

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией сделать свой ум здоровым, с мотивацией достичь состояния будды ради блага всех живых существ. С безначальных времен и по сей день вы все время думаете о себе, стараетесь заботиться о себе, но при этом не знаете, как правильно это делать. Вы любите себя, иногда слишком сильно, но не знаете, как правильно себя любить. Порой вы ненавидите себя. Это происходит из-за того, что вы не знаете философии.

Учение по четырем благородным истинам очень важно, оно раскроет ваши глаза, и вы поймете – как о себе правильно заботиться. Самый лучший способ – это позаботиться о здоровье своего ума. Если вы себе желаете обрести безусловно здоровое состояние ума, то это – безусловная любовь к себе, такое желание необходимо. Вы все время думаете, что, если обретете какие-то объекты, если люди будут уважать вас, то станете счастливыми. Но это не любовь к себе. Из-за таких мыслей вы начнете себя вести, как будто вы – особый человек, это некрасиво. Далее ваш эгоистичный ум начнет развиваться, и вы решите, что являетесь самым главным, что все должны вас уважать. Это глупый способ заботы о себе.

Учение по четырем благородным истинам является базой махаянского учения, поэтому оно очень важно. В махаянском учении говорится, что, даже если вы любите себя безусловно, даже если безусловно заботитесь о себе – этого недостаточно, потому что это забота об одном существе. Другие живые существа страдают так же, как и вы, поэтому вам необходимо заботиться о них точно так же, как вы заботитесь о себе, о безусловном здоровье своего ума. Рассматривайте себя в качестве примера и желайте: «Пусть все живые существа обретут безусловно здоровое состояние ума». Это махаянский подход. Однако одного желания тоже недостаточно, вам необходимо претворить его в жизнь. Чтобы осуществление этого желания стало практичным, думайте: «Пусть ради блага всех живых существ я достигну состояния будды».

Желание достичь состояния будды на благо всех живых существ – это не только доброта, не только сострадание, это мудрое состояние ума. Мой Учитель говорил, что в этом желании заключается полное учение о принесении блага всем живым существам. На основе этого учения вы можете обрести убежденность в том, что это осуществимо. Каждое утро, когда вы просыпаетесь, вам нужно порождать махаянскую мотивацию: «Пусть я достигну состояния будды на благо всех живых существ».

В настоящее время, когда вы открываете утром глаза, вам на ум сразу же приходит множество странных желаний, но это неправильно. Это карма. Главная карма – ментальная, она движет и физической, и вербальной кармой. Ментальная карма – это намерение. Если с утра у вас порождается намерение кому-то навредить, тогда, даже если вы просто пьете чай, вы создаете негативную карму. Если с таким намерением вы начинаете точить нож, то каждым движением создаете негативную карму. Если вы затем идете в направлении того места, где хотите кого-то убить, то каждый ваш шаг – это негативная карма.

Если же у вас появляется намерение сделать что-то хорошее, тогда ваше чаепитие становится позитивной кармой. Если у вас сильна привязанность к различным объектам, и в таком состоянии вы читаете мантры, думаете, что, благодаря начитыванию мантр получите все желаемое, обретете большую силу, сможете влиять на врагов, так вы копите негативную карму. Если вы порождаете позитивное намерение: «Пусть я достигну состояния будды на благо всех живых существ», – и просто пьете чай, это само по себе становится мощной позитивной кармой. Даже вдохи и выдохи становятся позитивной кармой. Позитивная карма называется «заслуги». Чтобы достичь реализаций, вам нужно накопить много заслуг.

Лама Цонкапа говорил, что вначале, пока ваш ум еще не очень остр, вы не можете хорошо анализировать текст, не можете, как полагается, уловить его смысл, не можете запомнить текст. Если вы медитируете, а в вашем уме не происходит никаких изменений, в этот момент надо положиться на Поле заслуг – это сущностное наставление. Лама Чопа, Гуру-йога, союз блаженства и пустоты, имеет большое значение для вас, как начинающих практиков. Здесь с самого начала и до конца вы полагаетесь на очень мощный объект накопления заслуг – Поле заслуг. Тем самым вы накапливаете заслуги, очищаете негативную карму, далее медитируете и достигаете реализаций.

