

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию: получайте учение не только с мотивацией укротить свой ум, но также и с мотивацией достичь состояния будды на благо всех живых существ. С умом, побуждаемым сильными чувствами любви и сострадания ко всем живым существам, получайте учение. С пониманием того, что живые существа хотят счастья, но из-за омрачений создают причины страданий и из-за этого у них ситуация становится хуже. Очень важно понимать, что нет ни одного живого существа, которое являлось бы объектом гнева, все являются объектами сострадания. Какой бы дурной характер они ни имели, насколько бы негативно ни были настроены, вам нужно понимать, что все они страдают от болезни омрачений, находятся под контролем омрачений – это не потому, что они плохие. Очень важно понимать, что нет ни одного живого существа, плохого по природе. Даже с относительной точки зрения скажите себе, что нет ни одного живого существа, которое являлось бы объектом гнева, а с абсолютной точки зрения это еще более сильное положение.

Таким образом, ваш ум должен быть свободен от гнева, и не только это, также он должен быть сильно побуждаем чувствами любви и сострадания. Желайте: «Пусть я смогу достичь состояния будды, чтобы жизнь за жизнью я мог вести всех живых существ к состоянию безупречного счастья». С такой мотивацией бодхичитты скажите себе: «Сегодня я получаю учение по тантре Ямантаки и пусть благодаря этому я смогу достичь состояния будды на благо всех живых существ. Пусть однажды эти отпечатки Махаануттарайога-тантры, и не просто Махаануттарайога-тантры, а отпечатки тантры Ямантаки, пусть однажды они проявятся, и я смогу обрести реализацию союза иллюзорного тела и ясного света», – и далее с такой мотивацией получайте учение.

Итак, мы с вами подошли к этапу, на котором, чтобы привести Дхармакаю на путь, вы визуализируете Поле заслуг и делаете подношения Полю заслуг. Это я уже объяснил. Далее вы принимаете обеты бодхичитты и тантрические обеты. Я вам объяснил, каковы девятнадцать самой пяти дхьяни-будд и вам нужно держать их в чистоте.

Далее, что касается привнесения Дхармакаи на путь, то без того, чтобы ум был сильно движим чувствами любви и сострадания, вы не сможете привнести Дхармакаю на путь. Если с сухим умом вы собираете энергию ветра в центральном канале и визуализируете ясный свет, то в этом случае даже если вы обретете познание ясного света, это станет хинаянской практикой, поскольку ваш ум не будет сильно движим любовью и состраданием, бодхичиттой. Есть история об одном тибетском практике, который выполнял практику тантры Хеваджры и достиг хинаянской реализации более невозвращения. Выполняя махаянскую практику Хеваджры, он достиг хинаянской реализации и это очень странно; это значит, что он не делал упор на бодхичитту. Также, если вы, занимаясь махаянской практикой, делаете упор только на пустоте, то достигнете хинаянских реализаций.

Один человек в Тибете во времена Атиши десять лет провел, медитируя в горах. У того человека, который практикуя Хеваджру, достиг хинаянских реализаций, ситуация все равно очень хорошая, поскольку он был буддистом и достиг определенных буддийских реализаций. А вот этот человек десять лет медитировал в горах и говорил о том, что медитирует на ясный свет. Однажды Дромтонпа спросил у Атиши: «Есть такой человек, который уже десять лет интенсивно медитирует в горах. Скажите, пожалуйста, каких реализаций он достиг?» Атиша в действительности являлся Буддой в человеческом теле и обладал невероятным ясновидением. Гуру Ринпоче, Атиша, лама Цонкапа, все они – эманации Будды Шакьямуни. В текстах говорится о том, что все эти три мастера являлись эманациями, воплощениями ламы Тиме Пэлдена, который является Наставником трех миров. Это Будда в облике Духовного Наставника Ламы Тиме Пэлдена приносит благо существам всех трех миров. Атиша, проверив своим ясновидением, сказал Дромтонпе:

«Жалко, этот человек все еще не буддист. Он медитировал десять лет и очень жалко, что он до сих пор не буддист, поскольку в его уме нет прибежища».

