

Итак, для того, чтобы породить правильную мотивацию, прочитаем все вместе «Послание, напоминающее о ежедневной практике». Как обычно с правильной мотивацией получайте учение.

Теперь следующая строка:

«Ты будешь оставлен позади из-за лени,
Поэтому развивай энтузиазм, подобно горящему огню».

Здесь Атиша говорит о том, что к этому моменту многие мастера уже достигли высоких реализаций, а мы остались позади из-за лени. Вам нужно понимать, что в предыдущих жизнях мы получали учение вместе с теми мастерами, которые впоследствии достигли высоких реализаций, а мы от них отстали из-за лени. Если вы опять будете оставаться под контролем лени, то в этом случае вы опять будете отставать, а другие будут уходить вперед, развиваться. Здесь группа учеников получает учение, и если вы будете проявлять лень, то вы отстанете, а они уйдут вперед. Итак, вам необходимо сказать себе: «Все, я уже достаточно отставал, теперь мне необходимо развить энтузиазм». Энтузиазм – это не толкание себя на практику. Это не так. Энтузиазм – это когда вы счастливы приступить к практике, то есть вы с радостью, с позитивным состоянием ума практикуете. Вот это энтузиазм. Настоящий энтузиазм – это когда вы рады пребывать в позитивном состоянии ума. Для этого вам необходимо своим умом освоить позитивный образ мышления. Один день приучайте свой ум к позитивному образу мышления, второй день приучайте свой ум к позитивному образу мышления, как говорит здесь Атиша, и тогда вы увидите, что это по-настоящему здоровый образ жизни. Привыкайте к такому образу мышления, который Атиша объясняет здесь. Это очень здоровый образ мышления. Это очень приятно! Глубоко внутри ваш ум будет согласен, потому, что по природе ум добрый. Он скажет вам: «Да, это правильно. Мне так удобно». Если наш ум привык думать негативно, в глубине он не соглашается, поэтому возникает конфликт. Потому что в глубине наш ум добрый. Поэтому на позитивный образ жизни он скажет: «Как хорошо! Мне так очень удобно». Тогда будет гармония. Если вы думаете неправильно, то в глубине ваш ум не соглашается, он говорит вам: «Неправильно ты думаешь». Вроде, вы какие-то маленькие преимущества получаете, но все равно это неправильно. Поэтому возникает депрессия.

Глубоко внутри наш ум чист, там мы сохраняем позитивный образ мышления. Глубоко внутри ваш ум получает удовольствие от позитивного образа мышления. Если вы привыкнете к этому, тогда вы будете счастливы пребывать с позитивным образом мышления. И когда вы рады сохранять позитивный образ мышления, это энтузиазм. Тогда все действия вашего тела, все действия вашей речи, все действия вашего ума – все станет вашей практикой. Что вам необходимо сделать? Вам необходимо приучить свой ум думать о счастье всех живых существ. Как только вы обретете такое состояние ума, в котором он заботится о счастье всех живых существ, тогда все остальные позитивные состояния ума появятся у вас сами собой. Итак, привыкайте к этому, осваивайте в своем уме позитивный образ мышления. И это называется развитием энтузиазма. И вы будете счастливы пребывать в позитивном состоянии ума, а как только у вас будет возникать негативное состояние ума, вам сразу же будет некомфортно.

Теперь следующее:

«Жизнь проходит впустую из-за блуждания,
Поэтому развивайте концентрацию».

Здесь объясняется практика концентрации. У нас эта жизнь и многие предыдущие жизни проходили впустую, поскольку наш ум слишком много блуждал, и у нас не было контроля над умом. И в будущем также, если ваш ум будет блуждать здесь и там, у вас не будет хорошего контроля над умом, и ваша жизнь будет проходить впустую. Сейчас пришло время укротить дикого слона вашего ума. Этот дикий слон ума по сей день, не укрощен, все время направляется к тому объекту, который его привлекает. Поэтому вам необходимо привязать дикого слона своего ума к драгоценной колонне объекта медитации. Привяжите его веревкой внимательности. И когда дикий слон вашего ума уже почти отклонился от объекта медитации, с помощью крюка бдительности укротите его. Таким образом, на сто процентов вы сможете укротить свой ум. Вам необходимо получить подробные наставления о том, каким образом развить однонаправленную концентрацию шаматху. Это по-настоящему очень важно для тех, кто хочет достичь реализаций высокого уровня. Реализации высокого уровня возникают благодаря медитации, и это по-настоящему подлинные реализации. Хотя вы получаете реализации в ходе слушания, но они нестабильны, они могут меняться, могут исчезнуть. Те реализации, которые вы получаете в ходе слушания учения, это все равно, что надпись на песке. Реализации, которые вы достигаете в ходе размышлений, это все равно, что надпись на дереве. Это тоже нечто не очень прочное. А та реализация, которая достигается в ходе медитации, это все равно, что надпись на металле. Тогда она держится очень прочно. Поэтому для того чтобы достичь высоких реализаций, начиная с преданности Учителю и заканчивая союзом ясного света и иллюзорного тела, вам необходима однонаправленная концентрация шаматха. Поэтому важно получить полностью все наставления о том, каким образом развить шаматху. Тогда ваша жизнь станет значимой, в противном случае ваша жизнь пройдет впустую. Итак, для того чтобы сделать свою жизнь значимой, развеите однонаправленную концентрацию шаматху. Это совет, который передал Атиша перед тем, как отправиться из Тибета в Индию.

