

Итак, чтобы породить правильную мотивацию, мы все вместе сейчас прочитаем «Послание, напоминающее о ежедневной практике». Постарайтесь понять смысл этих слов, чтобы ваш ум затронуло чувство.

Для того чтобы принять обеты Махаяны, очень важно, чтобы ум был подвижен великим состраданием ко всем живым существам с пониманием того, что все живые существа одинаково добры к вам. Они были вашими друзьями, врагами, иногда помогали вам, иногда злились на вас, но у вас нет оснований считать кого-то из них близким, а от кого-то держаться на расстоянии. Такова цитата, постарайтесь ее понять. Также подумайте о том, что живые существа гораздо больше были добры к вам и гораздо меньше вредили. Основную часть времени они были вашими матерями, помогали вам. Что касается вреда, то вредили они вам гораздо реже и только под влиянием омрачений. И если вы посмотрите с этой точки зрения, то поймете, что у них не было выбора, их ум находился под контролем омрачений. Их омрачения, в первую очередь, вредили им, а потом также вредили и вам. И так вы оба становились жертвами омрачений. Из этого вы можете увидеть, что есть очень хорошее основание помнить об их доброте.

Поскольку все матери живые существа невероятно добры к вам, породите желание отблагодарить их за доброту. Это создаст в вашем уме основу для порождения ума, заботящегося о других. Старайтесь видеть всех живых существ очень дорогими, очень драгоценными для вас. Далее посмотрите на то, как живым существам не хватает счастья. Тогда вы естественным образом пожелаете им: «Пусть все живые существа обретут счастье и причины счастья». Далее подумайте о том, как все живые существа страдают под влиянием омрачений, вспомните двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, то, как они вращаются в сансаре без выбора. Тогда вы пожелаете: «Пусть они будут свободны от страданий и причин страданий».

Далее породите сверхнамерение: «Я не просто буду желать им избавления от страдания и обретения счастья. Я принимаю на себя ответственность, чтобы привести их к счастью, я принимаю на себя ответственность, чтобы избавить их от страданий и причин страданий». После такого порождения сверхнамерения подумайте о том, каков самый практичный способ привести живых существ к счастью и избавить их от страданий? Тогда вы поймете, что есть только один метод: вам самим реализовать весь свой потенциал, тогда на практике вы сможете приносить благо всем живым существам. Когда вы реализуете весь свой потенциал и избавитесь от всех ограничений, вы сможете эманировать бесчисленные тела и по-настоящему сможете являться везде, где живым существам требуется помощь. Так вы сможете приносить благо бесчисленному множеству живых существ. Думайте так: «Для того чтобы приносить благо всем живым существам, пусть я смогу достичь состояния будды». Породите такое состояние ума, оно называется бодхичиттой. Пусть это еще не спонтанная, а искусственная бодхичитта. Но когда она станет спонтанной, тогда вы по-настоящему станете сыном Будды и вступите на путь накопления.

Сегодня породите мотивацию: «Чтобы приносить благо всем живым существам, пусть я смогу достичь состояния будды. С этой целью я принимаю обеты Махаяны». Чтобы принять обеты Махаяны, визуализируйте перед собой Поле заслуг, в центре Поля заслуг располагается Будда Шакьямуни. Вам нужно думать, что ваш Духовный Наставник в действительности – Будда Шакьямуни: «Будда Шакьямуни имеет потенциал являться в различных видах, иногда он эманурует себя даже в облике собаки. Если он является даже в облике собаки, то почему же он не может явиться мне в облике Духовного Наставника, чтобы принести мне благо?» Если Будда может эманировать себя в облике собаки для принесения блага живым существам, то, что касается Духовного Наставника, есть очень

большая вероятность, что Будда Шакьямуни явит себя в облике Духовного Наставника, чтобы указать путь к освобождению.

Когда Будда Шакьямуни уходил из этого мира, Шарипутра задал ему вопрос: «Вы являетесь Наставником для всего мира, и когда вы покинете этот мир, кто же будет приносить благо живым существам?» Будда на это ответил: «Чтобы продемонстрировать живым существам непостоянство, то, что любое рождение заканчивается смертью, мне нужно покинуть этот мир. Но я не откажусь от живых существ. Я буду постоянно приходить в этот мир в облике Духовного Наставника, в облике монаха. В этот момент постарайтесь узнать меня».

Это одна из главных цитат, которая дает очень хорошее основание, доказывает, что есть очень высокая вероятность того, что ваш Духовный Наставник – Будда. Вы должны понимать, что нет прямого доказательства того, что ваш Духовный Наставник – Будда, так что он может быть Буддой, а может и не быть им. Но есть очень высокая вероятность того, что он – Будда. Так вы можете доказать себе это.

Итак, подумайте о том, что ваш Духовный Наставник в реальности – Будда Шакьямуни. Подумайте о том, что Будда Шакьямуни – это грубая Нирманакая, в его сердце присутствует Будда Ваджрадхара в тонкой форме, это тело не рождается и не умирает, оно вездесуще. Будда Ваджрадхара является вездесущим, везде, где есть в него вера, он всегда присутствует.