У него не было прибежища даже личности низшего уровня: страха перед рождением в низших мирах и веры в Будду, Дхарму и Сангху. Если у вас есть эти две причины, тогда это низший уровень прибежища. Если у вас есть страх перед природой страданий сансары через понимание двенадцатизвенной цепи взаимозависимого происхождения, понимание омрачений и взаимозависимой природы явлений, то это средний уровень практики прибежища. Если же вы из страха не только за себя, но и за всех живых существ, находящихся под контролем омрачений, просите: «Будда, Дхарма и Сангха, пожалуйста, защитите не только меня, но и всех живых существ от контроля омрачений», – то это высший уровень прибежища. Поэтому он еще не стал буддистом.

Его Святейшество Далай-лама говорит о том, что одного лишь получения махаянского учения недостаточно, вам нужно стать последователем Махаяны. Просто говорить: «Я буддист» – недостаточно, вам нужно стать буддистом. Каков критерий становления буддистом? Это происходит в тот момент, когда вы от всего сердца принимаете прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе по одной из трех причин: либо из страха перерождения в низших мирах, либо из страха перед сансарой, либо из страха перед тем, как живые существа возвращаются в сансаре. По меньшей мере, у вас должен быть страх перед рождением в низших мирах. Это как минимум. Потому что если вы принимаете прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе из-за страха перед какими-то проблемами этой жизни, то это не является прибежищем. Вы принимаете прибежище так: «Пусть в моей семье не болеют дети», как будто вы идете к шаману. Просьбы ради удачи в этой жизни – это не прибежище. Вы идете в буддийский храм и просите у Будды защитить вас, дать вам это и это. Это не прибежище.

В буддийских республиках настоящих буддистов очень мало, поскольку большинство людей принимают прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе из страха перед проблемами этой жизни. Тогда они идут к шаману или идут в буддийский храм, разницы в этом случае нет, потому что причина, по которой они это делают, – желание спастись от проблем этой жизни, и это не становится практикой Дхармы.

Поэтому перед тем, как вы принесете Дхармакаю на путь, ваш ум должен быть очень сильно побуждаем четырьмя безмерными. Эти четыре безмерных очень важны перед тем, как вы принесете Дхармакаю на путь. Итак, когда вы выполняете садхану, то большой упор делаете на развитие четырех безмерных. Это самое главное. После развития четырех безмерных привнесите Дхармакаю на путь, тогда это будет эффективным.

Первое – безмерная любовь. Что касается безмерной любви, я не буду вам объяснять это подробно; существует такая четверичная безмерная любовь. Первое – вы думаете о том, как живым существам не хватает счастья. Сансара обладает природой страдания, как же они могут испытывать настоящее счастье? Мастера Кадампы говорят, что в сансаре нет ни одного мгновения настоящего счастья, даже такого маленького, как кончик иголки. Потому что до тех пор, пока наш ум находится под контролем омрачений, мы все время испытываем либо страдание страданий, либо страдание перемен, а всепроникающее страдание у нас есть всегда, все время. Даже если вы сидите достаточно довольный и думаете, что не испытываете никаких страданий, в действительности у вас все равно в этот момент присутствует какое-то страдание, например, от переедания или вам стало жарко, жарче чем до этого. Если вы проанализируете, то увидите, что определенные страдания у вас все равно есть. Дело в том, что мы испытываем много крайних видов страданий, поэтому не замечаем эти маленькие страдания. И поскольку ум находится под контролем омрачений, то в уме по-настоящему нет покоя.

Вы едете отдыхать в Турцию или Грецию, и в это время ваше тело отдыхает, но в уме счастья нет. Вы думаете о том, что будете дальше, когда вы вернетесь обратно на работу; где ваша подруга или муж; чем они занимаются; приходят разные мысли, и счастья в уме нет. Ум не может отдохнуть. Люди отдыхают телом, но ум у них не отдыхает. Потом, когда вы приедете обратно, вы говорите: «Я устал». Почему? Вы поехали отдыхать, но еще больше устали. Поэтому живые существа, даже когда они отдыхают, даже когда приобретают что-то материальное, все равно они испытывают природу страданий. Думайте об этом. Если вы правильно понимаете учение по четырем благородным истинам, то вы скажете, что в сансаре нет ни одного живого существа, которое бы испытывало настоящее счастье. Как говорил Будда: «Только нирвана является покоем».

