

Итак, как обычно вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, а также с мотивацией достичь состояния будды на благо всех живых существ. Очень важно получать учение, будучи свободными от трех изъядов сосуда и с шестью осознаниями.

Среди шести осознаний самое важное – это осознание себя больным человеком. Мы все являемся страдающими от болезни омрачений. Это правда. Эта болезнь омрачений одна из самых худших болезней в нашей жизни. Из-за этой болезни омрачений возникают все наши страдания, и все физические болезни возникают из-за этой болезни. Если вы не исцелите болезнь омрачений, то, сколько бы вы ни принимали лекарств от физических болезней, вы не сможете полностью исцелиться от них. Сколько бы вы ни старались решить свои проблемы, не исцелившись от болезни омрачений, все равно ситуация будет такова, что вы решаете одну проблему, а на смену ей приходят еще более тяжелые две или даже три проблемы. Так проблемы никогда не будут решены. И поэтому лучший метод решения всех проблем – это излечение от болезни омрачений – укрощение своего ума.

Когда вы помогаете живым существам хлебом или деньгами, то завтра они снова проголодаются. Поэтому вы не можете принести благо живым существам, просто поделившись с ними хлебом, деньгами, накормив их. Самый лучший способ помочь – это помочь им исцелиться от болезни омрачений. Чтобы излечиться от своей болезни омрачений и излечить других от болезней омрачений, самый лучший метод – это достижение состояния будды. Думайте таким образом: «Ради собственного блага пусть я достигну состояния будды! И ради блага всех живых существ пусть я достигну состояния будды! Это моя безошибочная цель. Я никогда не оставлю этой цели!» Не отказываться от бодхичитты – это обет бодхичитты.

Мы с вами обсуждаем то, как медитировать на Ламрим. Медитация на Ламрим – это укрощение ума, исцеление от болезни омрачений. Если вы хотите излечиться от болезни омрачений, то вам нужно делать это систематично, с очень хорошим систематичным подходом, тогда вы сможете полностью исцелить свою болезнь омрачений. Если у вас нет систематичного подхода, если вы какое-то наставление услышали здесь, какое-то там, что-то прочитали в книге и так стараетесь медитировать с этим, то вместо излечения от болезни омрачений ваша ситуация, ваша болезнь может стать еще хуже. Вместо того чтобы сделать свой ум более нормальным, если вы не знаете, как медитировать систематично, то вы можете сделать свой ум еще более ненормальным.

В прошлом некоторые приводили свой ум к состоянию безупречного здоровья и достигали высоких реализаций, благодаря правильной медитации. А у других в силу медитаций ум становился более ненормальным. Это показывает, что те, кто медитирует систематично, искусно, достигают высоких реализаций. А те, кто не знает, как правильно медитировать, занимаются медитацией в неправильном порядке, без систематичности, без хорошей стратегии, их ум становится более ненормальным. Посмотрите в историю, и вы очень ясно сможете обнаружить это. И лама Цонкапа говорил, что очень важно медитировать, но еще важнее знать, как правильно медитировать.

Очень важно копить знания, но если речь идет об ошибочных знаниях, то лучше вообще не иметь знаний. Если есть выбор между тем, чтобы вообще не иметь знаний и получить ошибочные знания, то в этом случае лучше вообще не иметь знаний. Ошибочные знания приводят к еще большим проблемам. Если ваши знания чисты, вы получили их от подлинного Учителя, который является держателем непрерывной линии преемственности учений, то знание будет очень полезным. В наши дни во имя духовного распространения много выдуманых учений, таких учений-фантазий, вам нужно быть очень осторожными с

ними. Такое учение звучит красиво, но при этом, если вы практикуете, оно не дает никакого результата. Поэтому в прошлом все высокие мастера в Тибете всегда давали учения, основываясь на коренных текстах и без такой опоры как коренной текст, не передавали учений. Я чувствую, что это по-настоящему важный способ сохранения чистого учения.

Что касается медитаций, то различают два вида медитаций. Вначале вам необходимо знать, что такое медитация. Медитация – это не что-то мистическое. На тибетском это слово звучит «гом» и смысл этого слова очень прост – «гом» означает «освоение», «привыкание». Привыкание к чему? В сансаре наш ум привык к негативному образу мышления. У нас есть очень дурные привычки, связанные с негативным образом мышления. «Гом» означает, что в процессе медитации вы приучаете свой ум к позитивному образу мышления. Это называется «медитация».

Чтобы приучить свой ум к позитивному образу мышления, вам необходим богатый материал. Различают два вида медитаций: однонаправленное сосредоточение и аналитическая медитация. Что касается медитации для развития однонаправленной концентрации, то это не является главной целью, а является лишь инструментом для того, чтобы далее более эффективно проводить аналитическую медитацию. Если сравнивать между собой развитие однонаправленной концентрации и аналитическую медитацию, то нужно понимать, что аналитическая медитация важнее. С помощью аналитической медитации вы можете развить три основы пути, что является главной причиной достижения состояния будды. Чтобы обрести такие реализации трех основ пути как прямое познание и также спонтанные чувства, вам необходимо развитие высокого уровня однонаправленной концентрации – шаматха.

Поэтому такая медитация как однонаправленная концентрация и аналитическая медитация должны поддерживать друг друга. Не игнорируйте ни один из этих двух видов медитаций и говорите себе: «Я хотел бы развить шаматху с той целью, чтобы далее реализовать три основы пути и благодаря этому достичь состояния будды на благо всех живых существ». Даже развитие трех основ пути не является нашей главной целью, а наша цель – достичь состояния будды. Но даже не это главная цель. А главная цель – это приносить благо всем живым существам, и для этой цели вы хотите достичь состояния будды.

