

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Сегодня получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией сделать свою жизнь значимой. Самый лучший способ сделать свою жизнь значимой – это сделать себя источником счастья для всех живых существ. Как вы можете сделать свою жизнь источником счастья для всех живых существ? Это если вы живете в соответствии с учением Будды, тогда вы сделаете свою жизнь значимой для всех живых существ. Советы, учение, которое передавал Будда – это самые лучшие советы для устранения страданий и обретения счастья. С помощью такого учения даже людоед может укротить свой ум, изменить свой ум, если будет практиковать учение Будды. Вы люди, вы не людоеды и поэтому совершенно точно учение Будды должно быть эффективным для вашего ума. Учение Будды должно эффективно делать ваш ум более мягким, менее эгоистичным, породить больше ума, заботящегося о других. Это очень драгоценный ум.

Не думайте все время «я, я, я», думайте о том, как страдают другие люди, о том, как вы можете их сделать счастливыми. Если вы не можете думать о других на сто процентов, то думайте на пятьдесят процентов – пятьдесят процентов о себе и пятьдесят процентов о других людях. Итак, с мотивацией сделать свою жизнь значимой получайте учение и визуализируйте этот дом не обычным помещением, а мандалой Манджушри. Также визуализируйте меня в облике Манджушри. Хотя я не Манджушри, но перед тем, как дать учение, я призвал всех божеств, в том числе и Манджушри, войти в мое тело и через меня принести вам пользу. Для вас – то место, где находится ваш Духовный Наставник, это место, где пребывают все божества в его теле, это очень драгоценно. Мой Духовный Наставник Пананг Ринопоче говорил, что когда вы призываете божеств из их природных обителей, это означает, что вы призываете божеств из того места, где находится ваш Духовный Наставник. Место, в котором пребывает ваш Духовный Наставник, также является местом пребывания всех божеств, и именно оттуда вы призываете всех божеств. Когда вы призываете божеств и при этом не находитесь рядом с вашим Духовным Наставником, не думайте, что вы призываете божеств из какого-то далекого места, откуда-то из пространства. Вы призываете божеств из того места, где находится ваш Духовный Наставник. Породите чистое видение этого места как мандалы, и вашего Духовного Наставника как Манджушри, и так получайте учение.

Недавно я написал одно стихотворение. Это особое стихотворение, я думаю, что оно будет полезно для вашей практики. Это не красивое стихотворение, но оно в сжатом виде предназначено для вашей духовной практики. Это стихотворение содержит все сущностные положения в сжатом виде для вашей практики. Оно звучит следующим образом:

«Помня о смерти и практикуя Дхарму, да обрету я свободу от низших рождений.

Помня об омрачениях и практикуя Дхарму, да обрету я свободу от оков омрачений.

Помня о живых существах и практикуя Дхарму, да стану я буддой ради блага всех живых существ.

Помня о пустоте и практикуя Дхарму, пусть видимость мудрости познающей пустоту явится в облике божества.

Помня о ясном свете и практикуя Дхарму, да смогу я достичь реализации махамудры».

Стихотворение представляет эти положения в очень сжатом виде, и если это возможно, то постарайтесь выучить его наизусть, оно очень полезно для порождения мотивации. Когда мы практикуем, первое, в чем нам необходимо удостовериться, это в том, что мы не переродимся в низших мирах. Это было бы по-настоящему большой трагедией. В настоящий момент вы не знаете того, какова ваша вероятность переродиться в низших мирах, но для вас это очень большая вероятность. Если доктор исследует ваше тело и увидит, что в вашем теле присутствует большое количество причин для болезни, то он скажет, что у вас есть очень высокая вероятность заболеть, и что вы находитесь в очень

критической ситуации. У вас в уме очень много отпечатков тяжелой негативной кармы и очень мало отпечатков позитивной кармы, поэтому в момент смерти может произойти только чудо, в противном случае для вас вероятность переродиться в низших мирах составляет восемьдесят или девяносто процентов. Это ваша реальная ситуация, вам нужно помнить об этом.

Поэтому говорится: «Помня о смерти и практикуя Дхарму, да обрету я свободу от низших рождений», – это очень важно. Поэтому первый уровень практики – это стремление не родиться в низших мирах. То есть вы не стремитесь к высоким реализациям, а сначала стараетесь спастись от низших миров. Каждый день вспоминайте о непостоянстве и смерти, и так практикуйте Дхарму. Главная ваша мотивация должна состоять в том, чтобы не переродиться в низших мирах. Говорится, что мудрые люди до смерти боятся смерти. Потому что если они умрут без правильной подготовки, то это трагедия. А во время смерти они не испытывают страха. Немудрые люди до смерти не боятся смерти, а во время смерти начинают паниковать. В этом разница между мудрыми и немудрыми людьми.

Второе положение: «Помня об омрачениях и практикуя Дхарму, да обрету я свободу от оков омрачений». О чем вы здесь думаете? Вы думаете о своих омрачениях, их причине, сущности и функции. Их сущность – это яд и очень глупое состояние ума. Их причина – они возникают из ложных представлений. Функция ваших омрачений, которые преобладают в вашем уме, это только вредить вам и вредить другим. Подумайте об этих трех положениях и породите желание: «Как было бы хорошо, если бы мой ум полностью освободился от этой болезни омрачений!» На втором уровне делайте упор на обретении ума, свободного от омрачений. Почувствуйте: «Я не хочу быть рабом своих омрачений». В первую очередь очень важно породить такое чувство: «Я хочу освободиться от рабства своих омрачений». Как только вы породите такое чувство, что вы являетесь рабами своих омрачений и хотите освободиться от этого рабства омрачений, тогда, какой бы практикой вы ни занимались, она станет настоящей практикой Дхармы. Тогда, какую бы карму вы ни создавали, вы будете создавать карму, подобную освобождению.