Итак, преисполнитесь сильного чувства любви и подумайте: «Пусть все живые существа обретут счастье. Как было бы хорошо, если бы все живые существа обрели счастье! Я приведу их к безупречному счастью. Будды и бодхисаттвы, пожалуйста, благословите меня на осуществление этого». Что касается чувства любви, то если вы думаете таким образом, но чувство любви у вас не порождается, тогда вам нужно подумать о методе из семи пунктов причины и следствия, о том, как все живые существа были вашими матерями, как они были добры по отношению к вам. Если вы думаете таким образом, но все равно у вас не порождается чувство, тогда используйте метод замены себя на других или объедините эти два метода. Используйте любые средства до тех пор, пока у вас не появится сильное чувство любви. Если у человека есть очень сильные отпечатки, то в этом случае он может использовать любой из методов и с его помощью породить сильное чувство любви; а если у человека очень сильных отпечатков нет, а есть средние отпечатки, то он может объединить эти два метода.

Если вы объединяете эти два метода, но у вас все равно не возникает чувство любви, ум все равно остается сухим, в этом случае подумайте о непостоянстве и смерти, о драгоценной человеческой жизни, о страдательной природе сансары, о четырех благородных истинах. Потому что, как говорил Шантидева: «Тот, кто не может себе пожелать обрести ум, полностью свободный от омрачений, безупречное счастье, состояние нирваны, не сможет пожелать этого и другим». Поэтому, если после проведения медитации у вас не появляется чувство любви, в таком случае нужно понять, что у вас очень слабый фундамент, и вам нужно вернуться к размышлениям о четырех благородных истинах, о непостоянстве и смерти, о драгоценной человеческой жизни. Лама Цонкапа говорил, что размышляя о драгоценной человеческой жизни, непостоянстве и смерти, вы уменьшаете привязанность в этой жизни. Если вы медитируете о карме и о страдательной природе сансары, четырех благородных истинах, то уменьшаете привязанность к сансаре. Это все – очень важные положения для развития таких чувств. Более подробно я не объясняю, поскольку у меня нет времени.

Далее вы порождаете безмерное сострадание. Вы думаете о том, как все живые существа непрерывно страдают, в особенности от всепроникающего страдания. Как говорил лама Цонкапа, живых существ несут четыре реки страдания, и они пойманы в путы загрязненной кармы, у них цепляние за истинность находится под сильной защитой. В дополнение к этому их полностью покрывает тьма неведения, что делает их цепляние за истинность еще сильнее. У нас есть сильное цепляние за истинность, но кроме этого цепляния за истинность, за самобытие, если мы считаем себя независимо субстанционально существующими, то это еще больше усиливает наше цепляние за истинность. Кроме этого мы также считаем это «я» постоянным, думаем, что будем жить очень долго. Далее мы думаем, что «я» и сансарические объекты – это объекты счастья.

Непостоянное вы считаете постоянным, то, что обладает природой страдания, вы считаете счастьем, бессамостное вы считаете чем-то таким самостным, уродливую природу вы воспринимаете как красоту. Свое тело, которое состоит из плоти, костей, уродливое по природе, и тела других вы считаете красивыми, то есть ваше цепляние за истинность сверху покрывает большое количество других неведений. Из-за этого вам постоянно вредят три вида крокодилов, то есть три страдания. Если вы думаете о том, что живые существа пребывают в такой природе страданий, то порождаете сильное сострадание. Если вы думаете таким образом о себе, о своей ситуации, то порождаете отречение, а если вы думаете, что другие живые существа находятся в такой же ситуации, то порождаете сострадание.

Первый момент в безмерном сострадании такой: вы желаете всем живым существам освободиться от страдания, второй – думаете: «Как было бы хорошо, если бы они были свободны от страданий», третий – вы думаете: «Я освобожу их от страданий» – это сверхнамерение. Как только вы порождаете сверхнамерение, то в следующий же миг у вас возникает такая мысль: «Пусть я достигну состояния будды, чтобы по-настоящему осуществить это». Это бодхичитта, это результат. Когда причина полностью завершена, то результат – желание достичь состояния будды на благо всех живых существ породить уже нетрудно. И четвертое – вы просите: «Будды и Бодхисаттвы, пожалуйста, благословите меня на то, чтобы осуществить это».

