

Я очень раз здесь вас всех сегодня видеть. Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией достичь состояния будды на благо всех живых существ. Для вас очень важно, чтобы ваш ум был очень сильно охвачен чувствами любви и сострадания – и так получайте учение.

Иногда у нас возникает мысль, что, если мы любим других, то тем самым оказываем им большую услугу. На самом деле, если вы любите других, то тем самым большую услугу вы оказываете сами себе. Что касается вашей любви по отношению к другим, то для других она особо большого значения не имеет, им немного приятно, но на самом деле самая большая услуга в этом случае будет оказана вам самим. И вам нужно понимать, что вы оказываете себе тем самым большую услугу, поскольку, во-первых, любовь очень сильно укрепляет ваш иммунитет; во-вторых, благодаря любви вы будете очень привлекательными, очень красивыми; и, в-третьих, благодаря любви вы будете счастливы не только в этой жизни, но и из жизни в жизнь.

И поэтому вам нужно любить даже своих врагов. Любить своего врага означает желать ему: «Пусть мой враг обретет счастье и будет наделен причинами счастья!» А причины счастья – это бодхичитта и мудрость, познающая пустоту. Если ваш враг разовьет бодхичитту и мудрость, познающую пустоту, то он станет источником счастья не только для вас, но и для всех живых существ. Поэтому не думайте, что ваш враг – плохой человек, просто из-за того, что он глуп, он совершает какие-то неправильные действия. Если он станет мудрее, то он сам станет счастливее, и вы тоже станете счастливее. Поэтому желайте ему: «Пусть он станет мудрее». Тибетцам тоже никогда не надо желать зла китайцам, а нужно желать, чтобы китайские лидеры стали мудрее и добрее, и тогда проблемы тибетцев будут решены. Поэтому любовь к китайским лидерам хороша для всех. Таким образом, когда вы любите других, вам нужно понимать, что тем самым вы оказываете самую большую услугу сами себе, а не кому-то другому, и благодаря этому ваша любовь будет становиться все сильнее и сильнее.

В настоящий момент ваша любовь не длится слишком долго, потому что вы думаете, что оказываете услугу другому человеку. «Я его люблю, а он обо мне плохо говорит, всё, я не буду его любить», – это глупый ум. Что бы он ни делал, надо его любить еще больше. Это одна из важных практик Махаяны. Так, в своей жизни всегда любите других, что бы они ни делали, с какими бы трудностями вы ни столкнулись. Даже если вы попадаете в очень трудную ситуацию, вы должны любить их еще больше, и вы станете счастливее. Самый лучший вариант – когда вы в трудной ситуации, когда у вас несчастье, вот в это время еще больше любите. Несмотря на большие страдания, вы не чувствуете вашей проблемы, и ваш ум становится сильным. Когда ум становится сильным, ваша проблема становится незаметной. Это одна из коренных практик Махаяны. Без нее вы не сможете практиковать тантру.

Что касается доброты, то различают два вида доброты. Первый – это когда вы желаете счастья другим, а второй вид доброты – это когда вы желаете другим освободиться от страданий. И эти оба вида доброты очень важны в вашей жизни. Итак, в своей жизни никогда не оставляйте доброту. Смерть – это не самая большая потеря в вашей жизни. Если ваша доброта умрет в вашем сердце, то это будет самой большой потерей в вашей жизни. А когда ваша доброта может умереть в вашем сердце? Это в том случае, если вы столкнетесь с трудной ситуацией. И не только это, а если в дополнение к этому вам также не хватает мудрости – это когда вы думаете, что любя других, вы оказываете им большую услугу. В этом случае ваша доброта умрет очень легко. Поэтому не позволяйте, чтобы такое произошло в вашей жизни. Ваши любовь и сострадание должны расти день ото дня. Как объясняется в учении по тренировке ума, какая бы трудная ситуация ни возникала, ваши

любовь и сострадание должны становиться благодаря этому все сильнее и сильнее. Тогда вы настоящие практики Махаяны. И тогда вы знаете, как превратить трудные условия в развитие ума. Мастера Кадампа говорили, что когда вы достигнете такого уровня, такой стадии, то в этом случае вам уже не нужны будут никакие внешние условия, а все, что будет необходимо, это только внимательность. Просто благодаря памятованию и внимательности к этому учению, с какой бы плохой ситуацией вы ни столкнулись, для вас от этого будут одни лишь преимущества.

И поэтому в вашей жизни, если у вас нет хороших обстоятельств, то это не так страшно, но если у вас отсутствует внимательность, то это очень большая потеря. Поэтому в повседневной жизни бдительность очень важна. Сознательность и бдительность по отношению к тому, что вы делаете на уровне тела, речи и ума, это очень важные практики. Шантидева в труде «Руководство к пути бодхисаттвы» очень подробно объясняет, каким образом развивать осознанность и бдительность, и это очень важно. Если у вас нет осознанности и нет бдительности, то какими бы знаниями вы ни обладали, вы не будете жить в соответствии с Дхармой. Тогда знания будут оставаться просто сухими знаниями, и в своем уме вы никогда не будете достигать прогресса.

