

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией не только укротить свой ум, но также достичь состояния будды ради блага всех живых существ. Когда вы вступаете на путь Махаяны, вашей главной целью должно быть только достижение состояния будды, чтобы вы могли приносить благо живым существам жизнь за жизнью. Все остальные действия не имеют большого смысла.

Расскажу анекдот. Один человек лежал на удобной подстилке возле кокосовой пальмы на пляже и ел банан, когда к нему подошел бизнесмен, считавший себя одним из самых умных людей в мире и думавший, что сделал свою жизнь значимой. Когда бизнесмен увидел человека, который просто лежит под кокосовой пальмой и ест банан, его аналитический ум провел анализ, и бизнесмен подумал: «Этот человек впустую тратит время». Тогда он спросил: «Почему вы тут лежите? Смотрите, сколько вокруг бананов. Если вы их соберете и продадите, у вас будут деньги. Тогда вы сможете купить специальную технику, нанять людей, собрать еще больше бананов и продать их». Человек спросил: «А дальше что?» Бизнесмен ответил: «Потом, когда у вас будет много работников, вы сможете сидеть под банановым деревом, отдыхать и есть банан». Тогда человек сказал: «Это я сейчас и делаю». Так и вы: без конца что-то делаете, чтобы в итоге лечь под пальму, отдыхать и есть бананы.

Все мирские мысли, если их проанализировать, в конце концов, приходят к этому, в них нет ничего особенного. Без порождения бодхичитты, даже если вы достигнете отречения, станете архатом, это не будет иметь никакого значения. С точки зрения высоких бодхисаттв, например, если Манджушри посмотрит с далекой перспективы, то он увидит, что лучше попасть в ад с отпечатками бодхичитты, чем достичь состояния архата. Потому что, имея отпечатки бодхичитты, вы из ада быстрее станете буддой. В вашей жизни, с кем бы вы ни разговаривали – с бизнесменом или профессором, – в конце нет ничего, только пустота. Без бодхичитты, что бы вы ни делали, ваша жизнь не станет значимой.

Если я скажу тому человеку, лежащему под пальмой: «Ты лежишь здесь здоровый, отдыхаешь, ешь банан, а твои родственники там болеют. Это неправильно. Тебе надо собрать бананы, продать их и деньгами помочь этим людям», – в этом будет небольшой смысл. Но все равно, накормив родственников, вы не решите их проблем. Что же тогда вам надо делать? Проанализировав, вы поймете, что ради их блага надо открыть им глаза – помочь развить бодхичитту. Это будет ваше самое благое действие.

Если вы одному человеку поможете стать бодхисаттвой – это будет огромный вклад, потому что этот человек станет источником счастья для многих живых существ. Потом он поможет другому человеку стать бодхисаттвой, и тот будет источником счастья для многих живых существ. Благодаря этому сансаре однажды придет конец. Поэтому раньше мудрые люди понимали, что самое главное – это помогать живым существам через учение Будды. Выше того, чтобы открывать глаза другим живым существам, – нет ничего. Если вы хотите дать людям учение, с которым сами не согласны, у вас ничего не получится. Сначала вы должны собственным умом не только понять, но и пережить это учение. Более того, чтобы помогать другим живым существам, вам надо знать, как работает их ум, какие в нем есть отпечатки, какие способности, какое учение они могут понять, а какое – нет. Вам это не под силу, только всеведущий ум Будды может это знать.

Вам нужно думать так: «Сейчас у меня есть только одно тело, поэтому я могу помочь лишь одной группе людей, но есть бесчисленное количество живых существ в других вселенных, которым также нужна помощь. Даже если у меня есть с ними кармическая связь, я не могу им помочь, потому что мне недостаточно одного тела. Если у меня будет святое тело будды, я смогу иметь бесчисленное количество тел. Тогда я действительно смогу помогать огромному количеству живых существ». Тогда, если, в конце концов, у вас останется только одно желание – достичь состояния будды ради блага всех живых существ, это будет означать, что вы немного понимаете бодхичитту.

Сейчас мы с вами говорим о преимуществах порождения такого драгоценного ума, как бодхичитта. Желание ради блага всех живых существ достичь состояния будды основывается на уме, заботящемся о других больше, чем о себе. Из десяти преимуществ мы разобрали шесть. Вам важно помнить пятое и шестое преимущества – бодхичитта сама накапливает большие заслуги и очищает от невероятного количества тяжелой и легкой негативной кармы. Я рассказывал историю об Асанге. Самая главная причина, по которой он обрел прямое видение Будды Майтреи, была не в том, что он в течение двенадцати лет начитывал мантры, а в том, что он породил сильное сострадание к собаке, и это очистило его от большого количества негативной кармы.

