

Я очень рад всех вас видеть здесь, на учении по необычной Гуру-йоге. Итак, с альтруистической мотивацией получайте учение. Альтруистическая мотивация – это мотивация, движимая состраданием ко всем живым существам, которое возникает в силу чувствительности к страданиям всех живых существ. Почему у нас нет сильного сострадания? Потому что мы не очень чувствительны к страданиям других живых существ и очень чувствительны к собственным страданиям. Это наша большая ошибка. Быть слишком чувствительным к своим временным страданиям – это источник депрессии. Что касается ваших настоящих страданий, то вы не имеете к ним чувствительности, и это тоже большая ошибка. Это как, например, человек страдает от болезни туберкулез, но, не проявляя настоящей чувствительности к этой болезни туберкулезу, слишком чувствителен к симптомам – к кашлю и так далее. Это большая ошибка. И точно также, что касается нас, то мы чувствительны к своим страданиям, к тому, чего мы не хотим, но при этом мы чувствительны лишь к симптомам этих страданий. Наше страдание страданий, то, чего мы не хотим, является симптомом нашего настоящего страдания – всепроникающего страдания. Это всепроникающее страдание подобно болезни туберкулезу. Именно из него возникает страдание страданий и страдание перемен. Поэтому, когда вы по-настоящему начинаете проявлять чувствительность к всепроникающему страданию, из которого возникают все остальные страдания, это называется отречением, и это очень позитивное состояние ума. Что касается чувствительности к всепроникающему страданию, то это позитивное состояние ума, а если вы слишком чувствительны к своим временным страданиям, то это сделает вас эгоистичными, и также создаст депрессию. В нашем мире все больше людей год от года страдает от депрессии. Причина этого в том, что они очень чувствительны к своим временным страданиям. Это на сто процентов чистая теория. У меня сейчас нет большого количества времени, чтобы подробно ее объяснить. Прочтите учение по четырем благородным истинам. Это будет очень полезной основой.

Вам нужно распознать это всепроникающее страдание, насколько оно опасно, оно подобно болезни туберкулезу. Что касается болезни туберкулез, то вы не можете ее как-то ясно разглядеть, но по описаниям вы можете понять, что она очень опасна. И точно также это касается всепроникающего страдания. Вы не можете как-то легко его обнаружить, увидеть, но в действительности это основа для всех ваших страданий. И как только у вас появится такое сильное чувство: «Как было бы хорошо мне избавиться от этого всепроникающего страдания!» – это называется отречением. Его породить нелегко, но без этого развить великое сострадание невозможно. Отречение является очень важной основой для развития великого сострадания. Великое сострадание не подразумевает, что если какой-то человек сломал ногу, то вы сострадаете ему, плачете. Это детское сострадание. «Сломал ногу. Как жалко!» – плачете. Это не великое сострадание. Это все могут. Это детское сострадание. Если далее этот человек выздоравливает и немного добивается успеха, то вы начинаете ему завидовать. Когда он сломал ногу, вы помогли ему, а потом, когда ему чуть-чуть улыбнулась удача, вы думаете: «Зачем я помог ему? Если бы я ему не помог, он бы сейчас не был так удачлив». Вы завидуете ему. Это детский ум. Когда вы испытываете сострадание к другим людям, основываясь на их всепроникающем страдании, то, добиваются они успеха или терпят неудачу, вы все время испытываете к ним сострадание. Если вы испытываете к кому-то сострадание, основываясь на его всепроникающем страдании, то даже если он добивается успеха, скажем, в бизнесе, вы все равно говорите: «Как жалко! Этот человек летает». Он не свободен от всепроникающего страдания – основы всех других страданий, это все остается у него. Из-за этого на сто процентов в будущем его ждет еще больше страданий. И поэтому великие мастера прошлых времен говорили, что до тех пор, пока живые существа не избавятся от этого всепроникающего страдания, в конце их ждут только страдания. Они говорили о том, что в сансаре, кто бы ни испытывал временное счастье, в конце оно завершится страданием.

Это на сто процентов чистая теория. В конце это все завершится страданиями, очень большими страданиями. Какой бы популярной ни стала какая-нибудь певица, в конце концов, у нее все завершится страданием. Какими бы известными людьми вы ни стали, в конце это завершится страданием. В конце все завершается смертью и после этого продолжается это циклическое существование. Под контролем омрачений вы продолжаете вращаться по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. И эти страдания будут бесконечными до тех пор, пока вы не разобьете эту цепь. Когда вы об этом думаете с точки зрения своей ситуации, вы порождаете отречение. А если вы думаете об этом с точки зрения других людей, то порождаете великое сострадание.

