

Я очень рад вас видеть. Для тренировки ума требуется большая искусность – одной только силы недостаточно. Но если вы вообще не будете прикладывать усилий, то не добьетесь прогресса. Поэтому придерживайтесь правила золотой середины: силы не должно быть слишком много, но и полностью отсутствовать она не должна. Эта сила должна быть подвижна искусным мышлением и хорошим пониманием Дхармы. Также важно, чтобы ваши знания Дхармы были не просто сухой интеллектуальной информацией, – в них должно присутствовать здравомыслие. Когда вы добиваетесь успеха в повседневных делах, обратите внимание, что именно помогает вам этого достичь – какой-то определенный навык, искусность и т.д., и постарайтесь то же самое применить к развитию ума.

Как я вчера говорил, на тренировках по прыжкам в высоту используется множество приемов. Но главное заключается в том, что перед началом обучения тренер использует особую технику – он проверяет, какую высоту может взять спортсмен. После этого тренер уже не устанавливает планку слишком высоко, иначе спортсмен никогда ее не перепрыгнет. Вы же беретесь рассуждать о состоянии будды, которое находится очень высоко, после чего говорите, что для его достижения потребуется слишком много времени – три бесчисленных эона, и тогда вообще не хотите ничем заниматься. Вы спите под этой «планкой» и не хотите прыгать, а в уме визуализируете, что достигаете состояния будды. Именно эту ошибку я у вас обнаружил, и вы должны ее знать.

Итак, вначале на практике посмотрите, на какую высоту вы можете прыгнуть. Замечу, что сейчас вы не способны сделать такой прыжок как устранение привязанности к этой жизни. Восемь мирских дхарм находятся низко – как планка, установленная на уровне одного метра, если проводить параллель между развитием ума и прыжками в высоту. Но даже этот прыжок вам не под силу – вы не в состоянии отбросить восемь мирских дхарм, а это начальная стратегия. Полное же отбрасывание восьми мирских дхарм сопоставимо с прыжком в высоту на два метра. Это вовсе не легко, поэтому вначале постарайтесь уменьшить привязанность к восьми мирским дхармам на пятьдесят процентов. Это аналогично прыжку в высоту на один метр, который вы совершенно точно можете выполнить.

Вы в состоянии на пятьдесят процентов уменьшить привязанность к этой жизни и породить пятьдесят процентов заботы о счастье в будущей жизни. В тексте «Светильник на пути к Просветлению» Атиша говорил о том, что существует три уровня практикующих: начальный, средний и высший. Это объясняется и в Ламриме, потому что вы должны понимать, на каком уровне находитесь. Это аналогично тому, как тренер по прыжкам в высоту изначально проверяет способности спортсмена. Затем, когда вы однажды узнаете, что устранили привязанность к этой жизни на пятьдесят процентов, вам надо будет устранить ее на шестьдесят процентов, и шестьдесят процентов своих усилий направить на практику Дхармы. Таким образом, вы будете видеть, что ваш ум уже не так сильно подвижен восемью мирскими дхармами.

У меня нет высоких реализаций, но восемь мирских дхарм я могу немного контролировать. И это уже является счастьем. Меня не интересует, что обо мне говорят другие, я всегда остаюсь спокойным, потому что главное для меня – это то, чем я являюсь на самом деле. Если меня называют Манджушри, я мысленно улыбаюсь: «Мне далеко до Манджушри, я не умею летать. Но пусть они так думают, им это полезно». Если человек болеет, но при этом показывает другим справку о том, что здоров, – в этом нет никакого смысла. Самое главное – не в том, чтобы люди думали, что этот человек – здоровый, а чтобы это действительно было так.

Когда вы на восемьдесят процентов уменьшите восемь мирских дхарм в своем уме, тогда будете полностью свободны от того, что люди о вас говорят. Самым важным для вас будет то, чем вы являетесь. Поэтому, когда вас будут критиковать, вы не станете расстраиваться, а если начнут перехваливать, не возгордитесь, потому что знаете, что не достойны такой похвалы. Возьмем, к примеру, эти часы. Я точно знаю, что они стоят двести долларов. Поэтому, если мне скажут, что эти часы являются подделкой и стоят десять долларов, я не огорчусь. А если сообщат, что они – особые, поэтому стоят миллион долларов, я не стану прыгать от радости. Ведь я знаю их настоящую цену. Поэтому вам надо знать себя – то, чем вы являетесь.