Главный объект в Поле заслуг – ваш Духовный Наставник. Ваше намерение – достичь состояния будды на благо всех живых существ. Что касается метода, каким образом сделать это как можно скорее, то это – практика необычной Гуру-йоги, Лама Чопа. В тексте «Лама Чопа» есть строки, в которых говорится: «Для того чтобы достичь состояния будды как можно скорее, я выполняю эту практику Гуру-йоги».

В этом тексте, посвященном Гуру-йоге, мы с вами уже закончили предварительные практики и дошли до рассмотрения самой практики, которая объясняется в четырех главах. Первая глава: в Поле заслуг вы визуализируете Духовного Наставника и всех божеств. Вторая глава: семичленное подношение Полю заслуг вместе с подношением мандалы. Третья глава: искреннее, сильное молитвенное обращение с высокой верой и уважением к Духовному Наставнику, который является источником всех реализаций. Четвертая глава: выполнение рефлексивной медитации на весь путь сутры и тантры и получение благословения.

Первое – визуализация Поля заслуг – объясняется в двух подзаголовках. Первый подзаголовок – визуализация Духовного Наставника в окружении всех божеств. Второй – призывание существ мудрости. Рассмотрим первый подзаголовок. Лама Цонкапа в своем тексте «Сорок два вопроса, заданных с чистой мотивацией» говорит: «Если вы не знаете ответы на эти сорок два вопроса, то вначале вам не нужно медитировать, спускайтесь с гор и постарайтесь найти ответы на все эти вопросы. Только после этого отправляйтесь в медитацию, иначе это будет пустой тратой времени». Если вы не знаете, как правильно практиковать, если вы упустите самое главное, то сколько бы ни занимались практикой, вы никогда не добьетесь результата.

Вы хорошо знаете из химии, что, если вы делаете химический опыт, и у вас не хватает какого-то химического компонента, то вы можете проводить реакцию сотни, тысячи раз, это не имеет значение, вы все равно не добьетесь результата. Вы думаете, что, если сто тысяч раз сделаете одно и то же, Бог решит, что вы достаточно потрудились и благословит вас. Но это нереально, так не бывает. Аналогично, здоровый ум и духовные реализации возникают благодаря стечению всех факторов, всех причин и условий, если вы упустите хотя бы одно, вы не добьетесь результата. Вам необходимо знать полное учение о том, как достичь реализаций, только после этого идите в горы и медитируйте, тогда сможете быстро обрести реализации.

Один из сорока двух вопросов Ламы Цонкапы – где визуализировать своего Духовного Наставника? Ответ на него следующий. Один из его великих учеников сказал, что Духовного Наставника нужно визуализировать, главным образом, в трех местах. Для совершения подношений, для накопления заслуг визуализируйте его перед собой со всеми божествами. Духовный Наставник должен быть воплощением всех божеств. Чтобы получить благословение, визуализируйте его у себя над головой и просите о даровании вам благословения для укрощения ума. В этом случае вы сможете получить невероятное

благословение на укрощение ума. Третье, чаще всего визуализируйте Духовного Наставника в своем сердце в виде Будды Ваджрадхары.

В одной из песен Миларепа говорил: «Мой Духовный Наставник в виде Будды Ваджрадхары пребывает в моем сердце и благословляет мой ум, поэтому мне не нужно ехать в паломничество по святым местам, чтобы святые места благословили меня». Однажды Речунгпа обратился к Миларепе со следующими словами: «Я хотел бы поехать в Индию, посетить святые места, чтобы получить благословение». Миларепа ответил: «Ехать по святым местам с тем, чтобы получить благословение, – это хорошо. Ты можешь получить какое-то благословение, но если ты визуализируешь своего Учителя в облике Самбхогакаи в своем сердце, то это просто невероятное благословение». Поэтому чаще всего визуализируйте своего Духовного Наставника в облике Самбхогакаи в вашем сердце, в форме Будды Ваджрадхары и начитывайте мантру «ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЕ». Это практика Гуру-йоги, очень мощный способ накопления заслуг. Если вы будете так делать, тогда никакие препятствия не смогут встать на вашем пути.

Итак, это три места, где следует визуализировать Духовного Наставника. В коренных текстах объясняется множество разных способов визуализации Духовных Учителей, но все они входят в эти три способа. Визуализируйте своего Учителя перед вами в обычном облике или в форме Будды Ваджрадхары. Также над своей головой, в обычной форме или в форме Будды Ваджрадхары. Также в своем сердце нужно визуализировать Учителя, либо в обычной форме, либо в форме Будды Ваджрадхары. Вам необходимо использовать и то, и другое. Это все равно что актер играет разные роли, но при этом его суть остается одной и той же. Все эти объяснения о том, как визуализировать Учителя, даются на основе коренных текстов по тантре.