Корень буддизма, корень Махаяны – это любовь и сострадание. Поэтому, если у вас нет даже запаха любви и сострадания, но при этом вы называете себя практиком Махаяны, то вы большие лжецы. Если вы не можете вытерпеть небольшого счастья других людей, если у вас порождается зависть, в этом случае у вас нет даже запаха любви и сострадания. Вы обещаете приносить благо живым существам, дарить им счастье, но если они сами обретают какое-то небольшое счастье, как же вы можете расстраиваться из-за этого? Это очень ненормально. Такое очень ненормальное состояние ума возникает из-за отсутствия понимания учения по четырем благородным истинам. Поэтому обдумывайте учение по четырем благородным истинам, и ваш ум станет немного шире. С таким более широким взглядом проводите аналитическую медитацию по темам Ламрима, в особенности по четырем благородным истинам, и тогда ваш ум будет становиться еще шире и более мудрым.

Теперь, что касается медитации на Ламрим, то корень всех реализаций – это преданность Учителю. Поэтому для практики вам необходимо медитировать, начиная с преданности Учителю. Чтобы представить людям Дхарму, представить Учение Будды, его необходимо начинать с четырех благородных истин. Когда Будда достиг состояния будды, то первым он не передавал учения по преданности Учителю, а первым он передал учение по четырем благородным истинам.

Благодаря общему пониманию учения по четырем благородным истинам люди в целом обретали понимание, что такое сансара, что такое нирвана, и также они порождали желание обрести безусловно здоровое состояние ума. И когда у них появлялось такое желание, то возникал вопрос: каким же образом им на деле обрести безусловно здоровое состояние ума, как достичь состояния будды на благо всех живых существ, какую практику выполнять?

Лама Цонкапа объяснял в Ламрине, что корень всех реализаций – это преданность Учителю, тогда начинайте с развития преданности Учителю. Поэтому для практики, для достижения реализаций вам необходимо начинать с такой медитации, как медитация на преданность Гуру. Потому что если вы совершите ошибку с преданностью Учителю, будете сохранять неуважительное отношение к Духовному Наставнику, сколько бы вы ни медитировали, вы не достигните реализаций, поскольку у вас отсутствует фундамент. Преданность Гуру как хороший фундамент для двадцатиэтажного дома, и поэтому мастера в прошлом уделяли очень много внимания достижению реализаций в преданности Гуру. Мастера Кадампа в прошлом говорили о том, что очень трудно достичь реализации преданности Учителю, но как только вы добьетесь реализации преданности Гуру, остальные реализации придут к вам очень быстро.

В первую очередь я расскажу вам, каков критерий достижения реализации преданности Гуру. Вы должны держать в своем уме, что вы хотите достичь такого уровня реализации преданности Учителю, и тогда все реализации придут к вам спонтанно, как в прошлый раз я упоминал, каковы восемь преимуществ преданности Учителю. Критерий должен быть следующий: благодаря медитации в течение длительного времени для вас не должно быть разницы – Духовный Наставник это или божество, это как одно существо, которое является в разных аспектах. Духовный Наставник и божество становятся единым целым, для вас нет разницы между ними, и вы также не находите божеств, отдельных от вашего Духовного Наставника. Как только вы вспоминаете о Духовном Наставнике, то сразу же спонтанно у вас возникает мысль: «Это Будда Ваджрадхара». А как только думаете о Будде Ваджрадхаре, то у вас появляется мысль: «Это мой Духовный Наставник». Когда благодаря аналитической медитации вы достигаете такого уровня реализации преданности Учителю, это называется спонтанной реализацией и это то, чего очень трудно достичь без шаматхи.

Следующий критерий. Вам необходимо развить такую преданность Учителю, что, как бы ни действовал Духовный Наставник, вы совершенно не замечаете каких-либо недостатков в его деятельности и наоборот трансформируете кажущиеся недостатки в еще большую веру. Итак, вы думаете: «Если бы Духовный Наставник явил себя в своем безупречном теле – теле Будды Ваджрадхары, я бы его не смог увидеть, и то, что он является мне как обычный человек, иногда ведет себя как-то очень просто – это еще большая его доброта по отношению ко мне», – так вы усиливаете свою веру.

Итак, в прошлый раз мы рассматривали тему медитации на преданность Гуру и рассмотрели восемь преимуществ вверения себя Духовному Наставнику. Теперь рассмотрим восемь видов ущерба от неверения, нарушения преданности Учителю. Это очень полезно помнить наизусть: восемь преимуществ вверения Духовному Наставнику, восемь видов ущерба от нарушения преданности Гуру, а также все важные пункты в теме развития веры и уважения. Для вашей собственной медитации это будет очень полезно и в будущем, если вы будете давать учение, то вам не нужна будет книга, поскольку все основные положения вы будете помнить наизусть. Если все пункты вы помните наизусть, то можете вспоминать эти пункты, когда, например, едете в метро, в этом случае это будет аналитическая медитация. Вместо того чтобы думать: «Он казал то-то. Она сказала то-то. У меня нет этого, нет того. Какой кошмар!» – вместо этого порождайте здоровые мысли. Также иногда обдумывайте

положения медитации на драгоценную человеческую жизнь. Это тоже здоровые мысли. Тогда у вас не будет такого момента, что вы скажете: «Сегодня время очень долго тянется. Мне скучно», – потому, что любое свободное время для вас будет очень драгоценным, вы будете порождать здоровый образ мышления, ваше лицо будет светиться, внутри ум будет очень здоровым, и ваше физическое тело тоже станет очень здоровым.