Шантидева говорил: «Один момент гнева сжигает кальпы накопления заслуг». То, что говорил Шантидева, это правда. Но это также относится и к противоположной стороне – если вы породите великое сострадание на один миг, то оно сожжет целую кальпу негативной кармы. Вам нужно понимать, что точно так же, как у негативного состояния ума есть такая способность сжигать огромное количество отпечатков позитивной кармы, так же и у позитивного состояния ума есть огромная сила на то, чтобы сжигать негативные кармические отпечатки. Поэтому в жизни вы должны очень сильно бояться своего гнева. Это один из самых больших ваших врагов. Что касается остальных, каких-то мелких моментов в отношении этики, то это не очень важно. Но что очень важно, так это не допускать гнева. В настоящий момент это самое главное. Иногда бывает, что нам не грозит особая опасность, но мы очень сильно боимся, а того, что является по-настоящему опасным, мы не боимся. И это большая ошибка. Итак, в вашей жизни вам нужно очень сильно бояться своего гнева, зависти, когда вы желаете другим несчастья. Это очень опасное состояние ума. Никогда не позволяйте таким состояниям возникать в вашем уме. Но если вы немного хулиганы, то это не страшно. Немного курить – это не так страшно, хотя это нехорошо. Чуть-чуть пить пиво не так страшно. Я не говорю, что надо пить пиво, но это не самое страшное. Чуть-чуть танцевать тоже не так страшно. Но испытывать гнев, зависть, желать другим несчастья, специально мешать другим людям жить в гармонии, сплетничать – эти вещи самые страшные. Этого никогда не допускайте. Быть чуть-чуть счастливым – в этом ничего страшного нет. Шантидева говорил в отношении этики, что самая важная этика – это этика, касающаяся ума. Если вы не сохраняете этику на уровне ума, то какая польза от всех остальных других этических норм? Шапку надеваете или не надеваете, какую вы надеваете одежду – это все не так важно. Есть – хорошо, а нет – ничего страшного.

Сейчас я говорил с точки зрения негативных состояний ума. А теперь, если говорить с точки зрения позитивных состояний ума, то здесь самое главное – это великое сострадание, и это практика вашей жизненной силы. Это чувствительность к страданиям всех живых существ. Когда вы проявляете очень сильную чувствительность к страданиям всех живых существ, в этот момент вы полностью забываете о себе. И это позитивное состояние ума очень высокого уровня. Это очень сильное чувство великого сострадания, когда вы полностью забываете о себе и заботитесь только о других живых существах, о том, чтобы избавить их от страданий.

Так, например, когда ваш ум становится эгоистичным (у вас есть такой опыт), в это время ваше эго становится очень сильным, и вы забываете обо всех вокруг, даже о самых близких – папе, маме. Вы только о себе думаете. Это очень опасное состояние ума – думать только о себе, когда вы обо всех забываете. Бывает, что некоторые люди забывают даже о своих детях. Когда у них сильный эгоизм, они бросают жену и детей и убегают вместе с объектом своей привязанности. Это сильное эгоистичное состояние ума, когда человек все забывает. Это самое страшное. Поэтому, когда у вас порождается такое негативное состояние ума, и вы забываете обо всех вокруг, думаете только о себе – это очень сильное эгоцентричное, такое однонаправлено эгоцентричное состояние ума. И это критерий, по которому вы

можете определить: «Сейчас я нахожусь в состоянии очень эгоцентричного ума». А когда вы порождаете сильное сострадание, то вы полностью забываете о себе, и в этот момент вы можете подумать: «Сейчас во мне породилось очень сильное сострадание».

Когда вы порождаете очень сильное сострадание и полностью забываете о себе, эта ситуация не становится хуже, она будет только лучше и лучше, не бойтесь этого, но ведите себя в соответствии с силой вашего ума. Если вы полностью забываете о себе, это не значит, что вы бросаете свою карьеру и раздаете все, что имеете, другим. Внутри развеите такое состояние ума, а снаружи ведите себя как раньше, то есть так, как будто вы не готовы отдать все, что имеете, другим. И поэтому Шантидева говорил, что до тех пор, пока вы не разовьете полностью великое сострадание, не жертвуйте своим телом ради других. Это означает: не выполняйте такой практики, если не породили внутри очень сильное сострадание. А то, что вам нужно делать – это внутри развивать такое состояние ума, а снаружи вести себя, как обычный человек. И далее Шантидева говорит, что как только вы породите очень сильное состояние ума, очень сильное сострадание в своем уме, когда оно станет полностью развитым, очень прочным состраданием, в этом случае пожертвовать своим телом ради других для вас будет все равно, что поделиться с кем-то овощем. Никакой боли не будет. Для великих бодхисаттв прошлого, когда они развивали очень сильное сострадание, обретали спонтанную реализацию бодхичитты, отдать тому-то свое тело не доставляло никакой боли, а наоборот – приносило удовольствие. Если вы не находитесь на таком уровне, тогда вам не нужно вести себя подобным образом, то есть не жертвуйте своим телом, не отдавайте свою квартиру, не отдавайте все свои деньги, отдавайте только чуть-чуть, и так далее. Разумно отдавайте. Не говорите: «Я буддист, у меня сильное сострадание, забирайте все мои деньги». К вам придут, заберут все, а потом вы скажете: «Буддизм сделал меня бедным». Вот здесь вам важно вести себя в соответствии с ситуацией. Таких советов вы не найдете в текстах. Это то, что я говорю вам в соответствии с вашей ситуацией. Поэтому крайне необходим Духовный Наставник.

А теперь, что касается необычной Гуру-йоги, то мы закончили рассматривать тему прибежища, и теперь дошли до темы развития бодхичитты. В прошлую субботу в отношении развития бодхичитты я рассказывал вам о практике шести совершенств, и вам нужно думать так: «Какой бы практикой шести совершенств я ни занимался, пусть это станет причиной достижения мною состояния будды ради блага всех живых существ».

