

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Что бы вы ни делали, какое бы учение ни получали, какой бы медитацией ни занимались, вначале самое важное – это мотивация. Если мотивация неправильная, то, чем бы вы ни занимались, это не становится значимым или полезным. Мотивация подобна направлению, если ваша мотивация неправильная, то вы продвигаетесь в неправильном направлении, и тогда, как бы быстро вы ни бежали, вы двигаетесь не в том направлении. Поэтому очень важно проверять свою мотивацию, и только вы знаете, какая у вас мотивация.

В настоящее время наши спонтанные мотивации – это мирские дхармы: мы делаем что-то ради славы и репутации, ради временного счастья, ради временного богатства. Все эти временные заботы – наша спонтанная мотивация. С такой мотивацией, какое бы учение вы ни получали, какую бы медитацию ни выполняли, какую бы практику ни делали, это будет бесполезно, потому что вы продвигаетесь в неправильном направлении, в направлении, в котором происходит вращение в сансаре по двенадцатизвенной цепи взаимозависимого происхождения. Это вращение еще сильнее ускоряется. Правильная мотивация – это разорвать цикл двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения или сделать его слабее. С такой мотивацией получайте учение.

Если вы практикуете тантру и думаете: «Я – истинно существующее божество», – этим вы совершаете вращение по двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения еще быстрее. До этого ваше неведение думало: «Я существую истинно», а с практикой тантры вы думаете: «Я являюсь истинно существующим божеством», и от этого неведение становится еще сильнее. Так во имя тантры, как говорили великие мастера прошлого, вы начинаете вращаться в сансаре еще сильнее. Что касается йоги божества, то размышления не такие, что вы божество, а в первую очередь вам нужно познать пустоту своего «я». Нет истинно существующего «я». Затем пребывайте в этой пустоте «я» от самобытия, и это противоядие от сансары. Одновременно с этим эта пустотная видимость является в форме божества, и речь не идет о самосущем божестве. Вам нужно сохранять божественную гордость с пониманием того, что вы не существуете истинно, но у вас есть потенциал стать таким божеством. С определенной целью вы считаете себя божеством, но не истинно существующим божеством. Здесь необходим союз видимости как божества и пустоты. Это союз видимости и пустоты. Совсем непросто развить такой ум. Когда вы порождаете такое состояние ума, оно становится союзом метода и мудрости. Это то, что становится методом и мудростью и становится противоядием от сансары. На словах говорить об этом непросто, а пережить это еще труднее. В первую очередь вам необходимо очень точное понимание теории пустоты.

Итак, мотивация должна быть – подсечь сансару и достичь состояния будды ради блага всех живых существ. Такая мотивация – это что-то новое для вашего ума, для вашего мозга. Для вашего ума этот способ мышления – нечто совершенно новое, и вам нужно проложить дорогу, как в чаще леса вы прокладываете новую тропу. Идти через лес по новой, еще непроходимой дороге, очень нелегко. По широкой дороге в уме, о которой вы всю жизнь думаете, ехать легко, на ней даже падать легко. Поэтому породить правильную мотивацию очень трудно, и по этой причине лама Цонкапа говорил, что медитация должна начинаться с правильной мотивации. В середине вашего духовного пути поддерживайте эту мотивацию. Если в середине правильная мотивация исчезает, а на ее месте появляется мирская мотивация, тогда все бесполезно. И в конце поддержите эту мотивацию, посвятите заслуги благу всех живых существ. Поэтому начинайте с правильной мотивации и заканчивайте правильной мотивацией – это медитация. Это очень важно.

А теперь, что касается необычной Гуру-йоги, которая является союзом блаженства и пустоты. Мы дошли до раздела самого учения. Непосредственно в самом учении мы дошли

до визуализации Поля заслуг для накопления заслуг. Не создав причины, вы не сможете достичь состояния будды, простого желания здесь недостаточно, вам нужно создавать причины. Чтобы освободиться от сансары, одного желания: «Пусть я освобожусь от сансары» – недостаточно, вам нужно создавать причины. Чтобы достичь собственного освобождения, а также для того чтобы достичь состояния будды ради блага всех живых существ в первую очередь вам нужно породить такую мотивацию, это очень важно. Но простого создания мотивации недостаточно, нужно создавать причины. Чтобы создать причины достижения этого, чтобы все это материализовать, вам нужно что-то делать. Хорошее желание – это хорошо, но одного лишь желания недостаточно, чтобы осуществить это желание, вам нужно что-то создавать. Что вам нужно делать? Вам нужно делать что-то практичное, что не выходит за рамки ваших способностей. В любой области вначале вам нужно делать что-то такое, на что вы способны, что-то такое, что поможет заложить хороший фундамент. Если вы делаете что-то такое, что для вас недостижимо, или вы делаете что-то такое, что не является фундаментом, а является чем-то промежуточным или слишком высоким, тогда это ошибка. Но если вы уже заложили фундамент, тогда делать что-то, что относится к средней части, это очень важно. Итак, в учении существуют практики разного уровня, и вам необходимо выбрать практики такого уровня, которые подходят вам, которые были бы полезны для вас.

