

Сегодня я буду отвечать на ваши вопросы.

Вопрос: Геше-ла, у меня умирает мама. Она мусульманка. Из-за болезни Паркинсона она забывает молитвы. Вы говорили, что не нужно молиться мирским богам. Как тут поступить? Можно мне напоминать ей мусульманские молитвы, читая их?

Ответ: конечно, вы можете это делать. У разных людей разные объекты прибежища. Может, она не знает точно, что представляет для нее Бог. Он может быть чем угодно, может, она думает, что это некое святое существо в пространстве. Вы же, в вашем уме, думайте, что это Тара.

Вопрос: в практике надо представлять слоги ОМ, А, ХУМ так, чтобы вверху был слог ХУМ. Один учитель предлагает представлять его внизу. Как все-таки правильно?

Ответ: сверху – ОМ, потом – А, внизу – ХУМ. Сначала опускается слог ХУМ. Вообще, разницы нет.

Вопрос: Скажите, пожалуйста, Мамо – кто это? Мы ему поклоняемся?

Ответ: Мамо – это женский дух, который входит в свиту Палден Лхамо. Мы ему не поклоняемся. Он как помощник Защитника, как друг.

Вопрос: когда мы читаем в практике Ямантаки мантру «ЯМАРАДЗА САДО МЕЯ...» и делаем подношения святым линии преемственности, свет должен возвращаться обратно в наше сердце?

Ответ: вы делаете подношение, а затем свет возвращается обратно.

Вопрос: практикуя замену себя на других, вначале я делал ошибку, думая, что, с точки зрения Прасангики, можно представлять всех живых существ как часть себя. Вы это отвергли, сказали, что это недостоверно с точки зрения Прасангики. Как все-таки более точно понять эту тему?

Ответ: метод замены себя на других состоит в том, что вначале, когда у вас есть склонность игнорировать других и заботиться о себе, вам нужно изменить это. Начните заботиться о других так же, как заботились о себе, а себя игнорируйте так же, как игнорировали других. До этого вы считали, что вы важнее, чем другие. Начните считать других важнее себя. Других большинство, поэтому вам надо заботиться о них больше, чем о себе. Здесь говорится также, что существует препятствие в том, чтобы провести замену себя на других. Оно состоит в том, что вы думаете, что вы и другие – это как, например, желтый и синий цвета. Вы считаете, что эти цвета – самосущие. Но это неправда. Точно так же нет никаких прочных, совершенно отдельных, самосущих вас и других. Это подобно определениям «эта гора» и «та гора». Таких прочных, самосущих понятий не существует – все зависит от того, с какой точки вы смотрите на гору.

Тем не менее, не думайте, что «я» и «другие» вообще не существуют. Они существуют, но только номинально, взаимозависимо, подобно иллюзии. Если все существует просто номинально, то нет смысла слишком сильно привязываться к себе, к своему «я» и чувствовать сильное отвращение к другим. Если вы устраните неверное представление о «я» и «других» как о самосущих, то у вас уйдет цепляние за истинность своего «я», из-за этого привязанность к себе станет меньше, и вам будет легче заменить себя на других. Однако

здесь не говорится, что вы можете других называть собой, своим «я», поскольку в других нет достоверной основы для обозначения «я».

Другое препятствие к замене себя на других состоит в том, что ваш примитивный ум думает, что незачем устранять страдания других, потому что эти страдания вам не вредят. Ваш ум не видит того, каким образом взаимосвязаны ваши страдания и страдания других. Здесь Шантидева приводит такой пример. Если в вашей ноге – заноза, то рука достает эту занозу. Зачем она это делает, ведь это не ее страдания, а страдания ноги? Рука знает о взаимосвязи, поэтому с радостью устраняет страдание ноги. Когда нога здорова, это влияет и на руку. Точно так же все вы взаимосвязаны с другими страдающими живыми существами, только не знаете об этом.

