

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Когда вы получаете такое драгоценное учение по необычной Гуру-йоге, которая является союзом блаженства и пустоты, то одной лишь мотивации освободиться от сансары и обрести безусловно здоровое состояние ума вам недостаточно. Поскольку у вас самих есть такое желание – обрести безусловно здоровое состояние ума, есть убеждённость в том, что это и есть безусловно счастье, по этой причине и всем другим живым существам желайте обрести такое же здоровое состояние ума. До тех пор пока живые существа страдают от болезни омрачений, какого бы временного счастья они ни обретали, всё равно это природа страдания. Всё это временное, какие бы факторы они ни создавали, это не приносит им настоящего счастья. Это заблуждение. Поэтому пожелайте не только себе, но и всем живым существам избавиться от этой болезни омрачений.

Но одного лишь такого желания недостаточно. Поэтому скажите так: «Для того чтобы на практике это осуществить, пусть я смогу достичь состояния будды на благо всех живых существ». Желание достичь состояния будды на благо всех живых существ практично, оно по-настоящему материализует всё это. Если говорить о таких желаниях: «Пусть все живые существа будут счастливы, пусть все они избавятся от страданий», то нельзя сказать, что все они практичны. В своей семье вы можете желать своим детям: «Пусть они будут счастливы, пусть они будут свободны от страданий!» Это просто желание, но, тем не менее, если у вас есть план того, каким образом можно осуществить всё это, материализовать, тогда это подобно желанию достичь состояния будды. Желание достичь состояния будды на благо всех живых существ – это очень практичный план. Это невероятно глубокая теория и это самое сущностное учение Махаяны. От такого желания достичь состояния будды на благо всех живых существ никогда не отказывайтесь – это обет бодхичитты. Так, если кто-то вам говорит, что сейчас передаст вам учение о том, каким образом достичь состояния будды, то, услышав это, у вас глаза должны становиться большими, поскольку вы думаете, что именно в этом состоит ваша цель, ваш план – каким образом достичь состояния будды ради себя и ради других живых существ.

Когда учителя Махаяны передают учение о том, как достичь состояния будды на благо всех живых существ, то вы должны быть очень рады получать такое учение. Если кто-то вам говорит, что передаст вам учение о том, чтобы ваш ум умиротворился, чтобы вы расслабились, чтобы тело стало красивым, глаза открылись, чтобы улучшилось ваше видение, что вы сможете увидеть, что думают другие люди, что потом будете летать, то это не практика Махаяны. Практика Махаяны состоит в том, что вы на сто процентов знаете: «Пусть я достигну состояния будды на благо всех живых существ. Тогда я смогу практически помочь им, а не только желать, чтобы все живые существа избавились от страданий. Это настоящее счастье». Тогда вы всегда будете просить о том, чтобы вам дали такое учение, которое открыло бы ваш ум, чтобы ваш ум стал ближе к состоянию будды. Вот так надо мыслить, и таким должно быть учение. Тогда вы становитесь практиком Махаяны.

Поэтому учение по четырём благородным истинам очень и очень важно. Самое главное – это учение по четырём благородным истинам. Это настоящий фундамент. Практики нёндро тоже не являются фундаментом, главный фундамент – это четыре благородные истины. Что касается практик нёндро – это всё равно, что в том месте, где вы собираетесь построить дом, вы как-то готовите это место, срезаете всю траву, убираете камни с этого места, но это не является закладкой фундамента для дома. Это не является закладкой фундамента, вы просто очищаете территорию, поливаете её водой, чтобы копать было легче. Многие думают, что нёндро – это фундамент практики, но это не фундамент практики. Фундамент практики – это практика четырёх благородных истин. Это самая основополагающая практика для всей махаянской сутры и махаянской тантры. Итак, с такой мотивацией получайте учение.

