

Развейте мотивацию: «Пусть я стану источником счастья для всех живых существ», и с этой целью получайте учение. Атиша говорил о том, что жизнь коротка, а знание касательно феноменов неограниченно, и подобно особой птице, которая из смеси молока и воды может извлечь только молоко, так же и вы извлекайте сущность из знаний. Итак, если говорить о знаниях в отношении феноменов, то они настолько обширны, всевозможные области так невероятно широки, поэтому вам необходимо извлечь те знания, которые помогают вам укротить ваш ум. Если те знания, которые вы получаете, помогают вам укротить ваш ум, то в этом случае вы как бы осуществляете цель этих знаний. Будда передавал различные философские воззрения для укрощения ума, а не для того чтобы запутать людей. У людей разные предрасположенности, разный образ мышления, для кого-то более полезна другая философия для укрощения ума, и хорошо, если они это используют. Очень важно использовать философию для укрощения ума, и если философия укрощает ваш ум, то это очень хорошо.

Также очень важно знать, какая философия является подлинной, и какая нет. Если философия основана на цитатах из коренных текстов, то это подлинная философия. Это не должно быть такой нью-эйджевской философией, недавно придуманной, это было бы очень опасно. Если в философии встречались с какими-то новыми знаниями, новыми идеями, то в первую очередь задавался вопрос: основываясь на каких цитатах, на каких коренных текстах вы говорите о том-то и том-то? Потому что у нашего ума недостаточно аналитических способностей, чтобы проанализировать, какая философия подлинная, а какая неподлинная, это нелегко проанализировать. И так же, как та особая птица, которая извлекает только лишь молоко, так же и вам необходимо извлекать те знания, которые укрощают ваш ум. Самое важное, чтобы ваш ум становился более открытым, чтобы вы устраняли иллюзию, очень важно устранять иллюзию. Также очень важно не привязываться к философии, это тоже было бы неправильно. Это тоже просто инструмент для укрощения ума, никогда не привязывайтесь к философии. Итак, это необходимо использовать как инструмент для исследования, подлинная эта философия или неподлинная.

В прошлый раз мы с вами говорили о практике пховы во время смерти. Для вас является практичным то, каким образом практиковать пхову в повседневной жизни. Это практика пховы пяти сил, ее вы можете выполнять в повседневной жизни, сейчас я вам дам объяснение этой практики. В настоящий момент ваша ситуация такова, что вы имеете иллюзии в отношении этой мировой системы, но вы проживете здесь не очень долго. Среди этих иллюзий есть определенные системы, и вы можете думать, что это некая целостная система. Вы можете думать, что для вас важны деньги, карьера, и если вы это имеете, то это является всем для вас, но эти деньги и карьера полезны, только пока вы находитесь в этой мировой системе, а когда вы покинете ее, чем они смогут вам помочь? И что касается времени, когда вы уйдете из этой мировой системы, этого никто не знает. Может быть, завтра или через год. Если такое случится, то какую подготовку вы к этому провели? Итак, сначала будьте практичны и подумайте: «Если я умру завтра или через год, что я для этого подготовил? Есть ли у меня какая-то безопасность, обрету ли я более хорошую жизнь в будущем?»

В первую очередь верьте в то, что после смерти ваша жизнь продолжится, это очень важная вера вначале. Это очень полезная вера. Это понять не очень трудно. Для этого не требуется какая-то глубокая логика, вы знаете, что поток материи прервать невозможно, и точно также

невозможно прервать поток сознания. Поэтому ум на сто процентов продолжит существовать. Дигнага в коренных текстах говорил о том, что нет причины, которая могла бы прервать поток ума, и поэтому поток ума все время продолжается. И также нет причины, которая могла бы пресечь поток материи, поэтому материя также все время продолжает существовать. Когда ум продолжает существовать после смерти, то смерть является началом новой жизни, и в этом случае будьте практичны, спросите себя: что вы подготовили для этого? Поэтому практика пховы пяти сил – это очень важная подготовка к вашей следующей жизни. Если вы будете выполнять эту практику пховы пяти сил, возможно, вы и не переродитесь в чистой земле, но совершенно точно вы обретете более высокое перерождение.

Эту практику пховы пяти сил принес в Тибет великий мастер Атиша, ее вам необходимо использовать в качестве основы. Далее, если в дополнение к этому вы также будете практиковать пхову, связанную с йогой ветра, то это для вас будет практично. Практика пховы йоги ветра объясняется в шести йогах Наропы и также в тантре Ваджрайогини. В тантре Ямантака практика пховы не объясняется. Также, что касается чистой земли Амитабхи, то для попадания туда тоже существует практика пховы йоги ветра. Если в дополнение к этому вы получите передачу практики пховы Ваджрайогини, это необычная непостижимая пхова, то в этом случае существует очень большой шанс перерождения в чистой земле Ваджрайогини. В прошлый раз я вам объяснил, что представляет собой это место, чистая земля, какая там атмосфера и так далее, и если вы порождаете определенную веру в такое место, то у вас естественным образом появляется вдохновение туда попасть.

Теперь что касается практики пховы пяти сил. Здесь есть два способа практики – это практика в повседневной жизни и также практика в момент смерти. Если вы выполняете эту практику в повседневной жизни, то она станет для вас подготовкой, тогда в момент смерти вы сможете выполнить эту практику эффективно.

Первая сила – это сила намерения. В повседневной жизни каждый день один раз вспоминайте о хороших качествах чистой земли. Старайтесь породить вдохновение родиться в чистой земле: «Если я буду рожден в чистой земле, у меня будет очень особое тело. Благодаря такому особому телу мой ум будет мыслить гораздо глубже, чище, эффективнее, будет более пронизательным. И тогда понять философию, устранить иллюзии будет гораздо легче». Естественным образом, когда вы рождаетесь в чистой земле, благодаря тому, что вы имеете такое особое тело, вы обладаете определенным уровнем ясновидения. И всех реализаций вы сможете добиться гораздо быстрее, очень легко. Вы можете подумать: «Тогда я на практике буду полезен для многих живых существ».