Теперь, следующее:

«Под влиянием ложных взглядов
Вы не можете познать абсолютной природы,
Поэтому ищите абсолютное воззрение».

Если вы будете оставаться с теми ложными взглядами, которыми обладаете сейчас, то вы не сможете познать абсолютной природы феноменов. С этими ложными взглядами, сколько бы вы ни смотрели в свой ум или на феномены, вы не сможете познать абсолютной природы. Если с такими ложными взглядами и с таким эгоистичным умом вы выберете ясный свет в качестве объекта медитации, то вы не сможете познать абсолютной природы. Что вам необходимо сделать? Чтобы познать абсолютную природу феноменов, вам необходимо устранить те ложные взгляды, которые сейчас у нас есть в сансаре. Вначале нужно распознать, какие ложные взгляды у нас есть. Все феномены являются вам определенным образом, и глубоко внутри вы верите, что они существуют такими, какими вам являются. Когда бабочка видит масляный светильник, он кажется ей привлекательным. Она действительно думает, что он существует таким, каким он является ей. И когда она подлетает близко к огню, она теряет свою жизнь. В буддийской философии говорится в отношении всего, что мы видим, – мы думаем, что это все существует таким образом, каким является нам, но в действительности оно не существует таким образом. Если объекты не существуют такими, какими являются нам, это не означает, что они вообще не существуют. Они существуют, но существуют не такими, какими являются нам. И для того, чтобы понять, каким образом они существуют, и также, в каком виде они не существуют, вам необходимо глубоко изучать философию. С точки зрения относительной истины вы можете понять то, каким образом объекты существуют, а с точки зрения абсолютной истины вы понимаете то, каким образом они не существуют. Вам нужно понимать эти две истины, относительную и абсолютную, как нечто единое по сути, но являющееся двумя разными

асpekтами. И тогда у вас появится шанс познать абсолютную природу себя и феноменов. Поэтому ищите абсолютное воззрение, которое излагается в философии Прасангики Мадхьямаки.

Чтобы точно познать воззрение Прасангики Мадхьямаки, очень важно понимать философию низших школ, в особенности философию Читтаматры. Никогда не смотрите свысока на философскую школу Читтаматра, поскольку в настоящий момент вы ее не понимаете, но она по-настоящему очень интересна. Для начинающего практика воззрения Читтаматры являются на-настоящему очень интересными, и только лишь в конце вы можете увидеть, что существуют определенные вопросы. Тогда, посмотрев с точки зрения Прасангики Мадхьямаки, вы сразу же поймете эти вопросы. Если без понимания Читтаматры вы сразу же перепрыгнете к воззрению Прасангики Мадхьямаки, то ваша Прасангика Мадхьямака будет детской. «Все является простым названием», – когда вы это скажете, это не будет для вас каким-то глубоким утверждением. В действительности все является простым названием, но это название очень сильно связано со смыслом. Это не просто пустое название. Приезжайте в Новосибирск, там вы получите учение по этой теме. В прошлый раз я начал передавать учение по махамудре, в этот раз я продолжу передавать учение по махамудре и также затрону вопрос абсолютной природы ума.

Теперь следующее:

«Друзья, сансара – это болото, отсутствие счастья, Поэтому отправьтесь на сухую землю нирваны».