Теперь, что касается учения по необычной Гуру-йоге, союзу блаженства и пустоты, то мы с вами подошли к разделу, относящемуся к необычным практикам Гуру-йоги. В прошлый раз я объяснял вам, каковы преимущества практики самопорождения. Чтобы практиковать необычную Гуру-йогу, очень важно правильно практиковать самопорождение. Потому что вам нужно благословить внутреннее подношение, выполнить обширные подношения по наставлениям тантры. Без самопорождения вы не сможете всё это сделать, а это самый мощный метод накопления невероятно большого количества заслуг за короткое время. И не только это, здесь автор подчёркивает, что даже само самопорождение является невероятным методом накопления большого количества заслуг за короткое время. Что касается самопорождения, то автор здесь подчёркивает, что есть мгновенное самопорождение и обширное самопорождение. Что касается мгновенного самопорождения, когда вы говорите: «Я мгновенно возникаю в облике Ямантаки», это то, что необходимо делать уже опытным профессиональным мастерам, которые обрели профессионализм в области самопорождения. Для начинающих практикующих даётся рекомендация, что нужно выполнять подробное, обширное самопорождение, а не порождаться мгновенно.

Что касается преимуществ самопорождения, то здесь объясняется такой первый момент, что самопорождение спасает вас от внешних, внутренних и тайных препятствий. Если вы каждый день делаете самопорождение, то это самая лучшая защита в вашей жизни, это называется йогой божества или самопорождением. Далее следующее преимущество – когда вы порождаете себя каждый день в облике божества, занимаетесь самопорождением, то благодаря этому вы обретаете благословение всех будд и божеств. Это правда. Каждый день, когда вы занимаетесь такой практикой порождения себя как божества, вы получаете невероятное благословение. Потом этот знак делает вас каждый день всё счастливее и счастливее. Ум будет спокойным, страха не будет. Какие-то злые духи, злые мысли даже рядом не смогут находиться. Даже если злые люди сделают вам порчу, это вам не повредит.

Порча существует, потому что есть злые духи, и они объединяются с людьми, у которых одни и те же цели со злыми духами. Поэтому, когда вы делаете самопорождение, то место, где вы живёте, становится как огонь для злых духов. Они вас не могут увидеть. Если вы умеете выполнять эту практику, зачем вам нужно ехать к ламе и просить: «Пожалуйста, ради меня почитайте молитвы, защитите меня!» Это необязательно. Вы сами можете себя защитить. Тем более в наше время настоящих лам, которые по-настоящему о вас заботятся, очень мало. Большинство заботится о ваших деньгах, сколько денег вы можете принести. Если большие деньги, тогда большой ритуал можно сделать, а если маленькие деньги, тогда чуть-чуть сделать – и уходи, всё. Поэтому, когда вы, слишком часто просите благословения у ламы, то этим вы делаете ему только хуже. Если вы не просите, тогда он по другому пути пойдёт. Иногда люди говорят: «Наш местный лама слишком любит деньги», но вы сами виноваты, вы делаете ему такой ход.

Лама – это учитель, а не мастер ритуалов. В переводе с тибетского «лама» – это «учитель». Учитель должен давать советы людям, учить людей тому, как самостоятельно читать молитвы. Он не должен поступать как слуга – туда-сюда приезжать и читать молитвы. Будда говорил: «Вы должны стать мастером сами себе. Я могу научить вас, но потом вы должны стать мастером сами себе». Буддизм не делает людей рабами. Наоборот, в буддизме вы сам себе мастер. Это цель Будды. Сам Будда говорил: «Вы должны стать мастером сами себе». Будда не хочет, чтобы вы стали его рабами. Это настоящая цель Будды. Поэтому необязательно куда-то ехать к ламе и просить его читать молитвы. Даже Далай-ламу, когда вы его встречаете, не просите о том, чтобы он читал для вас молитвы. Его учения достаточно. Не важно, где вы сидите на учении – далеко или близко. Если вы думаете, что обязательно нужно сидеть рядом с Далай-ламой, делать с ним фото, если вы думаете, что

получите нирвану, когда Далай-лама дотронется до вашей головы, то это невозможно. Поэтому в тибетском обществе говорят так: «Благословение Учителя не зависит от того, где вы сидите – близко или далеко». Иногда, если вы сидите далеко от Учителя, то можете получить даже большее благословение, если у вас сильная вера.