Что это за карма? Когда вы порождаете карму с желанием полностью избавить свой ум от болезни омрачений, в этом случае вы порождаете карму, подобную освобождению, то есть вы создаете причины освобождения. В противном случае без такой мотивации – избавиться от болезни омрачений и достичь состояния будды ради блага всех живых существ, какую бы карму вы ни создавали, она будет становиться причиной сансары. Если вы не можете породить такой искренней мотивации: «Как было бы мне хорошо полностью избавить свой ум от болезни омрачений», – то породить бодхичитту для вас будет невозможно.

Шантидева говорил: «Если человек даже во сне не может породить такого драгоценного ума – желания полностью освободиться от болезни омрачений, то, как же он может обрести желание достичь состояния будды ради блага всех живых существ? Это невозможно». Поэтому отречение – желание полностью избавить свой ум от болезни омрачений является очень важным, и оно не только открывает вам врата к Дхарме, но также закладывает основу для порождения бодхичитты. Поэтому в стихотворении говорится: «Помня об омрачениях и практикуя Дхарму, да обрету я свободу от оков омрачений».

Третье положение: «Помня о живых существах и практикуя Дхарму, да стану я буддой ради блага всех живых существ». В этом положении вам необходимо тренироваться каждый день, хотя в нем тренироваться очень трудно. Как только вы натренируетесь в этих трех положениях: в уменьшении привязанности к этой жизни и заботе о том, чтобы не переродиться в низших мирах; в желании освободиться от болезни омрачений и третье – в желании достичь состояния будды ради блага всех живых существ; как только вы

натренируетесь в этих трех положениях, как только у вас соответствующие чувства будут возникать все быстрее и быстрее, – это означает, что ваш ум получает определенный эффект от практики, то есть на него оказывает эффект учение по тренировке ума, учение «Ламрим». В этом случае ваш ум становится гораздо более здоровым, чем до этого. Тогда для вас самое главное – это избавиться от болезни омрачений или достичь состояния будды ради блага всех живых существ. Тогда слава и репутация в этой жизни для вас просто пустые звуки, у вас к ним нет никакого интереса.

Если вы помните о непостоянстве и смерти, то само это поможет вам перестать расценивать эту жизнь как очень важную. Если вы выпали из летящего самолета, то каждый миг вы приближаетесь к смерти. В реальности это наша ситуация. Когда мы родились, мы все равно, что выпали из летящего самолета. Каждый миг мы приближаемся к смерти. Мы об этом забыли и думаем, что мы летим. Это большая иллюзия. Если вы устраните эту иллюзию, поймете, что вы падаете, что вы умираете, тогда, если вам кто-то скажет: «Я хотел бы, чтобы вы стали мэром города», вы ответите: «О каком мэре города вы говорите? Я падаю. Мне нужен парашют, я не хочу быть мэром города». Если кто-то предложит вам очень красивые драгоценные украшения, вы скажете: «Мне не нужны эти украшения, я падаю, мне нужен парашют».

В первую очередь вам необходимо породить чувство, что каждый миг вы приближаетесь к смерти, и когда вы умрете – это не определено. Посмотрите в прошлое – сколько людей даже моложе, чем вы, уже умерло – это учение о непостоянстве. Вы можете умереть завтра. Думайте таким образом, и сразу же восемь мирских дхарм уйдут из вашего ума. Тогда ваш ум станет очень спокойным и умиротворенным. Тогда вам не нужна будет никакая помощь от ваших омрачений, чтобы стать счастливыми. Если вас интересуют восемь мирских дхарм, то восемь мирских дхарм не могут возникнуть с помощью позитивных состояний ума. Восемь мирских дхарм возникают только благодаря использованию негативных состояний ума. Вам приходится использовать негативные состояния ума. Это стратегическая ошибка. Если вас не интересуют восемь мирских дхарм, то вам тогда не нужны негативные состояния ума. Что они могут для вас сделать? Они только лишь вредят вам и не могут вам ничем помочь. Это также очень важно, и все это очень сильно взаимосвязано. Если вы породите такую мотивацию и далее произнесете одну мантру ОМ МАНИ ПАДМЭ ХУМ, это станет очень высокой практикой.

Теперь вернемся непосредственно к учению. В прошлый раз мы с вами говорили о необычной Гуру-йоге, которая является союзом блаженства и пустоты. Эта необычная Гуру-йога объясняется в трех главах. Первое – для того, чтобы породить веру в это учение, объясняется линия передачи этого учения, подлинность учения. Второе – объясняется величие учения. Что касается величия этого учения, то, как я вам объяснял в прошлую субботу, все величия «Ламрима» присутствуют также и в этом учении. Все величия учения, которые относятся к учению по тренировке ума, также присутствуют здесь. И все величия тантры также здесь присутствуют. В особенности эта необычная Гуру-йога является очень уникальной практикой Гуру-йоги. Гуру-йога считается корнем всех реализаций, и все достоинства всевозможных различных практик Гуру-йоги, все достоинства этих практик также включены в это учение. Это учение является собранием всех учений по Гуру-йоге, поэтому оно среди всех практик Гуру-йоги считается царем Гуру-йоги. Если вы практикуете эту необычную Гуру-йогу, то вам уже нет необходимости выполнять другие практики Гуру-йоги, все они включены в эту практику. И это величие этого учения.