Когда вы выполняете практику Ваджрасаттвы, главное противоядие – это не начитывание мантры и не выполнение визуализации, а порождение сильного сострадания и понимания пустоты. Какое-то понимание пустоты у вас должно быть: «Я, тот, кто очищается от негативной кармы, пуст от самобытия. Это «я» – не тело и не ум. Кроме тела и ума нет никакого другого «я»». Это не означает, что «я» вообще не существует. Вы не можете его найти, но оно есть. Что же это тогда? «Я» – это просто имя, данное телу и уму, но в отдельности ни ум, ни тело не являются «я». Когда присваивается название «я» телу и уму, там нет никакого представителя «я» со стороны тела и ума. Со стороны объекта также нет никаких собственных характеристик. Поскольку это просто название, то «я» пусто от самобытия. С самого начала оно не рождалось.

Ваша плоть появилась в результате соединения семян ваших родителей, а вы говорите «я родился». Но это не вы, это просто объектная основа вас. Возьмем, к примеру, Луну. С мирской точки зрения есть полная, растущая и убывающая Луна, но со стороны Луны этого нет. Она с самого начала не растет, в середине не является полной и в конце не убывает. Точно так же и вы: с точки зрения абсолютной природы вы не рождаетесь, не пребываете и не умираете. С мирской точки зрения, поскольку родилась объектная основа, вы говорите «я родился», но родилось не самосущее «я», а номинальное. Самосущего «я» нет, как и самосущих кармических отпечатков. Существуют взаимозависимые кармические отпечатки. Их можно найти только с помощью относительного анализа, но не абсолютного. В будущем вам необходимо изучить, что является относительным, а что – абсолютным анализом с точки зрения Прасангики Мадхьямаки и Сватантрики Мадхьямаки.

Отпечатки негативной кармы, от которых вы собираетесь очиститься, тоже пусты от истинного существования, как и действия по их очищению. Отпечатки негативной кармы возникают из сферы пустоты и исчезают в ней. Таким образом, вы очищаетесь от невероятно большого количества негативной кармы за короткое время. Находясь здесь, вы можете сделать ретрит по Ваджрасаттве, не все четыре сессии, но, может быть, последнюю,

вечернюю, сессию посвятите этой практике. Я не могу указывать вам, что делать. У каждого человека свои склонности, но сейчас такое время, что практику Ваджрасаттвы выполнять очень важно, потому что, когда проявится один из отпечатков негативной кармы, будет уже поздно. Тогда вы будете говорить: «Как жалко, почему вы мне раньше не сказали делать практику Ваджрасаттвы?» Врач, когда видит человека, у которого больны все органы, не может определиться, что начать лечить в первую очередь. Точно так же и я. Вам нужно делать все практики, но у вас мало времени, поэтому я все время думаю, что для вас главное вначале.

Для выполнения практики Ваджрасаттвы необходимо обрести некоторое понимание пустоты, породить чувства любви и сострадания, бодхичитту. Если вы делаете практику Ваджрасаттвы с мотивацией бодхичитты, то это будет не просто начитывание мантры, практика станет невероятно мощной. То есть, вы должны осознать, что без понимания Ламрима просто читать мантру Ваджрасаттвы – бесполезно. Даже если вы будете находиться в ретрите год или два, никакого результата не будет. Поэтому один великий йогин в Амдо сказал: «Даже если бусины на четках станут тонкими, омрачения не уменьшатся».

Иногда так бывает – человек делает сильный упор на чтение мантр, но его омрачения не только не становятся меньше, а, наоборот, возрастают: «Я – йогин, я прочел много мантр. Я особенный – лучше, чем другие люди». Его хорошие качества ума тоже сильнее не становятся. В этом случае лучше заниматься медитацией на Ламрим. Но это не значит, что надо делать только это, а практику Ваджрасаттвы выполнять нельзя. Когда у вас хоть чуть-чуть есть чувства от Ламрима, тогда читайте мантру Ваджрасаттвы. Если вы получили посвящение, важно также делать ретрит на специфическое божество – так вы получите большой отпечаток.

В будущем я планирую пригласить сюда Геше Вангчена и Линга Ринпоче. Геше Вангчен сейчас, как Атиша в прошлом, – величайший мастер философии в монастыре Дрепунг. Он главный Духовный Наставник Линга Ринпоче. Его Святейшество Далай-лама, где бы ни был, всегда вспоминает Геше Вангчена. Геше Вангчен также и мой Духовный Учитель. Сначала я думал, что он является высочайшим мастером сутры, но потом, когда мы обсуждали тантру, я понял, что он также невероятно высокий мастер тантры. Геше Вангчен согласился в 2013 году приехать в Россию. Я хочу его попросить передать здесь посвящение Ямантаки, хотя не уверен, примет ли он мою просьбу. Подлинный мастер всегда с неохотой передает посвящение. Даже у меня, несмотря на то, что я – не высокий мастер, половина головы болит, когда меня просят о посвящении. Но сейчас я вижу, что время пришло, вы не полностью, но достаточно готовы. У вас есть небольшая, но надежная основа. Если не сделать этого теперь, то когда? Поэтому для вас посвящение Ямантаки крайне важно.