Когда вы находитесь слишком близко к Учителю, то видите своего Учителя как семейного человека, как будто он стал одним из членов вашей семьи. Когда вы видите его как члена своей семьи, даже если вы очень умный, все равно вы в нём можете увидеть какую-то ошибку. Если ваш лама стал членом вашей семьи – это очень опасно! Когда вы начинаете видеть его ошибки, то вместо благословения создаете негативную карму. Поэтому мой Учитель всегда говорил: «Надо находиться на некотором расстоянии от Учителя. Если вы находитесь слишком близко, относитесь к Учителю слишком фамильярно – этого нельзя допускать!» Иногда слишком фамильярное отношение создаёт негативную карму.

Поэтому такие Учителя как Пананг Ринпоче, геше Наванг Даргье, нас, учеников, очень любили, но всегда держались от нас на небольшой дистанции. Они не делали себя слишком близкими, не допускали фамильярности, потому что знали, что от этого нам будет плохо. Сейчас я это понял, а вначале я думал: «Наверное, они не так сильно меня любят, не слишком любят». Потому что они знали, что если допускать людей слишком близко, то они становятся наглыми. Поэтому я сейчас их очень хорошо понимаю – какими они были добрыми, мудрыми! Если остается дистанция, тогда моя вера будет ещё сильнее. Если бы они пустили меня слишком близко, тогда я думал бы, что они из моей семьи, и тогда я стал бы наглым. Наш ум очень легко становится наглым. Вам тоже в отношении к Учителю не нужно быть даже чуть-чуть фамильярным. Сколько бы Далай-лама ни рассказывал историй, какую бы доброту ни проявлял ко мне, я всё равно никогда, даже чуть-чуть не буду с ним фамильярным, буду соблюдать дистанцию. Когда Далай-лама даёт учение, я сижу далеко, никогда не прошу аудиенцию, зачем нужна аудиенция? Главное – слушать учение с сильной верой, а сидеть можно и подальше. Когда у меня внутри сильная вера, то каждый день – аудиенция. Зачем нужно просить о личной аудиенции?

Если у вас сильная вера, то каждый день вы получаете благословение от меня. Если вы каждый день занимаетесь практикой Гуру-йоги, представляете Учителя в своём сердце, то каждый день у вас будет аудиенция. Настоящего Учителя Самбхогакаю можно каждый день видеть в своём сердце. Если у вас есть такая основа, то зачем вам добиваться аудиенции грубого тела, состоящего из мяса и костей? Вы каждый день можете получать аудиенцию у тонкого тела Учителя – Самбхогакаи. Если вы это понимаете, то не будете беспокоить Учителя. Когда я вижу, что Далай-лама больше времени тратит на аудиенции, чем даёт учения, я думаю, что это неправильно. Тибетцы всегда просят об аудиенции, поэтому у меня стала чуть-чуть аллергия на аудиенции. Мои друзья даже спрашивают меня: «Почему ты не просил аудиенции?» Я говорю: «Я не буду, потому что все беспокоят Далай-ламу просьбами об аудиенции. О чём они будут разговаривать с Далай-ламой? Он все советы уже дал. Если я пойду на аудиенцию к Далай-ламе, о чём я буду ему говорить? Я не делал того, о чём он говорил. Даже на пятьдесят процентов я не выполнил его советы. Если бы я реализовал все его советы, то мог бы достигнуть очень сильной реализации. У меня реализаций мало. Мне стыдно оттого, что я не занимался практикой по его советам в полной мере. Поэтому на аудиенции с ним мне будет стыдно, потому что я все его советы не могу претворять в практику». Вам тоже надо так думать: «Сколько Учитель дал мне советов, а я так мало практикую, о чём мне нужно ещё просить?»