Духовный Наставник как истинный доктор дает своим ученикам как пациентам, страдающим от болезни омрачений, лекарство, которое им подходит, которое соответствует их уровню. Что касается вас, то в настоящий момент вы должны понимать, что у вас очень слабая позитивная карма, очень слабые заслуги. В отношении внутреннего богатства вы подобны нищему. Если я спрошу вас, каким внутренним богатством вы обладаете, то вы мне покажете какие-нибудь грязные или разбитые стаканы, что-то такое, у чего не хватает деталей. Если я попрошу вас показать мне самое лучшее богатство, которое есть в вашем уме, то ничего такого целостного, без изъянов, что могло бы меня впечатлить, у вас нет. Чуть-чуть здесь есть, чуть-чуть там, но, ни одной правильной, полезной, цельной вещи у вас нет. Есть чуть-чуть чего-то, и от этого вы поднимаете шум. Вы мне покажете много стаканов и бутылок, но ничего полезного там нет. Это ваша ситуация, не обижайтесь на меня. Я тоже такой: какой Учитель – такой ученик. Вы шумите: «Моя практика – это практика Махаяны, и это не только Махаяна, но еще союз сутры и тантры, и не только тантра, но еще и махануттарайога-тантра, и не только это, но и практика стадии дзогрим». Вот такой шум, но по-настоящему у вас нет даже отречения от этой жизни, от восьми мирских дхарм. Как может быть отречение от сансары, если нет отречения от мирских дхарм? Если вас хвалят, то ваши глаза сразу становятся большими, уши встают. Если чуть-чуть критики, то лицо сразу становится темным, как будто вчера мама умерла. Вот такой ум, это правда. Не только вы, в нашем мире сейчас время упадка, не только ученики, даже учителя такие. Большинство учителей тоже ради славы и репутации дают учение. Вы говорите: «О, Учитель, ваше учение такое интересное». Он улыбается, ему приятно от ваших слов, он отвечает вам: «Скажи еще». Другим же говорит: «Мои ученики такие хорошие», а сам обманывает. Во времена упадка настоящего чистого учения и практики мало, поэтому все святые, все люди с большими реализациями находятся в другой вселенной. Там надежнее, они там помогают, а здесь они потеряли надежду.

Люди слушают учение, но по-настоящему искренне не занимаются практикой. Я здесь не для того, чтобы принести вам благо, я остался здесь и поэтому стараюсь немного помочь вам. Если бы у меня была такая власть – отправиться в другую вселенную, где бы я передавал учение, и те, кто слушали бы меня, по-настоящему искренне практиковали его, то я бы туда отправился, но у меня нет такой силы. Вам нужно подумать о том, что у вас есть хорошего, чем вы гордитесь, какое у вас есть достоинство? У вас нет даже противоядия от восьми мирских дхарм. Тогда ваш ум успокоится, вы скажете: «Да, да, я объект сострадания». Двенадцатизвенная цепь функционирует безупречно, без единого изъяна. Что

касается негативного богатства, то оно у вас с очень высокими достоинствами. Ваше неведение – как самый лучший бриллиант, оно безупречно. Это самый чистый бриллиант без единого изъяна. Он очень хорошего качества. И тогда подумайте: «Я объект сострадания, и не только я, но и все живые существа, мы все объекты сострадания. Будды и божества, пожалуйста, не оставляйте нас в одиночестве, благословите нас, чтобы наши умы укротились. Бесчисленное количество Будд приходило в этот мир, и они не могли укротить меня, поскольку мой ум не поворачивался к Дхарме. Сегодня мой ум повернулся к Дхарме, и сегодня я понимаю, что у меня нет ни одного хорошего безупречного качества, есть какие-то небольшие достоинства, но в них много ошибок. Пожалуйста, помогите мне, я хотел бы стать таким же, как Вы». И когда вы так думаете, то, как в «Матрице», в этот момент перед вами появляются божества, они все оказываются рядом с вами. Будды, бодхисаттвы – все предстают перед вами. Вы можете почувствовать их благословение. И для вас это то, на что вы способны.

В прошлом великие мастера, великие йогины говорили, что владелец медитации – это тот, кто обладает отречением. Те, у кого нет отречения, не являются владельцами медитации, они не могут даже просто правильно медитировать. Вам нужно понимать, что если вы хотите по-настоящему быть владельцем медитации или владельцем богатства медитации, то в первую очередь вам необходимо отречение. Если вы хотите обладать безупречным внутренним качеством, то в первую очередь вам необходимо иметь отречение. Отречение возникает благодаря медитации на двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения. Отречение – это не когда вы видите какое-то одно плохое качество и говорите: «Как оно ужасно». Отречение – это когда, обдумывая двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, в самой глубине вашего сердца возникает отвращение к этому циклу вращения в сансаре. Вы говорите: «Я устал от этого, теперь я хочу добиться пресечения этой двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения». У такой эволюции страданий нет конца. Что бы вы ни делали, вы создаете какую-то другую страдательную природу. Таким образом, вы понимаете, что отвращение к такому вращению по двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения – это отречение. Тот, кто понимает это, является владельцем медитации. Если у вас это есть, то вы становитесь обладателем медитации, и однажды станете великим йогиним.

Далее великие махасиддхи говорили, что вступление в медитацию – это вдохновение. Например, вдохновение от качеств, которыми обладают божества, вдохновение от качеств вашего Духовного Наставника. Вера и уважение – это лучший способ получить вдохновение. Когда вы понимаете, что ваша ситуация такова, вы обращаетесь с просьбой: «Духовный Наставник, божества, пожалуйста, благословите меня», и тогда в своем уме вы получаете невероятно мощное благословение. Со стороны божеств такое мощное благословение всегда существует, но мы его не получаем, поскольку наш ум не оборачивается к ним. Когда наш ум повернется в эту сторону, как только мы получим хотя бы маленькое благословение, это будет чем-то просто невероятным. Это чудеса, так можно вылечить болезни. Раньше были такие болезни, которые не могли вылечить с помощью лекарств, и они излечивались от искреннего благословения божества. Люди читали мантры, представляли очищение посредством света и нектара, и какие только болезни они тогда ни лечили! Это невероятные вещи.

В наши дни ученые знают, что если поставить два одинаковых цветка перед добрым человеком и перед негативно настроенным человеком, то эти цветы будут реагировать по-разному. Предположим, что эти два человека находятся в одинаковых условиях, в одном доме, и оба поливают одинаковые цветы. У негативно настроенного человека, который много ругается, цветок очень плохо растет. У доброго человека цветок растет хорошо. Все одинаковое: вода одинаковая, удобрение одинаковое, температура одинаковая, цветы

находятся в одной комнате. Разница лишь в том, что один цветок поливает добрый человек, а другой цветок поливает гневливый человек. То есть ученые посмотрели, как влияет добрая энергия и как влияет негативная энергия на окружающий мир. Когда вы искренне просите, божество здесь присутствует, его доброта невероятна. Для божества нет разницы – добрый человек или гневный. Он обоим может дать огромное, невероятное благословение. В это надо верить.