Что касается визуализации Поля заслуг перед собой, где в качестве главной фигуры вы визуализируете своего Духовного Наставника, эти объяснения я раньше уже вам давал. Центральная фигура – ваш Духовный Наставник в облике Ламы Цонкапы, восседающий на троне. В сердце Ламы Цонкапы – Будда Шакьямуни. В сердце Будды Шакьямуни – Будда Ваджрадхара. Это тот, кто называется Лама Лобсанг Тубванг Дордже Чанг. Лама – это ваш Духовный Наставник. Лобсанг – это Лама Цонкапа. Поэтому думайте так, что ваш Духовный Наставник в действительности – Лама Цонкапа. «Тубванг» означает, что в действительности Лама Цонкапа – это Будда Шакьямуни. Вы визуализируете в сердце Ламы Цонкапы Будду Шакьямуни. Дордже Чанг: здесь вы думаете о том, что Будда Шакьямуни – это та форма, его нирманакая, которая присутствовала в этом мире две с половиной тысячи лет назад. Сейчас вы визуализируете эту форму, такого тела в настоящий момент не существует. В действительности Будда Шакьямуни – его ваджрное тело – это Будда Ваджрадхара, оно является вездесущим, свободным от смерти и рождений.

С точки зрения Махаяны, в особенности, тантраяны, что касается ухода Будды из жизни, в грубом теле Будды находилось его ваджрное тело, которое называется самбхогакая, это Ваджрадхара. Это не было смертью. То, что могли видеть обычные люди, тело Будды Шакьямуни распалось на четыре элемента. Что касается ваджрного тела, оно отделилось от этого. Ваджрное тело Будды Шакьямуни свободно от рождения и смерти и является вездесущим. Самбхогакая Ваджрадхара – вездесущее тело Будды. Везде, где есть вера в Будду, перед вами будет присутствовать Будда в качестве Будды Ваджрадхары. Вам нужно думать, что Будда Шакьямуни в действительности – это Будда Ваджрадхара. Поэтому центральная фигура – Лама Лобсанг Тубванг Дордже Чанг – это ваш Духовный Наставник.

Линии передачи учения. Справа вы визуализируете линию обширного метода, слева – линию глубинной мудрости, сверху – линию передачи тантры. Вы можете увидеть это на

изображении. Под Ламой Цонкапой располагается одиннадцать уровней тронов из лотоса. Первые два уровня – божества махаануттарайога-тантры. Гухьясамаджа, Ямантака, Калачакра, Чакрасамвара – это главные божества. Под этими двумя уровнями идут божества йога-тантры. Следующий уровень – божества чарья-тантры. Под ними – божества крия-тантры: Авалокитешвара, Манджушри, Ваджрапани и так далее. Затем – тысячи будд, которые придут в наш мир в эту кальпу. Под ними располагаются бодхисаттвы. Следующий ряд – архаты-пратьекабудды. Под ними – архаты-шраваки. Следующий ряд – даки и дакини. Под ними – защитники Дхармы.

Если вы знаете, каковы эти одиннадцать уровней лотосов, то для вас этого достаточно. У вас будет общее представление, что это Поле заслуг. Дерево, исполняющее желание, возникает из союза блаженства и пустоты. Из сферы пустоты возникает дерево, исполняющее желания, с одиннадцатью рядами тронов. У него золотой корень.

Очень важно знать: какова мандала тела вашего Духовного Наставника, – и визуализировать это. Когда вы визуализируете Учителя перед собой, визуализируйте его мандалу тела. Если вы знаете, как правильно визуализировать мандалу тела Духовного Наставника, то обретаете невероятные преимущества, для самого Учителя это значения не имеет. Для вас Духовный Наставник является проводником всех будд, как оракул, через него вы получаете все учения от будд, все благословения. Является он буддой на самом деле или нет – не имеет значения. Я знаю, что я – не будда, но, если вы будете смотреть на меня, как на будду, вам это будет выгодно.