Итак, это очень важно – не нужно быть очень близким и таким фамильярным со своим Духовным Наставником. Учитель также может вести себя так, как будто он не очень близок вам. В этом случае не нужно думать, что он вас не любит, это очень большое

недопонимание. У меня оно было раньше. Я тоже раньше так думал: «Наверное, мой Учитель меня не очень любит. Когда приходят новые ученики, он смеётся с ними, а со мной так не делает». Потом я понял, что новые ученики слабые, поэтому геше Наванг Даргье, когда приходили новые ученики, у которых голова была чуть-чуть ненормальная, был с ними очень мягким, а со мной он всегда был очень строг, всегда ругал. Поэтому я думал, что, наверное, он меня не любит. Это сейчас я понимаю, что все было не так. Он был очень умелым мастером – для кого, что полезно, он так и поступал. Разным ученикам были полезны разные вещи – он так и поступал. Поэтому он всегда поступал правильно. Даже когда Учитель бьёт вас – это очень хорошо, когда ругает, строго говорит – это очень хорошо, и когда нестрого – это тоже хорошо. Что бы ни делал Учитель – это очень хорошо, не надо интерпретаций. Всё хорошо! Он все делает согласно ситуации. У меня была такая небольшая проблема, когда я был учеником, и поэтому я говорю об этом вам, чтобы вы были осторожны.

Далее, следующее преимущество в том, что вы можете накопить очень большие заслуги за короткое время.

Далее, следующее преимущество в том, что из вашего ума будет устранена обыденная видимость, а это одно из самых главных препятствий в достижении тантрических реализаций. Если вы устраните обыденную видимость, то для вас будет невозможно нарушить преданность Учителю. Если вы устраните обыденную видимость, то вы не только не нарушите преданность Учителю, но вы также перестанете смотреть как-то свысока на остальных живых существ. Как мастера Кадампа, вы сможете видеть всех остальных живых существ как будд. Старайтесь так смотреть на всех живых существ, что с точки зрения потенциала когда-нибудь они все станут буддами. Как принц однажды станет царём, так и все живые существа подобно таким принцам однажды станут буддами. Однажды принц станет царём, так и все живые существа, какой бы ни был у них дурной характер, станут буддами, потому что у них есть природа будды. Однажды они станут буддами. С такой точки зрения уважайте всех живых существ, как принцев. У них у всех есть потенциал будды. От такого уважения вы ничего не потеряете. Вам это только выгодно.

Поэтому мастера Кадампы смотрели на всех живых существ, даже с очень дурным характером, как на будд. Это было для них выгодно. Тогда в своём Духовном Наставнике вам будет просто невозможно разглядеть, какие бы то ни было недостатки. Даже очень плохого человека вы будете видеть как будду. Тогда у вас будет очень сильная преданность Учителю. Уважайте всех живых существ так, как будто они являются буддами, но при этом не нужно следовать всем их советам. Вам нужно видеть их подобными буддам, уважать их как будд, но при этом понимать, что они не развили весь свой потенциал. Шантидева говорил, что и будды и живые существа одинаково добры к вам с точки зрения достижения вами состояния будды. Как же тогда можно уважать будд и не уважать живых существ? Вы можете уважать Будду больше, потому что есть больше оснований уважать Будду, но при этом не уважать живых существ – это большая ошибка. Думайте так: «Поскольку они одинаково добры ко мне с точки зрения достижения мной состояния будды, поэтому я буду одинаково их уважать». Но, тем не менее, есть больше оснований для того, чтобы уважать Будду больше, потому что он полностью реализовал весь свой потенциал и устранил все ограничения. Живые существа пока этого не осуществили, но, тем не менее, старайтесь всех их уважать одинаково, настолько, насколько можете. Говорится так: «Точно так, как вы уважаете Будду, старайтесь уважать и всех других живых существ».