Я даю здесь это учение, чтобы помочь вам развить бодхичитту, а также, чтобы вы получили тантрическое посвящение, чтобы все учение по сутре и тантре сохранилось в России. Для будущих поколений мы должны быть активными и обязаны полностью сохранить учение. В особенности это касается моих старых учеников, на вас лежит особая ответственность, ваш интерес должен усиливаться, а не угасать. В России есть такая тенденция: сначала люди проявляют большой интерес, но потом он постепенно уменьшается. Вместо того чтобы сначала учиться, они сразу хотят медитировать, потом – все меньше и меньше, и, в конце

концов, их интерес к медитации совершенно пропадает. Это неправильно. Вы в медитации ведете себя как плохой марафонец – сначала бежите быстро, потом – все медленнее, а, в конце концов, вообще останавливаетесь: «Нет, я не могу больше». Нужно делать наоборот – сначала медленно, а потом – все быстрее и быстрее. Когда у вас есть такая привычка, вы обладаете стабильностью, ваш интерес становится все сильнее, тогда в конце вы добьетесь результата.

Итак, после приезда Геше Вангчена мы также пригласим Линга Ринпоче. Если Геше Вангчен не примет нашу просьбу, то состоится учение, а посвящение Ямантаки передаст Линг Ринпоче. Это наши планы на будущее. Сейчас строится дом шаматхи, и скоро состоится интенсивный ретрит по шаматхе. Может быть, в 2012 или 2013 году я объявлю двадцать пять кандидатов, они должны будут готовиться. Позже из них я выберу десять человек для медитации на шаматху.

Седьмое преимущество – это спонтанное осуществление кратковременных и долговременных желаний. Когда вы порождаете бодхичитту, все ваши временные желания сбываются сами собой. Когда ваш ум заботится о других больше, чем о себе, ваше счастье – богатство, собственность – будет само гнаться за вами. Если у вас нет драгоценного ума, заботящегося о других больше, чем о себе, если ваш ум эгоистичен, то, сколько бы вы ни пытались что-то накопить, в конце останетесь ни с чем. Это естественный закон. Посмотрите на будд и бодхисаттв – они отдают все, что имеют, а в итоге, даже не желая того, получают все. Поэтому вам не нужно о себе беспокоиться: если вы развили бодхичитту, если заботитесь о других больше, чем о себе, тогда ваши временные и долговременные желания совершенно точно сбудутся сами собой. Если у вас есть бодхичитта, то, выполняя практику тантру, все сиддхи вы обретаєте гораздо быстрее. Начитываемые вами особые мантры становятся мощными, так же, как и субстанции. Поскольку у вас есть хорошая концентрация, в практике вы можете творить чудеса.

Один только что возникший бодхисаттва медитировал в горах в Тибете. Как-то раз рядом с тем местом начинался потоп, которого люди сильно боялись. Они обратились с просьбой к бодхисаттве: «Пожалуйста, помогите нам. Вы медитируете в горах долгое время, сделайте что-нибудь». Тогда бодхисаттва написал на камне такие слова: «Если я действительно – бодхисаттва, то пусть силой бодхичитты этот поток остановится». Он поставил этот камень в то место, куда двигался поток, и вода изменила направление, ушла в другую сторону.

Сила слов здесь следующая. Если вы стали бодхисаттвой, развили бодхичитту, и, например, сломали ногу, произнеся слова: «Если я – бодхисаттва, то пусть силой истины слов моя нога заживет», – и щелкнув пальцами, вы увидите, что ваша нога становится такой, как была раньше. Есть много подобных историй. Вы должны понимать, что, став бодхисаттвой, вы сможете отдать свою руку, не почувствовав при этом никакой боли. Это совсем другой уровень. Сейчас, слушая истории о том, как бодхисаттва отдает кому-то, например, свой глаз, вы думаете, что сами не смогли бы этого сделать. Пока, действительно, вы так не можете, но, когда разовьете бодхичитту, для вас это будет так же легко, как поделиться овощами. Поэтому Шантидева говорил: «Пока вы не породили великое сострадание, бодхичитту, не жертвуйте своим телом ради других, у вас недостаточный потенциал для этого».