Несколько лет назад я давал учение по восьми дебютным ошибкам. Оно очень важно для вас. Вы не должны его забывать, поэтому перечитайте книгу, где изложено это учение, еще раз. Я изложил это учение так, чтобы современные люди смогли понять его – представил восемь мирских дхарм как восемь дебютных ошибок. Избавляясь от этих ошибок, вы совершенно точно сможете добиться прогресса в своей практике. Если же этого не сделать, то какой бы высокой ни была ваша практика, вы потерпите крах, потому что будете совершать дебютные ошибки.

Тренер по шахматам говорит, что важно выстроить правильный дебют и не совершать ошибок. Когда я начинал играть в шахматы, то не понимал, о каком правильном дебюте идет речь. Я думал, что надо сразу использовать такие фигуры, как слон или конь, чтобы быстро выиграть. Потом я понял, что это может сработать только со слабым игроком, а с гроссмейстером так не получится – с ним нужен правильный дебют. В противном случае, допустив ошибку в начале игры, сколько потом ни ходи ферзем, все равно проиграешь. В жизни вам, подобно гроссмейстеру в шахматной игре, противостоит настоящий противник – ваши негативные эмоции. Они контролируют ваш ум с безначальных времен. Негативные эмоции могущественны, но, если вы начнете с правильного дебюта, то совершенно точно сможете обыграть их, потому что в основе негативных эмоций лежит ошибочное сознание. Итак, помните восемь дебютных ошибок – восемь мирских дхарм и каждый день уменьшайте их. Это очень важно.

Переходим к теме. Для того чтобы установить правильную мотивацию, необходимую для получения учения по бодхичитте, сначала Андрей прочитает «Послание, напоминающее о ежедневной практике».

Итак, что касается бодхичитты, мы говорили о двух техниках, с помощью которых она развивается. Первая техника – семь пунктов причины и следствия – передается по линии преемственности от Атиши. Она состоит из двух глав: общее и подробное объяснение. В общем объяснении говорится, что состояние будды возникает из бодхичитты, то есть бодхичитта рассматривается как семя, из которого произрастает дерево Просветления. Причина бодхичитты – сверхнамерение, возникающее из великого сострадания.

Что касается великого сострадания, то в одних текстах говорится, что оно возникает из любви. В других – что это разные состояния ума, не возникающие одно из другого: основой великого сострадания является желание избавить живых существ от страдания, а основой любви – желание принести живым существам счастье. Но оба эти состояния ума возникают из желания отблагодарить живых существ за их доброту. Когда у вас появится это желание, и оно будет очень сильным, тогда у вас автоматически возникнет мысль: «Пусть все живые существа избавятся от страданий и обретут счастье».

Материнская любовь возникает не из желания отблагодарить ребенка за доброту, а из эгоистичного чувства: «Это мой ребенок. Он – часть меня, мое сердце. Пусть он никогда не

страдает и будет счастлив». Если женщина основывается на доброте, то она будет любить своих родителей больше, чем детей. А в наше время ситуация иная – детей любят, а к страданиям родителей относятся равнодушно. Причиной тому является эго. На самом деле родители к вам более добры, чем дети. Что дети для вас сделали? Ничего хорошего, но все равно вы их больше любите. Это привязанность, а не чистая любовь.

Настоящая любовь и великое сострадание возникают из подлинного желания отблагодарить живых существ за их доброту, а не из эгоистичного чувства: «Это мое». Мирская любовь потому и ненадежна, что основана на эго: «Вчера он мне улыбнулся, значит, теперь это мой друг, он мне полезен, я его люблю». Что касается самого желания отблагодарить живых существ за их доброту, то здесь имеется в виду не просто какое-то слабое чувство, а высочайший его уровень. Только тогда это желание будет являться источником по-настоящему чистых и мощных любви и сострадания.

Чтобы породить такое сильное желание, думайте о доброте живых существ постоянно: «Как они были добры ко мне, когда были моими матерями и когда не были, как они добры ко мне в процессе моего достижения состояния будды». Это сущностное наставление, которое я объяснил в стихотворении. Если вы будете размышлять об этом, в вашем уме родится сильное желание отблагодарить их за доброту. Имея такую основу, даже если вам станут угрожать смертельной расправой, вы уже не сможете остановиться – будете продолжать любить всех живых существ. Это аналогично тому, как если бы я сказал вам: «Не любите ваших детей». Наверняка вы бы ответили: «Убейте меня, но я хочу любить своих детей».