В вашей жизни должно быть очень важное правило – никогда не лезть в дела других людей и не рассматривать их недостатки, потому что это не ваше дело. Ваша главная цель – помочь им освободиться от болезни омрачений. А если вы будете помогать прямо сейчас, в настоящий момент, то вы не сможете особо помочь. Вы постараетесь им как-то помочь, что-то сделать для них, но не сможете им особо помочь и можете даже разозлиться: «Почему у меня не получается им помочь? А почему мне не помогают другие люди?» – и так начнете думать много плохого о других. Если вы не знаете, как правильно помогать, то, стараясь как-то помочь другим, вы не сможете этого сделать, и вместо этого сами разозлитесь, обретете негативный настрой в отношении других, начнете плохо думать о других. И есть опасность, что вы полностью потеряете всю свою доброту.

Второе правило – непрерывно следить за своим телом, речью и умом, все время проверять, что они делают, не оставлять их без контроля. Это второе важное правило.

Третье – это решимость. Никогда не сдавайтесь. Никогда не бросайте работу на благо всех живых существ, работу для достижения состояния будды на благо всех живых существ. Это ваш обет.

Четвертое – никогда не вредите живым существам. Вы, в том числе, взяли такой обет никогда не вредить другим. Это четвертое. Четвертое – вы должны думать: «Если я не могу помочь, то, по меньшей мере, я не буду никому вредить». Это ваше четвертое правило.

И пятое – это терпение. Очень важно терпеть, это самая лучшая стратегия для развития вашего ума. И для здорового тела вам также необходимо терпение. Терпение для того, чтобы не есть слишком много, терпение, чтобы выполнять какие-то упражнения, благодаря этому ваше тело тоже становится здоровым. Это золотые слова. Без терпения у человека не будет ни здорового тела, ни здорового ума. Если еда вкусная, то человек съест слишком много, у него не будет терпения, которое в какой-то момент остановит его. Без терпения вы также не сможете заниматься и физическими упражнениями. В какой-то момент вы скажете себе: «Ну, это непросто», – и бросите это занятие. Это же относится и к развитию ума.

В развитии ума терпение является очень важным, без него вы не достигнете никакого развития ума. Если вы хотите достичь более высоких реализаций, обрести безупречно здоровый ум, то, не сохраняя терпения по отношению к временным трудностям, вам невозможно будет добиться этого. Вам необходимо будет жертвовать временным мирским счастьем. Без этого невозможно достичь высоких реализаций. Если бы это временное мирское счастье по-настоящему приносило вам покой ума, тогда было бы понятно, но в действительности оно делает вас более несчастными. Поэтому стоит пожертвовать временным мирским счастьем ради высокого развития ума. И такая жертва для людей возможна только благодаря терпению, без терпения невозможно будет пойти на такую жертву. Эти пять правил очень важны. Они должны быть правилами вашей жизни.

Итак, первое – это то, что вы никогда не вмешиваетесь в дела других людей, поскольку это не ваше дело. Иногда мы слишком много начинаем интересоваться, чем занимается этот человек, чем занимается другой человек и так далее. В целом нам необходима определенная информация, но нам не нужно слишком вмешиваться в дела других, поскольку это не наше

дело. Это помешает развитию вашего ума. Поэтому первое правило – вы не лезете в дела других людей, в их деятельность.

Второе – это заниматься своим собственным развитием ума. Для этого необходимо постоянно следить за своим телом, речью и умом и контролировать их. И это очень важное правило. Даже на один миг не оставляйте свое тело, речь и ум без контроля. Поскольку в этот момент времени вы можете совершить большую ошибку, и когда кармический отпечаток этой ошибки проявится, это приведет к большому кошмару. Поэтому даже на одно мгновение не оставляйте свое тело, речь и ум без контроля. Это называется практикой нравственности, этики. Таковы правила, поэтому вы также обещайте, что будете это делать. Вы будете постоянно следить за своим телом, речью и умом, вы пообещали.

Третье – это работать ради счастья всех живых существ. Из всех сил старайтесь помогать всем живым существам, в особенности никогда не оставляйте желания достичь состояния будды на благо всех живых существ. От этой цели никогда не отказывайтесь.

Далее четвертое – это не вредить ни одному живому существу по любой причине. Если ради собственного временного счастья вам нужно кому-то навредить, то никогда таких действий не совершайте. Четвертое правило – никогда не вредить ни одному живому существу, уважать права других живых существ. Вы хотите счастья, и они также хотят счастья, поскольку вы не хотите страдать, они тоже не хотят страдать, поэтому не вредите ни одному живому существу. Это четвертое правило.

Далее пятое – терпение. Развивайте терпение. Для достижения высоких умственных реализаций развейте такую силу ума – способность жертвовать временным счастьем. Это то, что возникает благодаря одному лишь терпению. Если в своей жизни вы будете правильно придерживаться этих пяти правил, то даже если весь мир будет молиться о том, чтобы вы не достигли высоких реализаций, вы достигнете высоких реализаций.