Итак, с помощью бодхичитты ваши временные желания и долговременное – достижение состояния будды будут исполняться спонтанно. Поэтому в моем стихотворении говорится: «Если ты желаешь временных целей, развеи бодхичитту, если желаешь осуществления долговременных целей, породи бодхичитту. Ради собственного блага и блага других породи бодхичитту». Бодхичитта – это драгоценность, исполняющая желания. Когда вы ее обретете, это будет означать, что состояние будды уже находится в ваших руках. Бодхичитта – это основа, без которой, чтобы вы ни делали – медитацию на ясный свет и прочее, у вас ничего не получится.

Вначале нужно, чтобы бодхичитта оказалась в ваших руках. Бодхичитта – это корень. Когда есть корень, дерево, а потом и его плоды появятся сами собой. Вы же всю свою жизнь пытаетесь сразу получить плод. Дни и ночи вы не спите в поисках этого плода. Но, если вы его заберете, сначала, конечно, у вас будет результат, однако он скоро закончится, и вы останетесь ни с чем. Поэтому я говорю, чтобы вы медитировали на бодхичитту. Даже если у вас поначалу не получается, необходимо продолжать это делать. Бодхичитта – это сокровище. Драгоценный ум – это добрый ум, который постоянно думает о счастье других: «Пусть я стану буддой ради блага всех живых существ». Если ваш эгоистичный ум желает стать буддой, у вас ничего не получится. Ум, заботящийся о других, должен желать стать буддой, только тогда вы сможете обрести бодхичитту. Я уже говорил, что эгоистичный ум глуп, это корень сансары. Добрый ум – ум, заботящийся о других, это причина всего вашего счастья, корень бодхичитты. Сейчас у вас его нет, вам нужно развивать его.

Если вы хотите развить бодхичитту, вам необходимо искоренить свой эгоистичный ум, из-за которого вы постоянно думаете: «Я, я, я...». С ним вы забываете о других людях, даже если они напоминают вам о себе. Когда ум, заботящийся о других, становится сильным, то постепенно обретает мудрость. Он уже не только хочет блага другим, но и желает быть самым эффективным, самым полезным, чтобы приносить им это благо. Ум, заботящийся о других, всегда дает что-то другим существам, даже когда его об этом не просят. Если вы даете только тогда, когда хотите, – это неэффективно. Давать людям одежду или образование – тоже бессмысленно. Самое полезное – это помочь им обрести мудрый, добрый ум, полностью свободный от омрачений.

Посмотрите на ваш эгоистичный ум, он думает: «Что мне делать, чтобы я был счастливым? Самое главное для меня – это образование, диплом. Тогда у меня будет постоянная работа, своя квартира, личная машина». Даже когда ваш ум становится менее эгоистичным и немного более мудрым, у него все равно есть такие мысли. Когда вы анализируете ум, заботящийся о других, вы видите, что только он по-настоящему мудр, потому что думает: «Я хочу стать буддой ради блага всех живых существ». Вам надо развивать этот ум. Сейчас в России и в Европе многие эгоистичные умы хотят стать буддами, заниматься тантрической практикой. Это неправильно. Только ум, заботящийся о других, бодхичитта, спонтанно исполняют ваши временные и долговременные желания.

Восьмое преимущество – когда вы породите бодхичитту, вас постоянно будут охранять будды, бодхисаттвы и защитники Дхармы. У вас будет в два раза больше защитников, чем у царя трех миров, которого охраняют Брахма, Индра и многие другие. Вредоносные духи уже не смогут навредить вам, потому что бодхичитта является лучшей защитой. Когда Будда медитировал в Бодхгае для достижения состояния будды, множество демонов

пыталось ему мешать, они бросали в него различные орудия, но из-за его сильных чувств любви и сострадания все это превращалось в цветы.

Вы должны понимать, что лучшая защита в вашей жизни – это сильные чувства любви и сострадания. Даже если никто другой вас не охраняет, это само по себе будет являться для вас лучшей защитой. В дополнение к бодхичитте вас естественным образом будет охранять большое количество защитников Дхармы, чтобы уберечь вас от препятствий для развития вашего ума. Таким образом, вам не нужно уже будет что-то делать, чтобы защищать себя. У вас останется только одна работа – развивать себя, чтобы приносить благо другим. Вам также не нужно будет думать о себе – ваши желания исполнятся спонтанно.