Эта практика выполняется при порождении себя божеством, с помощью чего все обычные видимости вы устраняете из своего ума, и это является главной практикой керим. Без получения посвящения в махаануттарайога-тантру вы не можете визуализировать себя

божеством, и поэтому получение посвящения в маха-ануттарайога-тантру является квалификацией, благодаря которой вы становитесь подходящими для этой практики. Если у кого-то из вас нет посвящения в маха-ануттарайога-тантру – в тантру Ямантаки, Калачакры, Гухьясамаджи или другие, то вы не можете визуализировать себя божеством. Вы можете выполнять эту практику, но, не визуализируя себя божеством. Просто как обычный человек визуализируйте перед собой Поле заслуг.

В этой практике также содержится уникальное объяснение того, каким образом визуализировать мандалу тела своего Духовного Наставника. Как только вы узнаете о том, как правильно визуализировать мандалу тела Духовного Наставника, то одна лишь эта визуализация поможет вам накопить очень высокие заслуги. Если Духовный Наставник даровал вам посвящение, и после этого освятил мандалу, сделанную из песка, то, посмотрев на эту мандалу, вы накопите очень высокие заслуги. В наше время очень часто как на выставке создают мандалы из песка, где их демонстрируют другим людям. Я не знаю, сможете ли вы, видя такую мандалу, накопить высокие заслуги. Во многих коренных текстах говорится, что показывать мандалу тем людям, которые не получали посвящения, это нарушение самаи. Это коренные тексты и нам нужно быть очень осторожными и не противоречить коренным текстам.

В буддизме коренные тексты важнее любого духовного наставника. Даже Его Святейшество Далай-лама не может изменить коренные тексты, и это уникальная особенность буддизма. То, что упоминается в коренных текстах, изменить никто не может. Это не так, как ситуация обстоит в христианских группах. Много лет назад в христианстве была вера в реинкарнацию, но спустя какое-то время последователи христианства собрались вместе и решили, что с этого момента мы больше не будем верить в перерождения. Это называется упадком. Если мы будем верить в перерождения, то у нас возникнут определенные проблемы, поэтому с этого момента мы не будем верить в перерождения.

Буддийские законы – это не законы, которые создаются людьми в соответствии с тем, что им удобно или неудобно. Буддийские законы – это законы природы. Законы природы человек изменить не может. Нравятся они вам или нет, но это законы природы, и вам следует принять их. Если сказать, что опасные бактерии создают нам трудности, и поэтому с этого момента мы будем опасные бактерии считать полезными, то, сколько бы вы их не считали хорошими бактериями, они вам не помогут. Поэтому, что касается законов природы, то, что говорится в коренных текстах, необходимо расценивать как подлинное.

Также в коренных текстах говорится о том, что после того как вы получили тантрическое посвящение, если вы посмотрите на мандалу с очень чистой верой, то в этом случае вы накопите высокие заслуги и сможете очиститься от огромного количества негативной кармы, которую вы накапливали в течение кальпы. И в этом очень большое преимущество. В этом уникальность тантры, что просто благодаря видению мандалы вы можете очистить негативную карму. Но если вы знаете, как визуализировать мандалу тела вашего Духовного Наставника, то это еще более высокая практика, чем смотреть на мандалу, созданную из песка. Это не то, что я придумал, это то, что написано в коренных текстах. Коренные тексты существуют, их невозможно как-то устранить, они очень ясно написаны на тибетском языке. Поскольку в этом тексте по Гуру-йоге содержится уникальное объяснение того, каким образом визуализировать мандалу тела вашего Духовного Наставника, то благодаря одной лишь этой визуализации, вы можете накопить высокие заслуги и очиститься от большого количества негативной кармы. В тантре Чакрасамвара есть уникальное объяснение того, каким образом совершать обширные подношения для накопления высоких заслуг, и все это также включено в эту практику необычной Гуру-йоги. Так за короткое время вы сможете

накопить очень высокие заслуги, благодаря тем уникальным объяснениям, которые излагаются в тантре Чакрасамвара. Здесь даются уникальные объяснения подношений.

Эта необычная Гуру-йога также содержит наставления о том, как проводить самопосвящение для очищения нарушенной самаи, а также полностью все наставления по аналитическим медитациям, по всей сутре и тантре. В этом величие этой необычной Гуру-йоги, которая является союзом блаженства и пустоты. В особенности, эту необычную Гуру-йогу лама Цонкапа получил напрямую от Манджушри, поэтому благословение линии Духовных Учителей очень свежее. Лама Цонкапа задал Манджушри вопрос: «Каким образом можно достичь состояния будды очень быстро в это время упадка?» Манджушри так ответил на этот вопрос ламы Цонкапы: «Достичь состояния будды с помощью одних лишь желаний невозможно, вам необходимо создавать причины достижения состояния будды».