Дигнага говорил, что если вы создаете все причины и условия и после этого говорите: «Пусть результат не возникнет», – результат все равно возникнет, поскольку это закон связи причины и следствия. Если вы сажаете семя в горшок с землей и также удобряете, поливаете его водой, то даже если вы скажете этому семени: «Не расти», – оно все равно прорастет. Получится так, что оно немного прорастет, а вы будете дальше молиться: «Пожалуйста, не расти дальше. Я не хотел бы, чтобы ты выросло», – но росток будет расти все дальше и дальше. Но если вы не засеете семя, если не удобрите землю, если не польете ее водой, то тогда можете молиться день и ночь: «Пожалуйста, вырасти что-нибудь!» – но ничего не вырастет. Вы будете молиться: «Бог, пожалуйста, помоги, чтобы здесь цветок вырос», – но он не будет расти. Это не означает, что у бога нет силы. Все существует в рамках механизма связи причины и следствия. Это называется «закон кармы». Будда говорил, что он обладает большой силой, но если сравнивать ее с силой кармы, то сила кармы больше. Таков закон кармы. Если какое-то живое существо создаст негативную карму, и эта карма проявится, то не только я, но и все будды ничего не смогут поделать в ситуации, когда карма уже проявляется.

Итак, это очень важные моменты, которые я раскрыл для вас в качестве советов для достижения ваших духовных реализаций. Очень важно написать на листке бумаги эти пять пунктов, как пять правил вашей жизни для достижения высоких духовных реализаций. Каждый день смотрите на этот список и правильно, как полагается, соблюдайте эти правила в своей жизни.

Теперь аналитическая медитация об ущербе от неверения Духовному Наставнику. Первое. Такие темы, как «Ущерб от нарушения преданности Учителю» и «Ущерб от неверения себя Духовному Наставнику» в некоторых Ламримах рассматриваются отдельно. Ущерб от неверения себя Духовному Наставнику заключается в том, что вы не обретаете всех тех преимуществ, которые рассматриваются в рамках восьми преимуществ от верения себя Духовному Наставнику. Это означает, что если у человека нет Духовного Наставника, если он не полагается на Учителя, он не окажется в аду, то есть здесь нужно заменить этот раздел, нужно, чтобы здесь располагалось восемь ущербов от нарушения преданности Учителю.

Первый ущерб от неверения – это невозможность приблизиться к состоянию будды. Тем, кто нарушает преданность Учителю и тем, кто не полагается на Духовного Наставника, будет очень трудно достичь состояния будды. У тех, кто не полагается на Духовного Наставника, нет проводника в жизни, как же они тогда смогут достичь состояния будды? А те, кто нарушает преданность Учителю, вместо приближения к состоянию будды, будут продвигаться в направлении страданий, их ситуация будет становиться хуже. Это первый ущерб от неверения и от нарушения преданности Учителю.

Второй ущерб: «Все будды и бодхисаттвы будут недовольны мной». Здесь это является не ущербом от неверения, а ущербом от нарушения преданности Учителю. Потому что, если у вас просто нет Духовного Наставника, если вы не полагаетесь на Духовного Наставника, это не означает, что все будды и бодхисаттвы будут недовольны вами. Они будут недовольны, когда вы нарушаете преданность Учителю. Если вы критикуете Духовного Наставника, то это как критика всех будд. Нарушая преданность Учителю, вы закрываете себе двери ко всему счастью в будущем, и поэтому они недовольны вами, потому что вы устремляетесь в ложном направлении. Я говорил вам, что если вы немного хулиганы, если немного совершаете ошибки, то будды и бодхисаттвы не будут недовольны, поскольку для вас все равно остается шанс очиститься от этих ошибок и далее продвигаться в правильном направлении. Но если вы нарушите преданность Учителю, в этом случае вы полностью закроете себе двери к духовным реализациям. Это все равно, что вырвать с корнем свой духовный прогресс. Поэтому в вашей жизни самая худшая ошибка – это нарушение преданности Гуру. Породите такую решимость: «Если я нарушу преданность Учителю, то все будды и бодхисаттвы будут недовольны мной. Поэтому я никогда не нарушу преданности Учителю!» С другой стороны, если вы порадуете своего Духовного Наставника, то все будды и бодхисаттвы тоже будут очень рады. Поэтому для вас вначале самая лучшая духовная практика – это радовать своего Духовного Наставника. Порадовать Духовного Наставника вы можете, пошутив или спев песню, что бы ни радовало его, делайте это, и так вы накопите очень большие заслуги.

Третье: «Мне будет трудно встретиться с истинным Учителем в течение длительного времени». Если вы нарушили преданность Учителю, то результатом будет то, что в первую очередь вы окажетесь в аду. И когда в аду ваша карма исчерпается, и вы снова родитесь человеком, из-за нарушения преданности Учителю жизнь за жизнью вы не сможете встретить подлинного Духовного Наставника. Тогда вам будет очень трудно освободиться от сансары, почти невозможно. Шанс будет, но очень маленький, может быть, из миллиона всего один шанс. Поэтому думайте, что жизнь за жизнью я не встречу с подлинным Духовным Наставником и испытаю ущерб от нарушения преданности Учителю, и поэтому я никогда не буду нарушать преданность.

Четвертое: «Злые духи и враги смогут легко причинить мне вред». Те, кто нарушил преданность Гуру, очень легко становятся жертвами вредоносных духов и так далее. Некоторые думают, что стать жертвой вредоносного духа означает, что человек заболит и

умрет. Но это не так. Когда вредоносные духи вредят, то человек сам становится как демон. Человек становится рабом такого злого духа и становится очень агрессивным, очень опасным человеком. Вы можете увидеть, что у тех, кто нарушает преданность Учителю, глаза становятся красными. Они становятся очень агрессивными, мысли все время очень негативные о других. Дхарма не укрощает их ум, а приводит к тому, что в уме появляется больше гордыни, высокомерия, и затем у них появляется желание стать духовным наставником. Таково влияние таких злых сил. Из-за этого у них и во временном отношении не будет счастья и долговременного счастья им тоже не достичь.