Каждый день вам необходимо выполнять практику шести совершенств. Здесь первое – это практика щедрости, и речь идет о четырех видах щедрости. Щедрость не только в отношении материальных объектов, но также в отношении любви, это очень важно, это тоже щедрость. Каждый день практикуйте щедрость любви и желайте всем живым существам счастья. Это очень важная для вас практика. Не забывайте выполнять эту практику каждый день и в своем сердце породите такое чувство, желание: «Пусть все живые существа достигнут безупречного счастья, то есть обретут ум, полностью свободный от омрачений». Когда вы желаете всем живым существам обрести безупречное счастье, то есть ум, полностью свободный от омрачений, это поможет вам развить отречение. И тогда вы думаете: «Как было бы здорово, если бы другие обрели ум, полностью свободный от омрачений. И точно так же, как они, было бы хорошо, чтобы и я обрел такой ум. Это было бы безупречное счастье». Это совершенно здоровое состояние ума. В буддизме говорится, что безупречно здоровое состояние ума – это освобождение, нирвана. Нет какой-то внешней нирваны. Если вы сами обретаете ум, полностью свободный от омрачений, безупречно здоровый ум, то вы достигаете состояния нирваны. А если другие обретают такое безупречное состояние ума – полную свободу от омрачений, то они также достигают состояния нирваны. Итак, нирвана находится не где-то вовне – это состояние ума, безупречно здоровое состояние ума.

Поэтому в вашей жизни должно быть три вида богатства. Первое – это материальное богатство, это самый низший уровень богатства. Вам оно необходимо, но это самое низшее богатство, потому что оно необходимо для поддержания этого грубого тела. Оно полезно для осуществления каких-то ваших временных желаний, но не более того. Вы не можете на него купить какое-то большое счастье. Счастье нельзя купить. Даже если у вас есть миллиард долларов, что вы можете купить? Водку, наркотики. Хороших друзей за деньги вы не можете купить. Если у вас тяжелый характер, то, даже имея миллиард долларов, вы не сможете купить друзей. Вокруг вас будут люди, которые пришли к вам просто ради ваших денег, а хороших друзей вы не сможете купить. Поэтому за деньги вы не все можете купить. Бриллиантовое кольцо можете купить, даже десять бриллиантовых колец можете купить и надеть их на все пальцы, но это даже некрасиво. Поэтому это самый низший уровень богатства. Далее, второй уровень богатства – это здоровье вашего тела. А высшее богатство – это здоровое состояние вашего ума, благие качества вашего ума. Это настоящее богатство. Итак, в вашей жизни вы должны быть очень осторожны с вашим настоящим богатством, внутренним богатством. И если вы видите, что у другого человека есть такое настоящее внутреннее богатство, то вас оно должно по-настоящему вдохновлять, и у вас должна порождаться мысль: «Я тоже хочу стать таким же, как он». Когда я читаю жизнеописания Миларепы, ламы Цонкапы, в эти моменты у меня текут слезы, и я думаю: «Пусть я стану таким же, как они. Они по-настоящему мои герои». Эти люди – мои герои, а певицы, политические лидеры – это не мои герои. Мои герои сидят в горах и ничего не имеют. Это моя мечта. Я тоже так хочу. У вас тоже должны быть такие чувства, и тогда постепенно в вашем уме дверь Дхармы раскроется.

Итак, я объяснил вам, что представляют собой шесть совершенств. Каждый день выполняйте эту практику шести совершенств и посвящайте все накопленные заслуги обретению безупречного состояния ума – полной свободе от омрачений.

В вашей жизни должна быть главная цель: «Пусть я из жизни в жизнь буду источником счастья для всех живых существ. И все те заслуги, которые я посвящаю, пусть станут источником счастья для всех живых существ». Развейте очень сильное чувство бодхичитты: «Ради блага всех живых существ пусть я смогу достичь состояния будды», и если можете, то в этот момент примите обет бодхичитты. Вы порождаете очень сильную решимость: «Я никогда не оставлю такое драгоценное состояние ума вплоть до самого достижения состояния будды». Такая решимость или обет – это обет вдохновенной бодхичитты. В этот момент Будда Ваджрадхара в Поле заслуг перед вами очень рад тому, что вы принимаете такой обет, что вы порождаете такое драгоценное состояние ума, в котором вы заботитесь о счастье всех живых существ.

В этот момент вы становитесь, как принц или принцесса, вы становитесь источником счастья для всех живых существ. Все будды, все бодхисаттвы, все божества, все защитники Дхармы будут окружать вас и защищать вас, если вы, хотя бы на миг, породите такое состояние ума, потому что вы станете как принц или принцесса у царя вселенной. В этот момент вам не нужно просить защитников Дхармы защищать вас. Они появятся рядом с вами точно так же, как пчелы сами слетаются на мед. Когда вы на один миг порождаете такое состояние ума, то все будды, божества, защитники Дхармы окружают вас в этот момент. А когда у вас пропадает такое состояние ума, то уходят также и они.

У меня нет высоких духовных реализаций, и не было их, когда я медитировал в горах. Но одно я вам могу сказать: когда я медитировал в горах и у меня породилось очень сильное чувство любви и сострадания, в этот момент я почувствовал, как меня окружают все эти святые существа. Я могу сказать вам это с уверенностью на сто процентов. Когда вы чувствуете, что рядом с вами присутствуют эти святые существа: будды, бодхисаттвы, божества, защитники Дхармы, то у вас волоски на теле становятся дыбом, вы не можете

сдержат слез. Это я вам точно могу сказать! Как, например, вы отправляетесь на кладбище, где живет большое количество духов. Вы не можете видеть этих духов, но когда они к вам приближаются, энергетически вы можете их почувствовать. Энергия на сто процентов существует – у вас волоски на теле становятся дыбом. Наше тело способно чувствовать эту энергию злых духов и точно также оно способно чувствовать позитивную энергию святых существ. Нам не нужно их видеть, мы можем почувствовать их. Например, ветер. Нам тоже не нужно его видеть, но мы можем почувствовать его. Точно так же, как ветер, на сто процентов существует позитивная и негативная энергия. Она существует на сто процентов.