Итак, создавайте причины, тогда результат – настоящую любовь и великое сострадание – никто не сможет остановить. Если же вы будете заставлять себя словами: «Я должен относиться с любовью ко всем живым существам», – или даже причинять себе физическую боль, то ничего не добьетесь. Что касается памятования о доброте живых существ, то здесь недостаточно немного об этом подумать, вспомнить один-два случая – вам необходим богатый материал. Поэтому самый лучший способ – это постоянно помнить о том, как они были вашими матерями, и как были добры к вам тогда. Это факт, просто вы его забыли, но сможете понять на основе ясной логики.

Например, видя желтый цветок на дереве, вы с помощью логических обоснований с уверенностью можете сказать, что существовал и предыдущий желтый цветок, хотя вы его и не видите. Потому что невозможно, чтобы сегодняшний цветок возник беспричинно. И поскольку он зависим от причины, то не может появиться от какой-то несвязанной причины – он должен возникнуть от подобной причины. Поэтому перед этим желтым цветком существовал предыдущий. Аналогично этому, не видя, но используя логику, ученые доказывают, что до этой мировой системы существовала предыдущая, у которой также была предшествовавшая ей, и т.д. до бесконечности. Я тоже в этом уверен. У ума тоже нет начала, потому что он не может появиться без причины. Ум возникает из своего предыдущего мгновения. Поэтому все живые существа рождаются иногда животными, иногда людьми. Исходя из этого, можно сказать, что все живые существа были вашими матерями.

На самом деле, у меня нет времени, чтобы подробно об этом говорить, потому что в этой главе речь идет об общем объяснении. Здесь показано, каким образом взаимосвязаны семь пунктов причины и следствия. В прошлом великие мастера Кадампы говорили, что убедить себя в том, что все живые существа были вашими матерями – трудно, но когда вы обретете такую убежденность, у вас появится богатый материал для размышления об их доброте. У вас легко будет порождаться желание отблагодарить других за их доброту. Также спонтанно будут возникать чувства любви и сострадания.

Далее, вторая глава – подробное объяснение – излагается в двух частях. В первой части Лама Цонкапа говорит, что великое сострадание является корнем пути Махаяны. Почему именно великое сострадание, а не бодхичитта? Потому что бодхичитта возникает из великого сострадания как следствие из причины. Поэтому и Чандракирти, когда писал текст «Мадхьямика-аватара» об абсолютной природе, о мудрости, познающей пустоту, о теории пустоты, употребил восхваляющие слова в отношении великого сострадания, а не бодхичитты или мудрости, познающей пустоту. Тем самым он хотел продемонстрировать, что корень всей практики Махаяны – это великое сострадание.

Вам также нужно выработать желание развить великое сострадание. Не думайте сразу о бодхичитте, потому что в отношении нее есть одна хитрость. Определение бодхичитты таково – пусть я достигну состояния будды ради блага всех живых существ. Здесь первая часть – пусть я достигну состояния будды – становится более важной, чем принесение блага всем живым существам: «Сначала я стану буддой, а потом буду приносить благо всем живым существам». Поэтому ваше эго говорит: «Бодхичитта – это хорошо. Она нужна, потому что ты станешь буддой». Вашему эго это приятно. Тогда вы и тантру хотите практиковать, потому что ваше эго хочет быстро стать буддой. От Махамудры и Дзогчена глаза вашего эго становятся еще больше: «Как хорошо! Ничего не надо делать – просто спокойно сидеть. Раньше я ничего не делал, и теперь, ничего не делая, еще быстрее стану буддой, как Миларепа».

На самом деле Миларепе было совсем нелегко достичь состояния будды. Когда он, рассказавшись в убийстве множества людей и отправившись на поиски духовного пути, встретил одного мастера Дзогчен, тот ему сказал: «У меня есть особые наставления, основываясь на которых, ты, медитируя в течение дня, достигнешь состояния будды днем, а медитируя в ночное время, достигнешь состояния будды ночью». Для учеников, достигших определенного уровня, то есть полностью подготовивших весь фундамент, это действительно возможно. Как наполненному стакану нужна всего одна капля, чтобы вода перелилась через край, так и ученику такого уровня достаточно капли Дзогчена, чтобы стать буддой. Если же стакан совсем пустой, то капля воды ничего не изменит. Я не видел эту историю в жизнеописаниях Миларепы, а услышал ее от Его Святейшества Далай-ламы. Существует множество различных версий жизнеописания Миларепы. Возможно, Его Святейшество читал ту, которой не было у меня.