Здесь Атиша говорит, что сансара, в которой вы сейчас находитесь, очень вязкая, вы не можете освободиться от нее. Как же вы можете помочь другим освободиться от нее? Тем, кто обещал помогать другим, в первую очередь необходимо вылезти из этой вязкой трясины, попасть на сухую землю нирваны. И после этого вы также сможете помогать другим. Это сердечные советы Атиши, все время напоминайте себе, что вы находитесь в этом вязком болоте сансары, которое по природе является страданием, и не теряйтесь во временном счастье. Когда вы испытываете временное счастье, вы полностью в нем теряетесь, думаете, что это нирвана, но это не так. Из-за этого временного счастья вас может засосать еще глубже. Тогда ситуация станет еще хуже. В настоящий момент вы держите веревку в своей руке. У вас еще есть шанс, в настоящий момент вы уже по голову ушли в это болото сансары, но глаза еще пока видно. Веревку вы можете пока еще увидеть. И эту веревку Духовного Наставника держите крепко, не отпускайте. Если отпустите, то шансов не будет. Крепко держите. Потом потихонечку вы по ней подниметесь. Такова преданность Учителю. Здесь приводится пример, что даже если вы находитесь в болоте, преданность Учителю подобна веревке, держитесь за нее крепко, и тогда вы сможете выбраться оттуда. Если вы будете выбирать: «О, эта другая веревка более красивая», то одну веревку вы бросите, возьметесь за другую, но в результате не получите никакой и упадете. Я много раз такое видел. Вы так не делайте. И все время напоминайте себе: «Я хочу избавиться от сансары для блага всех живых существ». Это должно стать смыслом вашей жизни. Смысл вашей жизни не в том, чтобы найти себе работу, купить дом, жениться, завести двоих детей, потом дачу купить. И что дальше? У многих все это есть, но они страдают. Вы спросите у тех людей, у которых это все есть, счастливы ли они? Они ответят: «Нет, еще несчастливы». Тогда вы подумайте: «Да, это не смысл моей жизни». Смысл жизни в том, чтобы обрести безупречно здоровое состояние ума. Сансара – это очень болезненное состояние ума и обретение здорового состояния ума – это совершенное счастье. В этом смысл моей жизни – в обретении здорового состояния ума. И не только для меня. Я хотел бы, чтобы все живые существа обрели такое здоровое состояние ума. Тогда они будут счастливы, и я буду счастлив. И с этой целью пусть я смогу достичь состояния будды. В этом смысл моей жизни, это бодхичитта. Смысл вашей жизни и бодхичитта должны быть едины. И тогда, когда вы

открываете свои глаза, вы думаете, что ради блага всех живых существ пусть я смогу достичь состояния будды. В настоящий момент, когда вы открываете свои глаза, какая мысль у вас возникает? Если говорить о смысле жизни, тот, кто хочет стать очень могущественным человеком, когда открывает свои глаза, думает: «Пусть я стану очень могущественным человеком». Одинокая женщина открывает глаза и думает: «Муж». Тот, у кого смысл жизни – деньги, открывает глаза и думает: «Деньги». Это все неправильно. Когда вы натренируете ум в таком образе мышления: «Пусть я достигну состояния будды ради блага всех живых существ», то это становится смыслом вашей жизни. Тогда, когда вы открываете свои глаза, вы думаете: «Пусть я достигну состояния будды ради блага всех живых существ», и тогда вы стали бодхисаттвой.

Это нетрудно, посмотрите, ваш ум может привыкнуть к такой мысли, что какой-то странный объект может стать смыслом вашей жизни. Сначала у вас был один образ мышления, например, футбол вам не нравился, но вы все больше и больше о нем слушали, и после этого стали говорить: «Футбол – это так интересно». После этого вы открываете глаза и думаете: «Я хочу очень хорошо научиться играть в футбол». Ваш образ мышления меняется. Потом вы другие вещи слушаете, слушаете, и они становятся вашей привычкой, вы начинаете думать, что хотите быть певицей, например. И другие начинают говорить: «О, у тебя такой хороший голос, ты можешь быть певицей». Вы говорите: «Правда?» Потом глаза открываете и думаете: «Певица» и поете в ванной.

Итак, было время, когда вы вообще не интересовались пением, но затем через привыкание вы захотели стать певцом, и рано утром поете. Если вы тренируете свой ум, то нет ничего невозможного, возможно все. Здесь, если вы хотите стать певцом или футболистом, то это не имеет сущности, это все равно, что взбивать воду, вы не получите масла. Сколько бы вы ни взбивали воду, вы не получите масла. Если у вас есть такой смысл жизни, что ради блага всех живых существ пусть я достигну состояния будды, то это все равно, что вы взбиваете сливки, и тогда вы очень легко сможете получить масло.