Поэтому я хотел вам сказать о том, что я очень ленивый практик медитации, но даже, если вы ленитесь, но хотя бы на один миг порождаете такое драгоценное состояние ума, то все будды, бодхисаттвы, все божества появляются в вашем окружении. А если вы очень активны, но при этом у вас нет чистоты практики, то здесь, наоборот, есть опасность сойти с ума. Если вы не порождаете такого драгоценного состояния ума, если с эгоистичным состоянием ума вы слишком много читаете мантры, то это очень опасно, вы можете сойти с ума. Поэтому мой для вас совет – не выполняйте слишком большого количества практики, потому что в настоящий момент ваша практика не чиста. Сделайте упор на качестве практики, и тогда даже пять или десять минут практики будет достаточно. Поэтому я иногда говорю моим ученикам: «Много практики не надо». Они думают: «О, геше Тинлей сам ленивый и нам тоже дает совет лениться». Но это не так! Я говорю это вам, потому что знаю одну тонкую вещь: нет смысла слишком много заниматься, если вы не умеете заниматься чисто. То же самое и в бизнесе. Вставать рано утром, бегать туда-сюда – это не главное. Надо действовать умело. Писать большое количество бумаг, придумывать много комбинаций, рано утром вставать, туда-сюда бегать, стараться получить подписи у представителей власти – никакого эффекта не будет. Самое главное – действовать эффективно. Важно знать ситуацию полностью, вовремя купить помещение, вовремя купить землю, которая, как вы знаете, в будущем будет стоить намного дороже. Нужно действовать вовремя, не упуская шанс – это более эффективно. Купить землю, надежно оформить бумаги – это более эффективно, чем проект на миллион долларов. Это мой совет.

Поэтому чистота практики очень важна. Так, каждый день не забывайте об этом, порождайте сильное сострадание и тогда все божества, все защитники Дхармы всегда будут присутствовать перед вами. И в особенности ваш Духовный Наставник – Будда Ваджрадхара, который является воплощением всех будд, будет очень доволен вами. И здесь в тексте говорится о том, что Будда Ваджрадхара будет очень рад тому, что вы порождаете такое состояние ума: вы желаете всем живым существам обрести безупречное счастье и освободиться от болезни омрачений и посвящаете все свои заслуги их счастью. Если вы порождаете такое состояние ума, и если оно их не радует, то, что тогда сможет их обрадовать? И поэтому это самый лучший способ порадовать своего Духовного Наставника. Если вы хотите меня порадовать, то каждый день порождайте такую бодхичитту, порождайте великое сострадание.

Итак, все они испытывают радость. Далее, как говорится в тексте, визуализируйте, что из сердца Будды Ваджрадхары, который является воплощением всех будд, вашего Духовного Наставника Будды Ваджрадхары, исходит маленький Будда Ваджрадхара, размером с большой палец вашей руки, перемещается на макушку вашей головы и далее через центральный канал спускается в вашу сердечную чакру. Визуализируйте, как ваше грубое тело растворяется, сливается воедино с телом Будды Ваджрадхары, далее трансформируется в пустоту, и из пустоты вы являетесь единым с Буддой Ваджрадхарой. Здесь ваши тело, речь и ум становятся неотделимыми от святых тела, речи и ума Будды Ваджрадхары. Итак, здесь визуализируйте себя единым с вашим Духовным Наставником Буддой Ваджрадхарой. Визуализируйте себя Буддой Ваджрадхарой с супругой, подумайте о своем единстве с

вашим Духовным Наставником – Буддой Ваджрадхарой и породите божественную гордость. Что касается этой визуализации, то тем людям, которые не получили посвящение, не разрешается выполнять такую визуализацию. Итак, те, кто не получал посвящение, что вы можете визуализировать? Это то, как Будда Ваджрадхара через макушку вашей головы опускается в вашу сердечную чакру, но не визуализируйте то, что вы и Будда Ваджрадхара становитесь едиными.

Далее из вас как Будды Ваджрадхары, из вашего сердца исходит белый свет во все десять направлений. В этот момент вы и Будда Ваджрадхара являетесь единым целым, и у вас присутствует только лишь забота обо всех живых существах, о больных умах всех живых существ, вы заботитесь о больном состоянии ума всех живых существ. Это одна из главных забот всех будд и божеств. И так же, как подлинный доктор, не всякий доктор, а подлинный доктор, все время заботится о состоянии здоровья своего пациента, точно также будды и божества все время заботятся о состоянии ума всех живых существ. Итак, визуализируйте этот свет, как он исходит в десять сторон света, и устраняет в первую очередь прямые причины страданий всех живых существ – отпечатки их негативной кармы и источник всех негативных кармических отпечатков – омрачения, которые являются источником всех страданий. Это то, что устраняется в первую очередь. Итак, визуализируйте, что из вашего сердца исходит белый свет во все десять направлений и, касаясь всех живых существ, в первую очередь устраняет отпечатки негативной кармы, которые являются прямыми причинами страданий, и также устраняет омрачения, которые являются источником отпечатков негативной кармы и источником всех страданий. И как только причина этих страданий устраняется, думайте о том, что сразу же устраняются все сансарические страдания, которые являются результатом этой причины. Итак, подумайте о том, что все живые существа освобождаются от страданий и причин страданий. И в этот момент особый упор сделайте на шести мирах.