Такое вдохновение необходимо, оно очень полезно. Если вы верите, что они присутствуют перед вами, то они действительно будут присутствовать перед вами. Тара на сто процентов будет перед вами, если вы действительно верите, что она перед вами. Благодаря такой вере, если она у вас нерушима, в жизни может произойти много чудес. Чудеса зависят от чистоты веры, тогда вы испытаете это на своем опыте. Жизнь изменится, болезнь может излечиться, ум станет счастливым. Потом ваша связь становится сильной-сильной. Вы можете общаться с божеством, с которым создали сильную связь. Далее эта связь становится все сильнее и сильнее, и однажды вы даже сможете увидеть божество напрямую. Раньше в Тибете было много йогинов, которые имели прямое видение Манджушри, Тары. Их связь с божеством началась с веры. В наше время вера слабая, веры нет. Атиша говорил, что если нет веры, то фундамент слабый. Если земли нет, как можно взрастить цветок реализаций? Нужна вера. Поэтому, когда Атиша пришел в Тибет, и его просили дать наставления по шести йогам Наропы, махамудре, тантрическим практикам, Атиша сказал, что сначала нужно породить веру. Без этого базиса ничего невозможно. Это совет Атиши.

Поэтому вера очень важна, вера во что-то позитивное, в ней нет ничего опасного, а вера в негативное может быть очень опасна. Даже если вы не знаете всех подробностей, но вера во что-то позитивное не таит в себе опасностей. В вашей жизни вы многому верите, хотя не знаете всех подробностей. Лекарство, которое вы принимаете, вы точно не знаете, почему оно помогает. Какой состав, вы тоже не знаете, но вы верите, потому что государство сказал, что это хорошее лекарство. Это основа. Вы говорите: «Я логик, без достоверной основы я не доверяю». Но когда вы покупаете лекарство, там может находиться песок без каких-то полезных свойств, но вы верите, что оно поможет, платите деньги, а это плацебо. Но от него нет большого вреда. Вы верите во множество вещей, которых точно не знаете.

Теперь, что касается духовной области, благих качеств ума, то вы не понимаете механизма во всех подробностях, но если у вас есть вера в это, то в ней нет ничего опасного. Если вы верите во что-то хорошее, а этого хорошего нет, то ничего страшного. Далай-лама сказал, что если вы верите в будущую жизнь, а ее нет, то ничего страшного в этом нет. А если вы не верите в будущую жизнь, а она на самом деле есть, вот тогда кошмар. Это логично. Если вы верите в силу божества, даже если ее нет, то ничего страшного. Просто что-то не получится. А если все-таки она есть, то это очень полезно. Я вам расскажу анекдот. Однажды учитель сказал своим ученикам, что бога нет. Тогда они убежали на улицу и начали кричать: «Бога нет, бога нет!» Среди этих детей был восьмилетний мальчик еврей, он ничего не говорил. Учитель спросил у него: «Почему ты не кричишь, что бога нет?» Тогда он сказал: «Если бога нет, то какой смысл говорить, что бога нет? Но если бог есть, то я не хочу портить с ним отношения». Это настоящий еврей!

Итак, если вы верите во что-то хорошее, то обретаете только преимущества, и в этом нет ничего опасного. Но это не так, что вы не делаете ничего, кроме этого. Вера и вдохновение, вера в качества божеств, в качества Духовного Наставника очень важна. Это то, что открывает врата благословения. Вдохновение к достижению состояния будды ради блага всех существ – это самое главное вдохновение. Это врата к махаянской медитации. Вдохновение к достижению собственного освобождения – это врата к реализациям Хинаяны. Это очень важно. Поэтому великие йогины говорили, что вдохновение – это врата

в медитацию. Махасиддхи говорили, что не блуждание – это сама медитация. Медитация – это не блуждание, не отклонение от того объекта, который вы выбрали. Это то, что называется медитацией. Это сама медитация. Эти три момента знать очень важно. Владелец медитации – это отречение, отвращение. Врата к медитации – это вдохновение. А сама медитация – это не блуждание. Не блуждать – это не самое трудное, а первые два момента: отречение и вдохновение необходимо развить. Когда у вас есть вдохновение, как можно отвлекаться? Когда у вас нет вдохновения, даже если вы сто раз скажете себе: «Не отвлекайся», – вы все равно будете отвлекаться.

Когда есть отречение и вдохновение, даже если кто-то вам скажет «не медитируйте», вы не сможете не медитировать. Если какой-то другой объект предстанет перед вашим умом, вы не будете на него отвлекаться, вы захотите только медитировать, пребывать на выбранном объекте. Например, когда вы играете в компьютерную игру, в это время у вас есть вдохновение играть, и тогда, даже если дети шумят, это не отвлекает вас от игры. Почему? Потому что есть вдохновение: нужно делать так-так-так. И если кто-то шумит, это вас не отвлекает. Почему вы не отвлекаетесь? Потому что есть вдохновение. Вы не говорите: «Ты мне мешаешь». Вы играете на компьютере, и нет никаких отвлечений. Вы играете очень хорошо потому, что есть вдохновение. А хорошо медитировать вы не можете потому, что отсутствует вдохновение. Поэтому великие мастера прошлого говорили, что владелец медитации – это отречение. Подумайте о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого происхождения. Нет более богатого материала, чем обдумывание двенадцатизвенной цепи взаимозависимого происхождения для развития отречения. Это сокровище для практика медитации. Поэтому я передаю вам подробное учение по двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Может быть, вам это не поможет, но будущее поколение поймет, что это невероятное учение для достижения духовных реализаций. Для вас это нечто более драгоценное, чем махамудра, чем учение по тантре. Если я буду передавать вам шесть йог Наропы, говорить о чем-то абстрактном, это вам ничем не поможет. Ни одна слезинка не прольется из ваших глаз. Получив это учение, вы начнете летать. Поэтому оно держится в тайне. Когда у вас есть фундамент, тогда вы будете плакать от шести йог Наропы, потому что вы сможете почувствовать ее вкус. Без фундамента ничего не получится, вкуса не будет. Если у вас есть фундамент, то слушая учение по махамудре, вы подумаете: «Как это хорошо, какое мощное противоядие от неведения. Это как ядерная бомба для уничтожения неведения. Она уничтожает неведение за один миг». Тогда во время учения вы будете плакать, не сможете сдержать своих слез.