Итак, тренируйте себя таким образом, думайте каждый день: «Как было бы хорошо, если бы у меня и у всех живых существ ум полностью освободился от болезни омрачений, тогда мы все обречем безупречное счастье, и для этого пусть я достигну состояния будды. Состояние будды означает, что я устраню все ограничения и разовью весь потенциал своего ума, тогда я смогу по-настоящему помогать всем живым существам». Даже если вы просто лежите, тренируйте себя в таком образе мышления, и если вы смотрите телевизор, тоже тренируйте себя в таком образе мышления. Если вам в голову придет странная мысль, что если я обрету какой-то предмет, то это будет очень здорово, скажите себе: «Нет, нет, это не здорово, потому что у меня появятся новые страдания. Это не смысл моей жизни. По-настоящему было бы здорово, если бы мой ум полностью освободился от болезни омрачений. Но если это произойдет только со мной, то это произойдет лишь с одним человеком. Совсем было бы здорово, если бы у всех живых существ ум полностью освободился от болезни омрачений. И не просто у живых существ, а у моих матерей живых существ». Если мать очень сильно заботится о своем ребенке, то она думает: «Как хорошо, если бы у моего ребенка сложилась карьера, для меня это просто замечательно!» Когда вы думаете о том, как все живые существа были добры к вам, вы смотрите на них, как на своих детей и думаете, как говорил Атиша: «Пусть у всех моих детей ум полностью освободится от омрачений, пусть их ум станет полностью здоровым, пусть ни одного омрачения не будет. Как это здорово! Тогда я буду отдыхать». Когда у вас есть такие мысли, тогда у вас автоматически возникает желание: «Пусть я стану буддой ради блага всех живых существ». Без этого у вас просто эго хочет стать буддой, чтобы отдыхать потом. Это не бодхичитта.

Далее следующее:

«Медитируйте в точном соответствии
С наставлениями вашего Духовного Наставника,
Тогда вы сможете высушить страдания сансары».

Чтобы высушить все три вида страданий сансары, очень важно практиковать, медитировать в точном соответствии с теми наставлениями, который дает ваш Духовный Наставник, в правильной последовательности выполнять правильную дозу практики и регулярно. Тогда, как говорил Атиша, смысл вашей жизни осуществится. Здесь Атиша не говорит, что для того чтобы высушить страдания сансары, прочтите коренной текст и медитируйте в соответствии с тем, что написано в нем, не так. Говорится, чтобы высушить страдания сансары, медитируйте в точном соответствии с наставлениями Духовного Наставника. Поэтому все реализации в прошлом, в настоящем и в будущем достигаются только благодаря помощи Духовного Наставника. Без помощи Духовного Наставника невозможно достичь реализаций. С самого начала и до достижения состояния будды вам необходим Духовный Наставник, поэтому полагайтесь на Духовного Наставника. Это очень важное наставление.

Если вы совершите ошибку с преданностью Учителю, то жизненная сила вашей практики будет закончена. Если вы не совершаете ошибок с преданностью Учителю, то даже если вы немного хулиган, это не страшно. Если вы любите гулять, ленитесь, если вы чуть-чуть не слушаете то, что вам говорит Учитель, но при этом не нарушаете преданности, то это не очень страшно. Когда у вас крепкая преданность, однажды вы станете свободными. Поэтому преданность Учителю очень важна. В монастырях некоторые монахи имеют очень крепкую преданность, но также являются немного хулиганами, у них такой характер. У них сильная преданность, но они ходят в кино, гуляют туда-сюда, они находятся в счастливом состоянии ума, поют песни. Они немного хулиганят, но у них есть сильная преданность, и когда они умирают, то это происходит совсем по-другому. Эти люди, даже чуть-чуть хулиганы, но с сильной преданностью, умирают в медитации.

В монастырях есть и другие монахи. Они выглядят очень скромными, умными, по сторонам не смотрят, в кино не ходят, сидят дома, но из-за эго нарушают преданность. Сколько бы они книг ни прочитали, но умирают они очень тяжело, кричат, им больно. Мои друзья в монастырях видят, что те, кто нарушает преданность, даже если встают рано утром, делают медитации, всю жизнь что-то читают, но в конце они очень тяжело умирают. Потому что нет преданности. А те, у кого чистая преданность, они чуть-чуть хулиганы, но умирают очень счастливо, в медитации, они всем говорят: «До свидания, я пошел». Я вам это говорю не для того, чтобы вы были такими преданными по отношению ко мне, мне не нужно ваше уважение, мне от него неудобно. Я не такой тупой. Когда вы показываете мне свое уважение, у меня нет такого чувства, что я особый человек, мне становится неудобно. Мне приятно, когда со мной нормально, по-человечески разговаривают, но ради вашего блага я готов принимать это уважение, я думаю: «Если у него будут высокие заслуги, пусть мне будет чуть-чуть неприятно, ничего страшного».