Итак, осознанность и бдительность очень важны прямо с самого первого момента, как вы просыпаетесь по утрам. Шантидева говорил, что, например, если в вашем теле есть рана, то, как же вы осторожны, чтобы кто-нибудь ее не задел! Вы осторожны, говорите: «Не дотрагивайся». Потому что будет больно. Точно также в нашем уме есть рана омрачений. Когда вы осторожны, вы ее не трогаете, а когда дотронулись, то вам больно, а потом уже поздно. Поэтому вы всегда должны быть осторожны, чтобы не пришли омрачения. Итак, как вы оберегаете свою рану на теле, точно так же вам нужно оберегать свой ум, чтобы рана омрачений в вашем уме не становилась больше. Как говорил Шантидева: «Если к вам на колени падает ядовитая змея, как вы ее сбрасываете? Еще до того, как она укусила вас. Точно также, если вам на ум приходит какая-то негативная мысль, подобная ядовитой змее, так же отбросьте ее, пока она вас не укусила».

Так, если кто-то говорит о чем-то негативном, то, что касается вот этой негативной темы, еще до того, как она вас укусила, сразу же скажите этому человеку: «Не говорите об этом. Мне это неинтересно». А как вы поступаете? Вы спрашиваете у других людей о том, что люди говорят о вас: «Что они говорят обо мне? Что он обо мне сказал?» Потом ваша глупая подруга говорит вам: «Таня о тебе так-то и так-то сказала. Света о тебе так-то и так-то сказала. Люба тоже не хуже. Она тоже так-то сказала». Из-за этого у вас возникают все омрачения, глаза красные, из ушей дым идет. Кто в этом виноват? Вы сами виноваты. Вы попросили: «Дай мне яд», и она дает вам яд, а потом вам становится хуже. Обычный яд не так страшен. Но яд омрачений – это очень страшно! Это делает вас демоном. Правда, вы становитесь демоном: красное лицо, из ушей дым идет, в доме все несчастливы, еда невкусная, все не так. Почему? Это из-за омрачений. Когда ум спокойный, добрый, он принимает только лекарство Дхармы. Даже если дом простой, ничего нет, даже только один кусок хлеба, половину которого вы отдали своему мужу, а половину сами кушаете, но вы говорите: «Как хорошо! Меньше кушать – фигура будет красивой». Самое главное для нас – это не еда для желудка, не тело. Это не главное. Здоровая еда для ума – это самое главное. Это невозможно купить за деньги. Это приходит через вашего Учителя, через учение Дхармы, и если кушать такую богатую пищу, которой вы питаете свой ум, то это самое главное. От остальной еды, которую мы покупаем за деньги, только больше болезней. Ученые сейчас посмотрели, они говорят: «Большинство болезней у человека возникает из-за неправильного питания». Вы платите деньги, а потом болезнь сама собой возникает. Поэтому кушайте простую еду, кушайте меньше. Это очень хорошо. Это все просто, но очень эффективно. Итак, вам нужно понимать, что, с каким бы страданием, с какой бы

проблемой вы ни встретились в повседневной жизни, для всех них есть решение. Нет такого страдания, нет такой проблемы, у которых не нашлось бы решения. У любого страдания и у любой проблемы есть решение. Большинство эффективных решений – это простые решения, очень простые решения. В шахматной игре гроссмейстеры решают проблемы, совершая очень простые ходы. Итак, для большинства ваших проблем есть очень простые решения, но вот эти простые решения вам не приносят результата. Почему так происходит? Потому что вы не знаете, как применять эти простые решения в подходящий момент времени. Применение их в правильное время – это очень важно, а вы все время опаздываете вовремя принять правильное решение. Всегда опаздываете, а потом уже поздно. Поэтому все заранее делайте. Если у вас лишние деньги, то они – как вода, а если денег не хватает, то они – как золото. Заранее все надо делать. Для того чтобы потушить огонь, вам заранее нужна вода. Если огонь еще маленький, еще только разгорается, а вы его не тушите, то это ошибка. Все надо решать заранее, вовремя. Выбор подходящего времени – это очень важно.