В коренном тексте тантры Чакрасамвары божество Чакрасамвара говорит: «Если ученик с сильными верой и уважением делает подношение Духовному Наставнику, даже если Духовный Наставник – не будда, я войду в тело этого Духовного Наставника, приму эти подношения и дарую благословение». Сакья Пандита сказал, что, как бы ярко ни светило солнце, без увеличительного стекла вы не сможете разжечь огня. Точно так же, каким бы мощными ни были будды трех времен, без увеличительного стекла Духовного Наставника вы не сможете обрести огонь благословения. Поэтому Лама Цонкапа говорил, что корень всех духовных реализаций – это преданность Учителю. Когда вы практикуете тантру, вам нужно видеть своего Учителя неразделимым с божеством, это очень важно.

Я объясню вам, какова мандала тела на примере визуализации Ламы Цонкапы перед собой. Точно такую же визуализацию вы можете проводить в отношении вашего Духовного Наставника, когда вы его видите напрямую перед собой. Когда я вижу Его Святейшество Далай-ламу, я визуализирую мандалу его тела. Делая такую визуализацию, я даже не могу смотреть ему в глаза, не могу разговаривать о нем без уважения, мне не приходит в голову фотографироваться с ним, тем более держась за руку. Вы так не умеете, поэтому стараетесь сесть поближе к Его Святейшеству, трогаете его, фотографируетесь с ним, прикасаетесь к его голове своими руками, это позор. Мой Учитель Пананг Ринпоче, когда получал учение Его Святейшества, даже не смотрел на его лицо, он сидел перед воплощением всех божеств, ему в голову не приходило сесть рядом или сфотографироваться.

Говорится, что благословение Духовного Наставника не зависит от того, как близко вы от него находитесь. Если вы сидите далеко и ничего не видите, но при этом порождаете сильные веру и уважение, то получите самое мощное благословение. Представляйте мандалу его тела, тогда благословение сразу придет к вам. Это сущностное наставление – каким образом визуализировать мандалу тела вашего Духовного Наставника – является практичным и невероятно полезным для вас.

У вас сейчас много негативной кармы и мало заслуг. Если бы у вас было много заслуг, вы бы давно получили реализации, поэтому не думайте, что вы – особенные люди. Лишь благодаря доброте вашего Учителя проявилась ваша одна позитивная карма, и вы встретили Наставника. Подлинные мастера прошлых времен говорили, что в такой критической ситуации, как у вас, если вы получите сущностные наставления, то хотя у вас и мало заслуг, но вы постоянно визуализируете мандалу тела вашего Духовного Наставника, совершаете ему ментальные подношения, молитвенно обращаетесь к нему, порождаете к нему сильные веру и уважение, то в поздний период вашей жизни вы станете людьми с невероятными заслугами. Даже мирской бог или сабдак, увидев вас, станут относиться к вам с уважением. Поэтому вам нужно сделать упор на эту практику, вначале вам надо накопить заслуги.

Когда у вас будет много заслуг, тогда вы сможете заняться медитацией и уже не сойдете от нее с ума. Если вы будете медитировать в точности, как вам сказал Учитель, у вас сразу появятся реализации, вы даже сможете стать буддой за одну жизнь. Если вы хотите заняться бизнесом, вначале для вас самое главное – это капитал. Если он у вас есть, тогда все ваши планы осуществимы. Если у вас нет капитала, ваши красивые планы – просто пустая бумага. То же самое и с духовной практикой. Если у вас нет духовного капитала – заслуг, вы ничего не сможете сделать. Медитация на ясный свет без заслуг – это смешно. Аналогично тому, как для нефтяного бизнеса необходим очень большой капитал, для практики тантры нужны огромные заслуги.

Из всех учений это является невероятно практичным для вас. С большой радостью в уме вам нужно подумать, что теперь вы знаете метод, как накопить большие заслуги за короткое время. Для обретения духовных реализаций, для достижения состояния будды вам нужно понимать, что в начале самое мощное, что можно сделать, – это накопить огромное количество заслуг и очиститься от большого количества негативной кармы. Я вам об этом говорил, когда вы выполняли ретрит по Ямантаке. Если вы сделаете это правильно, то позже в какой-то момент я скажу, чтобы вы выполнили этот ретрит для достижения реализаций стадии керим, затем – для обретения реализаций стадии дзогрим. В этом случае вам нужно уйти в полную изоляцию в уединенном месте.