В первую очередь подумайте о мире ада. Что касается ада, то подумайте о том, что все существа там страдают от холода и от жары, где их тело сливается с огнем воедино. Их тело страдает от того, что оно полностью охвачено огнем и одновременно с этим их ум очень сильно страдает от того, что они испытывают гнев по отношению к своим страданиям, то есть их ум от этого еще более омрачен. Люди, которые страдают, становятся более злыми, они думают: «Почему у меня эта проблема?» Поэтому их страдания становятся еще хуже. Тело страдает из-за результатов омрачений, а ум страдает из-за полного контроля омрачений. Это очень тяжелое состояние. Это самый большой объект сострадания.

Подумайте об их ситуации и если из ваших глаз не потекут слезы, то у вас сухое сердце. В этом случае какое-то время развивайте любовь и сострадание, вам стоит заниматься только этим и никакой другой практикой. Что касается практики тантры, то это для вас пока недостижимо, не делайте этого, а сделайте упор именно на сострадании. Как говорил Будда, что касается жизненной силы, то впереди должно идти дыхание, без дыхания вы не можете поддерживать жизненную силу. И точно также, перед любой махаянской практикой должно идти великое сострадание, а в противном случае это не будет практикой Махаяны. Когда заканчивается дыхание великого сострадания, в этом случае жизненная сила практики Махаяны исчезает, то есть умирает. И поэтому для того чтобы поддержать жизненную силу, для того чтобы она выжила, очень важным является дыхание. Если, наряду с дыханием вы делаете что-то еще, то ваше тело становится еще сильнее. А если дыхание заканчивается, то, что бы другое вы ни делали, какую-то йогу, упражнения, гимнастику и так далее, все это будет бесполезно. И точно также в отношении практики, если в вашем уме заканчивается дыхание великого сострадания, как только оно прекращается, не выполняйте практику – это бесполезно. Бесполезно! В уме гнев, о многих странных вещах думаете, потом мантры читаете: «Дун, дун, дун». Толку нет, скажите: «Стоп! Пользы нет. Если я делаю практику, то

буду делать чисто». Жизненной силы практики Махаяны нет, практика Махаяны умерла, зачем вы занимаетесь практикой? Скажите себе: «Все. Пока у меня нет жизненной силы, я буду отдыхать». А когда придет великое сострадание, тогда сразу занимайтесь практикой. Это мой для вас совет. Тогда вы никогда не сойдете с ума.

Итак, подумайте о существах ада и после этого перейдите к существам мира голодных духов. Также визуализируйте, как из вашего сердца исходит свет и, касаясь этих живых существ, устраняет их страдания и причины страданий и ведет их к безупречному счастью. Хотя вы не видите существ ада и голодных духов, но на сто процентов такие существа есть. Этим существам мы, люди, своими глазами увидеть не можем, но они на сто процентов существуют. Поскольку живые существа создают большое количество разнообразной кармы, то существует также и большое разнообразие тел живых существ. Некоторые люди за всю свою жизнь могут ни разу не увидеть человека с двумя головами, но такое тоже возможно, как результат кармы. Не говорите: «Я не видел – я не верю». В результате кармы такое происходит – две головы или четыре ноги. Все это результат кармы. Вы не можете отрицать таких вещей, поскольку не видите их. Все это может существовать и являться результатом кармы.

Вам нужно понимать, что для ученых также существует большое количество всего того, что они не обнаружили, но что, тем не менее, существует. Ученые также говорят, что есть много всего того, чего они не понимают, но что существует. Ученые высокого уровня не говорят о том, что пришли к каким-то конечным открытиям, к конечным выводам. Они говорят, что то, что мы открыли, соответствует нашему уровню, но если как-то немного выйти за рамки этих представлений и посмотреть с более высокой точки зрения, то это может оказаться неправильным. То есть они говорят о том, что они не могут утверждать, что их открытие является абсолютным, конечным. Ученые говорят, что то, что они открыли, не является конечным, окончательным открытием, поэтому и вы также должны открыть свои умы к тому, что все возможно. Мы в уме создаем очень много странных причин и соответственно возможен странный результат. Это взаимосвязь причины и результата. И точно также существуют чистые земли, то есть что-то очень хорошее тоже существует, хотя мы этого не видим. Такие вещи тоже есть. Здесь очень важно верить, что такое существует, даже хотя я этого и не вижу.

Есть очень хорошее основание верить в то, что такое существует, поскольку Будда, который никогда не произносил неправды, учил о том, что существуют шесть миров, и есть множество историй о том, как Будда, когда был бодхисаттвой, спускался в низшие миры, в мир ада, например, для того чтобы помогать там живым существам. В тексте «Праманаварттика» в отношении Будды, достоверного существа говорится, что в самых сущностных положениях его учений нет ошибок, и поэтому, что касается каких-то мелких моментов, то вы можете поверить в них, принять их. Что касается страданий в мире животных, то все это вы можете ясно видеть, это для вас не составит труда. Итак, так же визуализируйте, как свет из вашего сердца касается всех животных, устраняет страдания и причины их страданий, делает их тело, речь и ум безупречными. И далее ваш свет направляется к трем видам живых существ высших миров – к людям, полубогам и богам. Их страдания и причины страданий устраняются, а их тело, речь и ум становятся очень чистыми, драгоценными телом, речью и умом. Далее из вашего сердца свет исходит во все десять направлений и охватывает всех существ, начиная от пика сансары и заканчивая ваджрным адом.