Но если ваша преданность Гуру чиста, это тоже не означает, что вы не будете болеть. Те, кто сохраняют чистую преданность Учителю, иногда заболевают, иногда терпят неудачу в бизнесе. Это становится благословением Духовного Наставника. Но у этих людей, даже если они болеют или терпят неудачу в бизнесе, их лицо и глаза не становятся красными, их лицо все время улыбается, а глаза светятся любовью и состраданием. Их ум остается очень спокойным, поскольку они получают благословение Духовного Наставника. Хотя может быть неудача в бизнесе, может болеть спина и что-то другое, но, тем не менее, они остаются очень счастливыми. Это признак преимущества наличия преданности Учителю. Поэтому не принимайте буквально то, что если человек нарушает преданность Учителю, это означает, что назавтра же он должен сломать себе ноги или как-то заболеть и быстро умереть. Не так. Может быть наоборот, он может жить очень долго, но при этом его жизнь будет продвигаться в негативном направлении, и после смерти он окажется в аду.

Что касается вредоносного духа, то не обязательно речь идет о каком-то внешнем вредоносном духе. Самый худший вредоносный дух – это ваши собственные омрачения. Нет вредоносного духа хуже, чем ваши собственные омрачения. Если вы нарушите преданность Учителю, то будете полностью атакованы, окажетесь полностью под влиянием своего внутреннего вредоносного духа. Тогда даже на один миг вам будет очень трудно породить даже одну какую-либо позитивную мысль. И тогда даже если вы будете получать учение Дхармы, это не поможет вам взрастить позитивные состояния ума, а будет укреплять лишь негативные состояния ума. Ваше эго будет все больше и больше. Поэтому вам нужно понимать смысл этих слов глубже и не воспринимать их буквально.

Пятое: «Достигнутая реализация деградирует». Даже, когда не полностью нарушаете, но, допустим, рассматриваете какие-то недостатки Духовного Наставника или свысока смотрите на своего Учителя, то те реализации, которые у вас есть, сразу же деградируют. Однажды один человек медитировал в горах. Он достиг такой реализации как контроль над четырьмя элементами. И когда у него появился определенный контроль над четырьмя элементами, то на него уже не действовала гравитация, он мог летать. Умение летать – это не какие-то чудеса. Это происходит, если вы обретае контроль над внутренними четырьмя элементами, у вас также появляется контроль над внешними четырьмя элементами, в этом случае гравитация на вас уже не действует, и вы можете летать. Итак, как только он полетел, ему на ум пришла такая мысль: «А мой Духовный Наставник может летать или нет?» И он подумал: «Наверное, нет. Только у меня есть такая реализация – способность летать. Если бы у моего Духовного Наставника была такая реализация, то он бы показал ее нам, но он такого нам никогда не показывал». И как только он пришел к такому выводу, что его Духовный Наставник не имеет такой реализации, не умеет летать, он сразу же упал. В тот момент, когда он упал, его Духовный Наставник давал учение группе учеников. Когда он упал, его Духовный Наставник без всякой причины вдруг засмеялся, и все спросили у него: «Почему вы смеетесь без причины?» Он сказал: «Отправляйтесь к моему ученику, который медитирует в горах, и скажите ему: «Вчера в такое-то время засмеялся наш Духовный Наставник, когда мы спросили его, почему он засмеялся, он сказал нам спросить тебя, потому что ты знаешь причину». Ученики отправились в горы и задали тому практику этот

вопрос. Он сказал: «Я глупец. Вчера я достиг какой-то реализации и сразу же задрал свой нос». И люди тоже, стоит им только немного достичь успеха в бизнесе, сразу же задирают носы: «Я один из самых умных людей. Никто так не умеет, как я». А потом падают с высот и говорят: «Я самый тупой человек». Так нельзя. Появилось немного удачи, отнеситесь к этому спокойно. Если вы настоящее золото, то, когда подует ветер, он не сможет вас сдуть. Вам нужно быть похожими на золото, не быть такими как бумага, которую легко поднимает вверх ветер удачи. Чуть-чуть подул ветер удачи, и вы сразу летаете как бумага, а потом падаете. Вот так нельзя.

В духовной области так же, каких бы духовных реализаций вы ни достигали, вы не должны взлетать как бумага, а должны быть подобны золоту и становиться еще более скромными, как Шантидева. Шантидева, когда жил в монастыре, постепенно достигал все больших и больших реализаций. Он медитировал по ночам, а днем он спал. Другие монахи думали, что этот монах безнадежен, все время спит, и поэтому назвали его «человеком трех осознаний» или человеком, признающим только три вещи: есть, спать и ходить в туалет. И не больше того. Только эти три вещи. Вам нужно быть такими же, как Шантидева, каких бы высоких реализаций вы ни достигали, ведите себя, как обычные люди, тогда вы будете добиваться все большего и большего прогресса. Мастера Кадампа говорили, что духовные реализации подобны огню, и как только у вас разгорается такое пламя духовных реализаций, вам нужно защищать его и не выставлять на ветер, а хранить, тогда вы добьетесь очень богатого ментального развития. Почему богатого? Потому что вы обретете богатый материал.

Почему евреи достигают такого материального богатства? Потому что они прячут свою прибыль. Они не говорят, что зарабатывают очень много, а наоборот говорят, что выручки никакой нет, ездят на простых машинах, одеваются очень просто. Даже когда приходит налоговый инспектор и спрашивает: «Есть ли у тебя какая-либо прибыль в твоём бизнесе?» Этот человек говорит, что у него нет никакой прибыли. – «Откуда же тогда ты берешь деньги?» Он говорит: «Я беру деньги из ящика», – «А кто кладет деньги в ящик?» – «Моя жена кладет их в ящик», – «Откуда она берет деньги?» – «Я даю ей деньги», – «А ты откуда берешь деньги?» – «Из ящика». Я просто шучу.