Когда ваши заслуги будут огромными, вы сможете отправиться в любое место, у вас не будет никаких проблем при этом. Если вы будете медитировать в горах, защитники Дхармы в обычном человеческом теле будут приносить вам пищу. В Тибете есть такая поговорка: если медитирующий не спустится с горы, если он не упадет с этой горы, пища сама закатится к нему в гору. В Тибете не было ни одного случая, когда бы какой-то практик медитации сидел в горах и умер там от голода. Таких историй нет, и не будет.

Мандала тела Духовного Наставника очень важна, вам нужно знать, как ее визуализировать. Каждый раз, когда вы видите Его Святейшество Далай-ламу, визуализируйте мандалу тела Духовного Наставника. Здесь вы представляете перед собой Ламу Цонкапу, его мандалу тела нужно визуализировать следующим образом. Во лбу у него – белый Вайрочана с супругой. Вайрочана – это божество, символизирующее чистоту совокупности формы. Я говорил вам до этого, во время учения, что такое пять скандх, каким образом они трансформируются в пять дхьяни-будд, сейчас нет на это времени. «Я» – это название, которое дается пяти совокупностям, скандхам. Если вы не знаете учение сутры, тантрическое учение будет для вас просто абстрактным.

Далее, в горле Ламы Цонкапы вы визуализируете Будду Амитабху с супругой, красного цвета. Будда Амитабха символизирует чистоту совокупности различения. В сердце Ламы Цонкапы вы визуализируете Будду Акшобхью с супругой, синего цвета. Что касается Ламы Цонкапы, когда его ментальная совокупность трансформируется, становится чистой, то это

чистота и есть Будда Акшобхья. Если ментальная совокупность вашего Духовного Наставника полностью очищена, тогда это – Будда Акшобхья. Визуализируйте его с супругой в сердце, синего цвета. В области пупка визуализируйте Будду Амогасиддхи. Когда полностью очищена совокупность волевых импульсов – это Будда Амогасиддхи зеленого цвета с супругой – Зеленой Тарой. На четыре дюйма ниже пупка визуализируйте Будду Ратнасамбхаву. Когда полностью очищена совокупность ощущений, то это – Будда Ратнасамбхаву, божество желтого цвета с супругой.

Когда вы визуализируете пять дхьяни-будд с супругами в пяти местах тела вашего Духовного Наставника, это один из способов визуализации мандалы тела Духовного Наставника. Визуализируйте, что в каждой поре Духовного Наставника находится архат. В его глазах, ушах, носу и так далее визуализируйте божеств и бодхисаттв. В его руках и ногах визуализируйте защитников Дхармы. Когда Духовный Наставник касается вас своей рукой, убираются все ваши препятствия, поскольку в его руке пребывает защитник Дхармы. В ногах Духовного Наставника также располагаются защитники Дхармы, поэтому, если Учитель пройдет по земле, по песку и оставит следы, то вы можете собрать песок из этих следов, принести его к себе домой, он защитит вас от препятствий. С такой визуализацией мандалы тела Духовного Наставника породите сильную веру и уважение к нему и начитывайте мантру «ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЕ». Визуализируйте его либо перед собой, либо над головой, либо в своем сердце.

Как призывать существ мудрости после того, как вы визуализировали перед собой Поле Заслуг? Автор говорит, что, когда вы призываете существ мудрости, здесь нет такого процесса, что они приходят откуда-то издалека и растворяются в фигурах Поля заслуг. Когда у вас порождается сильная вера, и вы визуализируете перед собой Будду Ваджрадхару, в этот момент Будда Ваджрадхара, существо мудрости, уже присутствует. Будда говорил, что везде, где у человека зарождается сильная вера в него, он всегда будет присутствовать перед ним, для него не требуется какое-то особое приглашение.

Зачем же тогда специально призывать существ мудрости? Автор говорит, что мы, обычные живые существа, без процесса призывания божеств мудрости не можем породить сильную веру в этот объект. В соответствии с нашими наклонностями ума, мы в первую очередь визуализируем перед собой Поле заслуг, затем призываем существ мудрости, и они пребывают, растворяются в Поле заслуг. После этого у нас возникает чувство, что теперь перед нами действительно присутствуют эти существа мудрости.