Итак, услышав слова мастера, Миларепа подумал: «Мне очень повезло. Я – особый человек. Сначала я легко научился черной магии, теперь встретил буддизм. Как хорошо: буду медитировать днем – стану буддой днем, погружусь в медитацию ночью – стану буддой ночью. Значит, я могу расслабиться и спокойно спать». Так он спал, и у него не было никакого прогресса. Тогда мастер Дзогчен, будучи очень добрым и обладая ясновидением, сказал: «Я слишком восхвалял свое учение, но оно тебе не подходит. Тебе надо найти Учителя по имени Марпа. Он был твоим Наставником в предыдущей жизни и, в отличие от меня, может тебе помочь». Так Миларепа отправился на поиски Марпы и однажды нашел. Однако Марпа, несмотря на то, что был великим мастером Махамудры, не сказал Миларепе, что имеет для него какое-то особое учение. Вместо этого Марпа заставил Миларепу выполнять тяжелую работу, и через эти трудности Миларепа продвигался к достижению состояния будды.

Гораздо позднее Миларепа провожал своего ученика, я точно не помню Речунгпу или Гампопу, но это неважно. В какой-то момент он остановился и сказал ученику: «Дальше отправляйся сам, иди медитировать в горы, а я пойду назад. Это наша последняя встреча, и я дам тебе сущностное наставление». Ученик обрадовался, сделал подношение мандалы Миларепе в ожидании того, что услышит от него сущностное наставление, которое никогда

раньше не слышал, и сказал: «Пожалуйста, дайте мне это сущностное наставление». Тогда Миларепа повернулся к нему спиной и показал свой зад. Кожа у него там была такая грубая, как на пятке, потому что он долгое время сидел в медитации.

Миларепа сказал: «Я продвигался к достижению состояния будды посредством больших испытаний. Если ты хочешь за одну жизнь достичь состояния будды, то тебе необходимо развить огромный энтузиазм и проходить через трудности, потому что высокий результат не может возникнуть легко. А теперь отправляйся». Это наставление стало для ученика таким мощным, что из его глаз потекли слезы, и он породил сильнейшую решимость: «Теперь я буду практиковать ради блага всех живых существ. И с какими бы трудностями я ни столкнулся, даже если потеряю жизнь, все равно буду продолжать эту практику и никогда не поверну обратно». С таким сильным духом от медитации в горах будет результат. А слабый духом человек посидит там три дня и потом пойдет обратно.

Вернемся к теме. Первая часть второй главы, называемая «Великое сострадание – корень пути Махаяны», состоит из трех подзаголовков. В первом говорится, что в начале пути великое сострадание важно, так как является корнем всех реализаций. Во втором объясняется, что в середине великое сострадание – это корень прогресса, поэтому оно необходимо. В третьем указывается, что в конце великое сострадание также значимо, потому что является корнем принесения блага всем живым существам.

Вы должны понять, что сострадание подобно дереву. Если корень дерева имеет лишь одну ветвь, то он будет слабым. А когда корень разветвленный и глубокий, тогда он становится очень крепким. Такое дерево трудно выдернуть. Оно не падает, даже если возникают самые плохие условия. Сейчас вы думаете только, что сострадание – это хорошо, и не видите того множества связей, которые там есть. Поэтому корень вашего сострадания имеет всего одно ответвление: сострадание – это корень всех реализаций. Но и в этом вы не уверены, ваш корень слишком мал, и аналогично крошечному цветку его можно выдернуть без труда, стоит только слегка потянуть за него. Из-за этого ваше сострадание, встретившись с малейшим плохим условием, сразу же исчезает.

Вот такое объяснение дается в отношении великого сострадания. Когда эти наставления выйдут в виде книги, перечитывайте ее снова и снова, тогда корень вашего сострадания будет становиться все сильнее. Не знаю как вам, но когда я учился философии, мне были неинтересны учения на общие темы. Мне нравилось слушать подробное учение о чем-нибудь одном, например, о великом сострадании и его анализе, – когда я вижу весь механизм, мне это по-настоящему помогает. Мне кажется, что вы, мои ученики, предпочитаете то же самое. Из-за того, что мы с вами ленивы, нам нужно такое учение, которое без особого давления будет затрагивать наш ум, тогда оно будет приносить нам пользу.