Для вас самое практичное – это накопление заслуг. Когда у вас есть высокие заслуги, то благодаря большим заслугам ваши временные и долговременные желания осуществляются. Также ваши духовные реализации очень сильно зависят от ваших заслуг. Это относится также к слушанию учения, если вы слушаете учение с высокими заслугами, то каждое наставление становится для вас очень полезным. С маленькими заслугами, каким бы умным вы ни были, вы поймете учение неправильно, и впадете в какую-то крайность. Вы вцепитесь во что-то странное и будете считать это особенным. Вы совсем потеряетесь. Таких историй очень много. Если у вас мало заслуг, имея хороший интеллект, вы интересуетесь какими-то странными вещами и думаете, что это очень интересно. Вы создаете в уме много интерпретаций и думаете, что это феноменально интересно. Вот такие люди есть, они есть и в Тибете. Ум острый, но заслуг мало, поэтому они теряются в странных воззрениях. Потом они становятся фанатиками этого воззрения. Такого фанатика интересует только это воззрение, и кого бы он ни встретил, он излагает ему это свое странное воззрение. Такое тоже есть. Это признак очень слабых заслуг. А когда ваши заслуги высоки, вы не теряетесь в каких-то маленьких областях, а стараетесь смотреть глобально, видеть все учение, насколько все в нем находится в гармонии. Некоторые ученые так поступают – сделают

какое-то маленькое открытие, дальше исследуют детали этого маленького открытия, только об этом говорят, и ничего не видят больше. Они не могут переключиться. Это тоже ошибка.

Философия раньше тоже была такой. Философ анализирует какую-то одну вещь, и потом теряется в ней, не может переключиться. По-настоящему мудрый человек анализирует какую-то вещь, но может отвлечься от нее и анализировать что-то другое. Он видит картину в целом, может анализировать разные детали. Это нормальный ум. Психологи говорят, что ненормальное состояние ума – это когда вы о чем-то думаете и не можете думать ни о чем другом, уже не можете оторваться, переключиться на другую тему. Это ненормальное состояние, поскольку вы не контролируете свой ум. Поэтому в медитации с людьми происходит что-то похожее, они начинают о чем-то думать, потом теряются в этом и не могут вернуться обратно. В это время есть опасность стать ненормальным человеком. Вы должны размышлять над всеми темами «Ламрима», потом делать упор на какую-то одну тему, затем переключаться на другую, затем опять последовательно проходить все темы «Ламрима». Если я дам вам какую-то маленькую тему для размышления, вы будете над ней размышлять, уходить все дальше, а потом совсем потеряетесь. И ученые также изучают какую-то маленькую тему, а потом общую картину не видят. Надо видеть всю картину, чтобы все темы были связаны с жизнью человека, нужно понимание, зачем это нужно знать, ради какой цели. Тогда ум будет широким. Это важный момент.

А теперь о том, как вы можете накопить большие заслуги. Здесь существует четыре фактора. В прошлый раз я объяснял вам. Первое – это весомый объект; второе – мотивация должна быть очень высокого уровня; третье – само действие (не в течение десяти минут, а в течение, скажем, двух часов без отвлечений). Так, два часа вы не блуждаете, два часа вы работаете, накапливаете высокие заслуги. Для ленивых учеников – один час. По некоторым ученикам я вижу, что два часа они не могут, тогда я говорю им, что можно и один час. Четвертый фактор – это заключение, то есть правильное посвящение. Посвятите заслуги, которые вы накапливали в течение одного часа в первую очередь благу всех живых существ: «Пусть заслуги станут источником счастья для всех живых существ, пусть все живые существа получают благо от тех заслуг, которые я накопил». Это в первую очередь. Далее вторым посвящением думайте так: «Ради того, чтобы по-настоящему приносить благо всем живым существам пусть я стану буддой, тогда я смогу приносить благо всем живым существам». Этого достаточно. В первую очередь это должно быть без всякой мысли о «я», потому что наш ум очень сильно привык к эго, и поэтому есть опасность, когда мы думаем: «Пусть я стану буддой ради блага всех живых существ». Поэтому первым вашим посвящением должно стать такое посвящение: «Пусть мои заслуги станут чистой причиной счастья всех живых существ. Все свои заслуги я посвящаю всем живым существам. Пока существует пространство, пока существуют живые существа, пусть все живые существа процветают, пусть мои заслуги все время приносят благо живым существам». Это чистое посвящение заслуг, без эго. Потому что живые существа когда-то были моими матерями, они были ко мне добры. Сейчас они очень страдают, пусть мои заслуги принесут им пользу. Без эго! Это очень сильное посвящение заслуг.

Далее вы думаете практично о том, чтобы им помогать: «Пусть я достигну состояния будды ради блага всех живых существ, пусть это станет причиной моего достижения состояния будды. Благодаря этим заслугам пусть однажды я достигну состояния будды». Такие заслуги становятся кармой, подобной освобождению. Чтобы достичь освобождения, чтобы достичь состояния будды, в первую очередь вам нужна такая карма, подобная освобождению. Так она становится фактором освобождения и состояния будды. В прошлом, прежде чем кому-то стать монахом, проверялось, есть ли у него в уме такая карма, подобная освобождению.

Однажды один пожилой человек хотел стать монахом, но Маудгальяна сказал, что он не может стать монахом. Пожилой человек спросил: «Почему?» Маудгальяна с помощью своего ясновидения проверил большое количество его прошлых жизней, проверил миллиарды и миллиарды его предыдущих жизней, но не нашел в его уме ни одной кармы, ни одного кармического отпечатка, подобного освобождению. Поэтому Маудгальяна сказал этому пожилому человеку, что он не может стать монахом. Этот пожилой человек заплакал. Он находился где-то в отдаленном месте и плакал. Затем Будда специально пришел в то место, где он плакал. Куда бы ни отправился Будда, его всегда сопровождала группа учеников. Будда спросил у этого старика: «Почему ты плачешь?» Он ответил: «Я хочу стать монахом, но Маудгальянапутра сказал, что я не могу стать монахом». Будда спросил: «Почему он сказал, что ты не можешь стать монахом?» Старик ответил: «Маудгальяна сказал, что в моем уме нет отпечатка, подобного освобождению, поэтому я не могу стать монахом». Но Будда сказал: «Как же Маудгальянапутра мог сказать, что в твоём уме нет такого кармического отпечатка? Маудгальянапутра не копил заслуги три неисчислимых эона, не устранил препятствий к всеведению, у него есть ясновидение, но он не может видеть все. Как же в этом случае он может делать вывод о том, что у тебя нет кармы, подобной освобождению?» Будда сказал: «У тебя есть кармический отпечаток, подобный освобождению. Много, много эонов назад, что выходит за рамки понимания обычных существ, ты родился мухой, которая ползала по сухой коровьей лепешке. Начался потоп, и в результате этого потопа коровья лепешка проплыла один круг вокруг святой ступы. И ты на этой коровьей лепешке сделал один круг вокруг ступы, внутри которой находились святые реликвии Будды. И благодаря весомости объекта ты накопил карму, подобную освобождению».