Еще один пример – мировая экономика. Раньше люди не знали о взаимозависимости, и, если в Америке случался кризис, другие страны этому радовались. Сейчас все знают, что, если в США кризис, то это отрицательным образом влияет и на их соперников, в том числе и на Россию. Все взаимосвязано. Поэтому сейчас в мировой экономике нужно делать так, чтобы нигде не было кризиса. Все страны пытаются не допустить кризиса не потому, что они добрые, а потому что знают, что им тоже будет плохо. Вот так сейчас развивается мировая экономика.

Буддизм давно говорит, что мы все зависим от других живых существ. Поэтому, когда вы видите какое-либо страдание других, постарайтесь им помочь. От этого вы получите большие заслуги. Многие ваши проблемы также решатся благодаря тому, что вы поможете другим в решении их проблем. Если вы заняты только своими проблемами, вы никогда от них не избавитесь. А если вы будете помогать другим людям уменьшать их проблемы, то сами получите больше выгоды. Буддизм открыл это еще две с половиной тысячи лет тому назад, а экономисты начали только сейчас это немного понимать.

Теория замены себя на других – очень интересная. Когда вы постепенно начинаете ее понимать, то приходите к осознанию того, что, если делаете что-то хорошее для других, то, тем самым, себе оказываете большую услугу. Если вы помогаете другим людям решить их проблемы, ваша проблема решается автоматически. Поэтому бодхисаттвы всегда готовы помогать живым существам решать их проблемы. Они всегда делают других счастливыми, и их счастье приходит к ним само по себе. Ваш глупый ум думает примитивно: «Я, я, я...». Так ваша ситуация становится только хуже, потому что это неверная, узкая теория. Вы все зависите от других, поэтому думать только о себе – глупо.

На дереве много листьев. Вы – один из них. У вас есть немного воды. Что вы делаете? Вместо корня вы поливаете себя. Но в этом нет никакого толку. Потому что, если корень высохнет, то, даже если ваш лист сейчас немного зеленый, потом он также засохнет. А если полить корень, дерево будет крепким, и все листья сами по себе будут зелеными. Поэтому не нужно делать все только для себя. В этом примере листья – это живые существа. Если они будут поливать корень, то есть делать что-то ради блага всех живых существ, тогда их выгода придет к ним сама по себе. Это буддийская теория. Ваш ум этого не понимает, потому что он слишком эгоистичный, думает только о себе. Вам надо жить ради блага всех живых существ, поэтому думайте: «Что мне сделать, чтобы все были счастливы?»

Однако вначале вы не можете заботиться о других больше, чем о себе. Даже не пытайтесь это делать, это может повлечь побочные эффекты, потому что для вашего ума это слишком большая доза. Вначале подходящая доза для вас – это когда вы думаете: «Я и другие одинаково важны». В настоящий момент ваш ум – это большой диктатор. Когда я передаю учение, ваш ум делает вид, что слушает, но, когда я уезжаю, он снова становится

диктатором. Поэтому пока не говорите: «Надо заботиться о других больше, чем о себе», – это вам не подходит. Вы не сможете продолжать. Вам нужно сказать себе, что первый шаг – это думать: «Я – не самый главный. Какие основания у меня есть, чтобы думать, что я самый главный? Все равны. У всех есть одинаковые человеческие права». Итак, куда бы вы ни отправились, у вас должен быть такой подход, что не только вы, а все живые существа вокруг должны быть счастливы.

Если вы не замечаете других, а заботитесь только о себе: «Я, я, я..., где я буду сидеть? Что я буду есть?» – это большая ошибка. Когда вы голодны, вы не задумываетесь: «Если я буду много есть, останется еда другим или нет?» Это дикий, необразованный ум. Вы должны в первую очередь подумать о других: «Все должны быть счастливы, все должны есть. Я тоже немного поем. Пожалуйста, поешьте, вы вообще еще ничего не ели». Если в семье муж и жена не думают друг о друге, то получается дисгармония. Поэтому всегда в первую очередь заботьтесь о других, тогда и у вас не будет никаких проблем, ваша выгода придет к вам сама.