Далее, первый подзаголовок объясняется в трех пунктах. В первом говорится, что чувство ответственности за то, чтобы избавить всех живых существ от страданий и привести их к счастью, возникает только из великого сострадания. Без такого сверхнамерения нести ответственность за всех живых существ невозможно стать бодхисаттвой. Без него вы не разовьете бодхичитту, даже если день и ночь будете произносить: «Пусть я стану буддой ради блага всех живых существ». Это будут лишь пустые слова. Породить это сверхнамерение, то есть такую ответственность, которая возникает у матери по отношению к своему ребенку, в отношении всех живых существ – нелегко. Поэтому сложно породить и бодхичитту. Но как только вы породите великое сострадание, сверхнамерение возникнет в вас без труда. Таким образом, без порождения сверхнамерения невозможно развить

бодхичитту и вступить на путь Махаяны, поэтому великое сострадание – это корень пути Махаяны в начале.

Второй пункт гласит, что великое сострадание идет впереди всей практики Махаяны. Лама Цонкапа приводит цитату из сутры – беседы Будды с Шарипутрой. Чтобы поддерживать жизненную силу, нужно дышать. То есть вдохи и выдохи идут перед жизненной силой. Махаянская практика аналогична жизненной силе, поэтому перед ней, подобно дыханию, должно идти великое сострадание. Если оно исчезает, то и жизненная сила всей махаянской практики пропадает. Все вы говорите о Махаяне, но не знаете, что жизненная сила махаянской практики зависит от подобного дыханию великого сострадания. Поэтому, какой бы практикой вы ни занимались, перед ней всегда должно идти великое сострадание. Желание избавить всех живых существ от страданий должно стать вашим дыханием.

А как вы выполняете практику? Вместо такого дыхания, как великое сострадание, у вас идет эгоистичный ум: «Я занимаюсь практикой, божество меня любит, потом оно даст мне ясновидение, или я смогу летать. Я стану особым, удачливым и здоровым». Как здесь может возникнуть практика Махаяны, если у нее нет жизненной силы – великого сострадания? Эгоистичным умом вы питаете ваши мирские дхармы, и они становятся сильными. Большая часть вашей практики слишком связана с мирскими дхармами. Вы выполняете ее ради собственной славы, репутации, здоровья или временного счастья, а до других живых существ вам нет дела. Это детская практика. Для того чтобы существовала жизненная сила Махаяны, перед любой вашей практикой должно идти подобное дыханию великое сострадание.

Это очень полезное наставление. Когда я его услышал, у меня внутри как будто что-то открылось, и я понял, что та практика, которой я занимался до этого, не была махаянской, потому что перед ней не шло подобное дыханию великое сострадание. Вместо этого у меня были эгоистичные или нейтральные чувства, или, например, мысль: «Если я не буду заниматься практикой, то Учитель обидится, потому что я давал обещание». То есть я был движим страхом «обещал, поэтому должен делать» или мирской мотивацией. Лама Цонкапа говорил, что какой бы практикой вы ни занимались, в начале и в конце есть два важных момента: порождение правильной мотивации и посвящение заслуг. Здесь тот же самый смысл, просто с другой точки зрения – под правильной мотивацией понимается великое сострадание. Думать о том, чтобы избавить всех живых существ от страданий, – это самая высшая мотивация.

В третьем пункте объясняется, что великое сострадание является силой, подталкивающей вас к тому, чтобы практиковать шесть совершенств бодхисаттвы без усилий, то есть спонтанно. Здесь Лама Цонкапа приводит цитату из «Гаягори-сутры». Будда говорил Манджушри: «Благодаря тому, что у бодхисаттв есть великое сострадание, они без усилий приступают к практике шести совершенств и также легко жертвуют своим телом». Поэтому великое сострадание – это мощная сила, благодаря которой и вы легко можете приступить к практике шести совершенств бодхисаттвы. Одним из этих совершенств является шаматха – тренировка концентрации. Могу сказать, что, если у вас есть великое сострадание, вам будет несложно выполнять практику шаматхи и получать удовольствие от концентрации.