Что касается этого места, то благодаря простому лишь рождению в этом месте, вы все время будете иметь такого наставника как Ваджрайогини. Она даст вам полностью все наставления. Также вы сможете отправляться в другие чистые земли и получать учения у других Татхагат. И это самое лучшее место для тренировки ума, самый лучший буддийский университет, как было бы хорошо, если бы я получил доступ в такой университет, попал туда. Итак, каждый день порождать вдохновение родиться в чистой земле – это первая сила. В тексте Лама Чопа говорится, что если я умру, еще не достигнув реализаций, то пусть с помощью практики пховы пяти сил я смогу родиться в чистой земле. Поэтому для рождения в чистой земле первый очень важный фактор – это практика пховы пяти сил, и далее в

дополнение к этому также другие факторы, это другие виды пховы. Итак, вам не нужно пренебрегать этой практикой пховы пяти сил, она очень важна, выполняйте тренировку в повседневной жизни.

Каждый день порождайте намерение родиться в чистой земле Ваджрайогини, и здесь у вас не должно быть колебаний в отношении того, в какой чистой земле родиться, вы должны однонаправленно сосредоточиться на одной чистой земле, потому что, если игла раздвоена, то ею невозможно что-либо сшить. В отношении всех религий можно сказать, что все религии хороши, вы не можете сказать, что какая-то из них хорошая, а другие плохие, все религии хороши, но очень важно следовать одной религии. Тогда вы не запутаетесь. Если вы будете следовать сразу всем религиям, то вы потеряетесь, вы не будете знать, куда дальше идти. В буддизме также есть множество традиций, следуйте какой-то одной традиции, потому что если вы следуете сразу всем традициям, то вы тоже потеряетесь. Я не говорю, что вы должны быть фанатиками какой-то одной традиции, просто та традиция, которая вам подходит – следуйте ей, и не говорите, что другие традиции плохие, уважайте другие традиции, но следуйте какой-то одной. Итак, очень важно быть таким однонаправленным, потому что если вы раздвоены, то это вас запутает. Мой Духовный Наставник говорил, что нужно сосредоточиться на одной чистой земле, и здесь не возникает никаких противоречий. Если полностью сосредоточиться лишь на одной чистой земле, то удастся создать более мощные причины для того, чтобы переродиться именно там.

Также в отношении божеств: в буддизме существуют сотни божеств и все они хороши, но при этом вам необходимо сосредоточиться на одном или двух божествах. Когда впервые буддизм распространился в Тибете, тибетцы получали сотни различных посвящений, и индийские мастера говорили, что вы, тибетцы, практикуете сотни божеств, но не достигаете реализации ни одного божества. А мы, индийские йогини, полагаемся на одно божество, практикуем одно божество, и достигаем реализации сотни божеств. Как только вы достигаете реализации одного божества, то все остальные реализации приходят к вам сами собой. Как только вы переродитесь в одной чистой земле, то после этого вы сможете перемещаться в любые другие чистые земли, и никто не будет у вас спрашивать визу. Итак, каждый день, когда вы видите какое-то красивое место, в этот момент старайтесь вспоминать о чистой земле. И каждый раз, когда в этом мире у вас возникают проблемы, думайте так: «Если бы я переродился в чистой земле, то у меня не было бы всех этих проблем, и я мог бы полностью сосредоточиться только на практике Дхармы». И когда вы заболеваете, тоже думайте, что если родитесь в чистой земле, вы не будете болеть и сможете только лишь выполнять практику Дхармы. В этом мире у вас постоянно возникают какие-то проблемы, болезни и так далее, и все это вам поможет развить вдохновение к рождению в чистой земле. В повседневной жизни очень важно породить такое вдохновение, намерение переродиться в чистой земле. И с таким намерением, когда вы читаете какую-либо мантру, например ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, очень важно делать посвящение перерождению в чистой земле. Это первая сила, сила намерения.

Далее вторая – это сила белых семян. Сила белых семян означает накопление заслуг. Вам нужно сказать себе, что для рождения в чистой земле одного лишь вдохновения недостаточно, вам необходимо создавать причины, то есть накопить высокие заслуги. Итак, в повседневной жизни вам в первую очередь необходимо породить вдохновение к рождению в чистой земле, и как только вы породите вдохновение, скажите себе, что одного

лишь вдохновения здесь недостаточно, и мне необходимо создавать причины для перерождения в чистой земле, то есть накапливать высокие заслуги. Вы должны с радостью накапливать заслуги в качестве подготовки к рождению в чистой земле. Как вам накапливать заслуги? Вы накапливаете заслуги только с помощью использования позитивных состояний ума. В повседневной жизни всегда используйте только лишь свои позитивные состояния ума и никогда не используйте свои негативные состояния ума. Каждый день будьте счастливы, будьте позитивны, также делайте счастливыми других, и это самый лучший способ накопить высокие заслуги.

В буддизме не говорится, что для накопления заслуг вам обязательно нужно сделать сто тысяч простираний или сто тысяч каких-то других практик, это не является совершенно обязательным, а что является совершенно обязательным – это использование позитивных состояний ума. Именно это для вас обязательно, а остальное, если вы можете это сделать, – хорошо, а если не можете, то ничего страшного. И поэтому в повседневной жизни будьте позитивными. Это очень важно. Очень важно быть настроенным позитивно и также думать о благих качествах других людей. Все время старайтесь видеть все хорошее в других и уважать других, это самый лучший способ сохранять позитивные состояния ума. Вам нужно понимать, что все, даже самые худшие люди, имеют какие-то благие качества. У всех есть недостатки, у кого нет недостатков в сансаре? И это не ваше дело, у всех есть какие-то недостатки.

Вам необходимо смотреть на достоинства других людей и вырабатывать уважение к ним. Не обязательно показывать, что вы их уважаете, порождаете это уважение внутри, а показывать не обязательно. Итак, в повседневной жизни используйте только позитивные состояния ума, делайте что-то хорошее для других, и это самый лучший способ накопить заслуги. Эти заслуги посвящайте рождению в чистой земле сразу же, как только вы сделали что-то хорошее, – до того как вы успели разозлиться. Если вы не посвятили заслуги рождению в чистой земле и разозлились, то эти заслуги просто исчезнут. Гнев у нас в уме возникает очень часто, и это вор, который крадет заслуги, созданные вашим умом. Многие мастера говорят о том, что гнев – это самый худший вор, который постоянно крадет из нашего ума, и еще до того, как этот вор пришел к вам, положите эти заслуги в сейф, на банковский счет – посвятите эти заслуги. Итак, в повседневной жизни начитывайте мантры, читайте коренные тексты, делайте обхождения, будьте добрыми, желайте всем живым существам быть счастливыми, порождаете любовь и сострадание – это лучшие способы накопить заслуги, благодаря этому вы накопите заслуги для рождения в чистой земле. Это вторая сила, сила белых семян.