Итак, повторяйте за мной тибетские слова, они означают следующее: «Будды, Бодхисаттвы и Божества трех времен и десяти сторон света, послушайте меня! Как мудрые существа прошлого, которые принимали ответственность за всех живых существ, чтобы приносить благо всем живым существам, чтобы избавить их от страданий, чтобы устранить голод, болезни живых существ, чтобы освободить их от всевозможных стихийных бедствий, катастроф, я принимаю обеты Махаяны. Я, по имени такой-то, с сегодняшнего дня и до завтрашнего рассвета, чтобы принести благо всем живым существам, чтобы избавить их от страданий и причин страданий, чтобы избавить всех живых существ от всевозможных болезней и голода и избавить всех живых существ от всевозможных стихийных бедствий, катастроф, принимаю обеты Махаяны». Эти тибетские слова вы повторяете за мной и произносите их трижды.

Итак, когда я буду произносить эти слова, визуализируйте, что в Поле Заслуг перед вами находится Будда Шакьямуни, окруженный всеми Буддами, Бодхисаттвами, Татхагатми десяти сторон света и трех времен. Он произносит эти слова, а вы повторяете их за ним. И когда, после третьего повторения, я щелкну пальцами, визуализируйте, как из их ртов исходит белый свет, проникает к вам в рот и остается в вашем сердце в виде обетов Махаяны. Это однодневные обеты, вы их принимаете на сегодняшний день. Завтра, когда взойдет солнце, эти обеты исчезнут.

После принятия обетов вы будете повторять за мной слова, которые напоминают о тех обетах, которые вы приняли. Эти обеты такие: первый – не убивать; второй – не воровать; третий – не вступать в сексуальные связи; четвертый – не лгать; пятый – не употреблять алкоголь, не курить, не употреблять наркотики и т.д, то есть, не принимать ничего такого, что омрачает ваш ум; шестой – не сидеть на высоком троне, то есть оставаться скромным и занимать низшее положение; седьмой – не носить украшений, не петь песни, не слушать музыку и т.д; восьмой – не принимать пищу в неположенное время. Вы должны поесть только один раз, в обед. И пища должна быть чистой, никакого мяса вы есть не должны.

Итак, вы принимаете такие обеты и обещаете, что в чистоте будете их держать до завтрашнего рассвета. Поскольку такие обеты, как обеты Махаяны, однодневные, в них заключается очень большое преимущество, потому что вы способны держать их в чистоте. Если вы принимаете большое количество обетов и не можете держать их в чистоте, то самое лучшее – это не принимать обетов.

Далее, после этого вы будете произносить мантру чистой нравственности. Эту мантру вы сначала произнесете за мной, повторите ее трижды и после этого будете начитывать ее двадцать один раз, чтобы в чистоте держать свои обеты. Эта мантра также благословляет вас на то, чтобы в будущем вы в чистоте держали свою нравственность. Нравственность – это очень важная основа для того, чтобы обрести однонаправленную концентрацию – шаматху и випашьяну. Поэтому для тех, кто хочет избавиться от сансары очень важны три тренировки: нравственности, сосредоточения и мудрости. Они одинаково важны и вы не можете сказать, что что-то из этого важнее другого.

Итак, визуализируйте своего Учителя неразделимым с Буддой Шакьямуни и сделайте три простирания для получения обетов Махаяны. Если у кого-то проблемы с ногами, вы можете сидеть, это не страшно.

После получения обетов Махаяны сделайте три простирания и садитесь.

Далее повторяйте за мной мантру чистой нравственности. Слово «шила» означает нравственность на санскрите.

Теперь визуализируйте меня единым целым с Авалокитешварой, визуализируйте меня перед собой в облике Авалокитешвары. Думайте о том, как из сердца Авалокитешвары исходит белый свет и нектар, направляется во все десять сторон света и устраняет страдания живых существ. Сначала подумайте о живых существа ада, о том, как они страдают, почувствуйте к ним сострадание, после этого вспомните живых существ – голодных духов, далее существ мира животных, мира людей, полубогов, богов. Породите к ним сострадание, подумайте о том, что этот белый свет и нектар ведет их к безупречному счастью и устраняет все их страдания.

Итак, сегодня вы не можете петь песни, слушать музыку, танцевать. Самое лучшее, что вы можете делать сегодня, это начитывать мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Возьмите в руки четки и произносите эту мантру, визуализируя Авалокитешвару над своей головой, как из его сердца исходит белый свет и нектар, очищает живых существ, устраняет их страдания и ведет их к безупречному счастью. А если вы сами получали посвящение Авалокитешвары, то визуализируйте себя в облике Авалокитешвары, и как из вашего сердца исходит белый свет и нектар, устраняет страдания всех живых существ и ведет всех живых существ к безупречному счастью.

Не разлучайте ум с любовью и состраданием, породите в уме сильную любовь и сострадание, устраните эгоистичный ум, не допускайте его. Сегодня заботьтесь о других больше, чем о себе, это ваша практика.

Сейчас вместе прочитаем текст «Восемь строф тренировки ума». Их вам необходимо знать наизусть. Они написаны Геше Лангри Тонпа, он породил бодхичитту и затем с сильными любовью и состраданием написал эти слова, которые имеют очень мощное благословение для нашего ума.

Комментарий к этим восьми строфам я передавал в Москве и для меня это одни из самых любимых строф, которые я все время читаю для напоминания себе о ежедневной практике. Благодаря тому, что я выучил эти слова, я их помню наизусть и произношу их, я обрел определенный запах практики Махаяны. Иначе есть только слово «Махаяна», но нет ее запаха.