Такой весомый объект, как ваш Духовный Наставник, является еще более мощным, чем святые реликвии. Совершая действия в отношении подобных объектов, вы накапливаете заслуги, подобные освобождению. Если Духовный Наставник ругает вас, а вы молчите, держитесь скромно, то вы создаете очень весомую карму, подобную освобождению. Однажды благодаря такому отпечатку вы достигнете освобождения, достигнете состояния будды. А если вы визуализируете все Поле заслуг, то это нечто еще более мощное, чем реликвии. Поэтому без отречения, без бодхичитты вы будете вращаться в сансарическом цикле, это означает, что вы будете вращаться по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. За одним лишь исключением, когда речь идет о весо­мом объекте накопления заслуг. Речь идет о Поле заслуг.

С весо­мым объектом, даже если у вас нет отречения, нет бодхичитты, вы накапливаете карму, подобную освобождению. А если с весо­мым объектом вы совершаете действие с отречением и с бодхичиттой, тогда вы накапливаете невероятно мощные кармические отпечатки. И если одну сессию вы проведете правильно, если вы будете правильно визуализировать все Поле заслуг, породите веру и вдохновение и далее с правильной мотивацией будете в течение одного часа начитывать мантры и далее сделаете правильное посвящение, то в конце вы можете сказать: «Геше-ла, я делаю вам такое безупречное подношение». Это настоящее богатство, невероятно красивое богатство. Тогда скажите: «Я подношу Вам это». Это настоящее подношение. «Гуру-пуджа» – это не когда ты купил яблоко и сделал подношение своему Учителю. Это не «Гуру-пуджа». Настоящая пуджа, настоящее подношение – это одну сессию заниматься практикой с такой мотивацией, в конце сессии визуализировать своего Учителя перед собой и думать: «Учитель, я Вам очень благодарен. Если я поднесу Вам какую-то вещь, то она вам будет не нужна. Сегодня я от чистого сердца копил заслуги, от чистого сердца я посвящаю их благу всех живых существ, эти заслуги – моя единственная драгоценная вещь. И я подношу ее Вам». Тогда все Будды, все божества будут очень рады. И тогда одна сессия, даже один час практики – это гораздо лучше, чем трехлетний ретрит в горах, после которого у вас будут очень странные мысли. У

вас и так достаточно странных мыслей, а потом еще больше будет. Потом вы будете думать: «Я йогин». Глаза у вас будут большие, другим людям вы будете рассказывать: «Я такой сон видел, такие мантры читал». Это ненормально, а заниматься одну сессию с правильной мотивацией – все божества будут рады.

Это то, как вам нужно практиковать. Я даю вам такое учение, которое соотносится с коренными текстами. Это не какое-то новое, нью-эйджевское учение, это то, как практиковали мастера в прошлом и достигали реализаций. Настоящий кагьюпинский мастер Миларепа такой практикой занимался, настоящие нyingмапинские мастера вот такой практикой занимались, настоящие сакьяпинские мастера вот такой практикой занимались. Другой практики нет, настоящий гелугпинский мастер лама Цонкапа такой практикой занимался. Ненастоящий гелугпинский мастер разное болтает, ненастоящий кагьюпинский мастер говорит: «Мы самые лучшие». В сути практики между разными школами разницы нет. Это ненастоящие мастера призывают к фанатизму, делят людей на группы. Ненастоящие гелугпинские мастера тоже могут говорить: «Наша школа лучше, чем другие». И это очень негативная карма. Миларепа – невероятный мастер, он настоящее украшение тибетского буддизма. Для меня даже главное – это не тибетский буддизм, а учение монастыря Наланда, в котором содержится только суть, только главное. Вот так великие мастера прошлого занимались практикой. И вам тоже так надо.

Итак, первая духовная практика – это практика кармы. Делайте что-то в соответствии с законом кармы и старайтесь создать безупречными все четыре фактора позитивной кармы, тогда это самая лучшая практика. Это практика! И только вы знаете – чиста ваша практика или нет. Другие люди не могут этого понять. Поступайте в соответствии с законом кармы, делайте позитивную карму очень весомой. И также применяйте противоядия для очищения негативной кармы.

В прошлый раз я объяснял вам, как визуализировать Поле заслуг. В середине на центральном троне располагается лама Цонкапа, все ваши Учителя в облике ламы Цонкапы: Гуру Падмасамбхава в облике ламы Цонкапы, Атиша в облике ламы Цонкапы. Это два мастера, которые были невероятно добрыми в Тибете. Другие мастера также были очень добрыми, но что касается этих трех мастеров, включая ламу Цонкапу, то они проявили просто исключительную доброту для жителей Тибета. Гуру Падмасамбхава первым принес буддизм в Тибет. Он заложил фундамент буддизма, это самое трудное. Он устранил все препятствия, и это нелегко. Всю грязную работу выполнил Гуру Падмасамбхава. Но в действительности Гуру Падмасамбхава, Атиша, лама Цонкапа – это одно существо в разных телах. В действительности это сам Будда Шакьямуни – Лама Тимей Палден. Это Духовный Наставник трех вселенных. В старом тексте о принце Даве в книге «Синегорлая птица-бодхисаттва» все это очень ясно объясняется. Итак, вы визуализируете, что Гуру Подмасамбхава, Атиша и лама Цонкапа перед вами едины, и также лама Цонкапа является эманацией всех ваших Учителей. Лама Цонкапа восседает на львином троне. Он известен как Лама Лобсанг Туванг Дордже Чанг.