Далее третья сила – сила очищения. Сила очищения имеет отношение не только к очищению негативной кармы, но также к уменьшению привязанностей. Чем тяжелее у вас отпечатки негативной кармы, тем труднее вам будет переродиться в чистой земле, это как определенные долги, то есть если заслуги выталкивают вас наверх, то негативная карма наоборот тянет вас вниз. Поэтому только лишь одного накопления заслуг недостаточно, вам необходимо устранить препятствия, которые мешают вам родиться в чистой земле, а это означает, что нужно устранить отпечатки негативной кармы и привязанность к нашему миру. С помощью четырех противодействующих сил каждый день выполняйте очистительную практику. Полагайтесь на божество Ваджрасаттву и выполняйте очистительные практики, которые я вам объяснил, это все для вас очень полезно и

практично. Каждый день вам нужно выполнять очистительные практики. Если вы не очищаете негативную карму, то с каждым днем отпечатки негативной кармы приумножаются. Поэтому очень важно в повседневной жизни каждый день выполнять очистительные практики. Когда вы выполняете очистительные практики, вам необходимо иметь два намерения.

Вначале не думайте обо всех живых существах, будьте практичными, думайте о том, чтобы не переродиться в низших мирах, а когда-то позже вы также начнете думать обо всех живых существах. Что касается практического подхода, то прямая причина к рождению в низших мирах, в аду, это отпечатки негативной кармы. Думайте так: «Если я обрету рождение в низших мирах, то я не смогу помочь даже себе, как же я смогу помогать другим живым существам, хотя я дал такое обещание? Поэтому мне нужно быть практичным и в первую очередь убедиться, что я сам не буду рожден в низших мирах, а после этого я на практике смогу помогать другим». Точно также и в этой жизни: если у вас нет работы, нет никакой карьеры, нет образования, а вы говорите: «Я буду помогать всей своей семье, всем родственникам», – это пустая болтовня. Вначале получите хорошее образование, найдите хорошую работу, а потом, много не болтая, помогайте. Точно также и в духовной практике: помогать всем живым существам – это очень хорошо, но вначале убедитесь, что вы не родитесь в низших мирах, будете иметь более высокое перерождение, затем постепенно развивайте свой потенциал, и тогда вы реалистично сможете приносить пользу всем живым существам. Это очень важно.

Другпа Кюнле как-то в шуточку сказал, что может быть в чистой земле нет счастья, потому что никто не готовится отправиться туда, никто не создает причины для рождения там, лишь немногие. Наверное, в аду большое счастье, потому что все гоняются друг за другом, создавая причины рождения в низших мирах. Некоторые носят монашеские одежды, но при этом гонятся за причинами рождения в низших мирах. Нам не нужно так поступать. «Чтобы не переродиться в низших мирах и чтобы родиться в чистой земле, мне необходимо очищать негативную карму, то есть у меня есть две причины. Также чтобы приносить благо всем живым существам, мне необходимо выполнять очищение», – это альтруистическая мотивация. Таким образом, выполняйте очистительную практику, используя четыре противодействующие силы, каждый день. Каждый день вам нужно выполнять очистительную практику, практику Ваджрасаттвы.

А сейчас я дам вам передачу мантры Ваджрасаттвы. Итак, каждый день вам необходимо выполнять практику Ваджрасаттвы, тем самым вы сможете также устранить и ваши болезни, и ваша жизнь будет в большей безопасности. Визуализируйте меня в облике Ваджрасаттвы и повторяйте за мной текст мантры. Визуализируйте, как мантра Ваджрасаттвы исходит из моего рта в виде белого света и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве передачи, и также думайте о том, что это чистая передача и очень свежая передача, благодаря которой моя практика Ваджрасаттвы станет более эффективной, более мощной. Если вы читаете мантры, не получив прямой передачи от Духовного Наставника, то эти мантры не имеют силы. Поэтому в духовной практике Духовный Наставник очень важен. Итак, повторяйте за мной.

А сейчас визуализируйте меня в облике Ваджрайогини, и я дам вам передачу мантры Ваджрайогини. В повседневной жизни начитывайте эту мантру Ваджрайогини в качестве

второй силы, силы белых семян для перерождения в чистой земле Ваджрайогини. Почувствуйте, что вы получили передачу мантру Ваджрайогини напрямую от Ваджрайогини. Почувствуйте связь с божеством Ваджрайогини, это очень важно. Думайте так: «Вы мое божество и в будущем я хотел бы получить посвящение Ваджрайогини. Вначале я подготовлю себя, сделаю себя подходящим сосудом для получения посвящения». Самая лучшая подготовка – это какой-то уровень отречения от сансары. Это понимание того, что до тех пор, пока ум находится под контролем омрачений, это природа страдания, и порождение желания: «Как было бы хорошо, если бы мой ум полностью избавился от омрачений, это моя главная цель».

Далее вторая подготовка: «Не только я, но и все живые существа страдают от болезни омрачений, и чтобы избавить всех живых существ от болезни омрачений, я хотел бы получить посвящение Ваджрайогини. Я хочу практиковать таким образом, чтобы стать источником счастья для всех живых существ. А как я могу стать источником счастья для всех живых существ? В этом мире очень трудно сделать себя источником счастья для всех живых существ. Хотя в сравнении с низшими мирами наша человеческая жизнь хороша, но все равно недостаточно хороша, чтобы быстро достигать реализаций. И поэтому лучший способ сделать мою жизнь значимой для всех живых существ – это переродиться в чистой земле Ваджрайогини». Также наше время – это время упадка и реализаций достичь очень трудно. Я не хотел бы вас огорчать, но это реалистично. Таким образом, с одной стороны старайтесь достичь какой-то степени реализации: уменьшайте омрачения, накапливайте заслуги. Это практичная реализация. А с другой стороны думайте так: «Если даже я умру завтра или через день, я создал какие-то причины для того, чтобы родиться в чистой земле». То есть сейчас не думайте о каких-то больших высоких реализациях, для вас это непрактично. «В момент смерти пусть я смогу переродиться в чистой земле и тогда моя жизнь будет значимой. В чистой земле я стану источником счастья для всех живых существ, потому что я смогу полностью реализовать весь потенциал своего ума и избавиться от всех ограничений ума», – думайте таким образом.