В настоящий момент вы не чувствуете себя в безопасности. У всех в мире есть такое чувство – это одна из главных проблем. Если вы спросите богатейшего человека, счастлив ли он, то услышите: «В настоящий момент у меня есть все, но я не уверен в том, что будет завтра или через год». У него нет надежности, поэтому он всего боится. Когда вы порождаете бодхичитту, то решаете эту проблему в самом корне: вы не боитесь будущего, вам не страшны ни болезни, ни смерть. Все для вас хорошо. В сансаре у вас большое количество проблем, но с бодхичиттой вам не о чем беспокоиться. Вы не боитесь за себя, а только думаете: «Ради блага других я хочу развиваться еще сильнее».

Девятое преимущество – очень похожее, в нем говорится, что реализации земли и пути проявятся спонтанно. Здесь речь идет о бхуми. После порождения бодхичитты вы быстро проходите путь подготовки, путь видения, а затем по всем бхуми – с первого на второй и т.д. Корень все этих реализаций – бодхичитта. Вы это знаете, так что необязательно об этом много говорить. Вы должны сказать себе: «Если я хочу обрести реализации пути, реализации бхуми, то мне необходима бодхичитта. С ней я достигну этих реализаций спонтанно и быстро». Десятое преимущество – породив бодхичитту, несмотря на то, что вы еще не являетесь буддой, вы уже становитесь источником счастья для всех живых существ. Обдумывайте все эти десять положений со всех сторон и придите к выводу, что порождение бодхичитты – лучшее, что вы можете сделать для собственного блага и блага других.

Второй подзаголовок – как породить бодхичитту – объясняется в двух частях: непосредственное развитие бодхичитты и ритуал принятия обета бодхичитты. Непосредственно развитие бодхичитты раскрывается в двух параграфах. Первый – метод развития бодхичитты с помощью семи пунктов причины и следствия, сущностные наставления по которому восходят к Чандракирти, Шантаракшите и через Асангу – к Будде Майтрее. Второй – метод замены себя на других. Эта техника объединена с мудростью, Манджушри получил ее от Будды, а потом она перешла к Шантидеве и другим мастерам, которые порождали бодхичитту. В былые времена эти два метода существовали отдельно, Серлингпа получил по непрерывной линии преемственности полные наставления по ним обоим.

Если вы просто читаете в книгах о техниках по развитию бодхичитты, по обретению преданности Учителю и хотите достичь на основе этого реализаций, у вас не будет эффекта. Для вас это будут лишь пустые слова. Только получив эти наставления от Духовного Наставника, вы сможете почувствовать их вкус. В дальнейшем, слушая это учение снова и

снова, вы станете понимать его все больше и больше. Возможно, вы даже решите, что Учитель дает вам более глубокие инструкции, хотя он будет говорить все то же самое.

Лама Серлингпа, который жил в Индонезии, имел не только передачу этих двух техник по развитию бодхичитты, но он также сам практиковал и развил бодхичитту, у него в уме была свежая бодхичитта. Если вы получаете наставления о развитии бодхичитты от такого человека, с живым чувством, вам будет очень интересно, и каждое слово будет для вас эффективным, потому что он благословляет ваш ум. Затем, когда вы начнете медитировать, ваш ум станет меняться. Если вы будете получать сухую интерпретацию учения, то половину проспите, и ваша медитация не будет иметь результата.

Атиша, получив обе эти техники от Серлингпы, также породил бодхичитту. Потом он передавал это учение в Тибете. Лама Цонкапа все наставления получил от мастеров Кадампы. В последствие он говорил, что, если вы хотите развить бодхичитту, во время медитации важно объединять эти два метода, тогда эффект будет гораздо выше. Но объясняться эти техники должны отдельно, чтобы они не смешались у вас в уме. Вы должны знать механизм каждой из них, каким образом, в силу чего у вас возникает чувство, и как эти два метода взаимосвязаны.

Метод семи пунктов причины и следствия. Все семь пунктов причины и следствия важны, но у них должна быть основа – развитие равенности. Это восьмой пункт. Здесь не говорится, что в качестве фундамента не нужно иметь четыре благородные истины, просто подчеркивается, что необходима еще и уникальная основа – порождение равенности. В первую очередь, такое учения, как «Четыре благородные истины», делает для вас возможным обрести в своем уме равенность.

Теперь я расскажу о каждом из семи пунктов. Первый пункт – вдобавок к порождению равенности вам необходимо развить отношение ко всем живым существам, как к своим матерям. Осознать всех живых существ, что они были вашими матерями, были близки к вам, драгоценны для вас, – достаточно трудно. Второй пункт – памятование о доброте всех живых существ. Третий – порождение благодарности, желание отблагодарить всех живых существ за доброту. Четвертый – порождение любви. Пятый – порождение сострадания. Шестой – порождение сверхнамерения, то есть принятие ответственности за себя и за всех живых существ, это высший помысел. Эти шесть пунктов являются причиной. Седьмой пункт представляет собой результат – бодхичитту, то есть, вы обретае желание достичь состояния будды ради блага всех живых существ.