Итак, здесь охватываются все живые существа. Самый низший мир – это мир ваджрного ада, а высший мир сансары, пик сансары – это те существа, которые находятся в мире без форм и пребывают в однонаправленной концентрации на пике сансары. У этих существ есть

шаматха, но нет випашьяны. Может показаться, что у них нет омрачений, но при этом у них остаются омрачения в скрытой форме. Это, как например, болезнь. Если болезнь проявляется, то она причиняет вам боль, а если она пребывает у вас в не проявленном виде, то кажется, что, как будто, этой болезни нет, как будто, вы здоровы, но в действительности вы не здоровы, вы болеете. В этот момент вы не испытываете боли, но вы все равно не свободны от этой болезни. И это то, что относится к пику сансары.

Сансара делится на три мира, а также на шесть миров, эти шесть миров образуют три мира. Эти три мира называются: мир желаний, мир форм и мир без форм. Мы, люди, животные, существа ада, – все относимся к миру желаний. Большинство существ пребывают в мире желаний. А что такое мир желаний? Мир желаний – это мир, в котором существа устремляются к объектам пяти органов чувств, те, кто думают только об этом временном, чувственном счастье и не думают о каком-то более высоком счастье. Они не думают даже о счастье однонаправленной концентрации, они думают лишь о счастье, о наслаждении, получаемом пятью органами чувств, и если они обретают такое наслаждение, то они счастливы. Так они гонятся за желаниями, и это характерно для мира желаний. Мы являемся существами мира желаний. Утром мы просыпаемся и начинаем бегать как тараканы. А почему? Потому что нами движут желания. Мы гонимся за чем-то желанным. Если мы бежим, то думаем, что обретем желанный объект, а если как-то стоим на месте, то думаем, что не получим такого объекта. Даже если вы идете в хурул или в церковь, это все равно погоня за желаниями: «Будда, мне это надо, это надо». В церковь пойдете: «Иисус Христос, мне это надо, это надо». Это погоня за желаниями. Вам нужно постараться стать немного глубже.

Далее, второй мир называется миром форм. Что касается мира форм, то большинство богов относится к миру форм. Если говорить о богах, то есть боги, которые относятся к миру желаний, к миру форм и также боги, которые относятся к миру без форм. Есть также боги, которые превосходят мир без форм, это надмирские боги. Это божества. Итак, в буддизме есть вера в бога, и даже производится более детальный анализ в отношении богов, чем то, что существует в христианстве или в исламе. Некоторые говорят, что в буддизме нет веры в бога, но это нонсенс. В буддизме есть вера в бога, и дается более подробное объяснение в отношении богов. Во что в буддизме нет веры, так это в бога-творца, который сотворил все вокруг. С существованием такого бога буддизм не согласен, но в буддизме есть вера в бога.

После того, как вы развили шаматху, как только вы начинаете видеть желание как нечто грубое, смотрите на мир желаний, как на грубый мир, а на первый уровень концентрации – как на умиротворение, то далее, когда вы также развиваете випашьяну – эта випашьяна называется мирской випашьяной. Такой практик на основе анализа ясно видит, что мир желаний очень груб, а первый уровень концентрации – это по-настоящему умиротворение. Из-за того, что он порождает такую мирскую випашьяну, он устраняет все желания, которые полностью относятся к миру желаний. Далее, в «Абхисамаяланкаре» говорится, что когда с помощью такой мирской випашьяны устраняются желания, то это устранение желаний не является безвозвратным устранением желаний. А когда вы устраняете желания с помощью надмирской випашьяны, то в этом случае это устранение желаний называется безвозвратным устранением желаний.

Сейчас ваш уровень настолько хорош, что я могу вам каждый раз давать учение глубже, с точки зрения разных текстов: «Абхисамаяланкары», «Праманаваггатики» и так далее, и у вас в результате возникает очень ясное, точное понимание. Эти великие тексты необходимо также привносить в учение, в наше понимание, и тогда мы обретем настоящее понимание учения. Тогда вы, как настоящие ученые, обретете точное понимание. А не просто будете думать: «А, наверное, это так!» А услышав с другой стороны, подумаете: «А, наверное,



так!» Тогда вы ничего не понимаете. Если вы думаете: «Точно так. По-другому невозможно», тогда вы точно понимаете.

Далее, мир без форм. В мире форм существуют четыре уровня концентрации: первый, второй, третий и четвертый уровни концентрации. Это учение я получал от своего Духовного Наставника. Для такого подробного учения вам необходим личный Духовный Наставник. На общих учениях вы не сможете получить такие наставления. Поэтому иметь личного Духовного Наставника очень важно.

Итак, что касается мира без форм, то на этом уровне, когда первые четыре уровня концентрации мира форм уже воспринимаются как нечто грубое, после этого практик переходит в мир без форм. Что касается мира без форм, то там также есть четыре уровня: концентрация мира без форм, подобная пространству; концентрация мира без форм, подобная сознанию; далее – «ничто»; и в конце – это «пик сансары». Здесь, например, если мы говорим о первом уровне – о концентрации, подобной пространству, то, в конце концов, практик приходит к тому, что даже этот уровень концентрации достаточно груб и нужно его устранить. После этого он начинает пребывать в концентрации на уме и переходит на следующий уровень. Потому что даже в отношении пространства остается концепция существования чего-то, отдельного от ума. Это тоже грубый уровень. Далее они остаются в сосредоточении только лишь на сознании, их ум становится еще тоньше.