У Будды есть две формы: Рупакая и Дхармакая. Рупакая – это тело формы, а Дхармакая – это тело истины. Эти два тела – Рупакая и Дхармакая возникают из прямой причины. Если вы создадите причину для обретения Рупакаи, но у вас не будет причины для обретения Дхармакаи, то для вас будет невозможно достичь состояния будды. Причины для Рупакаи и Дхармакаи нужно создать вместе, и тогда вы обретете эти два тела, две каи вместе. Поэтому вам нужно знать то, каковы прямые причины Рупаки и Дхармакаи. В сутрах не объясняется прямой причины Рупакаи. В сутрах говорится, что накопление высоких заслуг – это причина Рупакаи, это действительно причина, но не прямая причина. Прямая причина объясняется только в тантрах, в особенности в махаануттрайога-тантре.

Поэтому с точки зрения тантры, если вы практикуете только сутру, то для вас невозможно достичь состояния будды. Вы сможете достичь высоких реализаций, но вы не обретете Рупакаю, потому что вы не создаете прямых причин Рупакаи. Поэтому одна из уникальных особенностей тантры состоит в том, что в тантре указывается прямая причина обретения Рупакаи. Что представляет собой прямая причина Рупакаи? Это иллюзорное тело. Что такое иллюзорное тело? Иллюзорное тело возникает из нашего наитончайшего ветра, энергии, которая является основой для ясного света нашего ума. Этот наитончайший ветер, который является основой для ясного света, с помощью уникальных техник трансформируется в иллюзорное тело. Оно называется ваджрным телом. Как только вы обретаете иллюзорное тело, вы уже не умираете, ваше тело становится бессмертным. Вы в этом случае используете наитончайшую энергию, а наитончайшая энергия не зависит от большого количества разных факторов, она все время присутствует, все время функционирует. В настоящий момент наш наитончайший ум ясный свет и наитончайшая энергия, которая является основой для этого ясного света, находятся в скрытой форме и не функционируют, сейчас функционирует наше грубое тело и грубый ум. Если с помощью уникальных техник вы сможете трансформировать наитончайшую энергию ветра в иллюзорное тело, в этом случае вы обретете это иллюзорное тело внутри этого своего грубого тела. Тогда из этого тела вы сможете выходить куда-то наружу, отправляться в другие вселенные и затем обратно возвращаться в это тело. Это иллюзорное тело является прямой причиной тела формы Будды. Как только вы обретаете иллюзорное тело – оно является чем-то невероятным! По мере того, как возрастают ваши реализации, когда вы обретаете прямое постижение пустоты, на превом бхуми вы можете эманировать сто различных тел, на втором бхуми – тысячу различных тел и так далее количество тел увеличивается.

Иллюзорное тело является прямой причиной Рупакаи. То, как обрести иллюзорное тело, которое является прямой причиной Рупакаи, подробно объясняется в тантре Гухьясамаджа. Если вы обретаете иллюзорное тело, то три неисчислимы зоны накопления заслуг все покрываются просто тем, что вы обретаете иллюзорное тело. Поэтому вам не нужно

практиковать три неисчислимых зона для создания причин достижения состояния будды. Почему тантра считается быстрым путем? Потому что в ней объясняются уникальные техники, с помощью которых можно накопить три неисчислимых зона заслуг за короткое время. Поэтому за одну жизнь и даже за двенадцать лет можно достичь состояния будды, если вы знаете то, каким образом создать прямую причину обретения Рупакаи Будды.

Но одной лишь Рупакаи вам недостаточно. Одновременно с этим вам нужно создавать и прямые причины обретения Дхармакаи – тела истины Будды. Это практика ясного света. Здесь речь идет о ясном свете, ясный свет – это когда ваш наитончайший ум напрямую постигает пустоту. Это главный ясный свет, ясный свет пути. Что касается ясного света, то различают ясный свет основы, ясный свет пути и ясный свет плода. Тот ясный свет, который у нас есть в настоящий момент, называется ясным светом основы. Это наитончайший ум и он обладает всем тем потенциалом, которым обладает ум Будды. С точки зрения потенциала нет никакой разницы, у вас точно такой же потенциал. Это наш ясный свет основы. Вы не можете использовать этот ясный свет основы, он не проявляется в ходе практики. Поэтому он называется ясным светом основы, он не трансформируется в путь. Когда в ходе медитации проявляется ваш ясный свет, и вы пребываете в этом состоянии ясного света, это называется ясным светом пути. Марпа говорил о том, что это является слиянием материнского и сыновнего ясного света.

Материнский ясный свет – это ясный свет основы, а сыновний ясный свет – это ясный свет, который осознает материнский ясный свет. Это называется единством или слиянием ясного света матери и сыновнего ясного света. Мне не разрешается объяснять это слишком подробно, но во всех деталях это объясняется в тантре Чакрасамвара. Когда вы слышите слова «махамудра» и «дзогчен», не думайте о том, что это что-то такое особенное, все это учение, которое объясняется в коренных тантрических текстах. Это то, что происходит от тантры Чакрасамвара. Это учение объяснял Будда Ваджрадхара, и нет таких учений, которые бы не давал Будда Ваджрадхара.

