». Человек произнес: «Если вы вонзите в свое тело тысячу иголок, я дам вам эту мудрость».

В то время Бодхисаттва уже обладал открытым умом, он знал, что болезнь омрачений можно убрать и тогда решатся все проблемы. Ради этой мудрости он был рад вонзить тысячу иголок в тело: «Я готов!» Если у вас есть такое понимание, такой уровень отречения, то тогда вы будете готовы пожертвовать очень многим, чтобы получить учение. Вы не уйдете, даже если Духовный Наставник откажется давать вам учение. Даже если он ударит вас, вы не двинетесь с места. Поставите себе туфли Учителя на голову, как Миларепа.

Миларепа сидел на улице, поставив туфли Марпы на голову. Марпа ругал его: «Уходи отсюда!», но он не ушел. Так и сидел Миларепа на самом последнем месте, поставив туфли Марпы на голову, и в результате получил полное посвящение. Некоторые ученики сидели близко к Марпе, но такого эффекта не получали. Ночью Марпа сказал своей жене, что сегодня Миларепа получил самое сильное посвящение.

Это очень важно. Помните об этом. Вам это очень полезно. Если вы обретете убежденность в этом, то все остальные учения понять будет не очень трудно. Породить эту убежденность очень важно. В отношении кунтанга, шенванга, йондупа я дам вам объяснения три, пять, может быть, десять раз. Но даже самый последний ученик на пятнадцатый раз поймет это учение.