Основное, что я хотел бы сказать, что вам в духовной области очень важно хранить в тайне свои духовные реализации. Все высокие мастера прошлого вели себя очень просто, очень скромно, и при этом достигали очень высоких реализаций, но никогда их не демонстрировали. Если вы немного продемонстрируете реализации, то у вас сразу же может возникнуть высокомерие, и вы подумаете: «У моего Духовного Наставника нет таких реализаций». Так постепенно вы захотите соперничать со своим Духовным Наставником и придете к выводу: «У него нет таких реализаций. У меня они есть, а у него их нет». Из-за этого, из-за такой дебютной ошибки все ваши духовные реализации деградируют. Все духовные реализации исчезают в одном случае, в одно мгновение, в тот момент, когда вы нарушаете преданность Учителю. Если вы украдете какую-то сумму денег, то ваши реализации от этого не деградируют, но вы накопите негативную карму. Другие люди как-то по-другому немного хулиганят, и это может приводить к накоплению определенной негативной кармы, но от этого реализации не деградируют. Поэтому нарушение преданности Учителю – это очень большая ошибка, и это не только создаст для вас проблемы, но и уничтожит все ваши благие качества.

Шестое: «Еще не достигнутая реализация не породится в уме». Итак, что касается тех реализаций, которые у вас есть, то они деградируют, а что касается тех реализаций, которых вы еще не обрели, то вы не сможете развить их, добиться их в течение длительного времени. С нарушением преданности Учителю вы можете медитировать даже тысячу лет и не



достигнете духовных реализаций. Это главное, о чем здесь говорится. Если вы нарушаете преданность Учителю, то вы можете тысячу лет медитировать день и ночь, но не добьетесь никаких духовных реализаций, потому что у вас не будет основы, фундамента для духовных реализаций. Так скажите себе: «Будь осторожен и никогда не нарушай преданность Гуру».

Седьмое: «После смерти мне грозит перерождение в низших мирах». Итак, после нарушения преданности Учителю, после смерти вы сразу же отправитесь в ад, в низшие миры. Это последствия нарушения преданности Учителю. Однажды у Ваджрапани спросили: «Каков ущерб от нарушения преданности Учителю?» Ваджрапани ответил: «Я скажу вам, в чем заключается ущерб от нарушения преданности Учителю, но вначале затаите дыхание, задержите дыхание и крепитесь, то есть слушайте это с силой в уме, потому что слабые люди не смогут вытерпеть то, что они услышат об этом ущербе!» Ваджрапани сказал, что ущерб от нарушения преданности Учителю настолько тяжок, что после смерти этот человек сразу же попадает в ад и проводит там очень долгое время.

Вам нужно понимать, что нарушение преданности Учителю даже хуже, чем нарушение одного из пяти тягчайших преступлений. Почему они называются тягчайшими преступлениями? Потому что, если вы совершаете одно из тягчайших преступлений, то после смерти не проходите бардо. «Цам» на тибетском значит «отсутствие границы». Это означает, что после смерти вы не проходите промежуточного состояния, а сразу же без всяких границ напрямую оказываетесь в аду, в низших мирах. Это такие преступления, как пролитие крови Будды из-за гнева, убийство архата, убийство отца и матери, раскол Сангхи. Существует пять тяжелейших преступлений, и если вы совершаете одно из этих тяжелейших преступлений, например, убиваете отца и мать, то перерождаетесь в аду. Но после того как ваша негативная карма закончится, вы снова родитесь человеком, у вас будет шанс (поскольку вы не нарушали преданность Учителю) встретиться с подлинным Духовным Наставником. Даже при совершении тягчайшего преступления у вас все равно остается шанс, что в будущем вы встретите Духовного Наставника, будете практиковать и достигнете реализаций.

Была история о том, что один царь убил своего отца и очень сильно сожалел о содеянном. Затем он пришел к Будде, получил учение и очистился от этой негативной кармы. И не только очистился от негативной кармы, но также и достиг очень высоких реализаций, несмотря на то, что совершил тягчайшее преступление. Поэтому нарушение преданности Гуру – это хуже, чем совершение пяти тяжелейших преступлений. Когда вы умираете, то без состояния бардо напрямую отправляетесь в ад. А сколько мгновений вы гневались на Духовного Наставника, столько кальп вы проведете в аду. Кальпа – это эон. Одна кальпа – это миллиарды и миллиарды лет. Итак, скажите себе: «Какую бы ошибку я ни совершил, но вот этого я не сделаю никогда – не нарушу преданность Учителю. Это была бы самая худшая ошибка». И это не мои слова, а слова и Будды Ваджрадхары, об этом написано и в Ламримае, об этом говорил и Будда Шакьямуни. Во всех подлинных коренных текстах это отмечено очень ясно.

Когда вы проводите аналитическую медитацию, подумайте в этот момент: «Я никогда не нарушу преданность Учителю. И в прошлом, если немного проявлял неуважение к Духовному Наставнику, то я от всего сердца жалею об этом». Когда у вас появляется такое чувство сожаления, в этот момент визуализируйте перед собой (это очень важно, когда вы порождаете такое сильное сожаление) Духовного Наставника в обычном облике. В действительности он является представителем всех будд. Итак, вы говорите: «Из-за неведения в прошлом я замечал какие-то Ваши недостатки и также немного критиковал Вас, и я от всего сердца раскаиваюсь во всем этом и прошу Вас, пожалуйста, простите меня, больше я таких ошибок не совершу».