Итак, мы говорили о третьей силе и здесь второе – это уменьшение привязанностей. Все, что вы имеете в этом мире, это все непостоянно, мимолетно. Ваше тело, и все, что вы имеете, вам придется оставить позади, и вы ничто из этого не сможете забрать с собой. Поэтому в отношении своей собственности, а также славы, репутации, своего тела и так далее, что бы у вас ни было, не привязывайтесь к этому, старайтесь помнить о том, что все это мимолетно. Если в момент смерти у вас появится привязанность хотя бы к чему-то из этого, то это не даст вам родиться в чистой земле.

В Тибете один монах в момент смерти находился рядом с духовным наставником и духовный наставник ему сказал, что сейчас надо выполнять практику пховы йоги ветра. Это был момент смерти и поэтому учитель об этом знал и сказал, что сейчас пришло время выполнять практику пховы йоги ветра, чтобы переродиться в чистой земле. Ученик сел в правильную позу, затем произнес «хик», но при этом не умер, то есть его сознание не вышло из тела. Духовный наставник подумал: «Почему же он не умер, почему его сознание не вышло, это невозможно, это должно было произойти», – и он с помощью ясновидения увидел, что у его ученика есть привязанность к тибетскому чаю с молоком. Монах любил пить чай, и из-за этой привязанности он не мог уйти из этого мира. Духовный наставник ему сказал, что в чистой земле чай еще вкуснее, чем в нашем мире, после этого ученик сказал

«хик» и сразу же отправился в чистую землю. Это пример того, что любая привязанность к этому миру, к деньгам или к одежде и так далее, если она у вас есть в момент смерти, то после этого вы родитесь там, к чему у вас есть привязанность. Один человек спрятал золото в стене, и после смерти он родился змеей в той коробке с золотом, чтобы охранять это золото. Поэтому не должно быть привязанности ни к чему. Чем больше вы понимаете достоинства чистой земли, тем меньше привязанности у вас остается к этому миру.

В повседневной жизни также важно думать о непостоянстве и уменьшать привязанность к этой жизни. Самое опасное – это концепция постоянства: «Я буду жить двадцать лет или сорок лет». У нас нет такой концепции постоянства: «Я проживу сто или тысячу лет», наша концепция постоянства: «Сорок или пятьдесят лет я точно проживу, точно не умру», – вот это концепция постоянства. Вы можете умереть в любой момент. Это концепция непостоянства и смерти: вы думаете, что умереть можете в любой момент, и есть очень большой шанс, что это произойдет. И если это случится, что я к этому подготовил? Когда такое произойдет, то какая польза будет от всего того, что я расцениваю очень серьезно? Вначале старайтесь открыть свой ум с помощью понимания непостоянства и смерти, это было бы очень полезно. Даже если благодаря одному лишь пониманию непостоянства и смерти вы уменьшите свою концепцию постоянства, то вы станете наполовину святыми людьми. Если вас кто-то будет хвалить, вы не будете взлетать вверх, если кто-то будет критиковать вас, вы не будете расстраиваться, вы станете очень стабильными в духовной практике, станете стабильным человеком. Восемь мирских дхарм уйдут из вашего ума, и это будет очень хорошей реализацией, если вы обретете реализацию непостоянства и смерти.

Итак, в повседневной жизни думайте о непостоянстве и смерти. Утром, когда просыпаетесь, скажите себе: «Мне повезло, что я не умер». Вероятность этого очень большая. Вчера ночью, сегодня утром, посмотрите в Интернете, сколько людей умерло! Вы не в этой группе людей. Умерли люди моложе, чем вы, вчера ночью, сегодня утром. Поэтому скажите себе: «Да, среди ночи в нашем мире, сколько людей умерло, а я не отношусь к этой категории, мне повезло». Поэтому каждый день, пока вы живы – это бонус. Это очень большой бонус, скажите себе: «Как хорошо, я еще живой. Одежды нет – ничего страшного, если я живой – одежду найду, кошмара нет». Вы еще живы – это самое главное. «Как хорошо, я еще живой!» – думайте так, это очень важно. У вас не должно быть так, что вы просыпаетесь утром и принимаете свою жизнь, как должное, и начинаете думать: «У меня нет этого, нет того-другого и так далее». Думайте так: «Как же мне повезло, что я не умер». Я так думаю, и это очень полезно. Каждый день утром я встаю и думаю: «О, мне повезло, я не умер, я еще живой». Тогда все остальное – это мелкое, также думать о философских взглядах тоже не так важно. Потому что в нашем монастыре у некоторых моих друзей совсем другая философия, у меня другая философия – мне это без разницы. Самое главное, что я еще живой. Разные люди, разные мысли – для меня разницы вообще нет. Самое главное, что я еще живой. Доброта – это главное. Разные религии, разная философия – разницы нет. Если человек добрый – как хорошо! Так думайте. Не рассматривайте это как нечто очень серьезное, а думайте: добрый человек или нет – вот это очень серьезно. Что касается образа мышления, то у разных людей разный образ мышления. Даже в семье папа с сыном не подходят по образу мышления. Мама с дочкой – вообще другой образ мышления, но если они все добрые – это самое главное. Поэтому так думайте, хорошо? Тогда ум спокоен, счастлив.

Итак, убеждайтесь в том, что каждый день вы используете свои позитивные состояния ума, и все время желайте всем живым существам обретения счастья, желайте им избавления от страданий, это самый высший способ накопления высоких заслуг. Среди всевозможных видов позитивного состояния ума самое мощное позитивное состояние ума – это ум, заботящийся о других. Это ум, который думает о счастье всех. Наш ум думает только о собственном счастье, это очень узкий ум. Утром, когда мы только открываем глаза, нам сразу надо думать: «Все должны быть счастливы». В настоящий момент вы не можете заботиться о других больше, чем о себе, но вам нужно заботиться обо всех в равной степени, думать, что так же, как счастья хочу я, счастья хотят и все остальные. Это намерение нужно порождать каждый день. Куда бы вы ни пошли, думайте так: «Все должны быть счастливы». Когда рот открываете, говорите так, чтобы они были счастливы.