Далее следующее:

«Эти слова – это не пустые слова,
Поэтому слушайте их и держите в уме».

Эти наставления, которые передал Атиша, это не пустые слова, а это наставления, которые шли у него из глубины сердца. Поэтому, пожалуйста, слушайте их, держите в уме, и правильно их используйте. Итак, в конце Атиша говорит, что у вас не должно быть так, что

вы однажды послушали эти наставления и потом сразу же забыли. Слушайте эти наставления снова и снова, держите их в своем уме и используйте их в повседневной жизни.

И следующей строчкой говорится:

«Если вы будете поступать так,
Я буду счастлив, и ваша жизнь будет значимой».

К этому мне не требуется давать комментарий, это и так ясно. Далее говорится:

«Примите во внимание те наставления,
Которые я, невежественный человек, вам передал».

И это конец. После двух лет пребывания в Тибете перед тем, как уехать в Индию, в самом конце Атиша передал эти наставления. Итак, я полностью передал вам эти наставления, на этом моя работа окончена. Теперь начинается ваша работа – в повседневной жизни применять эти наставления и менять свой образ мышления. Меняйте стратегию вашей жизни. В настоящий момент стратегия вашей жизни очень примитивная, очень узкая. Вас немного похвалят, и вы сразу же взлетаете, вас немного критикуют, и вы падаете духом, – это очень примитивная стратегия. Вы полностью находитесь под влиянием восьми мирских дхарм. Ваша стратегия очень бедная. То, кем вы являетесь, для вас неважно, а важно то, что другие про вас говорят и думают. Это неправильная стратегия. Вам нужно понять, что то, кем вы являетесь, это важно, а то, что про вас говорят другие, что о вас думают, это неважно. И когда у вас есть такая стратегия, тогда если люди говорят: «Ты глупый», вы кивнете головой: «Да, я глупый». Например, если вы бизнесмен, и люди подумают, что вы бедный, то это для вас не главное, а важно то, что есть на самом деле. Поэтому, если бизнесмену сказать: «Ты бедный», он ответит: «Правильно, я бедный». Он не станет говорить: «Я тебе сейчас докажу, сколько у меня денег». Он скажет: «Правильно, у меня нет денег». Это одно из достоинств, вам нужно брать его в качестве примера. В любом обществе есть определенные достоинства, и вам нужно учиться этим достоинствам.

Что касается всех остальных стратегических моментов, которые объяснял Атиша, может быть, вы их уже забыли, но это учение выйдет в качестве книги, читайте ее снова и снова, чтобы помнить это учение. Эти наставления по стратегии нужны не просто в качестве интеллектуальной информации, а для того, чтобы вы по-настоящему выстроили эту стратегию у себя внутри, поэтому читайте это учение снова и снова. Я с помощью своего Духовного Наставника немного выстроил такую стратегию в своем уме, и поэтому в моей жизни я знаю, что даже когда я сплю, каждый миг я накапливаю заслуги. Я стал как Билл Гейтс. Даже если я сплю, все равно прибыль идет, потому что я создал правильную стратегию. Если вы построили такую стратегию, то даже когда вы отдыхаете, когда кино смотрите, тогда вы чувствуете, что каждый день ваш ум становится все богаче и богаче. Это стратегия для внутреннего богатства. Все это является добротой моего Духовного Наставника, и поэтому, даже когда я расслабляюсь, я не полностью расслабляюсь, и такой источник дохода у меня постоянно работает. Я вам хотел бы раскрыть такой секрет. Если вы создадите такую стратегию, тогда вы можете жить спокойно и счастливо.