У некоторых людей даже после такой визуализации все равно не возникает сильная вера в то, что перед ними присутствуют существа мудрости. Поэтому это важно – как можно чаще выполнять такую визуализацию. Без призывания существ мудрости визуализация будет еще более абстрактной, потому что мы, люди, сильно полагаемся на наше грубое видение. Если мы видим какой-то объект, то можем как-то оценить его, если не видим, у нас не возникает ощущение ценности объекта. Это происходит из-за ограниченности нашего ума. Даже если я говорю с обычной, мирской точки зрения, вы все равно цените что-то конкретное, что можете перед собой увидеть. Если вы чего-то не видите, то не цените этого.

В нашей жизни время – это самое важное, вы знаете об этом. Его невозможно купить за деньги. Но, поскольку вы не видите времени, то не очень-то цените его, провести время впустую – для вас не проблема. Иногда вы говорите, что время остановилось, время не идет. Вы торопите время, в этот момент ваша голова плохо работает, вы не цените время. Затем, когда возникает проблема, вы говорите, что у вас нет времени. Сначала вы не цените время, потом у вас не хватает времени, чтобы решить свои проблемы, вам нужно везде успеть, вы не успеваете дышать. Это происходит из-за дебютной ошибки. Если делать все дела

вовремя, заранее, ценить время, то у вас не будет таких проблем. Я не говорю сейчас о духовном, я говорю о простых мирских вещах. Это свойство ограниченности обычных людей. Что касается божеств, Поля заслуг, то эти объекты вы не видите своими глазами, поэтому также не осознаете их ценности.

Вы можете подумать: «В буддизме говорится, что состояние будды находится в моих руках, зачем же мне нужны божества? Будда не может подарить мне состояние будды. Зачем мне тогда визуализировать Поле заслуг?» Хотя вы уже до какой-то степени атеисты, такое учение иногда может сделать вас еще большими атеистами. Во имя буддизма вы утверждаете, что никто не может подарить вам нирвану, что ваша нирвана – в ваших руках. Потом это может понравится вашему эго, вы ни перед кем не захотите склонять голову, будете думать, что все зависит только от вас, в этом тоже есть опасность.

Поэтому для каждого учения нужен учитель, который даст правильную интерпретацию. Тогда вы можете обрести уверенность в себе, но не превратиться в высокомерного человека. Если вы думаете, что все в руках божества, что сами вы ничего не можете сделать – это тоже неправильно. Здесь надо понимать золотую середину. Ваше состояние будды, полностью развитый потенциал вашего ума и устранение всех ограничений – в ваших руках, но при этом, без помощи Будды, без помощи божеств, вы не сможете достичь такого результата. Все взаимосвязано. Вы также зависите и от живых существ. Без живых существ вы не можете практиковать щедрость и терпение, поэтому вы не можете стать буддой без них.

Без божеств, без Духовного Наставника тоже невозможно достичь состояния будды. Вы зависите от всех них, но ваша зависимость от Духовного Наставника и божеств больше, чем от других живых существ. Если сравнивать Духовного Учителя и божеств, то здесь от Духовного Наставника вы зависите больше, поскольку он является корнем всех реализаций.

С одной стороны, состояние будды находится в ваших руках: если вы ничего не делаете, то будды и божества ничем вам не смогут помочь. Вы должны проявлять активность. С другой стороны, теория взаимозависимости говорит, что нет ничего самосущего. Когда нет ничего самосущего, все взаимозависимо, даже от маленького фактора. Экономисты это понимают, они знают, что капитал и план – это самое главное, но и от маленьких факторов бизнес тоже зависит. Когда у вас открыты глаза, вы будете заботиться обо всем. Точно так же состояние будды зависит от большого количества факторов. Визуализация Поля заслуг, благословение Духовного Учителя и божеств – это очень важные факторы для достижения состояния будды.

Вам необходимо понимать, что состояние будды сильно зависит от вас, но без опоры на Учителя и божеств вы не сможете достичь состояния будды. Это срединное понимание. Вам нужно осознавать, что вашу нирвану, ваше состояние будды никто не сможет вам подарить. Только лишь молиться недостаточно, необходимо создать полную причину достижения состояния будды. Поэтому в буддизме нет такого, что, если вы долго читаете мантры или молитвы, то Будда скажет, что даст вам реализации.

Благословение Будды работает так, что ваш ум легко меняется. Благословение в буддизме рассматривается не так, как в других религиях, где есть вера в то, что божество может подарить благословение, сделать вас каким-то особенным человеком. В буддизме благословение – это сила, которая помогает вам трансформировать ваши тело, речь и ум, помогает сделать их более позитивными. Когда вы пребываете рядом с Духовным Наставником, вы получаете благословение поэтому вам легче меняться. Если вы находитесь рядом с Учителем, у вас не возникает странных желаний, например, выпить водки. Благодаря благословию ваш ум становится более укрощенным и добрым. Даже если вы

занимаетесь практикой, вы получаете удовольствие от этого, если Учитель находится перед вами. Это называется благословением.