Не говорите: «Я такой умный, я-я-я, они говорят неправильно, только я прав, они такие-сякие», – это очень неправильно. Даже если вы встречаете человека, который придерживается каких-то совершенно других взглядов, то скажите: «Очень хорошо», не вступайте сразу с ним в диспут, не говорите: «Ты не прав, а я прав» и так далее, это бесполезно, бессмысленно. Тилопа сказал Наропе: «Никогда не веди диспутов. Защита буддийских воззрений и опровержение индуистских воззрений, в конце концов, постепенно приведет к дисгармонии между религиями. Буддисты никогда не поймут воззрений индуистов, индуисты никогда не поймут воззрений буддистов, поэтому позволь всем оставаться со своими воззрениями, а диспуты не решат проблем».

Однажды в Наланде была очень трудная ситуация. Небуддисты пришли дискутировать, все просили Наропу защищать буддийское воззрение, и когда Наропа пришел на диспут, то в ходе диспута постепенно его ум затуманился, он не мог защищать буддийское воззрение, потому что его оппонент использовал очень тонкую логику, каждый из них использовал очень тонкую логику. Наши диспуты по большей части – не логические диспуты, мы говорим: «Я прав, потому что я так сказал», – в этом нет тонкой логики. Даже когда нет тонкой логики, трудно отстоять какое-то одно философское воззрение, опровергнуть другое, и я говорю вам о том, что нужно следовать тому, что вам подходит. Итак, Наропа не мог отвечать. Наропа – отличный мастер логики, но тогда он понял, что в этот момент он нарушает преданность Учителю, потому что он обещал не вступать в диспуты, а сейчас вступил в диспут, и это нарушение. После этого Наропа сложил руки и мысленно обратился к своему Учителю: «Пожалуйста, простите меня, я совершил это нарушение не ради собственного блага, а для того, чтобы защитить буддийскую традицию, поэтому, пожалуйста, простите». И сразу же появился Тилопа. А дальше я не помню очень точно. Эта история такова, что когда Тилопа появился, он был не очень доволен, но Наропа после этого смог защитить буддийское воззрение, и после этого Тилопа исчез. Наропа отправился искать Тилопу, чтобы попросить прощения. Когда я читал эту историю, я понял, что посредством диспутов невозможно сохранить свою традицию. Тилопа пытается это сказать, а сохранить ее можно посредством практики, посредством укрощения ума. Это самый лучший способ.

Посредством опровержения других школ и защиты своей школы вы не сохраняете традицию, это только приносит больше дисгармонии. Этот очень хороший ответ я почерпнул у Тилопы. Никогда не старайтесь опровергнуть какую-то другую школу, это было бы неправильно. Что касается диспутов, если вы, скажем, что-то такое найдете, то



подумайте для себя: «Это я, может быть, использую в будущем, а сейчас пока мне это не нужно», – потому что, если вы начнете вести диспут, и вам на ваш вопрос как-то ответят, а вы на этот ответ найдете что-то другое, какой-то свой довод и так далее, то это все будет бесконечно. Если, например, вести диспут между индуизмом и буддизмом, то в настоящий момент я могу выступить с каким-то положением, и индуисты найдут какие-то свои тонкие логические обоснования, буддисты найдут свои, и так диспут будет бесконечен. Когда Атиша приехал в Тибет, он делал очень большой упор на учение по тренировке ума, и не уделял большого внимания логике. Сейчас двадцать первый век, и какая-то определенная логика должна быть, но при этом, что касается опровержения других философских школ и защиты своих философских школ, то это необязательно, самое главное – старайтесь укротить свой ум.

Возвращаясь к нашей теме, я хотел сказать, что нужно стараться все время использовать ум, заботящийся о других. Это лучший способ накопить высокие заслуги, все время будьте добрыми – это лучший способ сохранить свою традицию. Ум, заботящийся о других, означает желание другим счастья, и речь идет о безупречном счастье, то есть о полной свободе ума от болезни омрачений. Кого бы вы ни увидели, желайте этому существу: пусть у него ум полностью избавится от болезни омрачений, – это называется любовью. И какое бы страдающее живое существо вы ни увидели, думайте: пусть они избавятся от последствий болезни омрачений, это называется состраданием. Итак, порождайте эти два состояния ума каждый день, сострадание – это колонна буддизма. Если вы сострадательный человек, то все остальные реализации придут к вам сами собой.

Далее четвертая сила – это сила освоения. Сила освоения означает, что каждый день нужно осваивать в своем уме бодхичитту, приучать свой ум к бодхичитте. Каждый день осваивайте ум, заботящийся о других, бодхичитта возникает из ума, заботящегося о других. И поэтому каждый день вспоминайте об уме, заботящемся о других, и осваивайте этот ум, заботящийся о других. Каждый день не позволяйте своему эгоистичному уму брать над вами верх, установите такой контроль эгоистичного ума. Это ваша повседневная практика. А ночью, когда вы уже почти засыпаете, вспомните, сколько в течение дня вы накопили позитивной кармы, сколько накопили негативной кармы, станьте своим бухгалтером. Вам не нужно иметь других людей в качестве бухгалтера, будьте бухгалтером сами для себя. Ночью деньги считать очень хорошо, каждую ночь считайте, сколько позитивной кармы вы создали, сколько негативной кармы вы создали, посмотрите: чего больше? Если вы создали больше негативной кармы, чем позитивной, то поругайте себя, скажите: «Это неправильно, ты идешь в неправильном направлении, твоя ситуация не улучшается, а ухудшается». В духовной области необходима такая же система, какая существует в бизнесе, а в бизнесе вы можете вести такой график и смотреть, какую прибыль вы получаете за день, и далее складываете один день, другой, третий и так далее, и сможете увидеть, сколько вы создали прибыли за месяц, за год.