Не только ошибки вашего Духовного Наставника, но и ошибки любого человека – это не ваше дело. Это ваше первое правило – то, что это не ваше дело. Ваше дело – следить за своим телом, речью и умом, а дела других людей – это не ваше дело. Это уже ваше второе правило. Из-за того, что у вас в жизни нет первого правила, вы критикуете других людей, заходите даже слишком далеко и начинаете критиковать Духовного Наставника, критикуете божеств: «Почему божества не помогают? Бога нет, раз он нам не помогает!» Если живые существа ничего не делают, как божества могут помочь? Ваш ум такой узкий, поэтому ничего не видит, поэтому вы говорите: «Божества не любят нас!» Вот так вы слишком далеко заходите. В этот момент вы заходите за границу.

Для вас очень важно иметь границу. Граница должна быть очерчена этими пятью правилами. Если вы будете жить по этим пяти правилам, то невозможно будет нарушить преданность Учителю. Потому что, если вы не рассматриваете ошибки других людей, считаете, что это не ваше дело, как же тогда вы сможете увидеть недостатки у вашего Духовного Наставника? Вам нужно понимать, что видение недостатков Духовного Наставника возникает из-за вот этого пламени, когда вы рассматриваете ошибки других людей. Вначале вы смотрите на ошибки других людей, затем постепенно это пламя разгорается, становится все больше и больше, вы начинаете смотреть с этой точки зрения на своих друзей, родственников. Далее у отца и матери вы видите ошибки. И затем начинаете видеть ошибки у своего Духовного Наставника. Но корень возникает из-за этой склонности рассматривать ошибки других живых существ. Поэтому никогда не смотрите на недостатки других живых существ, а все время смотрите только на их достоинства. Тогда у вас не будет даже малейшего огонька, и будет невозможно увидеть недостатки Духовного Наставника и нарушить преданность Гуру. Даже если вам кто-то скажет: «Критикуй своего Духовного Наставника или я убью тебя!» Вы ответите: «Убейте меня, но я не вижу ни одного недостатка у моего Духовного Наставника», – у вас породится такая сильная преданность.

Такое происходило в Тибете. Китайский солдат сказал тибетцу: «Скажи о Далай-ламе плохо. Расскажи о его недостатках. Если не расскажешь, то я тебя убью!» Человек отвечал: «Чтобы мне как-то покритиковать Его Святейшество Далай-ламу, в первую очередь мне нужно увидеть его недостатки, но я посмотрел и в своем уме не нашел ни одного недостатка Его Святейшества. Поэтому, если вы хотите, чтобы я солгал, я могу солгать. Но если говорить о правде, то я не могу критиковать Его Святейшество Далай-ламу, поскольку не вижу его ошибок». Затем солдаты убили этого человека. Он умер спокойно.

Если у вас нет склонности – критиковать других, то даже если кто-то попросит вас покритиковать кого-либо, вы скажете: «Я не вижу недостатков у этого человека, это не мое дело. Если вы хотите, чтобы я критиковал себя, то я могу покритиковать себя. У меня очень много ошибок, недостатков. Я вижу их все очень ясно. Каких только недостатков у меня нет – от неведения и до всех остальных омрачений – у меня есть все. Каждое из омрачений соперничает с остальными, и все очень сильны. Я даже не могу сказать, какое из них сильнее. Иногда мой гнев сильнее моей лени. Иногда лень сильнее, чем гнев. Иногда привязанность становится сильнее лени. Все это мои ошибки». Итак, в первую очередь вам необходимы такие хорошие правила, как хорошая стратегия в шахматной игре. Сейчас я показал вам то, каким образом эти пять правил связаны с аналитическими медитациями и как первое правило спасает вас от нарушения преданности Гуру.

Восьмое: «Трудности достижения временных и долговременных целей». Итак, если вы нарушаете преданность Гуру, то у вас очень длительное время нет никаких шансов достичь каких-либо реализаций – обрести временное благо и долговременное благо. Например, если вы чините ручные часы, пытаетесь их починить и не можете, то начинаете злиться и

бросаете их на землю. Когда вы их бросаете, они полностью разбиваются, и ситуация становится полностью безнадежной. Если часы сломаны лишь немного, то у вас все равно остается шанс, что вы сможете их починить, если вам кто-то поможет. Но если вы нарушаете преданность Учителю, то это все равно, что вы злитесь и швыряете эти часы на землю, в этом случае у вас не остается никаких шансов.

Если кто-то нарушил преданность Учителю, то для него будущее развитие полностью невозможно. Потому что это самая худшая ошибка и худшее препятствие в вашей жизни. Итак, скажите себе: «Из-за омрачений я могу совершить любую другую ошибку, но преданность Учителю я никогда не нарушу. Никогда не нарушу свою преданность Учителю. Это самая большая ошибка в моей жизни». Породите очень сильную решимость: «Это нарушение преданности Учителю возникает из-за разглядывания ошибок других людей, поэтому с этого момента я не только не буду смотреть на недостатки Духовного Наставника, но и не буду замечать недостатки ни у одного другого живого существа, поскольку из-за такого пламени возникает нарушение преданности Гуру».