Каким образом здесь устанавливается взаимосвязь причины и следствия? Желание достичь состояния будды ради блага всех живых существ возникает из ума, заботящегося о других больше, чем о себе, из мудрого ума. Это грубое объяснение. Также такой драгоценный ум, как бодхичитта, возникает из предыдущего пункта – сверхнамерения. Это не просто желание, чтобы все живые существа были счастливы и свободны от страданий. Чтобы вы поняли, что это такое, приведу пример. Мать и тетя ребенка видят, как он падает в воду. Обе они будут кричать, что ребенок упал в реку, и желать, чтобы он избавился от этой проблемы. У обеих будет одинаковое сострадание, но только мать бросится в воду, чтобы спасти своего ребенка, подумав: «Пусть я умру – ничего страшного, самое главное – мой ребенок будет жив». То есть, она возьмет ответственность на себя. В тибетском языке

принятие ответственности обозначается словом «хаксам». Я не знаю эквивалента в русском. Какой здесь самый лучший термин? Наверное, самопожертвование.

Есть два вида хаксама: хаксам любви и хаксам сострадания. Сначала у вас есть сильное сострадание, сильная любовь, а позже вы обретаете хаксам любви и хаксам сострадания. Хаксам любви – это не просто мысли: «Пусть все живые существа будут счастливы». Вы принимаете на себя ответственность, что сами приведете всех живых существ к счастью. Хаксам сострадания – это когда у вас есть желание, чтобы все живые существа избавились от страдания, и вдобавок к этому вы принимаете на себя ответственность, как мать из приведенного примера: «Я сам избавлю всех живых существ от страданий». Хаксам, высший помысел, возникает из великого сострадания и любви и является прямой причиной бодхичитты.

Пока у вас нет ума, который не просто желает живым существам избавиться от страданий, а еще и думает: «Я сам избавлю всех живых существ от страданий, я приведу их к безупречному счастью, я беру на себя ответственность», – у вас нет хаксама любви и хаксама сострадания. Практики Хинаяны не имеют хаксама, поэтому не могут породить бодхичитту, как бы долго ни медитировали. Но некоторый уровень любви и сострадания у архатов Хинаяны есть – как у тети из примера: «Пусть они избавятся от страданий и будут счастливы». В Тибете в этой истории рассказывается об отце и матери. Там говорится, что, если ребенок упадет в реку, то папа и мама будут громко кричать, но прыгнет только папа. Я с этим не согласен. В наше время многие отцы после рождения ребенка забывают и о нем, и о его матери. Поэтому сегодня я привел другой пример, которого нет в тибетских текстах, про мать и тетю – это достоверно.

Вам необходимо развить такой хаксам, чтобы вы думали, что, даже если ради блага одного существа вам придется находиться в аду в течение одной кальпы, это не будет проблемой для вас. Сейчас ваше эго говорит: «Это невозможно. Следуй по эгоистичному пути. Ум, заботящийся о других, – это слишком сложно. Те не сможешь». Это неправда. Все возможно! Когда в уме растут сильные любовь и сострадание, трудностей не возникает. Тогда, даже находясь в аду, вы не будете страдать, и, куда бы вы ни отправились, любое место для вас будет чистой землей, потому что у вас есть такой сильный ум. Вы будете рады находиться где бы то ни было и в любом теле, только чтобы помогать живым существам.

Теперь вы понимаете, что при развитии бодхичитты труднее всего обрести причину – хаксам. На это потребуются много времени. Но как только вы его породите, вам будет гораздо легче получить результат – бодхичитту – желание достичь состояния будды ради блага всех живых существ. Такой высший помысел, как хаксам, возникает из любви и сострадания. Породив его, вы уже практически становитесь бодхисаттвой. Вы думаете: «Какой самый искусный метод я должен использовать, чтобы приносить благо всем живым существам? Если я отправлюсь в ад ради одного человека, это не будет эффективно в отношении бесчисленных живых существ. Но, если это поможет всем живым существам, если в результате все они станут буддами, я готов оставаться в аду». В результате дальнейших размышлений вы придете к выводу: «Я должен стать буддой ради блага всех живых существ через мудрость». Вот такой у вас должен быть хаксам.



Вы можете использовать этот тибетский термин «хаксам», иначе, если вы будете употреблять русское слово, то, возможно, выберете то, смысл которого отклоняется вправо или влево. Научные термины не переводятся на другие языки, чтобы не был потерян смысл. Поэтому, наряду с терминами «кунтаг», «шенванг» и «йондуп», используйте «хаксам», «хаксам любви», «хаксам сострадания».