Практика махамудры – это одна лишь часть практики тантры Чакрасамвара. Туммо – это также одна из частей практики тантры Чакрасамвара. Туммо – это техника. С помощью такой техники, как туммо, вы можете пережить ясный свет. Миларепа очень высоко восхвалял практику туммо, с помощью практики туммо вы на сто процентов сможете очень ясно пережить ясный свет. Основная цель практики туммо состоит не в том, чтобы породить жар в вашем теле. Главная цель практики туммо состоит в том, чтобы напрямую пережить ясный свет. Для этого Наропа объяснил шесть йог Наропы, главным образом для переживания ясного света. Здесь различают ясный свет по подобию и ясный свет по сути. Ясный свет по сути является прямой причиной Дхармакаи. Для того чтобы создать прямую причину обретения Дхармакаи, мы практикуем туммо, практикуем ясный свет.

Туммо также является очень хорошей практикой для порождения иллюзорного тела. Без переживания ясного света реализовать иллюзорное тело также невозможно. Поэтому туммо является основой практики тантры, благодаря которой порождаются ясный свет и иллюзорное тело, которые являются прямыми причинами Рупакаи и Дхармакаи Будды.

Когда Миларепа впервые увидел Гампопу, он спросил у него: «Как долго ты можешь медитировать?» Гампопа сказал: «У меня такое сосредоточение, что я могу сосредоточиться на одном объекте на одну неделю без каких-либо отвлечений». Миларепа спросил у Гампопы, переживал ли он ясный свет. Гампопа ответил, что нет. Тогда Миларепа сказал: «Тогда какая польза от такой медитации? Если бы ты медитировал на мой атунг, то к этому моменту ты бы уже пережил ясный свет». Что такое атунг? Атунг – это главный объект в ходе медитации на туммо. Все великие мастера прошлых времен очень сильно, очень

высоко ценили практику туммо, как основу для практик ясного света и иллюзорного тела, все они необходимы. Практика махамудры, практика дзогчен также необходимы, но это лишь одна из частей, и только лишь этих практик недостаточно.

Если говорить коротко, то Манджушри ответил, что для того, чтобы обрести Дхармакаю, необходимо создать прямую причину, которая объясняется в тантре Чакрасамвара, это реализация ясного света. Если вы хотите достичь состояния будды за одну жизнь, то обе тантры: и тантра Гухьясамаджа и тантра Чакрасамвара очень важны. Манджушри говорил, что в эти времена упадка существует большое количество препятствий для нашей практики. И те, кто практикуют Дхарму, имеют очень мало заслуг. Те, кто практикуют тантру, также имеют очень мало заслуг и очень много тяжелой негативной кармы. Поэтому без опоры на очень мощное божество успех в практике практически невозможен. Поэтому Манджушри говорил, что требуются не только эти две тантры: тантра Гухьясамаджа и тантра Чакрасамвара, необходимо также практиковать и третью тантру – тантру Ямантаки. Если вы будете практиковать тантру Ямантаки, то в эти времена упадка, с какими бы плохими условиями вы ни встречались, они не смогут помешать вашему развитию ума. У тантры Ямантаки есть пять уникальных достоинств, которых нет у других тантр. Даже если человек совершил тяжелейшее преступление, с помощью тантры Ямантаки он сможет достичь высоких реализаций. Если говорить в целом, то для тех людей, которые совершили величайшие преступления, невозможно достичь высоких реализаций в этой жизни. Но с помощью тантры Ямантаки такие люди смогут очиститься от того, что они создали эти тяжелейшие преступления и смогут достичь высоких реализаций. С помощью тантры Ямантаки вы сможете накопить невероятно высокие заслуги за короткое время, являясь обычным человеком. То есть в тантре Ямантаки есть очень много уникальных техник накопления высоких заслуг за короткое время. Когда вы начитываете мантры, то существуют уникальные визуализации, с помощью которых вы можете накопить высокие заслуги и очиститься от тяжелой негативной кармы за короткое время. Я объяснял вам эти техники, возможно, вы их уже забыли.

Манджушри очень высоко ценил тантру Ямантаки. Такое божество, которое объединяет в себе и мирное и гневное божество, крайне необходимо для того, чтобы мы достигли успеха в нашей практике в эти времена упадка. Поскольку Ямантака – это царь Яма, то те, кто практикуют тантру Ямантаки, я могу сказать с уверенностью на сто или, может быть, на девяносто пять процентов, что они не умрут преждевременной смертью. В наше время многие люди умирают преждевременно из-за встречи с плохими условиями. Поэтому, чтобы добиться успеха в нашей практике, жить полной жизнью очень важно. В наше время существует большое количество причин для преждевременной смерти, и эта практика спасет вас от преждевременной смерти, это очень важно. Также Манджушри сказал о том, что все наставления по иллюзорному телу и ясному свету включены, входят в практику тантры Ямантаки. Если вы хотите достичь состояния будды за одну жизнь, то вам в своей практике необходимо объединить практику этих трех тантр: Гухьясамаджи, Чакрасамвары и Ямантаки.

Но только этого вам недостаточно, вам также необходимо иметь очень хороший фундамент, так говорил Манджушри. Фундамент для практики тантры состоит в следующем: это отречение как основа, бодхичитта как мотивация и мудрость, познающая пустоту, как воззрение. Три основы пути, которые объясняются в сутрах, – это три сущности, которые вам необходимы для практики тантры. Без трех основ пути, какую бы практику тантры вы ни выполняли, она не будет эффективной. Поэтому сделайте упор на этих трех основах пути. Если вы хотите достичь реализации трех основ пути, то в «Ламриме» объясняется, каким образом достигаются реализации отречения, бодхичитты и мудрости познающей пустоту. Поэтому практика «Ламрима» крайне необходима в качестве основы, фундамента

для практики тантры. Глубинность вашей практики тантры во многом зависит от вашей основы – практики сутры.