Если вы видите ошибку другого человека, то в этот момент понимаете, что это не ошибка человека, а это его омрачения. Рассматривайте отдельно человека и его омрачения, его действия, никогда не думайте, что этот человек плохой. Но вам нужно понимать, что это действие нехорошее, оно делает несчастным его и других людей. Поэтому скажите ему: «Пожалуйста, не совершай таких действий, такие действия совершать нельзя. Это ошибочные действия. Ты по природе чистый, добрый, но омрачения влияют на тебя, это ошибка омрачений. Пожалуйста, делай свои омрачения чуть-чуть меньше. У тебя есть природа будды, надо уважать ее». Мастера Кадампа знают, что у каждого живого существа есть природа будды. У всех живых существ есть природа будды, однажды они станут буддами, поэтому мастера Кадампа уважали всех живых существ, как будд. Когда человек даже в отношении любого другого живого существа понимает, что оно обладает природой будды и однажды станет буддой, и на этой основе развивает уважение к этому живому существу, то в отношении Духовного Наставника, который дает ему учение, полные наставления и невероятно добр, он развивает очень сильное, доброе состояние ума. Это «солнце» доброго состояния ума начинает светить очень ярко. Вера и уважение как солнце светят очень ярко, поэтому даже если есть звезды, вы не видите эти звезды недостатков.

Что касается стратегии, то начните с вашего отношения ко всем живым существам. То отношение, которое у вас есть к другим живым существам, также постепенно начнет проявляться в отношении ваших отца и матери и далее в отношении вашего Духовного Наставника. Если человек все время отмечает какие-то недостатки других людей, все время критикует других, то со стопроцентной вероятностью однажды он покритикует и Духовного Наставника, нарушит преданность Учителю. Если человеку очень трудно увидеть недостатки у других, если он все время видит их достоинства и развивает уважение к ним, то в отношении Духовного Наставника он никогда не нарушит преданность. Это будет невозможно. Наоборот, его преданность будет очень сильной, он будет помнить о доброте Духовного Наставника. Поэтому вам нужно понимать, что стратегия начинается с вашего отношения к живым существам.

Шантидева говорил: «И живые существа и будды одинаково добры к вам в отношении вашего достижения состояния будды. Если вы уважаете Будду, но не уважаете живых существ, то, что это за образ действий? Что это за действия?» Это означает, что это неумелые действия. Живые существа к вам добры с точки зрения достижения состояния будды точно так же, как добры к вам и все будды. Они – объекты любви и сострадания. Они – объекты вашего терпения. Духовный Наставник, Будда учат вас теоретически тому, как практиковать терпение, а живые существа учат вас на практике сохранять терпение.

Поэтому, что касается шести совершенств, то без живых существ вы не сможете практиковать ни одно из шести совершенств. Поэтому с точки зрения вашего продвижения к состоянию будды, живые существа точно так же добры по отношению к вам, как и будды. Поэтому Шантидева говорил, что очень не мудро уважать будд и не уважать живых существ. Очень важно уважать всех живых существ и, в особенности, Духовного Наставника, который проявил к вам гораздо больше доброты, и уважать его гораздо больше – такова стратегия.

Преданность Учителю не говорит о том, что уважать надо только Духовного Наставника. В этой теме говорится о развитии уважения ко всем живым существам, но поскольку Духовный Наставник наиболее добр по отношению к вам, и вы со своей стороны проявляете наибольшее уважение, исключительное уважение к своему Духовному Наставнику, а также к своим родителям – отцу и матери, которые тоже очень добры к вам. Это очень важное положение. Вам нужно понимать его.

Когда вы медитируете о преимуществах вверения себя Духовному Наставнику и об ущербе от нарушения преданности Гуру, в конце приходите к такому выводу: «С этого момента я никогда не буду смотреть на недостатки своего Духовного Наставника, никогда не нарушу преданность Учителю. Это касается не только Духовного Наставника, но и всех живых существ – я не буду смотреть на недостатки других, это не мое дело. Это мое первое правило. Никогда не смотреть на чьи-либо ошибки, никогда никого не критиковать, поскольку это не мое дело». Это очень важное правило. Помните о нем: «И далее, с этого момента я буду помнить о доброте моего Духовного Наставника и разовью чистую преданность к своему Духовному Наставнику. Для меня это величайшее преимущество». Развейте чистую преданность Учителю и подумайте, что благо от этого обретете не только вы, но и все живые существа, поскольку это источник счастья, как для вас, так и для всех живых существ. «Благодаря преданности Учителю я достигну состояния будды и стану источником счастья для всех живых существ. Поэтому преданность Учителю является также и корнем счастья всех живых существ. С этого момента я буду смотреть только на достоинства моего Духовного Наставника. Разовью очень высокий уровень преданности Учителю, такой же, какой развивали великие мастера в прошлом. И не только моего Духовного Наставника, но также и доброту всех живых существ я не забуду, и все время буду вспоминать о доброте всех живых существ». Так вы закладываете основу и для бодхичитты. Для такого человека, если в будущем он будет медитировать на бодхичитту, то сразу же сможет достичь реализаций, благодаря такому фундаменту. «С этого момента я буду помнить о доброте всех живых существ, и буду уважать всех живых существ», – так вы занимаетесь практикой развития преданности Учителю и одновременно с этим закладываете хороший фундамент для будущих высоких реализаций, для развития бодхичитты. Это сущностное наставление, которое я получил у своего Духовного Наставника. Преданность Учителю также очень сильно связана с другими темами. Они не являются какими-то отдельными, отстраненными, они все очень сильно взаимосвязаны.

Итак, выполняйте такую аналитическую медитацию и развивайте решимость. Старайтесь себя менять. Также напишите перечень этих пяти правил, повесьте их у себя на стене и старайтесь жить в соответствии с этими правилами и день ото дня вы будете достигать хорошего прогресса. В любой области без правил вы не сможете достичь какого-либо прогресса, и поэтому для достижения результата очень важны правила. Особенно важны эти пять правил для развития ума. Они не изложены где-то открыто, но я читал тексты и обнаружил там эти пять правил.