Хаксам очень важен – это прямая причина бодхичитты. Он возникает из любви и сострадания, которые, в свою очередь, порождаются желанием отблагодарить живых существ за их доброту. Когда у вас есть такое желание, вы автоматически думаете: «Пусть они будут счастливы, пусть освободятся от страданий». В повседневной жизни важно порождать такое чувство благодарности по отношению к другим. У вас же, наоборот, возникает чувство мести. Это плохо. Это происходит потому, что вы вспоминаете: «Он со мной так плохо поступил, я однажды ему отвечу». Когда у вас есть желание отплатить за причиненное вам зло, то, видя этого человека, вы желаете ему страданий. Более того, вы хотите ударить его побольнее. Чувство мести необходимо устранить из своего ума. Это вредоносный ум, он сделает вас злым духом, с ним вы будете несчастны. Никогда не держите ни на кого зла. Могу сказать, что я не испытываю чувство мести, хотя у меня и нет в уме сильной благодарности к живым существам. Отвечать мстью – это ошибка. Вначале вам надо убрать это препятствие, иначе вы не сможете породить желание всех отблагодарить.

Человек, у которого есть чувство благодарности, называется надежным. Если вы испытываете такие чувства ко всем живым существам, то вы – не мирской человек, вы выше уровнем. Чувство благодарности ко всем живым существам возникает из предыдущего пункта – размышления о доброте всех живых существ: «Когда живые существа были моими матерями, каким добрыми они были по отношению ко мне! Когда они – не мои матери, как они добры ко мне!» Вы обдумываете все пункты – как добры были к вам живые существа в прошлом, как они добры сейчас, и что в будущем без них вы не сможете достичь состояния будды.

У вас есть много богатого материала, размышляйте над этим способом развития благодарности снова и снова, и ваш ум станет невероятно счастлив. Думайте только о доброте живых существ, и не вспоминайте о том, что плохого они вам сделали. Если вы испытываете сильный гнев, ваше лицо становится красным, из ушей валит дым, и вы превращаетесь в злого духа. Это неправильно, это нездоровый ум. Все люди совершают ошибки – прощайте их. Иисус Христос дал много сущностных наставлений по бодхичитте. Я уверен, что он был в Тибете, потому что он всегда говорил, что надо прощать. Это абсолютно верно. Надо всех прощать: любые ошибки, которые люди допускают, любые причиняемые страдания, – результат их неведения.

Мать, когда видит, что дети ошибаются, сразу же их прощает. Если они сломали какую-нибудь старинную, ценную для нее вещь, она немного их поругает, но потом простит, она не будет через десять лет напоминать им: «Вы сломали мою любимую вещь, я вам этого никогда не забуду». Вашему уму надо научиться прощать чужие ошибки, тогда он будет счастливым. Если вы держите злую память, то сами себя делаете больным, никто кроме вас. От этого вы станете несчастными, к вам придут все омрачения, и все друзья вас оставят. Это неправильный, сансарический ум.

Добрый ум всегда помнит доброту всех живых существ, не только в этой жизни, но и во всех предыдущих. Думайте так: «В будущем без зависимости от живых существ я не смогу стать буддой. Каждое существо – это моя драгоценность. Страдать из-за живых существ – лучше». С такой добротой в уме, даже если вам еще далеко до бодхичитты, вы уже становитесь как святой. Добрый, здоровый ум – это счастливый ум. Потом этот ум постепенно растет и достигает вершины – бодхичитты. Некоторые люди ошибочно полагают, что любовь и бодхичитта – это одно и то же. Нет, бодхичитта проходит через любовь, но она выше любви, это наимудрейший ум. Из-за любви вы иногда можете делать неправильные поступки – сильно желая счастья, вы даете другим все, о чем бы вас ни попросили. Это тоже неправильно. Если есть только любовь – там мудрости нет. Бодхичитта – это мудрое, доброе состояние ума.

Натренируйте свой ум, чтобы помнить доброту, которую по отношению к вам проявляли другие. Тогда это будет по-настоящему счастливое состояние ума. Я сам, когда медитировал в горах, думал о том, какое это счастье. У меня из глаз текли слезы, но ум ни одного дня не испытывал горького чувства, всегда был спокойным, здоровым. Ум не претерпевает ни капли неудобства, когда вы думаете о доброте живых существ. Это настоящее лекарство. С ним, где бы вы ни находились, вы будете счастливы. Какую бы пищу вы ни ели, даже очень простую, для вас она будет самой вкусной. Вы не будете испытывать чувства, что вам чего-то не хватает.