Чтобы породить сильную веру в такой объект, как Поле заслуг, которое вы визуализируете перед собой, важно провести процесс призывания и растворения существ мудрости. Тогда в вашем уме возникнет мысль, что теперь перед вами действительно присутствует прочная объектная основа, некое божество. Когда вы читаете слова призывания существ мудрости, визуализируйте перед собой Поле заслуг. Над ним появляется Поле заслуг существ мудрости, и, когда вы произносите «ДЗА ХУМ БАМ ХО», оно растворяется. Таким образом, есть три шага. Вначале вы визуализируете, что над вашим Полем заслуг, которое вы визуализировали, появилось новое Поле заслуг. Вы думаете, что существа мудрости всех десяти сторон света появились над визуализируемым вами Полем заслуг в качестве нового Поля заслуг. Затем вы производите растворение. После этого они становятся едиными. Тогда перед вами появляется невероятный объект для накопления заслуг.

Если вы сделаете одно небольшое подношение такому объекту, то накопите невероятно большие заслуги. Говорится, что сотни кальп вы можете жертвовать пищу обычным существам, но если вы сделаете подношение бодхисаттве, то в силу объекта это будут большие заслуги. Если сравнивать подношение тысяче бодхисаттв и одно подношение Будде, то подношение Будде будет более весомым, также в силу объекта. Лама Цонкапа говорит, что одно подношение Духовному Наставнику принесет вам больше заслуг, чем подношение сотням и тысячам будд, потому что Учитель – это воплощение всех будд, их представитель, даже если он сам не достиг состояния будды. Поле заслуг – это невероятно мощный объект, который вы можете визуализировать перед собой каждый раз, когда выполняете практику. В этом случае даже небольшая практика будет очень мощной. Мы закончили рассматривать то, как визуализировать мандалу тела Духовного Наставника и Поле заслуг, как призывать существ мудрости.

Я хотел бы, чтобы молодежь проявляла больше активности, больше бы влияла на других представителей молодого поколения, чтобы у тех возникал интерес к Дхарме, это очень важно. Многие молодые люди в настоящее время пребывают в тупике и не знают, чем им заниматься. В наши дни духовная область стала больше напоминать бизнес. Они видят, что лама берет деньги, далее – молится, и смотрит на это как на какую-то сферу бизнеса. Если учения не будет, если все будут поступать только так, все придет в упадок, это уничтожит буддизм. Вам нужно объяснять, что буддизм состоит не в том, чтобы кто-то молился за вас. В буддизме самое главное – развитие самого себя, каждый сам должен молиться за себя. Вдохновляйте на это других людей, тогда они постепенно поймут, что в своей жизни они не зашли в тупик, что есть много всего, что можно было бы открыть, что можно было бы осуществить. Молодому поколению сейчас необходимо такое учение, поэтому не довольствуйтесь просто своим пониманием Дхармы и своей хорошей ситуацией, помогайте молодым людям вокруг вас, чтобы их ум повернулся к Дхарме, чтобы их жизнь стала значимой.

Это важная работа, которую вам также надо выполнять. Для этого необходимы книги. В нашем издательстве «Дже Цонкапа» год от года выходит все больше книг. Книги полезны для начинающих, для того чтобы оказать хорошее влияние на представителей молодого поколения. Поэтому вам нужно продумать, как сделать так, чтобы эти книги были доступны людям, как организовать библиотеку, например. Я хочу подчеркнуть, что центр «Зеленая Тара» имеет образовательную цель, это место, где можно учиться. Это центр для развития, для собственных молитв и практики, а не для того чтобы за вас молился кто-то другой. Когда я уеду, я хотел бы, чтобы здесь продолжалась активная деятельность, у вашего



председателя есть хорошее понимание Дхармы, я хотел бы, чтобы он помогал другим людям в обретении знаний.