Далее Манджушри сказал, что только лишь этого недостаточно, вам также необходимо знать, как правильно полагаться на защитников Дхармы. Вы не можете полагаться на защитника Дхармы лишь на том основании, что считаете его очень мощным. Вы полагаетесь на защитника Дхармы в соответствии с той практикой, которую вы выполняете. Когда вы делаете упор на практике устранения привязанности к этой жизни, когда вы устраняете привязанность к этой жизни и создаете хорошую основу для высоких перерождений, то это начальный уровень практики. В первую очередь вам нужно сделать упор на нем. Когда вы делаете упор на этой практике, то вашим защитником Дхармы должен быть Каларупа. Если вы будете полагаться на защитника Дхармы в соответствии с той практикой, которую вы выполняете, это будет очень эффективно. Вы не должны полагаться на защитника Дхармы, говоря, что это защитник Дхармы нашей страны или защитник Дхармы моего отца. Вы полагаетесь на защитника Дхармы в соответствии со своей практикой.

Нет совета, который был бы выше совета Манджушри, поэтому без всяких сомнений, когда вы делаете упор на начальном уровне практики, вашим защитником Дхармы должен быть Каларупа. В начале, когда вы выполняете практики нёндро: выполняете практику прибежища, практику Ваджрасаттвы, ваша главная цель – это очиститься от негативной кармы, чтобы не переродиться в низших мирах. Поэтому, когда вы выполняете практику нёндро, вашим защитником Дхармы должен быть Каларупа.

После того как вы уже обрели определенный уровень стабильности в практике неперерождения в низших мирах и обретения основы для более высоких перерождений, в «Праманаварттике» говорится, что всю жизнь делать упор на практике очищения негативной кармы не эффективно. Упор нужно сделать на очищении омрачений, которые являются источником отпечатков негативной кармы. Если вы все время очищаете негативную карму и при этом не устраняете омрачения, не уменьшаете свои омрачения, в этом случае это все равно, что вы все время моете пол у себя в доме, вместо того, чтобы заделать дыру в крыше, откуда стекает грязь. Поэтому в «Праманаварттике» говорится о том, что вначале необходимо сделать упор на очищении негативной кармы, но не выполнять только эти практики всю жизнь, а когда вы обретаете определенную стабильность, то нужно сделать упор на уменьшении омрачений, на устранении омрачений из своего ума.

Без определенного очищения негативной кармы даже если вы попытаете уменьшить омрачения, для вас это будет невозможно. Поэтому, когда вы доходите до промежуточного уровня практики, то вы делаете упор на уменьшении и устранении омрачений из своего ума. Для того чтобы освободить свой ум от омрачений, вы также можете выполнять практики нёндро. Нёндро – это подготовка. Это подготовка к реализации начального уровня, подготовка к реализации промежуточного уровня и подготовка к реализациям высшего уровня. Для того чтобы обрести ум полностью свободный от омрачений, вы выполняете практику прибежища, и при этом порождаете страх перед болезнью омрачений.

На начальном уровне у вас был страх перед перерождением в низших мирах и отпечатками тяжелой негативной кармы. На промежуточном уровне вы сохраняете этот страх, но основным у вас является страх перед омрачениями: «Если у меня будут омрачения, то, сколько бы я ни очищал негативную карму, она все равно будет возникать, потому что остается источник отпечатков негативной кармы – омрачения. Поэтому мой ум должен освободиться от болезни омрачений. Это смысл моей жизни». Как только вы обретете это в качестве смысла своей жизни, то есть говорите, что мой смысл жизни – это обрести ум полностью свободный от болезни омрачений, в этом случае вы породили отречение.

Если во сне к вам придет божество и спросит вас, чего вы желаете, то вы сразу же скажете, произнесете то, что является смыслом вашей жизни. В основном смысл вашей жизни состоит в каком-то временном мирском успехе, это смысл вашей жизни. Для некоторых – обрести жену, для некоторых – мужа, для кого-то – работу, для кого-то – славу и репутацию, для кого-то – внуку. Это ваш глупый, детский смысл жизни, теперь нам необходимо его изменить, потому что он все равно обладает природой страданий. Будда говорил: «Только нирвана является счастьем». Это означает, что ум, полностью свободный от омрачений, это настоящее счастье, только это является настоящим счастьем. Когда вы обретае в этом убежденность, тогда смыслом вашей жизни будет обретение ума, полностью свободного от омрачений, а все остальное бессмысленно. Это отречение является основой для принятия обетов монахов и монахинь. Без такого отречения, я не уверен, получили ли вы настоящие обеты монахов и монахинь. В наше время в виде традиции с ранних лет дети принимают обеты монахов и монахинь, это тоже является аспектом упадка. С другой стороны, другого выбора тоже нет. По-настоящему подлинным подходом в буддизме является такой подход, что сначала порождается отречение, и потом с этим отречением принимаются обеты монахов и монахинь, обеты бодхичитты, тантрические обеты. Атиша стал монахом, когда ему исполнилось двадцать девять лет. Он сначала правильно тренировался, породил отречение и после этого стал монахом.