Далее говорится, что главная цель самопорождения – это трансформация основы смерти, бардо и перерождения в порождение пути трёх кай, осуществление трёх результативных кай. Это главная цель самопорождения стадии керим. Как я говорил вам, очищение смерти, бардо и перерождения объясняется в двенадцатизвенной цепи взаимозависимого

возникновения. Если вы не очистите свою смерть, бардо и перерождение, то вы будете продолжать циклически вращаться в сансаре. Поэтому неконтролируемая смерть – это самое худшее. Если вы умираете под контролем омрачений, то это самая главная дебютная ошибка. Итак, в двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, в учении по четырём благородным истинам объясняется очень ясно, что смерть под контролем омрачений – это самое худшее. Из-за этого у нас появляется следующее существование, сансарическое существование. Поэтому свобода от смерти под контролем омрачений – это очень важно. Это нечто очень важное, чего вам необходимо достичь. Это общая теория, а в тантрах объясняется, как на самом деле достичь всего этого. Поэтому, привнося три кай на путь, вы не умираете под контролем омрачений. Если вы знаете, как полностью выполнять всю практику, как привносить три кай на путь, то вы не родитесь под контролем омрачений. В практике стадии керим вы можете на пятьдесят процентов обрести контроль над смертью, бардо и перерождением. А во время практики стадии дзогрим вы сможете обрести стопроцентный контроль над смертью, бардо и перерождением. И это называется освобождением. В настоящий момент мы умираем под контролем омрачений, и это называется сансарой.

Поэтому привнесение трёх кай на путь – это самое сущностное учение о том, как освободиться от сансары. Если у вас спросят, какова самая сущностная практика тантры, то вам не нужно отвечать, что это практика ясного света или иллюзорного тела, в этом случае у вас не очень хорошее понимание тантры. Вам нужно отвечать, что сущностная практика тантры – это привнесение трёх кай на путь. Чтобы наши обычные смерть, бардо и перерождение превратились в три святых кай Будды. Это самое сущностное учение практики тантры. Это то, что объясняется и в практике стадии керим, и в практике стадии дзогрим. В стадии керим большой упор делается на визуализации, это всё равно, что вы создаёте план. Как, например, если говорить о строительстве дома, то здесь вы просто чертите план, а стадия дзогрим – это когда вы по-настоящему строите этот дом, осуществляете этот план.

Если вы хотите построить двадцать пять больших дачных домов, то сначала на компьютере вы создаете их полную конструкцию. Это не существует в реальности, но это основа того, что затем будет построено. И так же стадия керим подобна тому, как вы создаете будущий детальный план. Это не материализация, но это на сто процентов является основой будущей материализации, и если здесь есть ошибки, то когда вы будете строить дом по настоящему, там тоже будут ошибки. Архитекторы вначале делают общий план, выстраивают все детали, там всё есть: окна, двери, и потом строят настоящий дом. Архитекторы, когда хотят построить дом, вначале делают макет на компьютере – как полный дом. Я видел такое. Какая будет крыша, там всё детально предусмотрено. Это как керим. Это как настоящий керим. Потом на основе этого керим они построят настоящий дом – дзогрим. Поэтому обе стадии очень важны. Без этого плана настоящий дом построить невозможно. Просто без ничего, как попало строить дом – это опасно.

Сначала надо полностью знать конструкцию, тогда все детали будут в гармоничном отношении друг к другу. На основе этого каждый будет строить по плану. Когда вы будете строить по плану – это будет реализация. Это как дзогрим. Поэтому буддийская практика – это настоящая наука об уме, а не какие-то суеверные визуализации. Стадия керим – это не странные визуализации, а очень точное планирование достижения состояния будды. Поэтому автор говорит, что вначале нужно выполнять самопорождение достаточно подробно. Когда вы практикуете «Ламу Чодпу», если у вас есть время, выполняйте полное самопорождение, а полное самопорождение – это привнесение трёх кай на путь. В садхане Ямантаки, и в полной, и в краткой, самое главное – это привнесение трёх кай на путь. В действительности вам необходимо медитировать, не просто читать текст, а медитировать и привносить три кай на путь. Миларепа говорил: «Я медитирую на самопорождение, а не

читаю самопорождение». Это правильно. «Я не читаю самопорождение, я медитирую», – это не просто слова. У Миларепы не было большого количества книг. Он занимался практикой медитации.

Поэтому, если вы знаете, каким образом привносить три кай на путь в сжатой форме, то и в повседневной жизни вы также будете способны выполнять такую визуализацию, проводить такую медитацию. Если у вас нет с собой текста, и у вас возникает вопрос: «Как же мне выполнить практику?» – то в этом случае привнесите три кай на путь, прочитайте мантры, и это будет кратким выполнением садханы Ямантаки.