Такую концентрацию практикуют также и не буддисты. Это называется мирской випашьяной. На основе этого вы не можете достичь освобождения. Итак, что касается этих практикующих, то у них полностью развита шаматха, и на основе шаматхи они пребывают в сосредоточении на уме, только на уме, ни о чем другом они не думают, даже о пространстве не думают, и их ум становится все тоньше. Когда человек смотрит только в ум, концепции приходят и уходят, а он находится в медитации. Такой ум похож на детский ум. Потом концепции уже не приходят. У них есть шаматха, и они так сидят в медитации. Их ум похож на ясный свет, но это не ясный свет. Кхедруб Ринпоче сказал: «Между ясным светом и состоянием не буддистов, которые находятся в однонаправленной концентрации на ум без концепций, есть большая разница». Такая не буддийская концентрация на уме – это «замороженные» концепции. Потом, когда погода изменится, все концепции опять придут. Ясный свет – это не мороз. Они специально убирают все концепции. И далее они устраняют омрачения уже безвозвратным способом, а для этого необходимо отречение, необходимо очень сильное чувство любви и сострадания, бодхичитты и также необходима мудрость, познающая пустоту. А без этих трех основ пути это похоже на концентрацию не буддистов. Разницы не будет. Никакой разницы нет.

Далее, они думают о том, что даже мысль о сознании все равно грубая. Не буддисты думают о том, что все концепции являются корнем сансары и далее устраняют даже и эту концепцию. И после этого переходят к небытию. Это третий уровень. В этот момент они не думают даже о каких-либо концепциях, то есть пребывают в состоянии полного небытия. Никаких мыслей нет.

Далее, они думают о том, что даже думать о небытии, то есть пребывать «ни в чем» – это тоже концепция. Вы думаете о том, что такое небытие существует. Если вы говорите, что все – ничто, то вы признаете, что ничто существует. И тогда это тоже становится концепцией. И после этого они начинают пребывать на пике сансары без каких-либо мыслей. Но это не является развитием ума. В результате ум становится все глупее и глупее. Это как если бы весь ваш мозг заморозили, и вы впали бы в состояние комы. Если вы длительное время пребываете в состоянии комы, то потом, когда выходите из этого состояния, вы как бы ничего не знаете. Кхедруб Ринпоче говорил о том, что если вы

пребываете в состоянии такой концентрации уровня мира без форм, то вы создаете причины глупости. Так, более подробно мы это рассматривать не будем. Наша тема не эта.

В буддийских текстах говорится о шести мирах и девяти видах существ. Первое – это существа мира желаний. Основная категория живых существ – это вот эти существа. Далее – четыре вида существ, относящиеся к четырем уровням концентрации мира форм. Далее – четыре вида существ четырех уровней мира без форм. Это классификация деления живых существ на девять категорий с точки зрения концентрации, а не с точки зрения того, более высокие это существа или более низкие. Некоторые существа мира желаний гораздо выше, чем существа мира без форм. Если в мире желаний вы развиваете бодхичитту, то вы начинаете в значительной степени превосходить пик сансары.

Итак, свет и нектар, который излучается из вашего сердца, распространяется на все шесть миров и касается всех существ девяти видов. Думайте так, что этот свет и нектар устраняет их омрачения – причины страданий и страдания. Думайте о том, что этот свет устраняет не только причины страданий и страдания всех этих существ девяти видов и трех миров, но также превращает их тело в Рупакаю, которая возникает из наитончайшей энергии, являющейся основой для ясного света ума. Это наитончайшая энергия ветра, которая выходит за рамки представлений обычных людей.

Эта наитончайшая энергия даже выходит за рамки представлений о наитончайших частицах, то есть за рамки научных представлений. Ученые говорят о том, что самым быстрым в мире является свет, то есть самая высокая скорость – это скорость света. Но что касается этой наитончайшей энергии, которая является основой для ясного света, то она способна перемещаться быстрее, чем со скоростью света. Если вы начнете использовать эту наитончайшую энергию, то в следующий же миг вы можете оказаться в другой вселенной.

Эта тонкая энергия, которая является основой для ясного света, – не субстанция, но это некая форма. Что касается субстанции, то это лишь нечто очень грубое, а в отношении формы можно сказать, что есть очень много разных видов формы. Ученые, когда исследуют форму, они исследуют не все виды формы, а только то, что относится к субстанции, к субстанциональной форме, то, что является объектом зрительного сознания. Это очень грубое представление о форме. Есть форма, которая является осязаемой, но также есть форма, которую может познать ментальное сознание. С помощью йогического познания можно увидеть и такой вид формы, о котором я говорил вам в прошлый раз, это чокьи-кече. Это выходит за рамки научного понимания. Когда вы поймете такой вид объекта, как чокьи-кече, вы будете знать, что существует такая форма, которую способны увидеть только существа высокого уровня. Например, когда вы выполняете ретрит, сохраняете высокую концентрацию, визуализируете себя божеством и визуализируете мандалу, то по мере того как развивается ваша концентрация, также развивается и такой объект, как чокьи-кече. Это тоже форма.

А теперь, здесь основная тема – то, что наитончайшая энергия ветра трансформируется в Рупакаю. Рупакая – это ваджрное тело. Это тело возникает из наитончайшей энергии, которая является основой для ясного света, и поэтому оно является не рожденным, и оно также не умирает. Поэтому оно называется ваджрным телом. Оно существует все время, никогда не умирает. Это бессмертное тело. Во время рождения это ваджрное тело, хотя оно и не рождается, но оно пребывает внутри грубого тела, и далее оно приносит благо живым существам. Что касается Его Святейшества Далай-ламы, то его ваджрное тело – это Авалокитешвара. Оно находится внутри грубого тела. Мы не можем его увидеть. Мы видим только грубое тело. Его ваджрное тело никогда не умирает. Поэтому в тексте «Лама Чопа» говорится: «У Вас ваджрное тело, которое не рождается и не умирает, но что касается Вашего физического тела, которое является источником нашего вдохновения, пожалуйста,

сохраняйте его целую кальпу». Поэтому, когда вы проводите пуджу долгой жизни Духовного Наставника, думайте о том, что вы не просите его ваджрное тело сохраняться долго, а вы просите долго сохранять свое грубое тело, через которое Учитель общается с вами.