Теперь «Колесо острых кинжалов». Итак, посмотрите в текст «Колесо острых кинжалов». Вначале я расскажу вам о том, откуда происходят эти наставления, кто принес эти наставления в Тибет. Эти наставления «Колесо острых кинжалов» принес в Тибет несравненный Второй Будда Атиша. Атиша получил эти наставления у своего Духовного Наставника Дхармаракшиты. Затем Атиша передал эти наставления своему сердечному ученику Дромтонпе. Дромпонпа искренне практиковал это учение и передавал своим ученикам. Таким образом, эти наставления пришли к моим Духовным Учителям, и я получал эти наставления у Его Святейшества Далай-ламы и Наванга Даргье. Это учение

очень полезно в тех ситуациях, когда вы встречаетесь с плохими условиями. Эти наставления также связаны с наставлениями о стратегиях, которые передавал Атиша. Поэтому если вы будете практиковать вместе наставления по «Колесу острых кинжалов» и наставления по стратегиям, это будет очень полезно. Эта практика должна быть связана с повседневной жизнью, с повседневным образом мышления, а не с медитацией в строгой позе. В повседневной жизни, когда вы встречаетесь с плохими условиями, ваш образ мышления должен быть немного другим, и в этом случае вы выполняете практику. Такой образ мышления вы можете практиковать в любой момент, в любой ситуации вашей жизни. Итак, здесь очень подробно объясняется, что если в вашей жизни произошла такая-то плохая ситуация, то вам нужно думать то-то, а в другой плохой ситуации думайте так-то. Ваша практика состоит в том, что когда возникает плохая ситуация, вы думаете в соответствии с тем, что здесь написано, а для этого вам необходимо натренировать свой ум в подобном образе мышления. То есть вы думаете, что если наступит такая-то ситуация, я буду думать так-то. Если делать такую тренировку, то когда по-настоящему возникнет подобная ситуация, вы будете спокойны.

Когда мои Духовные Учителя передали мне эти наставления, я нашел их для себя очень полезными, и я также практиковал в соответствии с этими наставлениями. Все великие мастера прошлого в соответствии с этими наставлениями уничтожали свое эго, и после этого практиковали тантру и достигали высоких реализаций. Если вы не уничтожите этого демона, свое эго, и приступите к практике тантры, то практика тантры станет пищей для вашего эго. Я вижу в России, это касается определенных людей, что для них тантра становится пищей для эго, из-за которого эго становится больше. Поэтому тантра является тайным учением. Почему? Учение по тантре не должно передаваться тем людям, у которых сильное эго, поскольку она только вскормит их эго, их ситуация станет только хуже. Поэтому тантра – это тайное учение. Тантра дается только тем людям, которые заботятся о других больше, чем о себе. Ваджрапани, который является держателем тантрического учения, говорит в коренном тексте: «Тем, кто не имеет бодхичитты, кто не имеет заботы о других больше, чем о себе, такие тайные учения не раскрывать». Он очень строго это сказал. Он обещал Будде, что будет держать линию. Это его ответственность. Я читал текст, который был написан Ваджрапани, он касается медитации на ясный свет. Ясный свет он описывал совершенно с другой стороны, то есть он говорил о том, какие сложности и ошибки возникают в ходе медитации на ясный свет. Ошибки медитации, ошибки воззрения, – все это он объяснил очень подробно. Такие наставления Ваджрапани передавал ламе Цонкапе. Этот текст существует в трудах, написанных ламой Цонкапой. Что касается тантры, то это действительно очень редкие наставления. Но в первую очередь вам необходимо уничтожить свое эго, не полностью уничтожить, а хотя бы сделать слабее.

Когда говорится о тексте «Колесо острых кинжалов», то имеется в виду текст, который полностью называется «Колесо острых кинжалов, ранящее врага в сердце». Начинается он с поклонения Ямантаке, который противостоит владыке смерти Яме. Не думайте, что есть такое прочное существо – Яма, это просто образ. Ямантака – это гневный аспект мудрости Будды, это Будда является в таком гневном аспекте. В действительности Ямантака – это мудрость, познающая пустоту. Почему здесь говорится о Ямантаке, который противостоит Яме? Яма – это один из демонов. А в сутрах Будда говорит о четырех демонах. Первый – демон неконтролируемой смерти, он называется Яма. А что подразумевается под неконтролируемой смертью? Мы, люди, живые существа, основную часть времени умираем без контроля. Это дебютная ошибка. Когда вы умираете без контроля, под влиянием омрачений, ваша смерть становится началом новой жизни. Поскольку вы умираете без контроля, под контролем омрачений, то и ваше перерождение будет также без контроля. Это второй демон – демон неконтролируемого рождения. Демон неконтролируемой смерти называется Яма. Но здесь нет какого-то конкретного Ямы, стоящего где-то снаружи.