На промежуточном уровне практики вашим защитником Дхармы должен являться Намсарай. Многие говорят, что Намсарай – это божество богатства, но это не так. Намсарай является божеством нравственности, этики. Поскольку это божество нравственности, этики, то ваши желания очень легко исполняются благодаря этике. Поэтому очень быстро приходит богатство, поэтому Намсарая называют божеством богатства, но в действительности Намсарай – это божество высокой этики. На начальном уровне практики вы должны сделать упор на очищении негативной кармы и накоплении заслуг. На промежуточном уровне практики ваш упор должен перейти на высокую этику.

Что такое высокая этика? Это когда вы никогда не используете негативные состояния ума и используете только позитивные состояния ума. Даже если это будет стоить вам жизни, вы говорите: «Я умру, но никогда не буду использовать негативные состояния ума». В определенных ситуациях вы говорите себе: «Пусть я даже умру от голода, но я никогда не украду ничего, я не буду обманывать других. Если я смогу обрести пищу честным путем, тогда я получу ее, а если нет, то я лучше умру, но никогда не встану на путь использования негативных состояний ума», – это высокая этика. Если живя такой жизнью, вы в этом случае умрете, это стоит того. Вы умрете с очень высокой этикой. Тогда жизнь за жизнью богатство, собственность сами будут гнаться за вами.

Поэтому в вашей жизни ни под каким предлогом не используйте свои негативные состояния ума, потому что это ядовитое состояния ума, а вы хотите избавиться от этой болезни омрачений. Если вы хотите избавиться от болезни омрачений, и при этом используете свои негативные состояния ума, то в этом есть большие противоречия. Для того чтобы жить жизнью высокой этики с чистыми нравственными принципами, вам необходимо положиться на такое божество как Намсарай. Самое лучшее подношение для защитника Дхармы Намсарая – это не торма и не сергим. Не думайте, что если вы нальете водку в качестве подношения Намсарая, то он очень обрадуется. Намсарай не является алкоголиком, ему не нужна ваша водка, алкоголь. Что является самым лучшим подношением для Намсарая? Это каждый день жить с высокой этикой. Когда вы встречаетесь с плохими условиями, не позволяйте своему уму попасть под влияние негативных состояний ума. Остановите себя, скажите: «Стоп, не делай этого, это идет против моей этики. Моя этика в том, чтобы не вредить ни одному живому существу, и вдобавок к этому стараться помогать другим – это моя этика. Если я не смогу помочь, то я, по крайней мере, никогда не причиню вреда. Я

никогда не произнесу ни одного плохого слова в адрес ни одного живого существа». Такой должна быть ваша этика. Такая этика – это по-настоящему высочайшая этика, о которой говорил Шантидева. Шантидева говорил: «Какой смысл, какая польза от большого количества этических норм, если вы не следите за своим умом? Если ваш ум под контролем омрачений, если вы продолжаете использовать негативные состояния ума, то какова тогда ваша этика?» Что касается этики, то это не зависит от того, монахи вы или не монахи, все должны придерживаться высокой этики. На первом уровне – это никому не вредить, а на втором уровне – всегда быть готовым помогать другим. Это ваша этика, это ваши принципы.

Куда бы вы ни отправились, вы все время думаете: «Я не принесу ни малейшего дискомфорта, наоборот, я постараюсь помочь тем людям в том месте, куда я иду». Если это возможно, то молитесь, как молился Шантидева: «Пусть во времена голода я смогу превратиться в пищу и накормить всех живых существ. Когда люди болеют, и у них нет помощника, пусть я превращусь в их помощника, и буду прислуживать им. Когда живые существа сильно страдают от жары, пусть я превращусь в большое дерево и укрою их тенью. Когда живые существа страдают от различных болезней, пусть я смогу превратиться в лекарство и избавлю их от этих болезней. Пока существует пространство, пока живые живут, да буду и я вместе с ними страданий рассеивать тьму», – это высочайшая этика, живите в соответствии с такой этикой. Думайте так: «Пусть я стану источником счастья для других». Тогда вы будете поступать точно так же, как поступал Махатма Ганди.

Когда поезд уже отходил от станции, Махатма Ганди старался догнать этот поезд и запрыгнул в него на ходу. Один его ботинок слетел с ноги, но он не сказал при этом: «Кошмар!» Он сразу же снял с себя второй ботинок и выбросил вслед за первым, без какого либо сожаления о том, что он потерял ботинки. Другие люди (это люди с очень низкой этикой) сказали: «Вы ведете себя очень странно, у вас с ноги слетел один ботинок, зачем же вы сразу же сняли второй и выбросили его вслед за первым?» Люди с низкой этикой видят такой поступок как глупый, потому что он за рамками их понимания. Если вы плохой шахматист, то ход высокого гроссмейстера покажется для вас очень глупым. Вы подумаете, что это очень неэффективный ход. А если бы вы сделали такой-то ход, то вы приобрели бы такие-то преимущества. Но если вы проанализируете, то благодаря такому небольшому преимуществу вы все потеряете. Это очень легко, это очень ясно объясняется в шахматах. Гроссмейстер может даже провести гамбит, пожертвовать конем. Вы можете подумать: «Зачем же он так поступил?» Но в конце он приобретает очень большое преимущество от такого хода – сделав гамбит.