Третье – это безмерная радость. Здесь вы думаете точно так же: «Как было бы хорошо, если бы все живые существа освободились от страданий и никогда не разлучались со счастьем! Пусть все живые существа освободятся от страданий и обретут счастье. Пусть живые существа никогда не расстаются со счастьем». Что касается любви, то вы желаете: «Пусть все живые существа будут счастливы», а безмерная радость – это когда вы думаете: «Пусть все живые существа не расстаются со счастьем». Здесь есть небольшая разница – вы думаете о том, чтобы с тем счастьем и той радостью, которую они обретают, пусть они никогда не расстаются с ними. Здесь в конце вы думаете: «Будды и Бодхисаттвы, пожалуйста, благословите меня на то, чтобы осуществить это».

Четвертое – безмерная равностность, здесь вы говорите: «Пусть мой ум сохраняет равностность, свободную от делений на друзей и врагов, пусть я смогу пребывать в таком состоянии». Далее третьим пунктом думайте так: «Я сделаю это». Порождайте еще более сильную решимость, принимайте на себя ответственность: «Я сделаю так, чтобы мой ум обрел равностность, освободился от делений людей на друзей и врагов». И четвертое – просите: «Будды и Бодхисаттвы, пожалуйста, благословите меня на осуществление этого».

Далее автор говорит о том, что таким образом визуализировать перед собой Поле заслуг для накопления заслуг и развития четырех безмерных, – это более глубинно. Это то, что делает саму практику более эффективной.

Далее сама практика привнесения Дхармакаи на путь. Она объясняется в двух главах. Первая – объяснение объекта тренировки, и каким методом его тренировать. Вторая – как медитировать на пустоту ума. Теперь первое – объясняется объект, основа для тренировки и какими методами тренировать его.

Основа для тренировки. В настоящий момент мы обрели драгоценную человеческую жизнь, родились на континенте Дзамбулинг, то есть на Земле. У нас есть уникальные шесть элементов, которые очень благоприятны для того, чтобы натренировать свой ум в практике тантры. У нас есть очень хорошая система энергетических каналов, капель, энергии ветра, которые очень благоприятны для того, чтобы за одну жизнь достичь тантрических

реализаций. Мы обладаем этим невероятным телом, это невероятная удача, но не только это, мы встретились с полным учением по Дхарме, в особенности с учением Ваджраяны. Поэтому те существа, которые появляются в других чистых землях, где нет тантрического учения, или те, кто рождается в мире богов с Индрой и Брахмой, видят нас и сорадуются, они даже думают: «Пусть я смогу обрести такую жизнь». Это такая драгоценная человеческая жизнь, которой мы обладаем сейчас, – нам посчастливилось встретиться с полным учением по Дхарме, с учением по тантре, с учением ламы Цонкапы. Это является объектом восхищения жителей некоторых чистых земель, даже обитателей миров Индры и Брахмы. Они восхищаются этим. Возможно, жители миров Индры и Брахмы несколько лет назад, когда видели вас, испытывали сострадание к вам. Они думали: «Какая бессмысленная человеческая жизнь». Это было несколько лет назад, а потом вы встретились с Дхармой, то есть ваш ум повернулся к Дхарме, и благодаря встрече с Духовным Наставником ваша жизнь стала драгоценной человеческой жизнью.

Вам нужно понимать, что когда вы родились, ваша жизнь была просто человеческой жизнью, она не была драгоценной человеческой жизнью. В тот момент ваша жизнь была точно такой, как у всех других людей в нашем мире, просто человеческая жизнь. Когда в буддизме говорится о драгоценной человеческой жизни, то речь идет не о жизни всех людей в нашем мире, поскольку не у всех есть такие восемнадцать характеристик. Это также очень хорошее положение, чтобы размышлять о доброте Духовного Наставника, когда вы думаете: «В тот момент, когда я встретил Вас, моя жизнь стала драгоценной человеческой жизнью». И поэтому это невероятная доброта Духовного Наставника. Он сделал вашу жизнь драгоценной человеческой жизнью и объектом восхищения обитателей чистых земель и тех, кто живет в мирах Индры и Брахмы. Итак, драгоценная человеческая жизнь, тело, которое имеет особенную систему каналов и так далее, все это очень подходит для практики тантры.