Как только вы имеете демона неконтролируемого рождения, то, поскольку вы находитесь под контролем омрачений, это все тоже обладает природой страданий. Поскольку у вас есть демон неконтролируемого рождения, то у вас есть также пять загрязненных совокупностей, которые представляют собой третьего демона, – мару, это то, что является основой всех наших страданий. Наши пять совокупностей – это тело и ум. Когда все это находится под контролем омрачений, то это всепроникающее страдание. Это то, что возникает в результате силы омрачений, и то, что находится под контролем омрачений. Поэтому это называется всепроникающим страданием. Наше тело и ум в настоящий момент – это все равно, что израненные тело и ум. Поэтому они основа страданий. Поскольку ваш ум раненый, то даже малейшее плохое слово в ваш адрес причиняет вам боль. В мирской жизни люди часто говорят: «Ты так не говори, его ранят эти слова». Наш ум полон больных мест. Это называется всепроникающим страданием. До тех пор пока вы обладаете загрязненными совокупностями, какое бы внешнее условие ни возникло, оно всегда будет причинять вам только лишь страдания, и вы не сможете испытать настоящее счастье. Мы обладаем этими пятью совокупностями, по природе являющимися страданием. Мы не хотим страдания, мы хотим счастья, и каким образом мы думаем? Мы думаем, что если мы изменим внешние условия, то станем счастливыми. Смотрите, когда есть рана, и люди трогают ее, конечно, вам будет больно. Вы думаете так: «Когда я всех уберу, тогда мне не будет больно». Но если не лечить рану, то разницы не будет, убрали вы всех вокруг или нет. Мы думаем, что, изменив внешние условия, мы станем счастливее, и всю свою жизнь меняем эти внешние условия, но не можем изменить их все. Посмотрите историю. Чего только люди ни делали? Даже стены строили. И что получили? Ничего не получили. Только море крови, убивали друг друга, потому что они думали, что если убьют всех врагов, то будет безопасно. Скольких убили, но ничего не изменилось! В конце концов, все умерли. Все это ошибка из-за непонимания того, что существуют внутренние мары, а люди думали, что существуют только внешние мары. В действительности не существует внешнего мары, внутренний мара – самый опасный мара.

Итак, что касается этих трех мар, в том числе и мары загрязненных совокупностей, откуда возникают эти три мары? Первый – мара неконтролируемой смерти, второй – мара неконтролируемого рождения, третий – мара загрязненных совокупностей. Откуда они возникают? Они возникают из-за мары омрачений. И до тех пор, пока есть мара омрачений, эти три мары все время будут существовать. С безначальных времен и по сей день, эти четыре мары держали нас в тюрьме сансары. С безначальных времен и по сей день, мы являлись рабами этих четырех мар. И теперь пришло время осознать, что мы являемся рабами этих четырех мар. Раб, который не знает, что является рабом, является постоянным рабом. И до этого момента мы не знали, что являемся рабами этих четырех мар. Поэтому до настоящего момента мы были постоянными рабами. Если мы так и не сумеем распознать, что являемся рабами омрачений, то мы будем оставаться постоянными рабами. Первое, я хотел бы попросить вас понять, что вы являетесь рабами этих четырех мар, и что вы страдаете от болезни омрачений.

Итак, три мары возникают из-за четвертого – мары омрачений. И поэтому вам нужно особый упор делать на то, чтобы избавиться от мары омрачений, тогда следующие три мары исчезнут. Что касается омрачений, то существует огромное количество омрачений. Как же вы можете уничтожить их все? Это тоже очень трудно. Здесь вы исследуете, откуда возникают все эти омрачения. Мастера Кадампы говорили, что все эти омрачения возникают из-за эгоистичного ума: «Я самый главный. Другие не важны. Остальные существуют ради меня». Ради своего маленького счастья вы готовы даже убить. Это злой дух, который ни капли не думает о счастье других. Только о себе думает. Это называется эгоистичным умом. Такие люди ради собственного счастья, счастья одного человека убили столько людей!

Этот эгоистичный ум – настоящий мара, настоящий демон, который находится внутри. Откуда возникает этот эгоистичный ум? Он возникает из-за ложного понимания, из-за неведения, из-за мысли, что существует такое прочное «я». Поэтому этот эгоистичный ум – это мара, который делает несчастными вас и других, и этого демона нужно уничтожить. И «Колесо острых кинжалов» – это то, что уничтожает в особенности этого демона эгоистичного ума, который находится внутри. Это худший демон, и если вы не уничтожите этого демона, то куда бы вы ни отправились, что бы вы ни делали, по природе все будет страданием.