«Лама» означает «Духовный Наставник». «Лобсанг» – это «Лобсанг Драгпа», это имя Дже Ринпоче. Внешняя видимость – это Лобсанг, Дже Ринпоче. «Туванг» – это Будда. Внутри вы Будда Шакьямуни. Итак, в сердце ламы Цонкапы визуализируйте Будду Шакьямуни. Внешне вы являетесь в облике ламы Цонкапы, внутри вы Будда Шакьямуни. «Дордже Чанг» – это Будда Ваджрадхара. В тайном облике вы Будда Ваджрадхара. Будда Ваджрадхара является вездесущим, с бессмертным телом. Для Будды Ваджрадхары нет смерти, вы думаете, что ваше ваджрное тело свободно от рождения и смерти. Внешнее грубое тело может оказаться стареющим, но что касается вашего внутреннего, ваджрного тела, то оно становится свободным от рождения и смерти. Когда вы выполняете пуджу долгой жизни для

Духовного Наставника, вы говорите: «В Вашем внешнем теле живите очень долго. А что касается Вашего внутреннего, ваджрного тела, то оно свободно от рождения и смерти». Это те строки, которые объяснял лама Цонкапа. Втайне это Будда Ваджрадхара, поэтому, когда вы называете вашего Духовного Наставника, вы произносите «Лама Лобсанг Туванг Дордже Чанг». В этом случае смысл всего этого оказывает влияние на ваш ум.

Воплощение всех Будд, всех семейств – это Будда Ваджрадхара. Из одной линии Будды Ваджрадхары исходят пять дхьяни-будд. Пять дхьяни-будд делятся на двадцать, двадцать на сто, потом они также делятся на тысячи, миллионы и так далее. И что касается сущности всех этих божеств, миллионов и миллионов божеств, то это Будда Ваджрадхара. Будда Ваджрадхара эманурует все эти тела. И он пребывает в сердце вашего Духовного Наставника.

Когда вы призываете божеств, не призывайте их откуда-то из пространства, а призывайте их из сердца вашего Духовного Наставника. Итак, когда вы призываете существ мудрости и проводите их растворение в Поле заслуг, то призывайте их из сердца вашего Духовного Наставника и растворяйте в Поле заслуг. Ваш Духовный Наставник – это божество, которое приходит в облике множества других божеств. И так, эти существа мудрости растворяются в Поле заслуг. Это очень сильное наставление, на котором Наропа делал очень сильный акцент для Марпы. Наропа говорил, что если ты видишь божеств отдельно от своего Духовного Наставника, то ты не достигнешь реализации.

Однажды Наропа позвал Марпу отправиться в лес, и когда они остановились, Наропа спросил, хочет ли Марпа увидеть божество Чакрасамвару. Марпа очень обрадовался, он очень хотел увидеть божество. Наропа щелкнул пальцами, и перед ними в пространстве появилась полная мандала Чакрасамвары. Затем Наропа спросил: «Перед кем ты сделаешь простирание вначале: перед Духовным Наставником или перед божеством?» Марпа подумал: «Я каждый день вижу своего Духовного Наставника, и каждый день делаю перед ним простирания, но сегодня я впервые встретился с Чакрасамварой, это невероятный, великолепный Чакрасамвара, а мой Духовный Наставник носит обычную одежду, у него обычная прическа, он носит длинные волосы. Одежда некрасивая, грязная, сидит неровно. Великий Чакрасамвара сияет. Он сияет очень ярко». Для нас тот, кто больше сияет, в того и больше вера, а Наропа чуть-чуть криво сидит, одежда грязная. Итак, Наропа спросил: «Перед кем ты сделаешь простирание?» Марпа ответил: «Конечно, перед Чакрасамварой». Далее Наропа сказал: «Божество является эманацией Духовного Наставника, без Духовного Наставника нет божеств». Наропа щелкнул пальцами, и божество растворилось в его сердце. Затем Наропа сказал Марпе: «Ты совершил ошибку». Но это говорилось не для Марпы, а для будущих поколений, поскольку Марпа сам был очень высоко реализованным мастером. Сам бы он не совершил такую ошибку, потому что Марпа был высоко реализованным мастером. Эта история необходима для того, чтобы людям в будущем открывать глаза. Раньше мастера часто делали это ради нас. Я думаю, что Марпа сам такую ошибку бы не сделал, он просто показал нам, что если мы так сделаем, то это будет ошибкой. Иногда Учитель делает ошибку, чтобы показать, что это ошибка. Поэтому вам нужно видеть вашего Духовного Наставника как более мощный объект для накопления заслуг, чем отдельное божество.

Далее, вам также нужно визуализировать мандалу тела вашего Духовного Наставника. Мандала тела вашего Духовного Наставника очень важна для накопления высоких заслуг. Здесь я говорю об облике ламы Цонкапы, но если говорить об облике вашего Духовного Учителя, когда вы видите его обычное тело, старайтесь также визуализировать в нем мандалу тела Духовного Наставника. И тогда для вас это становится очень мощным объектом накопления заслуг. Лама Цонкапа находится в Поле заслуг, а ваш Духовный

Наставник в обычном облике. Итак, вам нужно визуализировать мандалу тела Духовного Наставника. В первую очередь в его пяти местах визуализируйте пять дхьяни-будд – во лбу, в горле, в сердце, в пупке и на четыре дюйма ниже пупка. В этих пяти местах визуализируйте пять дхьяни-будд. Учение о визуализации мандалы тела Духовного Наставника я получал от Пананга Ринпоче, моего Духовного Наставника. Оно очень полезно. Для меня получение учения о том, как визуализировать моего непосредственного Духовного Наставника было очень полезным, благодаря такому учению у меня появился невероятный объект накопления заслуг. Визуализировать ламу Цонкапу в Поле заслуг – это очень легко. А визуализировать тело мандалы своего непосредственного Духовного Учителя, который вам дает учение, но выглядит как обычный человек, очень полезно. Когда я делаю визуализацию, как говорил мой Духовный Наставник, если он меня ругает, я воспринимаю его брань как мантру. Когда он бьет, это очень могущественный способ убрать жизненные препятствия. Даже если вы просто смотрите на своего Духовного Наставника, если вы даже чуть-чуть сделаете массаж его ног, это становится источником огромных заслуг. Это невероятные заслуги. Итак, каждый раз, когда вы видите своего Духовного Наставника, вам нужно знать, как визуализировать мандалу тела Духовного Наставника. Даже наступать на тень Духовного Наставника неправильно. Он является воплощением всех Будд и всех божеств, и даже если просто посмотреть на него нехорошо, это будет неуважением ко всем Буддам, ко всем божествам. Если сын Владимира Путина придет сюда, и вы на него нехорошо посмотрите, это будет плохо. Владимир Путин обидится. Вы иногда хулиганите, как-то не так на него смотрите. Но он особый объект. А ваш Духовный Наставник – еще более весомый объект.