Сначала вы еще немного будете делать что-то ради себя. Но постепенно становясь умнее, вы начнете думать: «Если я делаю другим добро, зачем мне думать о себе? Моя выгода придет сама по себе, мне не нужно об этом заботиться». Потом вы полностью забудете о себе: «Других большинство, а я один». Таким образом, заботьтесь только о других живых существах, а ваши блага сами по себе к вам придут. Но в городе пока так не делайте. Если вы полностью забудете о себе, у вас ничего не получится. Иногда думайте: «Я и другие живые существа одинаково важны. У нас у всех равные права». Пока у вас мало заслуг, поэтому о себе тоже нужно заботиться, иначе у вас будет больше проблем. А вот когда вы будете медитировать в горах, когда у вас будут огромные заслуги, тогда вы можете полностью забыть о себе. В этом не будет ничего страшного. Кусок хлеба вы всегда найдете. Занимайтесь практикой и все, чтобы вы ни делали, посвящайте благу живых существ. Это самая высшая теория – забота о других больше, чем о себе.

Вопрос: Геше-ла, в садхане, когда мы привносим Дхармакаю на путь, есть такое выражение: «Я в Дхармакае, неотделимой от Дхармакаи моего драгоценного Учителя». Как понимать это выражение?

Ответ: здесь вы обозначаете свой ум как «я». Это не ваш обычный ум, это ум, полностью свободный от омрачений, Дхармакаея. В настоящий момент его у вас нет. Вы принимаете Дхармакаю на путь, то есть думаете: «Такой ум, полностью свободный от омрачений, – это я, это мой ум». У вас есть такой потенциал, и вы привносите этот потенциал на путь, то есть визуализируйте результат, Дхармакаю, как нечто настоящее. Это и есть принятие Дхармакаи на путь.

Вопрос: когда мы достигаем состояния будды, наша индивидуальность сохраняется. Немного непонятно, почему наш ум неотделим от Дхармакаи Учителя?

Ответ: необязательно, что ваш ум и ум Учителя становятся едиными. Он вас благословляет настолько, что практически получается единство. Но все равно ваши умы существуют отдельно. Различные капли воды, сливаясь вместе, образуют океан. Океан – это нечто единое, но каждая капля воды сохраняет свою индивидуальность.

Вопрос: мне сказали, что я неправильно держу колокольчик и ваджру. В чем важность этого?

Ответ: вам нужно следовать традиции тантрического колледжа. Колокольчик вы кладете справа, а ваджру – слева, а потом перекрещиваете руки и берете их. Это символизирует союз метода и мудрости, которые не существуют отдельно, они объединены.

Вопрос: когда мы читаем сто восемь раз мантру «ОМ ХРИ ТИ ВИТИГА НАНА ХУМ ПЕ», надо визуализировать, как свет исходит из наших сердец, очищает пространство и возвращается обратно. Нужно делать эту визуализацию сто восемь раз? Или сначала надо прочитать сто восемь раз мантру, а потом визуализировать свет?

Ответ: просто читайте мантру и продолжайте делать визуализацию. Не обязательно за одну мантру проделывать весь цикл визуализаций.

Вопрос: просто автоматически читаешь, а потом это произойдет само?

Ответ: да.

Вопрос: как правильно поступать – сначала делать практику шаматхи, а потом – практику Ямантаки, или нет?

Ответ: выполняя практику Ямантаки, в тот момент, когда вы привносите Дхармакаю на путь, вы можете немного развивать шаматху. В качестве объекта медитации выбирайте свой ум.

Вопрос: если объект и субъект – это одно и то же, как делать медитацию?

Ответ: с позиции Прасангики Мадхьямаки объект и субъект не являются самосущими, но сточки зрения номинальной природы они существуют отдельно.