Делайте так, это очень практично, такая система в буддизме точно показывает – каждый день постоянно практика, как в бизнесе, каждый день – постоянно прибыль, даже чуть-чуть прибыли – за один месяц сколько наберется? За один год сколько? Через пять лет вы увидите очень большую прибыль. Вот такую очень практичную систему вам надо применять. Если вы в течение целого дня или трех дней не кушаете, только занимаетесь духовной практикой, а потом совсем не занимаетесь, то это неправильная система. Буддизм

всегда говорит: пусть даже чуть-чуть, но без перерыва, даже чуть-чуть плюс, но постоянно такой плюс. Это намного лучше, чем три дня очень большой плюс, а потом – бух вниз. Об этой системе буддизм давно говорит. Во всех областях эта система одинакова.

Итак, вам нужно быть бухгалтером для самого себя и подсчитывать, сколько в течение дня вы накопили позитивной кармы, сколько негативной кармы, и скажите себе в конце, что на следующий день ситуация должна измениться, я создам больше позитивной кармы и меньше негативной. Вот так. Каждый текущий день важнее, чем обещание: «В будущем я буду делать так-то, в будущем я буду очень высокой медитацией заниматься, потом я шаматху буду развивать, все высокие практики». Нет. Каждый день – это практично. Итак, делайте проверки каждый день, и если вы накапливаете больше позитивной кармы или сколько бы вы ни накопили позитивной кармы, посвящайте свои заслуги перерождению в чистой земле. Посвящайте заслуги не только рождению в чистой земле, но также достижению состояния будды ради блага всех живых существ. А если вы накопили больше негативной кармы или сколько бы вы ни накопили негативной кармы, каждый день перед сном выполняйте очистительную практику. Свежее очищение является очень мощным, и если вы создали какую-то негативную карму сегодня, то вечером, выполняя очищение, вы сможете очень легко ее очистить.

Далее пятая сила – это сила чистой молитвы. Для рождения в чистой земле объясняется несколько необходимых факторов, один из них – это, например, незагрязненная карма, это то, что сейчас пока мы не можем создавать, и это очень мощная карма для рождения в чистой земле. Далее следующий фактор – это чистая молитва. Вообще причин существует много, но я говорю о прямых причинах рождения в чистой земле, и если вы обратитесь с такой очень чистой молитвой, это также станет причиной рождения в чистой земле. Чистая молитва – это когда у вас нет эгоистичного ума, когда у вас порождается очень сильное сострадание. С сильной верой вы произносите молитву о рождении в чистой земле. Вы на сто процентов верите, что чистая земля существует и что на сто процентов в ней очень хорошая ситуация для развития вашего ума. Без какого-либо эгоистичного ума, с очень сильным состраданием, ради того чтобы приносить благо всем живым существам, я хотел бы там родиться. Это называется чистой молитвой. И благодаря такой чистой молитве вы также можете родиться в чистой земле. Каждый день порождайте чистую мотивацию и обращайтесь с такой чистой молитвой о рождении в чистой земле.

Итак, это пять сил. Это то, что вы можете делать, создавать в повседневной жизни. Первая из них – это сила намерения, вторая – сила белых семян, это накопление заслуг, третья – сила очищения, это очищение негативной кармы и уменьшение привязанности, четвертая – это сила освоения, это когда вы своим умом осваиваете бодхичитту и ум, заботящийся о других. Это самое главное. И далее пятое – это чистая молитва. Итак, эти пять сил создавайте в повседневной жизни. Тогда ваша жизнь будет значимой каждый день.

Теперь, в момент смерти, каким образом вам выполнять практику пховы пяти сил? В момент смерти вы визуализируете перед собой Ваджрайогини. Это вообще-то не разрешается, но я вам объясню. Тантра уже стала не тайным учением, зачем же мне держать все это в тайне? Все об этом говорят, все открыто, нет секретов. Сейчас не осталось никаких секретов, все это знают, но при этом не используют правильно, потому что нет фундамента. Поэтому все

знают чуть-чуть, но точно никто не знает. Люди не знают, как использовать это учение, оно у них просто в качестве информации.

Итак, в момент смерти в первую очередь визуализируйте перед собой своего Духовного Наставника в облике Ваджрайогини. Это очень важно. Никогда не визуализируйте Ваджрайогини как нечто отдельное от вашего Духовного Наставника. Настоящий облик вашего Духовного Наставника – это Ваджрайогини, и вы визуализируете ее перед собой, это очень важно. Это преданность Учителю. Если вы думаете, что божество существует отдельно от вашего Духовного Наставника, то хотя в этом нет негативной кармы, но все равно это неправильно.

Однажды Наропа привел Марпу в лес. Наропа спросил у Марпы: «Хочешь ли ты увидеть божество Чакрасамвару?» Марпа был очень счастлив, сказал: «Да, конечно, я хочу увидеть Чакрасамвару». Наропа щелкнул пальцами, и в пространстве появилось божество Чакрасамвара с полной мандалой. Тогда Наропа спросил у Марпы: «Перед кем ты сделаешь первое простираие, перед твоим Духовным Наставником или перед божеством?» Марпа подумал: «Своего Духовного Наставника я вижу каждый день, а Чакрасамвару я сегодня вижу впервые, вначале я сделаю простираие перед Чакрасамварой», – и он сделал простираие перед Чакрасамварой. Тогда Наропа сказал: «Божество – это проявление Духовного Наставника, без Духовного Наставника нет божеств», – щелкнул пальцами, и Чакрасамвара растворился в его сердце. Наропа сказал Марпе: «Ты подумал о том, что Чакрасамвара существует отдельно от твоего Духовного Наставника, это была ошибка, из-за этой ошибки, хотя твоя духовная линия продолжится, но твоя семейная линия прервется». Поэтому у Марпы был только один сын, который умер очень молодым. Итак, для вас очень важно видеть вашего Духовного Наставника единым с божеством, даже если они не едины, но если вы будете их видеть едиными, то для вас в этом одни лишь преимущества.

Если ваш Духовный Наставник не является божеством, но в то время, когда он передает вам учение, он как оракул, в его тело входит божество, и через тело вашего Духовного Наставника божество дает вам учение, благословляет вас, поэтому для вас Духовный Наставник – это божество. А если Духовный Наставник – настоящее божество, то это еще более мощный объект. Итак, все время визуализируйте своего Духовного Наставника в облике Ваджрайогини.