Итак, вам необходимо видеть пять совокупностей вашего Духовного Наставника в виде пяти дхьяни-будд в пяти местах его тела. Во лбу – белое божество Вайрочана, который является очищением совокупности формы. И у ламы Цонкапы в Поле заслуг и у вашего Духовного Наставника в обычном облике во лбу визуализируйте белого Вайрочану. Даже если ваш Учитель в пьяном состоянии спит на улице, вы все равно думаете, что у него во лбу находится Вайрочана белого цвета. Даже если он выглядит как пьяный человек, в его теле находятся пять дхьяни-будд. Даже если он выглядит как пьяный, вы думаете: «Мой Духовный Наставник не пьяный, он показывает нам, сансарическим людям, наше пьянство». Существует много вещей, которых вы не понимаете.

В горле вашего Духовного Наставника находится Будда Ами табха красного цвета, который является очищением совокупности распознавания, различения. В сердце находится Будда Акшобхья синего цвета, это очищение ментальной совокупности. В пупке располагается Будда Ратнасамбхава желтого цвета, это очищение совокупности ощущений. Когда совокупность ощущений вашего Духовного Наставника очищена, она трансформируется в Ратнасамбхаву желтого цвета. И на четыре дюйма ниже пупка, в тайном месте у вас располагается Будда Амогхасиддхи зеленого цвета, который является очищением совокупности волевых импульсов.

Четыре элемента вашего Духовного Наставника в очищенном виде трансформируются в супруг. Далее в органах чувств – в носу, глазах и так далее пребывают бодхисаттвы, и в каждой поре тела вашего Духовного Наставника находится архат. Из тела вашего Духовного Наставника исходит свет, и этот свет – защитники Дхармы. А мирские защитники Дхармы – это подушки под его ногами. В двух руках и двух ступнях находятся защитники Дхармы. Поэтому, когда ваш Духовный Наставник касается вас рукой, то, поскольку в его руке располагается защитник Дхармы, почувствуйте, что этим прикосновением он устраняет все ваши препятствия. И это мандала тела вашего Духовного Наставника. В повседневной жизни, когда вы пребываете с вашим Духовным Наставником, старайтесь видеть его с такой мандалой тела. Когда ваш Духовный Наставник вживую передает вам учение, такая мандала

также очень важна. Это нечто более мощное, чем визуализация перед собой Поля заслуг, поскольку здесь речь идет о живом Учителе, а не просто о визуализации.

Поэтому, когда вы выполняете Цог с вашим Духовным Наставником, это нечто просто невероятное. Вам не нужно проводить множество визуализаций, вы просто визуализируете в теле вашего Духовного Наставника мандалу Духовного Наставника, это будет самым лучшим для вас, а для меня это будет как ловушка эго. Итак, визуализируйте вашего Духовного Наставника Ламу Лобсанга Туванга Дордже Чанга внешне в обычном облике, в его сердце – Будда Шакьямуни, далее в сердце Будды Шакьямуни – Будда Ваджрадхара, он же Будда Акшобхья. Будда Акшобхья и Будда Ваджрадхара едины. Далее визуализируйте пять дхьяни-будд. В Тибете ученики не называют своих Учителей по имени, а называют «лама Дордже Чанг», «мой лама Дордже Чанг». А те, кто не принял меня как Духовного Наставника, не визуализируют меня таким образом. Мне самому совершенно неинтересно, чтобы вы визуализировали меня таким образом. А для тех, кто уже принял меня как Духовного Наставника, это самое лучшее. Это лучший способ накопить заслуги. Даже если я не Будда, мое тело подобно оракулу, в которого входят все божества, Будда Шакьямуни, Чакрасамвара, Ямантака принимают ваши подношения и даруют вам благословение.

В коренном тексте тантры Чакрасамвары говорится о том, что если у ученика есть сильная вера в Духовного Наставника и он видит Духовного Наставника как божество, тогда даже если Духовный Наставник обычный человек, благодаря чистоте и силе видения ученика своего Духовного Наставника в качестве божества, Чакрасамвара сказал: «Я, Чакрасамвара, войду в тело этого Духовного Наставника, даже если он обычный человек, приму подношения, благословлю ученика и буду направлять его из жизни в жизнь». Поэтому в «Ламриме» говорится очень ясно, что благословение Духовного Наставника находится не в руках Духовного Наставника, а в ваших руках, в руках учеников. И это сущность практики Гуру-йоги – чистая преданность Духовному Наставнику, а все остальное не очень трудно.

Итак, с такой визуализацией Поля заслуг, с такой визуализацией Духовного Наставника, то есть мандалы тела вашего Духовного Наставника, вы обращаетесь тремя способами, возносите три молитвы. И какие это три молитвы? Из этих трех молитв первая: «Пусть мой ум повернется к Дхарме». Потому что ваш ум очень сильно обращен к мирским дхармам, и очень трудно повернуть его к чистой Дхарме. Для этого вам нужно отбросить привязанность к делам этой жизни. Лама Цонкапа говорил, что благодаря медитации на драгоценную человеческую жизнь и на непостоянство и смерть, вы можете уменьшить привязанность к этой жизни, это очень важно. Итак, первое – вы просите: «Пусть мой ум повернется к чистой Дхарме, пожалуйста, благословите меня, чтобы мой ум искренне повернулся к Дхарме». Вторая просьба к вашему Духовному Наставнику: «Пусть мой ум не просто повернется к Дхарме, пусть моя практика Дхармы вступит на путь». Эти слова означают, что вы просите о том, чтобы ваше отречение и бодхичитта не были искусственными, чтобы вы смогли породить подлинное отречение и бодхичитту, – так вы вступите на путь. Так вы не просто вступите в практику Дхармы, а вы вступите на путь.