Что касается подходящего времени, то здесь тоже не нужно действовать слишком рано или слишком поздно. Найти вот этот правильный момент очень трудно. Выбор правильного момента времени и сила ума – это очень сложно. Если у вас есть эти два качества, то любую проблему вы сможете решить с помощью простых решений. А для этого вам нужно изучать философию. Я не могу вам сказать, назвать какое-то конкретное решение, которое вам нужно применить. Вам необходимо изучать философию и учиться правильно выбирать время, развивать силу ума, и тогда вы сможете находить простые решения и правильно применять противоядия. И также тренер в шахматной игре никогда не скажет вам, что нужно ходить ферзем или нужно ходить пешкой, или конем, а он всегда скажет, что это зависит от ситуации. Все зависит от ситуации. Он никогда не скажет, что самый лучший ход – это ферзем или конем. Нет. Это все взаимосвязано. Иногда ход ферзем в неправильной ситуации неправильный. Все зависит от ситуации. Не обязательно всегда ходить пешкой. Там есть еще другой, лучший ход. Поэтому, если вы знаете философию, то в повседневной жизни, какое бы действие вы ни совершили, это будет практика Дхармы. Это практика Дхармы.

В повседневной жизни не совершать ошибочных действий на уровне тела, речи и ума, правильно действовать своим телом, речью и умом – это практика Дхармы. Поэтому вам нужно понимать, кем вы сейчас являетесь. Те, кем вы являетесь сегодня, это тот выбор, который вы совершили в прошлом. А то, кем вы будете в будущем, зависит от ваших настоящих действий. Поэтому, если вы хотите светлого будущего, вместо того, чтобы выполнять негативные действия, совершайте позитивные действия. Это закон природы. Этого никто не создавал. Будда просто открыл такой закон природы – закон кармы. Поэтому с буддийской точки зрения Будда является самым величайшим ученым в области ума в нашем мире. С точки зрения философии буддизм – это наука об уме. Это наука об уме, в которой нет никаких догм, и на основе собственных исследований вам следует принимать эту науку. Поэтому очень важно развить убежденность в законе кармы – это закон природы. Итак, все время следите за своими действиями тела, речи и ума и не позволяйте телу, речи и уму совершать негативные действия – это называется «внимательность».

На эту тему у меня есть стихотворение, которое я сочинил не так давно, и вскоре оно будет записано на русском языке. Я уже написал это стихотворение на английском языке, и передал его Андрею, чтобы он перевел его на русский язык, чтобы оно было полезно для моих учеников. Я продолжаю писать такие вещи. Для меня это очень полезно, и для вас это также очень полезно, поскольку в кратком, в сжатом виде представляет очень много всего важного.

А теперь, что касается учения по Гуру-йоге, которое является союзом блаженства и пустоты, то мы с вами подошли к месту выполнения подношений. В первую очередь мы

рассматривали подношение четырех видов воды. Это мы уже завершили. Следующий подраздел – это совершение остальных подношений. Следующие внешние подношения – это подношения цветов, благовоний и так далее. И все эти подношения вам необходимо совершать для накопления заслуг, чтобы вы достигли состояния будды на благо всех живых существ. Для того чтобы достичь состояния будды очень важно накопить большие заслуги. А вам, чтобы накопить большие заслуги, очень важно визуализировать себя божеством, но этого вы не можете делать, не получив посвящения. И что здесь очень важно, посвящение вам не нужно получать у кого угодно, а нужно получать его у коренного Духовного Наставника. Это не детские игры. Если, кто бы ни приехал и сказал, что дарует посвящение, вы сразу же отправляетесь и получаете его, то это может быть очень опасно.

Сакья Пандита говорил, что если человек хочет купить лошадь, то он не покупает первую попавшуюся лошадь, а хорошо проверяет ее. Например, если кто-то скажет, что это очень хорошая лошадь, потому что она белого цвета, из-за этого вы не купите ее сразу же. Вы смотрите на эту лошадь не только внешне, но также заглядываете в зубы, проверяете родословную, вы опрашиваете других людей и далее на основе всего этого вы решаете, какую лошадь купить. Если же при этом вы допустите ошибку, то это будет всего лишь маленькая ошибка в выборе лошади. Сакья Пандита говорит, что в таких мелких вопросах вы проявляете очень большую осторожность, а что касается очень больших значимых вопросов, то вы совершенно не осторожничаете. Что касается выбора вашего Духовного Наставника, который является вашим проводником и очень важной фигурой в вашей жизни, здесь вы не проверяете, не исследуете его, как полагается, а принимаете сразу же, и это большая ошибка, как говорил Сакья Пандита. В особенности принимать посвящение – это еще опаснее. Поэтому вам нужно быть очень осторожными с выбором Духовного Наставника и, в особенности, с получением посвящения. Я сам также получаю посвящение только либо от Его Святейшества Далай-ламы, либо от своего коренного Духовного Наставника, но не получаю посвящение от любого мастера, который передает его. Даже если они называют себя «царями Дхармы», для меня в этом нет необходимости. И вам нужно следовать такому примеру. Но при этом не критикуйте. У вас должен быть один личный врач. Если у вас будет много личных врачей, то вам только хуже будет. Выберите одного личного врача, и он будет ответственным. Вам не обязательно говорить, что другой врач плохой, а мой врач самый лучший. Это тоже неправильно. Говорите так: «Для кого-то другой врач хороший, но у меня есть свой личный врач. Зачем мне нужно слишком много врачей?» Один раз я заболел, и ко мне пришли четыре врача. В это время я заметил, что у меня болезнь становится хуже. Я подумал: «Ага, когда четыре врача – болезнь стала хуже». Это правильно. Духовных учителей слишком много не надо. Один говорит: «Иди направо», другой говорит: «Иди налево». Так я запутаюсь. Это с опытом понимаешь.