Делиться с другими знаниями не означает, что вы обязательно должны быть Духовным Наставником. Вы можете просто по-дружески делиться хорошими советами, обсуждать различные вопросы. Если у вас возникает какое-то несогласие, обсуждайте это. Когда вы приняли кого-то как Духовного Учителя, тогда вы не можете обращаться к нему с любыми вопросами, которые у вас возникают. Если же это друг по Дхарме, вам очень легко задать ему любой вопрос, в том числе скептические и даже циничные. С друзьями по Дхарме легко совершать собственные открытия.

Вам необходимо составить расписание, в соответствии с которым вы бы проводили обсуждение различных тем по философии. Кроме этого, важно организовать воскресную школу для детей, где вы могли бы обучать их правильному начитыванию мантр, простым визуализациям, рассказывали бы им истории о жизни Будды, учили бы их этике и так далее. Детям необходимо объяснять, что такое буддийская этика, какие действия являются негативной, а какие – позитивной кармой. Такое обучение очень важно.

На Байкале, когда во время лекций играли дети, пятилетний ребенок говорил, что злиться нельзя, это негативная карма. Если детям объяснить, что злоба приводит к негативной карме, они успокоятся. Нужно рассказывать им, что негативная карма – это как яд. Она наносит вред тому человеку, кто совершает негативные действия. У детей чистый ум, если им сказать, что так говорил Будда, они сразу поверят в закон кармы, потому что в их головах пока еще мало что есть. Если им объяснить, что такое позитивная и негативная карма, что негативную карму нельзя совершать, что позитивную карму нужно копить, они будут поступать так, как им сказали. Результат будет хорошим. Ум взрослого человека хитрый, он озабочен мирской деятельностью, внутри мы с вами верим в быстрый результат, а не в закон кармы.

Вера, которая возникает при отсутствии ясного понимания, все равно помогает совершать правильные действия. Поэтому важно объяснять детям закон кармы, что хорошо, что плохо, как можно и нельзя думать. Нужно рассказывать им, что представляют собой десять негативных карм: три негативных кармы тела, четыре негативных кармы речи и три негативных кармы ума. Такую деятельность нужно вести на благо молодого поколения, в том числе и детей.

В Калмыкии мои старшие ученики центра «Ченрези» активно помогают школам. Они проводят занятия, поскольку у школьников недавно появился предмет – религиозное образование. Когда я был в большом городе в Калмыкии, об этом мне говорил сам директор школы. Недавно я встречался с министром образования Бурятии. Он приезжал на Байкал во время ретрита. Он попросил о помощи, и я рассказал ему о том, что некоторые из моих старых учеников обладают достаточной квалификацией, чтобы помогать школам. Он ответил, что это очень хорошо и обратился с такой просьбой. Старшие ученики, обладающие более глубокими знаниями, также должны проявлять активность и помогать молодому поколению.

Это то, что вам необходимо делать и ради собственного развития, и ради помощи другим. Если в наши времена упадка вы все усилия прикладываете только к собственному развитию, это тоже нехорошо. Это критический период, поэтому какое-то время нужно уделять другим, помогать им обретать знания и сохранять буддизм. Если бы я все усилия прикладывал только к собственному развитию, то не смог бы помогать возрождать здесь буддизм. Его Святейшество направил меня сюда, поскольку знал, насколько критическая

сложилась ситуация. Хотя в наши дни мало людей, которые искренне хотели бы медитировать в горах, он должен был пожертвовать мной в этом смысле.

Вначале у Его Святейшества Далай-ламы были совершенно другие планы в отношении меня. Он хотел, чтобы я стал хорошим практиком медитации. Но в 1992 году Далай-лама приехал с визитом в Россию, и жители Бурятии, Тувы и Калмыкии обратились к нему с просьбой о помощи в возрождении буддизма, поэтому он изменил свой план и направил меня сюда. Я знаю, что заниматься собственным развитием – это очень хорошо. Но сейчас я веду деятельность по возрождению буддизма и несу за это ответственность, поэтому хочу вам сказать, чтобы вы не были эгоистами, не занимались только своей практикой, помогайте также и другим людям. Если вы станете буддами, ваша главная деятельность – это помогать другим. Тем не менее сейчас, хотя вы еще не достигли состояния будды, вы уже можете оказывать помощь другим, это будет очень хорошо. Однако здесь важен баланс. Если вы слишком сильно вовлечены в деятельность по помощи другим, совершенно не занимаетесь своей практикой, это тоже неправильно.

Я желаю вам всего наилучшего в практике. Также важно, чтобы все жили в гармонии.