Людам, у которых много омрачений, даже если у них есть красивый дом, пять квартир, машина, дача, все равно чего-то не достает. Сколько ни есть – им все мало. Это происходит из-за больного ума. Как только ум станет хоть немного здоровым, не важно, что ему еще далеко до уровня бодхисаттвы, он все равно уже будет совсем другим. Это самое лучшее лечение ума – думать о доброте всех живых существ и прощать чужие ошибки. Вы можете убедиться в этом на собственном опыте. Шантидева говорил, что, если вы неправильно медитируете на пустоту, есть опасность, что вы впадете в нигилизм, и потом ваш ум станет сухим. А в том, чтобы помнить о доброте живых существ, нет ничего опасного. Когда в вашем уме есть сильная доброта, когда у вас много заслуг, тогда вы совершенно точно можете понять пустоту. С маленькими заслугами сделать это крайне сложно. Вы будете думать, что поняли пустоту, но, на самом деле, не будете понимать ничего. Поэтому самое надежное – это помнить о доброте всех живых существ.

Чтобы обрести чувство благодарности по отношению ко всем живым существам, вам необходима основа. Поэтому думайте о том, что все живые существа были вашими матерями. Здесь речь идет не о том, что в действительности они ими не были, но вы себя убеждаете в обратном. Это достоверный факт – все они по-настоящему были вашими матерями, просто вы этого не помните. С помощью логики вы доказываете себе, что существует бесчисленное множество предыдущих жизней: «У моего существования нет начала, поэтому я родился у каждого живого существа».

Будда говорил, что вы не просто были детьми каждого живого существа, но были ими бесчисленное количество раз. Если представить все то молоко, которое вы выпили у каждого живого существа, то получится целый океан. Это правда. Живых существ бесконечное множество. Вы живете с такого безначального времени, что даже не можете

сосчитать, сколько раз каждое живое существо было вашей матерью. Это является основой для всех остальных положений, благодаря которым вы развиваете драгоценное состояние ума – осознание всех живых существ как своих матерей. С такой основой вы порождаете пять других чувств, размышляете о пяти других причинах для развития бодхичитты. В зависимости от этих шести причин вы добиваетесь седьмого пункта – результата – бодхичитты.

Завтра я подробно объясню, как развить бодхичитту, основываясь на технике семи пунктов причины и следствия. Вам формально и неформально надо думать о доброте всех живых существ, это то, что вы можете сейчас делать. Если вы хотите породить бодхичитту, важно не помнить того вреда, который вам причиняли другие, простите их. Если кто-то вам говорит: «Извините, я совершил по отношению к вам такие-то ошибки», – вы должны отвечать: «О каких ошибках вы говорите? Я не помню», – тогда вы будете хорошим человеком. Это признак здорового ума. Если же вы отвечаете: «Не только это», – тогда у вас глупый, больной ум. Как можно с таким эгоистичным умом стать бодхисаттвой, как можно жертвовать собой ради других живых существ?!

Сначала надо уменьшить этот эгоистичный ум. Что бы люди плохого ни делали – забывайте. Если вам говорят что-то неприятное, у вас должно быть так, что в одно ухо влетело, в другое вылетело, тогда ваш ум останется спокойным, и через секунду вы будете смеяться. Человек с больным умом, если ему скажут одно плохое слово, весь день будет пребывать в дурном настроении: «Я на пикник не поеду, мне наговорили столько неприятных слов, я расстроен». Он сам будет несчастлив и другим настроению испортит. Это больной ум. Ваш ум должен быть таким сильным, что, как бы вас ни ругали, вы все равно вместе со всеми отправитесь на пикник: «Да-да, вы правильно меня критикуете, я не должен был так делать». Вот это здоровый ум.

В сансаре у вас есть все ошибки. Когда вас немного ругают по существу, вам не должно быть больно, потому что вам говорят правду. Какой ошибки у вас нет? Если вам говорят, что вы – злой, не стоит обижаться, это действительно так, сейчас ваш ум – больше злой, чем добрый. Если у вас есть бодхичитта, а злого ума нет, тогда у вас есть небольшая основа не согласиться: «Как вы можете говорить, что я злой? У меня вообще нет злости». Если вам говорят, что вы – глупый, не стоит огорчаться, это совершенно верно, потому что у вас есть неведение, и от этого вы находитесь в сансаре. Если вы ответите: «И я, и вы, – все мы глупы, потому что пребываем в сансаре», – все будут смеяться. Вот так практически развивайте здравомыслие. Без него о бодхичитте даже и говорить нечего – она для вас в другой вселенной. Бодхичитта – это ваш настоящий путь.

Вечером состоится диспут, и вам нужно подготовить концерт. Вам необходимо представить, что вы как слуги, на которых лежит ответственность радовать людей. Сделайте все, чтобы принести радость другим. Это ваша практика.