Что касается ваджрного тела, то различают два вида ваджрного тела. Это Самбхогакая и Нирманакая. Самбхогакая – это более тонкий уровень ваджрного тела, которое способны видеть только арьи. Обычные существа его не увидят. А Нирманакая – это немного более грубое тело, которое способны видеть также и обычные существа.

Итак, что касается всех живых существ, то когда ваш свет касается девяти видов существ трех миров, то в этом случае их наитончайшее энергетическое тело трансформируется в Рупакаю, то есть в Самбхогакаю и Нирманакаю, и далее их ум, наитончайший ум ясного света трансформируется в Дхармакаю. Те, кто не имеют такого потенциала, не могут трансформировать ум в Дхармакаю, а те, кто обладают таким потенциалом, способны провести эту трансформацию в Дхармакаю, то есть говорится, что только ум можно трансформировать в Дхармакаю, и ничто другое не может превратиться в Дхармакаю. Дхармакая – это безупречное состояние ума, которое познает все феномены. И также чистота этого ума, что является пресечением омрачений, – это тоже Дхармакая.

Что касается чистоты ума, то различают два вида чистоты ума. Одна из них называется «изначальная чистота ума» – это пустота ума. Здесь возникает такой диспут. Все живые существа имеют пустоту ума, тогда возникает вопрос: а все ли живые существа обладают Дхармакаей? И здесь говорится о том, что пустота чистого состояния ума – это Дхармакая, и это то, что называется «изначально очищенная Дхармакая». Что касается второй чистоты – это «временно очищенная Дхармакая». Это, когда временные омрачения устраняются из ума. Такая обретенная Дхармакая называется «временно очищенной Дхармакаей». Итак, что касается Дхармакаи, то здесь различают: тело таковости истины и тело мудрости истины. Тело таковости истины – это чистота ума, чистота Дхармакаи, и здесь есть два вида – это изначально очищенная Дхармакая и временно очищенная Дхармакая. Далее, второй вид Дхармакаи – это тело мудрости истины. Ум, поскольку в нем устранены все омрачения, познает все феномены, и это всеведение называется «телом мудрости истины».

Итак, подумайте о том, что все живые существа обрели такое состояние. Вы также достигли такого состояния. И это наша цель. Цель в жизни должна быть такой, а не стать певицей или политиком. Это наша цель. Думайте так: «У меня есть огромный потенциал. Я хочу развить этот потенциал. И не только я. Я хочу, чтобы все живые существа развивали этот огромный потенциал, чтобы все стали самыми счастливыми». Если для этого понадобится много кальп, ничего страшного. Это самый большой проект в вашей жизни. Все остальные проекты – это детские проекты. Результата нет. О, если этот проект придет вам в голову, то я, читая здесь лекции, буду рад! Все божества будут рады: «Геше Тинлей, вроде хулиган, но все равно чуть-чуть помогает живым существам. Геше Тинлей, хоть и ленив, но помогает живым существам тем, что помогает им определить смысл жизни, ставит цель в жизни». Это должно стать вашей целью. Это и моя цель. Я знаю, этой цели быстро не получить, поэтому я медленно-медленно, но до конца жизни буду идти к ней. Жизнь за жизнью я буду идти к этой цели. Если у вас такая цель, то сразу быстро бежать не надо, двигайтесь медленно. Тише едешь – дальше будешь. Но надо двигаться постоянно. Два, три дня не разговариваете, месяц не разговариваете, все окна и двери закрыли, мантры читаете – это детская практика. Так вы не продвинетесь к цели. Вы должны идти к цели как снежный лев. Снежный лев не смотрит направо-налево, а только на снежную гору. Он идет пешком до конца, и там все найдет. Я хочу, чтобы вы стали такими. Чуть-чуть расслабились – ничего страшного, но надо постоянно идти чуть-чуть вперед.

Итак, думайте так о себе и обо всех живых существах – то, что все живые существа достигают состояния будды, обретают эти две каи – Дхармакаю и Рупакаю. Итак, все живые существа достигают состояния будды и само место, в котором они находятся, также становится безупречным местом, чистой землей. В нем нет ни единого изъяна. Это место становится безупречным. В том месте, где мы сейчас находимся, происходит множество стихийных бедствий, катастроф, распространяются различные болезни и так далее. Это результат сущности тех существ, которые пребывают в этом месте, результат того, что они создают много негативной кармы.

Итак, все становится безупречным, и вы начинаете также переживать неизмеримую радость, удовольствие, вы думаете: «Как же здорово, что я и все живые существа достигли такого состояния ума и такого состояния тела!» Вы переживаете такой невероятный покой, такую радость, которая называется безмерной радостью. Из четырех безмерных безмерная радость очень важна для устранения депрессий. В повседневной жизни, когда вы чувствуете себя каким-то несчастным, в этот момент породите неизмеримую радость. Эта практика передается по линии Энсапы. Практика называется практикой очищения шести миров. Итак, выполняйте эту практику очищения шести миров. Это очень мощная практика. Такие наставления передаются из уст в ухо напрямую от Духовного Наставника. Вы не сможете найти их в каких-либо текстах.