Теперь основа тренировки. Вам надо понимать, что когда мы спим, вся наша энергия ветра растворяется в сердечной чакре. Это естественный процесс. Каждый вечер, когда вы засыпаете, вы проходите через такой процесс маленькой смерти, бардо и затем, когда просыпаетесь, это как перерождение. Когда мы засыпаем, наш ум становится все тоньше и тоньше, и затем в какие-то мгновения он становится ясным светом, но мы не распознаем это состояние. Потом у нас сразу же начинаются сновидения, и после какого-то периода сновидений мы просыпаемся.

В момент смерти происходит настоящее растворение четырех элементов. Элемент земли растворяется в элементе воды, элемент воды растворяется в элементе огня, элемент огня растворяется в элементе ветра, элемент ветра растворяется в сознании. В этот момент возникают четыре разных видимости. Здесь мы по-настоящему не привносим смерть на путь, не используем ее в практике, это делается на стадии дзогрим. Здесь на стадии керим мы визуализируем эти вещи. Поэтому очень важно визуализировать процесс умирания, это для вас очень хорошая подготовка к смерти, когда вы визуализируете растворение элементов. Итак, здесь возникают разные видимости и далее, когда грубое сознание растворяется во все более и более тонком сознании, возникают другие видимости. Таким образом, ваш ум сводится к ясному свету. Это объяснение основы тренировки. Вы сводите ум к ясному свету. В момент смерти такое происходит по-настоящему. Здесь вы визуализируете, как растворяются ваши четыре элемента, затем более грубые виды сознания растворяются в тонких и возникают восемь разных видимостей. Это общее объяснение. Здесь мы рассмотрели основу для тренировки.

Что касается метода тренировки, то поскольку мы испытываем наитончайшее состояние ума, ясный свет, то речь идет о ясном свете по подобию и ясному свету по сути. Когда ваш наитончайший ум ясный свет обретает концептуальное постижение пустоты, то это ясный

свет по подобию. Когда ваш наитончайший ум ясный свет обретает прямое постижение пустоты, то это ясный свет по сути – это объяснение метода тренировки.

Основа – это то, что наши четыре элемента растворяются в друг друга, грубые виды ума также постепенно растворяются в более тонких. И мы доходим до самого наитончайшего ума ясного света – это основа, основа тренировки. Такое происходит во время сна, это происходит автоматически. Такое происходит и во время смерти. Также вы можете это осуществить в процессе медитации. Когда вы проникаете в центральный канал, то естественным образом четыре элемента растворяются друг в друге. Грубые виды ума растворяются в более тонких, а те в свою очередь в еще более тонком уме, и затем все это растворяется в самом наитончайшем уме, который называется «ясный свет». Это основа тренировки.

Далее, что касается метода, который тренирует эту основу. Основа – это наш наитончайший ум ясный свет. Ясный свет, который вы переживаете через основу, то, что объясняется в основе, когда этот наитончайший ум обретает концептуальное постижение пустоты, то он становится ясным светом по подобию и это метод, то есть он становится путем.

Когда ваш ясный свет ума не познает абсолютную природу феноменов, даже если у вас есть переживание ясного света, но вы не замечаете это переживание, то это основа, ясный свет основы. Когда ваш ум сводится к ясному свету, и вы пребываете в этом состоянии, и не только это, но вы также концептуально познаете пустоту, то это становится ясным светом пути. Далее, когда посредством тренировки вы обретаете прямое постижение пустоты ясным светом, то он становится ясным светом по сути. Это путь. Здесь мы говорим о представлении основы, пути и результата. Нет, пока не результата, пока мы говорим о пути.

А теперь – результат или плод. Когда ваш наитончайший ум ясный свет обретает прямое постижение пустоты (здесь приводится тантрический термин «освобождение видением»), в следующий же миг вы полностью освобождаетесь от всех омрачений – это уникальная особенность тантры, то, чего нет в сутре. В дзогчене применяется такой термин как «освобождение видением», и в махамудре есть такой термин. Многие люди как-то неправильно это понимают, они думают, что если они увидят ясный свет, то освободятся от сансары, но это не так. Поэтому они смотрят на ясный свет, спрашивают – кто и как видит ясный свет. Некоторые учителя спрашивают о том, какой ясный свет они видели. Они отвечают, что вчера он был синий, а сегодня он беловатый. Если вы будете так смотреть, то никогда не увидите ясный свет.