Действия бодхисаттвы – это гамбиты очень высокого уровня. Эти действия хороши для других, и хороши для них самих, то есть хороши для всех. Поэтому Махатма Ганди сказал: «Один мой ботинок уже слетел с ноги, теперь он бесполезен, и тот ботинок, который остался у меня на ноге, тоже бесполезен, если я его выброшу вслед за первым, кто-то сможет найти эту пару ботинок, и они будут полезными для него». Это такой ход, что если человек найдет эти ботинки, они окажутся для него полезными. Махатма Ганди накопил, таким образом, очень высокие заслуги, это полезно также и для него, это очень полезно для обоих. Это называется здоровым образом жизни, это называется этикой.

Возможно, вы бы не выбросили второй ботинок, а забрали бы и принесли его домой. Это отношение крысы. Крыса все собирает, собирает и ни с кем не делится. Это очень тупой ум. Вы не знаете о том, что в шахматной игре вашей жизни вы очень плохие шахматисты. Ведя игру на шахматной доске, вы немного умные, но в своей жизни вы очень плохие шахматисты. Высокая этика – это здоровый образ мышления, здоровый образ жизни.

Далее, когда вы делаете упор на практике бодхичитты, то главным защитником Дхармы для вас должен быть Махакала. Поскольку вы делаете упор на практике бодхичитты, то вы думаете: «Пусть я смогу достичь состояния будды для того, чтобы принести благо всем живым существам». В действительности, когда вы делаете упор на практике бодхичитты, вам также необходимо выполнять практики нёндро. Когда вы выполняете практику прибежища, то вашим страхом должен быть не только страх перед рождением в низших мирах и не только страх перед сансарой. Также вашим главным страхом должен быть страх за всех живых существ, поскольку они страдают в сансаре. Так же как мать опасается за будущее своего ребенка, вы должны бояться за всех живых существ, которые страдают от болезни омрачений и желать им освободиться от болезни омрачений. Тогда вы принимаете прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе: «Пожалуйста, защитите меня и всех живых существ от болезни омрачений. Для того чтобы породить бодхичитту, я очищаю негативную карму». Вы выполняете подготовительные практики, чтобы суметь породить драгоценную бодхичитту в своем уме. Это подлинные практики, которые выполняли великие мастера прошлого.

Махакала – это защитник Дхармы, который является гневным аспектом Авалокитешвары. Авалокитешвара – это божество сострадания. Когда вы полагаетесь на Махакалу, это помогает вам породить бодхичитту с большой силой. Главным препятствием для порождения бодхичитты является эгоистичный ум. Прямое противоядие от эгоистичного ума – это Махакала. Когда вы полагаетесь на божество Махакалу, вы просите его уничтожить не ваших внешних врагов, а вашего внутреннего врага – ваши эгоистичные состояния ума. Поэтому, когда в практике Махакалы выражается просьба об уничтожении ваших врагов, говорится даже об уничтожении мельчайших частиц ваших врагов, то речь идет не о внешних врагах, а о ваших внутренних врагах. Это ваш эгоистичный ум, который является очень глупым и делает вас злым духом. Кто делает вас злым духом? Это ваш эгоистичный ум. С безначальных времен и по сей день, кто вас обманывал? Это злой дух – ваш эгоистичный ум.

Однажды гадание показало одному человеку, что ему вредит злой дух. Человек, который ему погадал, сказал, что если возможно, постарайся найти высокого мастера, постарайся найти Друкпа Кюнле и попроси его бросить торма в этого злого духа. Этот человек стал ждать Друкпа Кюнле. Однажды он увидел Друкпа Кюнле. Он сказал: «Друкпа Кюнле, я ходил на гадание и мне сказали, что мне вредит злой дух». Друкпа Кюнле сказал, что всем живым существам вредят злые духи. Далее этот человек сказал: «Этот злой дух вредит мне, а вы – великий йогин, пожалуйста, бросьте торма в этого злого духа!» Друкпа Кюнле сказал: «А ты уверен, что ты хочешь, чтобы я бросил торма в лицо злому духу?» Он сказал: «Да-да! Пожалуйста, бросьте его прямо в лицо злому духу, чтобы я был очень счастлив». Друкпа Кюнле сказал: «Хорошо». Он сделал торма, провел определенный ритуал и бросил торма в грудь этому человеку. Он сказал: «Злой дух находится здесь. Твой эгоистичный ум, твой омраченный ум – это злой дух. Он вредит тебе, и он вредит другим. Этот злой дух не оставляет тебя в покое ни на один миг».

Почему в нашем мире у людей нет покоя в уме? Из-за этого злого духа. Они стали рабами этого злого духа. Они носят галстук, и все время без перерыва ездят здесь и там, почему? Потому что злой дух отдает им такие приказы. Все, что скажет злой дух, на все вы соглашаетесь. Вы не можете спать, не можете есть, бегаєте и бегаєте, но какой у вас результат? Именно этот злой дух делает вас беспокойными в вашем уме.

Далее Друкпа Кюнле сказал: «Этот злой дух – твои омрачения не уйдут лишь из-за одного торма. Если ты по-настоящему хочешь уничтожить этого злого духа, то отправляйся со

мной. После долгого периода практики ты сможешь устранить этого злого духа. Когда ты освободишься от этого злого духа, то обретешь безупречное счастье. Ты не только будешь счастлив, но также сможешь стать источником счастья для всех других живых существ». Внешние злые духи – это не злые духи, они могут вам однажды навредить, но сами они страдают еще больше.

Это именно тот способ, каким вам нужно практиковать. Время закончилось. Сейчас не время для пикника, нам нужно получать учение и готовиться к тому, чтобы не переродиться в низших мирах и избавиться от болезни омрачений.