Однажды один человек отправился, чтобы ему провели гадание, поскольку у него была определенная проблема, и ему нагадали, что ему вредит определенный демон, и порекомендовали отправиться к йогину Друкпе Кюнле, чтобы он швырнул торма в этого демона. Итак, он ждал, когда придет Друкпа Кюнле, а он очень редко приходил в город. Однажды Друкпа Кюнле пришел в город в странном виде: одна штанина у него была спущена, а одна засучена, один ботинок он нес за спиной, а во второй был обут. В этом был заключен определенный смысл. Он тем самым говорил, что у него есть два ботинка, – один он использует, а другой нет. То есть этим он напоминал себе, что у него есть два состояния ума, – позитивное и негативное, и ему нужно использовать только позитивное состояние ума, а негативное он использовать не будет, даже если у него заболит нога, поэтому он один ботинок носит за спиной. Это памятование. Вот поэтому у таких людей высокие реализации. Они проходят через такие труды. Также одна штанина у него была спущена вниз, а вторая задрана вверх. Тем самым он говорил, что будет использовать только позитивное состояние ума, и никогда не будет использовать негативное состояние ума, поэтому засучивал штанину, даже если нога замерзала. Вы так не поступайте, когда находитесь в Москве. Не ведите себя так, как вел себя Друкпа Кунле. Иногда я боюсь рассказывать вам эти истории, потому что боюсь, что вы можете поступать точно также. После учения в метро все будут смотреть: «Что такое, один ботинок у него надет, а второй нет».

Но вам нужно иметь что-то такое, что напоминало бы вам, что не нужно использовать негативное состояние ума. Выберите, например, какой-то цвет и подумайте, что этот цвет символизирует негативное состояние ума, и я не буду использовать этот цвет. Такие приметы вам полезны, они вам будут напоминанием. В тантре есть особая техника. Для напоминания о пустоте всегда используется левая рука. В материнской тантре есть такая самая – все время использовать левую руку, чтобы напоминать себе о теории пустоты. Каждый день нужно это вспоминать, каждый день делать что-то левой рукой. Это психологически полезно. Итак, после того, как вы получите такое учение, вам нужно подумать о том, что может для вас символизировать негативное состояние ума, чтобы вы его не использовали. Например, кольцо носите только на одной руке, а на другой руке не носите. Тогда действия вашего тела будут напоминать вам о практике, вы будете иногда спрашивать себя: «Почему у меня на одной руке есть кольцо, а на другой нет», и будете вспоминать о негативном состоянии ума, что его не нужно использовать.

Позже, когда этот человек встретил Друкпу Кюнле, он сказал, что ходил на гадание, и ему сказали, что ему вредит злой дух. Также он сказал, что ему нагадали, что если Друкпа Кюнле бросит торма в этого злого демона, то он станет счастливым. Друкпа Кюнле сказал: «А ты действительно хочешь, чтобы я бросил торма в лицо этому демону?» Он ответил: «Да, да, прямо в лицо, тогда я буду счастлив». Друкпа Кюнле сказал: «Хорошо, тогда приготовь торма». Этот человек приготовил торма, очень красиво. Друкпа Кюнле посидел немного в медитации, взял торма и спросил у этого человека: «Так куда мне бросить торма?» Этот человек ответил: «В лицо демона». Друкпа Кюнле сказал: «Хорошо, я брошу прямо в лицо». Этот человек сказал: «О, очень хорошо». И после этого Друкпа Кюнле бросил торма ему в сердце. Он спросил: «Почему сюда? Демон же где-то там». Друкпа Кюнле сказал: «Демон

находится здесь. Твой эгоистичный ум, твои омрачения – это самый худший демон. Нет демона хуже, чем этот. Именно он создает тебе проблемы». Этот человек получил такое мощное благословение, что когда торма коснулось его сердца, у него из глаз потекли слезы. Он сказал: «Это правда. До этого момента я думал, что демон находится где-то снаружи. самого худшего демона я посадил на самый высокий трон у себя внутри. Внешних живых существ я вижу как врагов. Пожалуйста, укажите мне путь, каким образом можно уничтожить этого демона». Друкпа Кюнле сказал: «Уничтожить внутреннего демона нелегко. Если ты хочешь этого, то отправляйся со мной». После этого он стал учеником Друкпы Кюнле, и куда бы ни отправился Друкпа Кюнле, ученик все время сопровождал его. Этот демон омрачений – самый худший демон.