В Прасангике Мадхьямаке говорится, что ум не может увидеть ум, это невозможно, так же как ваш орган зрения не может увидеть сам себя. Это невозможно. Это пустая трата времени. Когда вы медитируете на ясный свет, вы не просто стараетесь увидеть ясный свет, не просите благословения на то, чтобы вы обрели видение ясного света и после этого освободились. Это не так. Вы всю свою жизнь можете стараться рассмотреть свой ясный свет, но так и не сможете увидеть ясный свет, это невозможно. Что вы можете – это по мере того, как будут растворяться ваши энергии ветра, ваш ум будет становиться все тоньше и тоньше, затем вы на сто процентов сможете пережить ясный свет, без ошибок.

Методы, представленные в махамудре и дзогчене, можно очень легко понять ошибочно. Если у практика есть очень большие отпечатки практики махамудры и дзогчена из предыдущих жизней, то в этом случае духовный наставник может провести для него введение в ясный свет. После этого он будет пребывать в медитации, будет медитировать на ясный свет, его ум будет становиться все тоньше и тоньше, и он сможет пережить ясный свет. Это тоже возможно.

В «Шести йогах Наропы» говорится, что есть два метода введения в ясный свет: не прямой и прямой. Прямой метод – это когда духовный наставник объясняет характеристики ясного света. Например, если люди никогда не видели океана, то им дается объяснение, что океан выглядит так-то и так-то. На основе этих объяснений они обретают переживание ясного света. Это прямой метод. Непрямой метод – это когда не говорится, что океан – это то-то и то-то, и что ваш ясный свет – это то-то и то-то. Вам даются такие объяснения, что вам нужно плыть по такому-то каналу, затем по такому-то каналу и тогда вы выплывете в океан. Другой пример: на улице много людей, и вам нужно узнать среди этих людей свою мать, которую вы никогда в жизни не видели. Прямой метод – когда духовный наставник вам объясняет, что ваша мама – это такая-то женщина, блондинка, носит такую-то одежду. Но там много блондинок, много людей в похожей одежде, и вы можете перепутать свою мать с другими людьми, тогда вы впустую потратите свое время. Поэтому здесь лучше применить не прямой метод.

Непрямой метод объясняется в «Шести йогах Наропы», и в тантре Ямантаки также большой упор делается на не прямой метод. Здесь в качестве непрямого метода я не даю вам таких объяснений, что ваша мама – это женщина со светлыми волосами, она носит такую-то одежду, потому что я знаю, что вы легко можете спутать ее с другими женщинами, поскольку очень много женщин выглядит одинаково, они похожи друг на друга. Для вашей безопасности в этом случае я делаю то, что всех остальных людей, кроме вашей матери, развожу по помещениям, и говорю вам: кто остался на улице – это ваша мама, и это на сто процентов ваша мама.

Есть практика использования чакр, капель и энергии ветра, и если вы будете их правильно использовать, то у вас есть шанс по-настоящему пережить ясный свет, но это все еще не настоящий ясный свет. Даже хотя вы можете переживать ясный свет, но если он не познает пустоту, то это все еще не путь. Если у вас нет спонтанной бодхичитты, то вы не сможете концептуально познать пустоту ясным светом. Даже если вы обретете такое познание, это не станет махаянской практикой. Это не станет настоящим ясным светом по подобию.

Если ваш ум сильно побуждаем бодхичиттой, и с такой мотивацией ясный свет обретает концептуальное постижение пустоты, то в этом случае это ясный свет по подобию. А когда познание становится прямым, то это одно мгновение, а уже в следующий же миг омрачения полностью исчезают из ума.

В сутре, чтобы перейти с первого на седьмой бхуми, полностью устранить омрачения из ума, необходимо медитировать одну неисчислимую кальпу, постепенно устраняя омрачения: грубые, средние и так далее. Кто-то этот процесс проходит быстрее, но нужно медитировать очень долго, чтобы устранить все омрачения. С того момента, как вы обретаете прямое постижение пустоты грубым умом, вы устраняете грубые омрачения, затем средние омрачения и так далее. Когда вы устраняете самые тонкие омрачения, то вы переходите на восьмой бхуми.