Мне очень нравится текст Ашвагхоши, в нем говорится: «Не слишком много хвалите других. Вместо того чтобы хвалить других, просто сами поступайте так же». Очень интересно! Вы слишком или кого-то хвалите или критикуете. Далее он говорит: «Не критикуйте других. Не поступайте так». Это мне очень понравилось. Мы или сильно хвалим кого-то или критикуем. Ашвагхоша говорит: «Даже сильно хвалить не надо. Вы сами поступайте в соответствии с тем, что вам нравится в других». Слишком много хвалить тоже не надо, потому что другие люди от этого будут «летать». Много хвалить не надо, лучше сами поступайте так же. Критиковать никого не надо, просто сами не совершайте таких поступков, о которых вы думаете, что они неправильные. Сами этого не делайте и критиковать не надо. Этот совет Ашвагхоши очень полезен, он мне очень нравится. Я с самого юного возраста запомнил его наизусть, живу в соответствии с этим советом и поэтому не слишком расхваливаю людей. Вы знаете это. Но если говорить о своем коренном Духовном Наставнике, то очень важно восхвалять его. Потому что это очень большие заслуги! Очень важно восхвалять его, чтобы другие люди, которые также относятся к нему

как к Духовному Наставнику, накапливали большие заслуги, чтобы у них порождалась более сильная вера. По другим причинам, просто из эмоций не хвалите слишком много, а вот этот случай – это исключение. Из-за эмоций вы слишком выходите за границы. Это неправильно.

Поэтому я написал такое четверостишие:

«Когда вы в гневе – не говорите все подряд,
 Когда вы счастливы – не давайте слишком много обещаний,
 Когда вы в печали – не принимайте скоропалительных решений,
 И каждый раз, когда вы заходите за грань – будьте очень осторожны».

Это мой очень важный подарок для всех вас. Итак, не слишком много хвалите других, а вместо этого сами поступайте так же. И также не критикуйте других, просто сами не совершайте таких действий.

А теперь вернемся к нашей теме. Наша тема сейчас – это подношение цветов. Вы выполняете подношение цветов Полю заслуг, которое располагается перед вами. Сами вы в этот момент пребываете в облике божества. С пониманием пустоты из сферы пустоты вы являетесь в облике божества, которое на самом деле пусто от самобытия. Очень важен союз пустоты и видимости, и вот с этим выполняйте такие подношения. Видимость и пустота не должны противоречить друг другу. Если видимость – это самобытие, тогда эта видимость и пустота противоречат друг другу. Если видимость – это видимость существования, подобная иллюзии, то вместо противоречия наоборот возникает такая гармоничная связь между пустотой и видимостью. И с таким пониманием видимости и пустотности вам нужно выполнять подношения. В особенности, когда ваш наитончайший ум познает пустоту и переживает великое блаженство, это называется союзом блаженства и пустоты. С таким союзом блаженства и пустоты вам нужно явить себя в облике божества и далее выполнить подношение цветов. Поле заслуг перед вами – это тоже проявление союза блаженства и пустоты. Та личность, которая выполняет подношения, тоже является союзом блаженства и пустоты. И само действие выполнения подношений – это тоже союз блаженства и пустоты. Это называется «тремя циклами чистоты». Это знать очень важно!

И тогда, какое бы подношение вы ни сделали, оно будет очень эффективным и очень мощным. Поэтому Будда говорил: «Если пять совершенств не объединены с шестым совершенством – совершенством мудрости, то они не будут полными совершенствами». Будда говорил: «В этом случае всё это действие демона». Потому что если с цеплянием за истинность вы совершаете акты щедрости, думая, что обретете какие-то истинно существующие результаты, то такие действия не имеют большого смысла. Поэтому Будда называл это «актами демона». Не потому, что сами действия плохие, а потому что в сравнении с более высокими действиями они несколько ущербны, поэтому это действия демона. Здесь под «демоном» понимается ошибочность этих действий, в силу чего вы не получаете особого блага от этих действий. Вам нужно правильно интерпретировать эти слова, потому что в противном случае вы можете подумать, что поскольку все это акты демона, то, значит, не нужно практиковать ни щедрость, ни все остальные совершенства. Но здесь говорится о том, что только в том случае, что если у вас есть цепляние за истинность, за самобытие, в этих действиях будет ошибка. Поэтому если вы будете выполнять подношения в тантре с пониманием пустоты от самобытия, то это будет очень эффективное действие – оно будет приводить одновременно к обретению накопления заслуг и мудрости.