Я забыл упомянуть, что еще до смерти, каждый день, когда вы выполняете практику, визуализируйте перед собой Ваджрайогини и обращайтесь к ней с молитвой: «Помогите мне родиться в чистой земле». Также когда в повседневной жизни вы встречаете какую-то пожилую женщину, которая просит вас о помощи, очень важно помочь ей в этот момент, так вы создадите очень мощные причины для рождения в чистой земле. Чаще всего Ваджрайогини приходит в облике старой женщины для принесения блага живым существам.

Я расскажу вам одну историю, которая произошла в Тибете. В одном монастыре жил очень добрый монах, у него не было глубокого понимания философии, но он был очень скромным и очень добрым. Ваджрайогиня любит добрых людей, пусть даже они не много понимают – ничего страшного. Для вас главное – быть добрым. Быть умным, много думать – не обязательно. Доброта – это главное. Ваджрайогини специально появилась в этом месте для того, чтобы забрать этого монаха в чистую землю. В облике пожилой женщины она

находилась в этом месте, и как нищенка просила подаяние. Обычно монахи просто проходили мимо этой пожилой женщины, не замечая ее, а он ее видел и думал: «Кто же позаботится об этой пожилой женщине?» – он все время отламывал половину своего куска хлеба и отдавал этой женщине. Иногда люди надевают одежду буддиста или христианина, но о страданиях пожилых людей не думают. Они считают, что самое главное – читать молитвы, а помогать тем, кто страдает – это не главное. Это ошибка! Буддийская ошибка, христианская ошибка.

Итак, он каждый день делился с ней хлебом, и однажды эта пожилая женщина сказала ему: «Завтра я ухожу, хочешь ли ты пойти со мной?» Тем самым она говорила: «Хочешь ли ты отправиться со мной в чистую землю?» Монах ничего не понял. Он спросил: «Ты глупая старая женщина, куда ты пойдешь, оставайся здесь, я буду делиться с тобой хлебом». А эта женщина сказала: «Не беспокойся обо мне, завтра я хожу, хочешь ли ты пойти со мной?» Он сказал: «Отправляйся, я не хочу с тобой идти». На следующее утро, когда он проходил то же самое место, там уже не было пожилой женщины. Он начал спрашивать у других нищих, видели ли они эту пожилую женщину, где она сейчас? Тогда один из нищих сказал: «Вчера эта женщина очень много кашляла и плевала в глиняный горшочек, она оставила этот горшочек мне и сказала, что завтра утром придет монах и будет обо мне спрашивать, передайте ему этот горшок. Наверное, это ты, забирай». Он заглянул внутрь, там был песок и слюни с кровью. Он подумал: «Что же это такое глупая женщина дала мне?» – и швырнул горшок на землю. Когда горшок ударился о землю, он превратился в радугу и исчез. Он подумал: «О, это была необычная женщина», – и отправился к своему Духовному Наставнику.

Он очень испугался, что совершил ошибку. Это высокомерие – смотреть свысока на другого человека. Он добрый, но все равно у него было высокомерие. У кого нет высокомерия? Это ваша ошибка. Никогда не надо быть высокомерным. Он отправился к своему Духовному Наставнику, рассказал ему эту историю, и тот сказал ему: «Как же ты, глупый, можешь смотреть свысока на других?» Духовный Наставник сказал ему: «Ваджрайогини дает три шанса. Завтра утром тебе нужно отправиться в Лхасу к дворцу Потала. Там вокруг дворца люди делают обхождения, и когда появится группа из семи девушек, хватай одну из них – это будет Ваджрайогини, и попроси ее: пожалуйста, заберите меня в чистую землю». Утром он в монашеской одежде сидел там и высматривал девушек, он ждал-ждал и увидел, что появились семь очень красивых девушек. Они смеялись и болтали друг с другом, и он подумал: «Хорошо, мне нужно поймать одну из них, как же мне это сделать?» Он уже почти схватил одну из них, но в этот момент подумал: «А вдруг это не Ваджрайогини? Тогда для меня это позор. Все скажут, что я, монах, хватаю девушек, я опозорюсь», – то есть его «я», его эго поднялось. Он подумал: «Я опозорюсь, все подумают, что я плохой монах, как я покажу свое лицо?» Это не страшно. Если это вредит другому человеку, то это страшно. Если подумают, что ты плохой монах – скажите: «Да, я плохой монах». Что в этом страшного? Иногда встречается такая ошибка: нарушать какой-то другой обет – не страшно, а вот монашеский обет нарушать – это страшно, потому что это позор. Это тоже неправильно.

Итак, он уже почти поймал одну из них, но побоялся позора и поэтому не схватил. И после этого эти семь девушек исчезли. Он подумал: «Я совершил большую ошибку», – затем вернулся к своему Духовному Наставнику, тот вновь отругал его и сказал: «Завтра появится

пять девушек, схвати одну из них». И произошло то же самое: он уже почти было поймал одну из них, но побоялся опозориться и поэтому не стал хватать никого. И эти пять девушек тоже исчезли. Учитель опять отругал его. Он сказал: «Завтра последний шанс, появятся три девушки». Этот монах подумал: «Ну, завтра уже не важно, Ваджрайогини или не Ваджрайогини, я поймаю одну из них. Я на сто процентов поймаю». Он увидел идущих по дороге трех девушек, и когда они подошли ближе, он схватил одну из них. Они все закричали: «Что же делает этот монах!» Он сказал: «Что бы вы ни говорили, значения это не имеет, мой Духовный Наставник сказал мне поймать одну из вас. Ты – Ваджрайогини, пожалуйста, заведи меня в чистую землю». Она сказала: «О какой Ваджрайогини ты говоришь, я не Ваджрайогини, ты, наверное, сошел с ума». Он сказал: «Мне не важно, что ты говоришь, я тебя не отпущу». Посмотрите: он эго отбросил. После этого она сказала: «Ну, хорошо, отпусти меня, я приму тебя». Но он все равно не отпускал. Она сказала: «Ну, отпусти меня, я принимаю тебя». Тогда он ее отпустил, и как только он ее отпустил, эта девушка превратилась в Ваджрайогини, парящую в пространстве. Он напрямую увидел Ваджрайогини.