Что касается пути, то существует пять путей, из которых первый – это путь накопления. Вы думаете: «Пусть моя практика вступит на первый путь». Это путь накопления. Это практичная молитва. Вам нужно не просто молиться, вам нужно стараться выполнять такую практику. Эти пути – ваш план. Обращаясь с такими просьбами, вы создаете причины достижения результатов каждого пути. Три просьбы – это ваш план. Вам нужно выполнить этот план, и тогда вы станете буддой. Сначала ваш ум должен повернуться к Дхарме, и далее, что касается этой Дхармы, то это не должна быть какая-то поверхностная практика (поверхностное отречение, бодхичитта, пустота, потом шесть йог Наропы, махамудра, о разных вещах говорите, а на путь так и не вступили). Если вы не вступили ни на один путь,

тогда это не практика, вы просто летаете. Поэтому думайте так: «Пусть мой ум не просто повернется к Дхарме, но пусть я вступлю на настоящий путь, и первый путь – это путь накопления». Когда вы обретае спонтанное отречение и спонтанную бодхичитту, тогда вы вступаете на первый путь – путь накопления. Это ваша мольба. И также это ваше желание. Тогда ваше настоящее желание – достичь состояния будды ради блага всех живых существ по-настоящему сможет осуществиться.

Далее третья молитва: «Пусть на этом пути будут устранены все препятствия». Первое препятствие – это собственное освобождение, вы думаете: «Пусть это препятствие устранился из моего ума». Это препятствие крайности умиротворения. Далее следующее препятствие – это цепляние за истинность. Цепляние за истинность, как препятствие в моем уме, не позволит мне освободиться от сансары. Таким образом, здесь говорится о двух препятствиях: истинности сансары и истинности нирваны, то есть это два препятствия – крайности сансары и крайности нирваны. Это два препятствия на пути к просветлению. После того как вы породили бодхичитту, после того как вступили на путь, у вас есть два главных препятствия: это крайность собственного освобождения и крайность сансары. Крайность сансары – это цепляние за истинность. Если вы не освободитесь от этой крайности, то никогда не сможете достичь освобождения и достичь состояния будды. Если у вас есть такое цепляние, то вы думаете: «”Я” не имеет истинного существования, но обладает собственными характеристиками», – это цепляние за истинность сансары, и это препятствие. Если вы думаете, что объект и субъект пусты от сущностных различий, но при этом у феноменов есть собственные характеристики, то это крайность сансары, которая не даст вам освободиться от сансары. Также крайностью сансары будет, если вы думаете, что «я» пусто от истинного существования, но пять совокупностей обладают истинным существованием, что признают низшие школы. Поэтому Нагарджуна говорил: «До тех пор пока вы цепляетесь за свои совокупности как за истинно существующие, до тех пор у вас будет цепляние за собственное “я”. И до тех пор пока есть цепляние за истинность “я”, колесо двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения будет продолжать вращаться».

В этом случае вам никогда нельзя будет освободиться от крайности сансары. Поэтому, чтобы полностью освободиться от крайности сансары, вам нужно познать полностью и безупречно воззрения Нагарджуны и Чандракирти. Конечное воззрение Нагарджуны раскрыл Чандракирти. Поэтому Атиша говорил: «Если вы хотите достичь освобождения, ищите воззрения, объясненные Нагарджуной и Чандракирти». Такова эта молитва. Обратитесь с такими тремя молитвами и также помолитесь: «Пусть я смогу безупречно понять воззрения, объясненные Нагарджуной и Чандракирти». Поэтому в тексте «Лама-чодпа» Панчен-лама произносит такие слова:

«В сансаре и нирване нет и частицы самобытия,
А зависимость от причин и следствий безошибочна.
Благословите меня на постижение
Смысла слов Нагарджуны
О том, что эти две истины
Не противоречат одна другой,
Но дополняют друг друга».

Вот эти строки вам нужно помнить наизусть и произносить их.

Выучите наизусть текст «Лама-чодпа», там просто каждая строка – это бриллиант. Полная сутра и tantra содержатся в тексте «Лама-чодпа». Многие люди просили меня о передаче, и сейчас я передам вам текст «Лама-чодпа». После получения передачи вам нужно выучить весь текст «Лама-чодпа». Это очень короткий текст, а люди в Тибете заучивают очень

толстые тексты. Вам, россиянам, нужно сделать больший упор на заучивании наизусть, это также очень полезно для развития шаматхи. Далай-лама говорит, что в тибетском обществе нужно делать меньший упор на заучивании, а больший упор – на обдумывании, поскольку в тибетском обществе наблюдается крайность заучивания. Маленький монах сидит учит-учит-учит наизусть, это тоже нехорошо. В России ничего не заучивают – это тоже нехорошо. Учить наизусть очень важно. Очень важно задействовать свой мозг. Если вы знаете наизусть текст «Лама-чодпа», то в вашем сердце есть сущность всей сутры и тантры.

Визуализируйте меня в облике Манджушри и то, как белый свет и нектар вместе с передачей текста проникает в ваш рот. При передаче текста важны несколько условий. Первое – Духовный Наставник вживую присутствует перед вами. Второе – когда у ученика есть сильная вера в то, что Духовный Наставник присутствует перед ним, и он получает передачу. Третье – Духовный Наставник должен продолжать непрерывную линию передачи. Если все три условия соблюдаются, тогда вы получаете передачу. Если у вас есть искренняя мотивация, но при этом у Духовного Наставника нет передачи по непрерывной линии, то вы не получите передачу. Один тибетский мастер говорил: «Вам очень повезло получить такую передачу, но в моем случае я не получал такой передачи, поэтому вам очень повезло». Таким образом, и те и другие невезучие, поскольку никто из них не получил передачи. На тибетском прочитать этот текст можно очень быстро, а вы на русском читаете этот текст очень медленно.