Далее, когда вы выполняете подношение цветов, в этот момент вы совершаете жесты руками. Визуализируйте, что когда вы щелкаете пальцами, в этот момент вы раскрываете

свое сердце. Когда ваши руки движутся вот таким образом – это символизирует то, что из вашего сердца в этот момент исходит множество дакинй, которые выполняют подношения цветов Полю заслуг перед вами. Некоторые дакини держат гирлянды цветов и подносят их Духовным Учителям, божествам, другие подносят цветы, бутоны цветов, и все они излучают свет. Итак, из вашего сердца исходит множество дакинй, которые совершают подношения цветов Полю заслуг перед вами. Далее, когда дует ветер и колыхает эти цветы, то эти цветы производят звуки Дхармы. Если говорить о том учении Будды, которое вкратце передается вот этим колыханием цветов на ветру, то первое учение: «Все производное непостоянно. То, что рождено под контролем омрачений, обладает природой страдания. Все феномены пусты от самобытия. Только нирвана – это покой». Это четыре печати, которые выражают главное философское воззрение. И именно это учение передают цветы, когда колыхнутся на ветру, они производят звуки такого учения. Эти четыре печати буддийской философии вам нужно знать наизусть. Все философские школы буддизма признают эти четыре печати, но уровень их понимания отличается, и поэтому возникли четыре разные философские школы. Но если говорить о сути, то это: «Все производное непостоянно. Все, что рождено под контролем омрачений, обладает природой страдания. Я и все феномены пусты от самобытия. Только нирвана – это покой». Далее, следующее краткое учение: когда дует ветер и колыхнутся цветы, они производят звуки такого учения, таких фраз – это выражение четырех грубых видов непостоянства: «Любое рождение заканчивается смертью. Любая встреча заканчивается расставанием. Любое накопление заканчивается истощением. Любой взлет заканчивается падением». Вам нужно все это визуализировать и с этим подносить объекты подношений Полю заслуг.

Также визуализируйте, что Поле заслуг принимает эти подношения, и, приняв эти подношения, фигуры в Поле заслуг порождают союз блаженства и пустоты, и в этом случае вы сами создаете причины для того, чтобы в будущем вам пережить союз блаженства и пустоты, что является самым мощным противоядием от омрачений. Это ясный свет. Если говорить очень подробно о качествах ясного света, то речь идет о том, что это ваш наитончайший ум, когда он напрямую постигает пустоту и испытывает великое блаженство, – это является союзом блаженства и пустоты. Это абсолютное противоядие от всех омрачений: сразу же в следующий миг в вашем уме исчезают все омрачения, если порождается такое противоядие в вашем уме. Поэтому лама Цонкапа, когда говорит о ясном свете, он говорит не просто «ясный свет», а «союз блаженства и пустоты», поскольку, что касается переживаний ясного света, то здесь различают множество разных видов опыта, переживаний разных уровней, и не все они являются противоядием от омрачений. Когда с помощью медитации вы растворяете энергии ветра в центральном канале и переживаете ясный свет – это относительный ясный свет, который представляет собой просто ясность и осознанность. В те или иные моменты такие переживания происходят у всех – либо в момент сна, либо также в момент смерти все испытывают это. Ничего особенного в этом нет. Но сохранить это переживание в течение длительного времени – это очень важно. Почему? Потому что, если вы длительное время поддерживаете это пребывание в наитончайшем уме, и кроме этого этот наитончайший ум напрямую постигает пустоту, тогда это «ясный свет по сути». Если он познает пустоту концептуально, то он называется «ясным светом по подобию», а если обретает прямое постижение пустоты, то это «ясный свет по сути». Поэтому лама Цонкапа не говорил просто о ясном свете как о чем-то абстрактном, а он говорил конкретно, что речь идет о наитончайшем уме, имеющем прямое постижение пустоты и переживающем великое блаженство, и это является настоящим смыслом махамудры. Когда вы его переживаете, то в следующий же миг вы полностью освобождаетесь от омрачений. И такое переживание обрести очень трудно. Для этого вам необходимы очень большие заслуги и поэтому, когда вы выполняете подношения Полю заслуг, представляя, что, приняв подношения, у фигур Поля заслуг рождается союз

блаженства и пустоты, – это для вас становится причинами того, чтобы в будущем также обрести такое переживание.