Когда ваш ум охвачен сильным состраданием и большим желанием помогать живым существам, вы начинаете думать: «Мой ум постоянно блуждает, поэтому я хочу развить концентрацию. С ней я смогу им больше помочь». Так ваша концентрация будет увеличиваться с каждым днем, потому что ее будет двигать высочайшая сила – великое сострадание. Итак, сущностное наставление для желающих развивать шаматху: перед тем, как приступить к этой практике, думайте о том, что очень добрые живые существа страдают,

и для того чтобы приносить им благо, вам необходимо развить однонаправленную концентрацию. Когда вы породите такое великое сострадание, оно станет той мощной силой, которое будет толкать вас в направлении обретения шаматхи. Топливо существует для поддержания огня, а сила – для того чтобы передвигать объекты. Подобным образом великое сострадание продвигает ваше сосредоточение, и день ото дня ваша концентрация увеличивается.

Во многих других текстах объясняются преимущества шаматхи для развития ума. Атиша же говорил о развитии шаматхи ради блага всех живых существ. Это объяснение стало для меня сущностным наставлением и принесло большую пользу. Вы должны понимать, что наставления становятся для вас сущностными тогда, когда вы имеете хороший фундамент.

Итак, Атиша говорил: «Как птица без крыльев не может летать, так и вы без ясновидения не можете приносить благо живым существам». Что это означает? Помогать живым существам следует через учение. Однако у каждого живого существа – своя ментальность и свои болезни ума. А учения Будды, изложенные в восьмидесяти четырех тысячах томов, подобны разным видам лекарств. Как определенное лекарство полезно при одной болезни и нейтрально или даже вредно при другой, так и учения – могут или улучшить, или ухудшить ситуацию. Поэтому дающий учение должен иметь хоть немного ясновидения, чтобы понимать, какое учение подходит конкретному человеку, а какое – нет. Таким образом, чтобы приносить благо живым существам, нужно обрести ясновидение, а для этого необходимо развить шаматху. Поэтому думайте: «Ради блага всех живых существ я хотел бы развить шаматху. После этого я смогу обрести ясновидение. Тогда все, что бы я ни делал, будет искусным».

Второй подзаголовок, объясняющий, каким образом великое сострадание является корнем прогресса в середине, состоит из двух пунктов. Во-первых, в середине, когда вы развили бодхичитту и вступили на путь Махаяны, если вы перестанете медитировать на великое сострадание, то есть опасность, что вы отклонитесь от этого пути. Поэтому Лама Цонкапа говорил, что великое сострадание необходимо не только для порождения бодхичитты. В середине, чтобы не потерять бодхичитту, нужно помнить о великом сострадании и медитировать на него снова и снова. Именно так делают бодхисаттвы, и поэтому в середине не падают, а продолжают идти по пути. Во-вторых, в середине пути, благодаря великому состраданию, вы можете спонтанно накапливать высокие заслуги для принесения блага живым существам. Итак, в середине махаянской практики великое сострадание – это жизненная сила, необходимая для очищения негативной кармы, накопления высоких заслуг и продвижения к более высоким реализациям.

Третий подзаголовок, касающийся важности великого сострадания в конце, делится на два пункта. Первый пункт – это польза великого сострадания в конце. Второй – принятие бодхичитты в качестве сущностного наставления для выработки жизненной силы. Первый пункт имеет два подпункта: само объяснение и сущностное наставление. Объяснение дается в двух частях: смысл и пример.

Итак, смысл. Различают два вида нирваны: пребывающую и непребывающую. Пребывающая, или пассивная, нирвана бесполезна для всех живых существ. Это подобно тому, как человек закрывается в доме и ложится спать. Он никому не вредит, но и не помогает. Непребывающая нирвана – это состояние будды. В этом случае ум полностью свободен от омрачений, и такое существо никогда не выходит из Дхармакаи. Оно однонаправлено ушло в сферу пустоты, как вода в воду, поэтому здесь нет никакой двойственности. Если обычный человек пребывает в этом, то он не может помогать живым существам. Это уникальное качество Будды: пребывая в однонаправленной концентрации на

пустоту, находясь в недвойственном состоянии подобно воде растворившейся в воде, в то же время он под влиянием силы великого сострадания проявляет бесчисленные эманации, которые спонтанно приносят благо живым существам.