Здесь автор объясняет то, каким образом привносить три кай на путь. Привнесение трёх кай на путь, что является самой сущностной практикой стадии керим, объясняется в краткой форме. Энсapa говорил: «Здесь, когда вы практикуете необычную Гуру-йогу, когда вы практикуете самопорождение, в первую очередь вам необходимо помедитировать на развитие отречения, бодхичитты, на воззрение срединного пути. Ваш ум должен быть движим отречением, сильной любовью и состраданием, а также сильным желанием достичь состояния будды на благо всех живых существ. Далее нужно помедитировать на абсолютную природу себя и всех феноменов. И далее из сферы пустоты вам нужно породить себя как божество».

Теперь, каким образом вам нужно всё это делать? Такое самопорождение можно проводить с точки зрения тантры Ямантаки, с точки зрения тантры Гухьясамаджи, с точки зрения тантры Чакрасамвары. И здесь я объясню вам, как это делать с точки зрения тантры Ямантаки. Делайте практику с сильными чувствами любви и сострадания, а также сильным чувством достичь состояния будды на благо всех живых существ, с пониманием того, что все феномены существуют в зависимости от названия. Поскольку они взаимозависимы, то не может быть ни «я», ни феноменов, которые бы существовали независимо. Всё то, что мне является, кажется, это всё ошибочная видимость. Итак, я не буду теряться в таком заблуждении. Когда вы теряетесь в таком заблуждении, вы начинаете считать себя самосущим, и других самосущими, и тогда, если кто-то близок по отношению к вам, вы начинаете испытывать к нему привязанность, а если кто-то немного злится на вас, вредит вам, то вы считаете его своим врагом. Из-за этого у вас возникает множество омрачений, также возникает множество ложных теорий о том, как обрести счастье и устранить страдание. Эти теории, основанные на заблуждении, наоборот, будут делать ваши проблемы всё хуже и хуже. Например, у вас есть какая-то болезнь, и вы как-то неправильно понимаете ситуацию, думаете, что лекарство, которое вы принимаете, вам помогает, а в действительности оно делает вашу проблему всё хуже и хуже. Такова ситуация в сансаре. Думайте таким образом, что корень всех ваших проблем – это неясное понимание себя и феноменов. Феномены не существуют такими, какими они мне кажутся.

С таким чувством, каким образом вам нужно медитировать? В первую очередь вы привносите смерть на путь Дхармакаи. Каким образом вы это делаете? Итак, с тремя основами пути визуализируйте в своём сердце слог ХУМ, из этого слога ХУМ свет исходит во все десять сторон света. Все живые существа и места, в которых они пребывают, превращаются в свет. Все живые существа и места, где они пребывают, поскольку всё это превратилось в свет, далее всё это растворяется в вас. Далее то, что вы визуализируете перед собой в Поле заслуг, – ваш Духовный Наставник, все божества – также превращаются в свет и растворяются в вас, в вашем сердце, где располагается слог ХУМ. Далее всё ваше тело также растворяется в свете и растворяется в слоге ХУМ, который располагается в вашей сердечной чакре.

Далее вам нужно сосредоточиться только на этом слоге ХУМ в вашей сердечной чакре. Далее, следующее объяснение, которое здесь даётся, это то, что слог ХУМ затем постепенно

снизу вверх также растворяется. Это очень хороший метод для открытия сердечной чакры. Здесь, если вы так поступаете каждый день, тем самым вы каждый день собираете энергию ветра в сердечной чакре и раскрываете сердечную чакру, и далее это может быть очень полезно, когда вы будете практиковать стадию дзогрим, для того, чтобы познать ясный свет. Так у вас очень легко на стадии дзогрим ветер соберётся в сердечной чакре, и вы сможете пережить ясный свет. Стадия керим приводит к тому, чтобы вы созрели для стадии дзогрим. Если вы без стадии керим перейдёте к стадии дзогрим, то это может быть очень опасно.

(Аудиозапись лекции обрывается на сорок шестой минуте).