Ваджрайогини сказала: «Ты думал, что той пожилой женщине ты делаешь одолжение, но это было не так. Я была той пожилой женщиной и ради твоего блага я появилась там. Ты добрый, но у тебя все еще есть высокомерие, это неправильно. (Смотрите: в учении высокомерие – это препятствие). Из-за этого ты упустил много шансов. Из-за ошибки твоего высокомерия я не смогла забрать тебя в чистую землю в тот момент, хотя хотела забрать тебя немедленно, но из-за твоего высокомерия я не могла этого сделать. Сегодня ты отказался от своего высокомерия, не побоялся позора. Это очень важно – жертвовать своим эго. Пусть говорят, что хотят, главное – что сказал мой Учитель. Вот это называется преданностью. Из-за этого в момент смерти я обязательно возьму тебя в чистую землю, но не сейчас». После этого Ваджрайогини исчезла. Он пришел к своему Духовному Наставнику, рассказал ему об этом и его Духовный Наставник был очень счастлив. Он сказал: «Теперь у тебя есть сто процентная гарантия, что в момент смерти ты отправишься в чистую землю Ваджрайогини, Ваджрайогини заберет тебя».

Итак, в момент смерти визуализируйте перед собой Ваджрайогини и породите сильное вдохновение переродиться в чистой земле Ваджрайогини. Также породите сильную веру в чистую землю Ваджрайогини и в само божество Ваджрайогини. Далее накопите заслуги, вторая сила – это сила белых семян. Это означает: породите очень доброе состояние ума. Когда вы порождаете доброе состояние ума, каждый миг вы накапливаете высокие заслуги. Далее третья – это сила очищения. В момент смерти речь идет не об очищении отпечатков негативной кармы, а об устранении полностью всех привязанностей к этому миру. Нет привязанности ни к чему: ни к своим друзьям, ни к одежде, ни к каким-либо вещам. Думайте о том, что любое рождение заканчивается смертью, все когда-нибудь расстанутся. Итак, устраните все привязанности. Думайте о том, что все это обладает природой страдания, это результат проявления загрязненной кармы, поэтому здесь нет объектов счастья. Далее четвертая сила – это освоение бодхичитты, ваш ум должен быть сильно движим бодхичиттой. Вы думаете: «Ради принесения блага всем живым существам пусть я смогу переродиться в чистой земле Ваджрайогини, пусть я достигну состояния будды». Осваивайте именно такую бодхичитту. Далее пятое – это молитвенное обращение. Здесь молитва: «Пусть я смогу переродиться в чистой земле Ваджрайогини, чтобы приносить благо всем живым существам». С такой очень сильной чистой молитвой далее

визуализируйте, что из сердца Ваджрайогини исходит красный луч света с крюком на конце. Визуализируйте, что ваш наитончайший ум с тонким энергетическим телом находится в вашей сердечной чакре в виде белого света, белого шарика. Это ваше наитончайшее тело и ум. Итак, этот крюк цепляет этот белый шарик. Если вы можете сидеть в этом случае в правильной позе, то это хорошо, но если не можете, то визуализируйте лежа. После этого произнесите «хик» и визуализируйте, что этот крюк и свет поднимает ваш ум вверх, и после этого вы растворяетесь в сердце Ваджрайогини. И если вы правильно это сделали, то в следующий миг вы окажетесь в чистой земле Ваджрайогини.

Даже если вы и не переродитесь в чистой земле Ваджрайогини, но из-за того, что ваш ум покидает тело через верхнюю часть тела, вы обретете высокое перерождение на сто процентов. В коренных текстах по тантре говорится, что если ваше сознание покидает тело через нижнюю часть тела, то это ведет к перерождению в низших мирах, а если сознание покидает тело через верхнюю часть тела, то в этом случае вы обретете высокое перерождение. Поэтому когда кто-то умирает, когда он мертв, первое прикосновение должно быть прикосновением к верхней части тела, не прикасайтесь к нижней части тела. Потому что сознание концентрируется в том месте, где вы дотрагиваетесь до тела, и есть опасность того, что сознание покинет тело через нижнюю часть.

Если вы выполняете йогу ветра в повседневной жизни, то закрывайте свою макушечную чакру слогом «пхэ». Когда вы тренируетесь, выполняйте ту же самую визуализацию; произносите «хик», думайте, что ваше сознание поднимается, но поскольку у вас макушка закрыта слогом «пхэ», оно не полностью покидает ваше тело, иначе бы вы умерли, а далее произносите «каа», и думайте, что сознание опускается обратно вниз. В настоящий момент ваша йога ветра не очень сильна, поэтому сознание не выйдет из вашего тела, вы не умрете, но визуализация очень важна. Все подлинники мастера говорят о том, что не нужно заниматься пховой йогой ветра слишком много, поскольку это укорачивает жизнь. В повседневной жизни проделайте такое один или два раза в качестве тренировки. Тогда в момент смерти вы сможете сделать это правильно. Тогда без слога «пхэ», напрямую думайте, что сознание растворяется в сердце Ваджрайогини. Это простая практика, делайте ее постоянно, и это важнее, чем выполнять большое количество странных практик.

Начинать с простых практик эффективно, каждый день делать – и будешь профессионалом. Потом вы получите умение. Это мой для вас подарок на Новый год. Также не беспокойтесь, конца света не произойдет. Вы на сто процентов будете праздновать Новый год в Москве. Я не могу сказать, что вы будете жить, но я могу сказать на сто процентов, что не будет конца света, и празднование Нового года в Москве состоится. Доживете вы до этого момента или нет, здесь уверенности нет. Будда уже сделал такое предсказание, что время смерти неопределенно. В отношении нашего мира тоже существует предсказание, это пророчество дается в коренных текстах, что в наш мир придет тысяча Будд, а к настоящему моменту в наш мир приходили только четыре будды, еще девятьсот девяносто шесть будд придут, поэтому до конца света еще очень и очень много времени. И с научной точки зрения до конца света тоже очень много времени. Я смотрел один научный фильм о том, что большой взрыв произойдет в нашей мировой системе в тот момент, когда на солнце закончится газ, солнце взорвется, и взорвутся все остальные планеты. Это произойдет очень нескоро, потому что говорится, что наше солнце еще очень молодое. Поэтому не беспокойтесь о конце света. Будьте счастливы.