И после того, как вы выполнили такое подношение – это огромное подношение, при котором все пространство перед вами полностью заполняется сияющими цветами, в этот момент в вашем уме должно присутствовать не только понимание пустоты от самобытия, но также сильные чувства любви и сострадания ко всем живым существам. «Огромное количество моих матерей живых существ сейчас переживает невероятные страдания в адах и во всех шести мирах. Пусть, благодаря тому, что я сейчас выполняю такие обширные подношения, это станет причинами того, что в будущем я освобожу всех живых существ от их страданий, помогу им обрести причины счастья, и приведу их к безупречному счастью», – с такими очень сильными чувствами любви и сострадания вам нужно выполнять эти обширные подношения.

Любовь и сострадание – это жизненная сила практики Махаяны. Без сильных чувств любви и сострадания, что бы вы ни говорили о ясном свете, какие бы высокие слова ни произносили, это будет все равно, что мертвое тело. Это не мои слова. Это слова самого Будды. Так говорил сам Будда. Будда говорил: «Без дыхания вы не можете поддерживать свою жизненную силу и точно также без великих любви и сострадания жизненная сила Махаяны не сможет продолжаться и сохраняться». С того момента, как любовь и сострадание исчезнут из вашего сердца, умрут в вашем сердце, жизненная сила Махаяны также погибнет в вашем сердце. И поэтому любовь и сострадание вам нужно расценивать как самую важную вашу жизненную силу. Даже если у вас нет понимания пустоты, благодаря любви и состраданию вы накопите очень большие заслуги. А без любви и сострадания, даже если вы напрямую познаете пустоту, вы не достигнете реализаций Махаяны, а достигнете хинаянских реализаций.

Поэтому однажды Атиша сказал, что в Тибете произошел очень странный случай, что человек, практикуя тантру Хеваджра, достиг хинаянских реализаций. Он сказал, что это произошло из-за того, что «он не медитировал на мою бодхичитту». Атиша говорил о бодхичитте, как о своей бодхичитте. Он расценивал ее как жизненную силу, поэтому он говорил: «Моя бодхичитта». Миларепа говорил: «Мое туммо». Поскольку он очень большой упор делал на практике туммо, он говорил: «Если бы вы медитировали на мое туммо, то уже пережили бы ясный свет». Но Миларепа также был великим бодхисаттвой. Его главная миссия была в возрождении учения тантры, поэтому он произносил такие слова. Эти великие мастера не противоречат друг другу. Они подчеркивали, что необходимо делать равный упор на эти вещи. Иногда, когда вы читаете тексты Миларепы, у вас может возникнуть представление, что Миларепа делал слишком большой упор на медитации. А лама Цонкапа слишком большой упор переносил на обретение понимания Дхармы. Но они не противоречат друг другу, а спасают людей от двух разных крайностей. Миларепа свои наставления обращал к тем людям, которые обладают знаниями Дхармы и при этом сами не медитируют, а просто демонстрируют свои знания другим людям. Миларепа говорил: «Если вы не медитируете сами, то какой смысл владеть всеми этими знаниями?» Во времена Миларепы между различными геше часто возникало соперничество: они обладали сухими знаниями и спорили друг с другом. Поэтому Миларепа говорил: «В этом случае, если вы поступаете так, то, действительно, какой смысл от всех этих знаний?» Лама Цонкапа подчеркивал, что после Миларепы медитация вошла в моду. После Миларепы медитация стала модной, как в Европе, России, Америке – медитация как мода, даже не буддисты хотят медитировать. Лама Цонкапа подчеркивал, что если без знаний Дхармы люди сразу же стараются приняться за медитацию, то это другая крайность. Если, обладая лишь небольшими знаниями Дхармы, вы всю жизнь проводите в медитации, то это не даст вам большого результата. И поэтому, когда лама Цонкапа писал «Большой Ламрим», он

подчеркивал, что пишет этот текст не для тех людей, которые хотят просто собрать побольше информации, а для тех, кто хочет медитировать. Сам лама Цонкапа как и Милапера всю жизнь медитировал в горах. Лама Цонкапа писал «Ламрим», сидя в горах, а не в красивом доме. Все эти книги лама Цонкапа написал в горах. Вместе с несколькими учениками, сидя в горах, он медитировал, а потом писал все эти труды. Итак, на первый взгляд вам может показаться, что Миларепа говорил одно, а лама Цонкапа говорил совершенно другое, но на самом деле эти мастера спасали людей от двух разных крайностей. А теперь вернемся к нашей теме.