Это и есть непребывающая нирвана. В конце такой плод, который приносит благо всем живым существам, возникает из великого сострадания. Поэтому Будда три бесчисленных эона тренировался в великом сострадании. И хотя его ум не выходит из состояния однонаправленной медитации на пустоту, он спонтанно помогает живым существам. Здесь пустота и мудрость, познающая пустоту, становятся одним целым, как вода, попадающая в воду, то есть, нет никакой отдельной пустоты. Когда вы напрямую познаете пустоту, видимость пустоты – это тоже пустота. Когда вы познаете пустоту концептуально, то видимость пустоты – это не пустота.

Теперь пример. Лама Цонкапа приводит цитату из текста Чандракирти «Мадхьямика-аватара»: «Великое сострадание в начале подобно семени, в середине – удобрению, а в конце – дереву, на котором созревают все плоды». Здесь говорится о дереве Просветления, на котором созревает множество плодов принесения блага всем живым существам и избавления их от страданий.

Второй пункт – принятие бодхичитты в качестве сущностного наставления для выработки жизненной силы. Это самая главная практика. Бодхичитта возникает из великого сострадания. Здесь Лама Цонкапа говорит, что когда Атиша впервые пришел в Тибет, многие люди просили его дать учения по Махамудре, Дзогчену, шести йогам Наропы и передать посвящения. На это Атиша ничего не отвечал. Когда такие просьбы стали высказываться громко, он сказал: «Я слышу, что вы говорите, у меня нет проблем со слухом. В первую очередь, отбросьте восемь мирских дхарм и развейте бодхичитту».

Почему он говорил об этих двух вещах? Потому что, не отбросив восемь мирских дхарм, вы не являетесь духовным практиком. Чтобы практиковать Махаяну, необходимы бодхичитта и великое сострадание. Что вы можете практиковать в тантре без такой жизненной силы? Без основы ясный свет вы не увидите, даже если будете сидеть и смотреть на него день и ночь. Это будет пустая трата времени. Геше Томпа услышав, что отвечает Атиша, сказал своим друзьям: «Атиша дает людям сущностные наставления, приносящие жизненную силу. Но люди его не понимают – они огорчаются и уходят, потому что он не дает им посвящение».

Между тем сразу достичь вершин невозможно, сначала нужно заложить фундамент. Я уже рассказывал про одного индийского мужчину, который, получив образование, не захотел работать в крупной компании. У него была отличная бизнес-идея, но отсутствовал стартовый капитал. Тогда он начал собирать бутылки и просил других людей приносить их ему. Затем он продал эти бутылки, получил капитал и так пошел дальше. Сейчас он – один из богатейших бизнесменов Индии.

Собирать бутылки – это мирской совет, от этого вы получите прибыль, но небольшую. А для того чтобы обрести невероятное богатство – накопить огромные заслуги, начинайте буддийскую практику с простираний. Не нужно думать: «Простирание – это практика тела, низший уровень. А я буду заниматься практикой ума». Нет, это не низший уровень, это практический подход. Если перед простиранием идет великое сострадание, то ваши простирания будут невероятными. Вы захотите, чтобы у вас были миллиарды тел. Вы будете делать простирания с мыслью: «Я хочу помогать живым существам», – и тем самым накапливать огромные заслуги. Тогда можно будет приступить к высшим практикам.

Вы должны понимать, что великое сострадание возникает из ума, заботящегося о других. Это основано на здравомыслии: другие живые существа, так же как и вы, хотят счастья и не хотят страдать. В настоящий момент вы этого не видите, потому что заботитесь только о себе и видите только себя. Обретите заботу о других людях, и сразу увидите, как они страдают. В Тибете люди сжигают себя и умирают – наш мир этого не видит. Ни одного из этих несчастных сорока человек лидеры больших государств не видят, потому что не имеют сострадания и заботятся только о своей экономике.

Тибетцы, сжигающие себя, делают это не от радости, а потому что им не оставили выбора. У них нет свободы, в течение многих лет их мучают. Им не дают видеть их лидера, Далай-ламу. Они не могут заниматься духовной практикой и находятся под постоянным контролем. В нашем мире многие люди не только не жалеют их, но и осуждают. Это потому что у большинства из нас ум – эгоистичный, а не заботящийся о других. Если же вы посмотрите на ситуацию со стороны этих тибетцев, то вам станет их жалко, и вы подумаете: «Никто не хочет убивать себя. Но у этих людей нет выбора. В такой ситуации лучше умереть, чем жить. Что я должен сделать, чтобы решить тибетский вопрос?» И это тоже будет великое сострадание, порождаемое умом, заботящимся о других.