Здесь в тантре используется такой метод, что ваш ясный свет обретает прямое постижение пустоты и в следующий же миг все омрачения исчезают из вашего ума. Пример, который демонстрирует это: если кусок металла покрыт ржавчиной, чтобы очистить все эти пятна с помощью чистящего средства, на это у вас уйдет очень много времени. Но если вы раскаляете металл в очень интенсивном пламени, когда металл начинает плавиться, то даже наитончайшие пятна исчезают в один миг. И поэтому, когда ваш наитончайший ум ясный свет обретает прямое постижение пустоты, то в следующий же миг все омрачения, даже самые наитончайшие, полностью исчезают из ума.

Далее, с иллюзорным телом, когда вы устраните препятствия к всеведению, вы обретете Дхармакаю. Без обретения иллюзорного тела, только лишь с помощью медитации на ясный свет вам будет невозможно устранить препятствия к всеведению. Архаты Хинаяны, хотя имеют прямое постижение пустоты, не могут устранить препятствия к всеведению, потому что не обладают бодхичиттой. Они могут медитировать даже кальпы и кальпы, но не устранят препятствий к всеведению, потому что не имеют бодхичитты. Те, кто практикует махаянскую сутру, обладают бодхичиттой, но если у них не будет иллюзорного тела, то им придется накапливать три неисчислимых эонов заслуг. Без этого они не смогут достичь состояния будды, не смогут устранить препятствия к всеведению.

В тантре без накопления трех неисчислимых эонов заслуг можно достичь состояния будды за одну жизнь, поскольку иллюзорное тело покрывает вот это накопление трех неисчислимых эонов заслуг. Поэтому вам важно понимать, что даже в практике махамудры и практике дзогчена без иллюзорного тела или без радужного тела невозможно достичь состояния будды. Нужно делать упор на обеих этих практиках. Если вы создаете прямые причины Дхармакаи, но при этом не создаете прямые причины Рупакаи, то невозможно стать буддой. Прямая причина Дхармакаи – это ясный свет по сути, прямая причина тела формы Будды – это иллюзорное тело. С помощью ясного света и иллюзорного тела обретается результативный ясный свет, ясный свет плода, то есть Дхармака. Дхармака и Рупака возникают спонтанно, одновременно, и невозможно так, чтобы сначала возникла Дхармака, а потом Рупака. И поскольку эти два результата возникают одновременно, то и две причины также должны существовать одновременно.

Здесь автор говорит, что очень важно иметь теоретическое понимание основы тренировки, метода тренировки этой основы – пути и результата, к которому приводит этот путь. Если у вас есть такое теоретическое понимание, то в то время, когда вы привносите Дхармакаю на путь, вы понимаете цель этой медитации.

Второе – непосредственная медитация на пустоту ума, что является привнесением Дхармакаи на путь. Как вам это делать? В первую очередь вы визуализируете себя Ямантакой. Вы думаете: «Чтобы принести благо всем живым существам, мне нужно достичь состояния будды. И не только это, я должен стать буддой как можно скорее, чтобынастоящему приносить им благо, а для этого мне нужно пережить ясный свет. Когда я переживу ясный свет, и он обретет прямое постижение пустоты, тогда я возникну как Дхармака. Одновременно с этим, чтобы приносить благо живым существам, мне необходимо иметь тело формы. Это невероятная форма, которая может производить бесчисленное множество эманаций. И тогда мне остается только одно – это жизнь за жизнью приносить благо бесчисленному множеству живых существ». С таким намерением это огромная сильная позитивная карма. С таким намерением, если вы прочитаете одну мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, вы создадите огромную позитивную карму. С таким сильным намерением думайте так: «Когда я достигну Дхармакаи, и потом из Дхармакаи возникнет Рупака, мое тело сможет эманировать бесчисленные тела, которые будут давать учение там, где нужно учение, а где нужна еда, там они дадут еду. Когда живые существа страдают от болезни, я смогу лечить эти болезни. Я буду эманировать разные тела спонтанно, там, где это нужно живым существам, там я и буду присутствовать. Тогда я смогу спонтанно проявлять доброту по отношению к живым существам. Не просто говорить красивые слова. Если так получится, как это хорошо! А сейчас я хочу начать создавать такие причины».