После совершения всех этих обширных подношений вы визуализируете, что дакини обратно возвращаются в ваше сердце, растворяются в нем, когда вы щелкаете пальцем. Когда вы делаете первый щелчок пальцами, в этот момент дакини исходят из вашего сердца и выполняют подношения цветов, а далее, когда щелкаете пальцами в конце, то они растворяются в вашем сердце. А почему вы визуализируете, что они исходят из сердечной чакры и растворяются обратно в сердечной чакре? Эта визуализация играет очень важную роль и приводит к тому, что в будущем вы сможете собрать энергии ветра в сердечной чакре и пережить ясный свет. Итак, когда на стадии керим вы визуализируете, что дакини исходят из вашего сердца, а потом опять растворяются в нем, то постепенно это приводит к тому, что поскольку вы концентрируетесь на своей сердечной чакре, это постепенно открывает вашу сердечную чакру. И это то, что приводит ваш ум к созреванию, к зрелости для стадии дзогрим. Вам нужно понимать символизм всех этих вещей, всех визуализаций, тогда у вас будет правильное понимание. В противном случае, если вы не понимаете смысл каждого элемента, то вам может показаться, что это просто ритуал.

Например, в японской традиции дзен, когда практики медитируют на стену, есть такая традиция, что учитель в какой-то момент внезапно бьет ученика палкой по плечу. И многие люди думают: «Ну, это просто дань традиции». Но на самом деле это не так. У этого есть особый смысл. Например, в традициях махамудры и дзогчен есть такой момент, когда в середине медитации практик внезапно произносит: «ПХЭ». И это тоже не просто традиция, у этого есть смысл. Эта техника предназначена не для практики махамудры на очень высоких уровнях, а для начинающих практикующих, чтобы практик смог хотя бы немного понять относительный ясный свет, пережить его.

Поэтому существуют четыре йоги махамудры, первая из которых называется «йогой однонаправленного». Итак, на первой йоге с помощью наитончайшего ума ясного света вы развиваете шаматху. В этом случае вам необходимо обладать переживанием ясного света, и мы сейчас не говорим о противоядии от омрачений. Это просто начальная йога – йога однонаправленного, когда, используя наитончайший ум ясный свет, вы развиваете шаматху. Далее с помощью шаматхи, анализируя абсолютную природу, вы можете пережить ясный свет по сути, то есть абсолютную природу ума. Чтобы пережить относительный ясный свет в традиции дзен есть такая традиция, когда учитель бьет палкой по плечу своего ученика. Или, скажем, в традиции махамудры и в дзогчене есть такой момент, когда практик произносит звук: «ПХЭ». А почему это делается? Потому что наш ум подобен океану, на поверхности которого непрерывно присутствуют подобные волнам, концептуальные мысли. И качаясь на этих волнах концептуальных мыслей, невозможно пережить глубь океана. О самой глубине океана мы даже не говорим. Хотя бы немного проникнуть вглубь океана очень трудно, поскольку вы так болтаетесь на волнах концептуальных мыслей. И если по этим волнам внезапно пройдет лодка или какой-то корабль, то произойдет то, что одна волна уже уйдет, а другая еще не успеет прийти ей на смену, и лодка разрежет эту гладь океана так, что там вы сможете увидеть глубь океана – немного пережить глубь океана. И точно также, когда ученик медитирует и не может пережить ясный свет, в этот момент учитель бьет его палкой по плечу, чтобы в этот момент он смог немного осознать глубь ума,

обрести переживание. И также в традиции махамудры и дзогчен, когда практик произносит: «ПХЭ», то это тоже подобно лодке, которая рассекает воду в океане – вы сможете пережить немного более глубокое состояние ума и переживете просто ясное и осознанное состояние. Но все равно это еще не относительный ясный свет. Вы просто переживаете первичный ум. А что касается первичного ума, то он просто познает нечто общее. Поэтому в учении по махамудре говорится, что вам нужно медитировать как ребенок, когда он смотрит на картинку. Здесь речь идет о том, как пребывать в первичном уме. Но это не означает, что вы вообще должны стать как ребенок. Это не так. Это было бы деградацией. Как дети, которые вообще ничего не понимают, просто смотрят. Это опасно. Вот в такой момент, когда вы хотите пережить ясный свет, вам необходимо оставаться, подобно ребенку, который смотрит на картинку. После медитации вы должны быть нормальным человеком, а не таким, у которого большие глаза, который не знает цветов светофора, не знает красный это, желтый или зеленый – это очень опасно. Все надо знать: когда надо поступать, в какое время надо, а в какое не надо. Все надо знать.

Итак, по мере того, как вы развиваете шаматху и ваша концентрация становится все лучше и лучше, ваше переживание ясного света тоже будет становиться все глубже и глубже и так постепенно вы сможете пережить самое наитончайшее состояние ума – ясный свет, который существует с безначальных времен и будет существовать вплоть до достижения состояния будды. Но, тем не менее, это еще не будет настоящая махамудра. Это будет первая йога – йога однонаправленной концентрации. Но, когда этот наитончайший ум обретает прямое постижение пустоты, тогда это махамудра. И это практика очень высокого уровня. А без бодхичитты у такой вашей практики не будет жизненной силы.