С таким намерением вам нужно выполнять следующую визуализацию. Из вашего слога ХУМ, из того, что, по сути, является великим блаженством, имеет форму света (слог



красного или синего цвета). Автор говорит, что в разных коренных текстах объясняется по-разному, поэтому нет разницы: либо синий, либо красный цвет. Это невероятно хороший текст. Такой детальный. Потому что в большинстве книг по кериму такой общей теории нет. Просто говорится: Дхармакая и все. Это очень подробный текст и вы должны быть очень рады. Я подробно объясняю вам все это, потому что в будущем на основе этого учения выйдет текст. И если вы будете проводить ретрит по Ямантаке, то чем больше у вас будет информации, тем более эффективной будет ваша практика. Когда вы будете готовить книгу на основе этих учений, то излагайте в ней четко главы и подзаголовки и так далее. А те сторонние советы, которые я иногда даю, или шутки, не включайте в этот текст. Иногда вы так делаете, но это неправильно. Есть такая книга, где говорится, что сказал Борис Дондоков, зачем это нужно? В это время я хочу, чтобы всем было весело, говорю, что Борис Дондоков кашляет или смотрит на девушек, это не нужно писать.

У вас нет точного понимания того, что должно входить в тексты, поэтому вы туда включаете все. Иногда, когда я вижу, что люди немного засыпают, я специально шучу, чтобы они проснулись, но включать эти шутки в текст – это неправильно. Если что-то не связано с основной темой, иногда я даю какое-то учение или советы, специально предназначенные для ситуации этих людей, которые слушают это учение, если они не связаны с основными положениями, с главной темой, то не включайте их. Вам нужно понимать эти вещи. Я даю советы тем людям, которые будут редактировать этот текст. То, что сейчас было сказано, тоже не включайте в этот текст.

Из слога ХУМ исходит свет либо красного, либо синего цвета в десять направлений, сначала он освящает или дотрагивается до всех тех мест, где пребывают живые существа, и очищает их. Он касается всех живых существ, которые пребывают в этих местах, и они тоже очищаются. То есть очищается полностью все – и место пребывания и сами живые существа. Что касается этих мест пребывания живых существ, то это бесчисленные вселенные. Когда свет озаряет все это, он благословляет эти места и живых существ, которые пребывают в этих местах. После этого вы визуализируете, что место пребывания всех живых существ превращается в свет и растворяется в живых существах. Далее эти живые существа растворяются в свете, и все это растворяется в Поле заслуг, которое пребывает перед вами.

Сейчас мы говорим о процессе привнесения Дхармакаи на путь. Поле заслуг, которое пребывает перед вами, все растворяется в вашем коренном Духовном Наставнике, который является главной фигурой в виде Будды Ваджрадхары. Будда Ваджрадхара растворяется в свете и растворяется в вас. Далее ваше тело сверху и снизу постепенно растворяется в сердечной чакре. В сердечной чакре вы визуализируете слог ХУМ, это означает, что все растворяется в слоге ХУМ, – это ваш наитончайший ум ясный свет основы представлен в виде слога ХУМ.

Под слогом ХУМ эта петелька называется щаджу, она растворяется в слоге ХА. Вместе с этой петелькой слог становится ХУМ, а когда она растворяется в слоге ХА, это уже не ХУМ, а ХА. Эта петелька растворяется в нижней части слога и слог уже не ХУМ, а ХА. ХА плюс МА, то есть ХАМ. Далее ХАМ также снизу растворяется в верхней части, а верх слога ХАМ растворяется в полумесяце; полумесяц растворяется в капле. Если вы знаете, как пишется этот слог, то вы знаете, что это полумесяц – даце, над ним располагается капля, а над ней такой зигзаг – это нада. Даце растворяется в капле, капля растворяется в нада. А нада постепенно растворяется в сфере пустоты. Здесь во время стадии дзогрим у вас появляются различные видения, и вам не нужно как-то визуализировать эти видения. Автор здесь это говорит, это правильно. В других текстах описан мираж и так далее, потом вы здесь не держите концентрацию, думаете про мираж, про беловатый свет, красноватый свет.

Здесь он ничего не говорит про это. Вы концентрируетесь на слоге, потом – ясный свет и пустота. Все эти знаки не надо визуализировать. Здесь все эти видимости визуализировать не нужно, потому что, когда вы по-настоящему будете медитировать, все видимости у вас будут проявляться сами собой.