В настоящий момент в повседневной жизни ваши любовь и сострадание настолько слабы, что чаще всего вы вообще не являетесь практиками Махаяны. Основную часть времени вы не практики Махаяны. Ну, а на тот момент, когда вы занимаетесь ежедневной практикой, вы становитесь временным последователем Махаяны, но не настоящим практиком Махаяны. С того момента, как ваш ум уже вообще не расстается с чувствами любви и сострадания ко всем живым существам, с того момента, как бодхичитта у вас порождается спонтанно, вы становитесь настоящими практиками Махаяны. Поэтому сделать себя настоящим практиком Махаяны очень трудно. Вам нужно понимать все это во всех подробностях и тогда вы поймете, что достичь состояния будды – это непросто, это очень трудно и Его Святейшество Далай-лама все время подчеркивает это. Благодаря Его Святейшеству Далай-ламе я не витаю в облаках, а стою на земле, и в моей духовной машине есть небольшой мотор, и она уже немного движется. Это происходит благодаря доброте моего Духовного Наставника. А в наши дни у большинства людей в их духовной машине вообще нет мотора, потому что они слишком много летают здесь и там. Что касается вот этого корпуса автомобиля, то он очень красивый, на нем написано «махамудра», «дзогчен», «шесть йог Наропы», красивые слова, а мотора нет внутри вообще. Нет вообще. Даже кольца нет. И это времена упадка. Вам нужно понимать это.

Я говорю вам эти вещи, чтобы вы сидели на земле и постарались создать определенный мотор, собрать мотор в духовной машине своего ума, чтобы постепенно начали двигаться в направлении Дхармы, чтобы ваш ум повернулся к Дхарме. Далее, чтобы, повернувшись к Дхарме, вы вступили на путь. Далее, вступив на путь, чтобы вы устранили препятствия на этом пути, то есть развили в бодхичитту и не впали в крайность индивидуального освобождения. Далее вам будет необходимо растворить все омрачения в сфере пустоты, и для этого необходимы будут учения махамудры и дзогчена. А в первую очередь поверните ум к Дхарме. Далее, повернувшись умом к Дхарме, вам нужно вступить на путь, то есть породить отречение. Далее, вступив на путь, вам нужно устранить препятствия в этом вступлении на путь, то есть породить бодхичитту. Не породив бодхичитту, вы впадете в

крайность собственного освобождения – такая будет ошибка. Поэтому, вступив на путь, устранение препятствий такое, что, развивая бодхичитту, вы устраняете ошибку впадения в крайность собственного освобождения. И далее, практикуя махамудру, дзогчен, ясный свет и иллюзорное тело, вы сможете достичь состояния будды на благо всех живых существ. На эту последовательность делали упор все великие мастера прошлых времен. Поэтому все, чем вы занимаетесь, имеет свой особый смысл.

Далее, все остальные подношения: благовоний и так далее должны выполняться точно так же. Когда вы подносите благовония, вы так же визуализируете, что дакини исходят из вашего сердца, дым от благовоний наполняет все пространство. Вы выполняете такие обширные подношения. Так же как и раньше они растворяются обратно в вашем сердце. Далее вы снова щелкаете пальцами, и из сердца исходит множество дакинь со светильниками. Они держат эти масляные светильники в золотых чашах. Некоторые дакини держат в руках солнце и луну и выполняют такие подношения объектам Поля заслуг, в особенности вашему Духовному Наставнику. Цель подношения светильников – это развитие мудрости. Поэтому, чем больше вы такое визуализируете, тем больше возрастает ваша мудрость. Далее снова щелчок пальцами – и они опять растворяются в вашем сердце. Далее ГЕНДЕ – это подношение аромата. Вы точно так же делаете жесты руками, и дакини подносят аромат. Это подношение для ума. Далее подношение пищи. Когда вы подносите НЬЮДЕ – это подношение пищи. Также из вашего сердца исходит множество дакинь, и они подносят пищу сотен разнообразных вкусов объектам Поля заслуг. Если говорить о главных вкусах – это что-то сладкое, соленое, кислое, что-то острое и так далее. Когда все эти главные вкусы смешиваются, то возникает пища с большим многообразием разных вкусов. Шеф-повары хорошо знают, как приготовить различные блюда, смешивая разнообразные вкусы. Итак, когда вы подносите пищу, то также визуализируйте, что фигуры Поля заслуг порождают союз блаженства и пустоты. Далее дакини растворяются в вашем сердце. Затем подношение музыки. Вы также выполняете такую визуализацию: из вашего сердца исходит большое многообразие дакинь с музыкальными инструментами, которые играют музыку, и у объектов Поля заслуг развивается союз блаженства и пустоты. И потом они опять растворяются в вашем сердце.

Здесь мы с вами рассмотрели то, как выполнять все остальные внешние подношения после четырех подношений воды. Время истекло.