

Я очень рад всех вас здесь сегодня видеть. Как обычно, в первую очередь для того чтобы получать драгоценное учение по Махаяне, и в особенности по Ваджраяне, очень важно породить правильную мотивацию. Что касается вашей мотивации, то вы должны быть сильно побуждаемы чувствами любви и сострадания, а в противном случае вы не будете подходящими сосудами для получения такого учения.

В повседневной жизни вам нет необходимости заниматься практикой слишком много. Даже если вы выполняете короткую практику, но с сильными чувствами любви и сострадания, тогда она становится махаянской практикой. А если у вас нет доброты, то в этом случае у вашей практики нет жизненной силы и вся ваша практика – это просто пустая трата времени. Мой Духовный Наставник говорил, что вначале слишком много выполнять формальную практику не обязательно, вначале очень важно сделать основной упор на чистоте практики. Иногда русские люди по два-три часа сидят, читают мантры, но это не главное. Сидят, о чем-то думают. Это игра эго. Не обязательно два-три часа так сидеть. Эффекта не будет. Количество здесь неважно. У вас так мало времени, а вы говорите: «Я духовный человек», получаете много посвящений и читаете мантры, но из-за эгоистичного ума результата нет, и пользы нет. Поэтому вначале не надо получать много посвящений. Вначале больший упор делайте на доброту. Без доброты вы даже не будете практиком Махаяны. Поэтому доброта очень важна. Добрый ум – это понимание того, что как вы хотите счастья, так же и все хотят счастья. Это здравомыслие: «Пусть все будут счастливы. Как хорошо! Как я один могу быть счастливым, если другие существа страдают? Если все счастливы – вот это настоящее счастье!» Это здравомыслие. Мы – люди, поэтому у нас должно чуть-чуть работать здравомыслие: «Сейчас я буду делать практику. Пусть это станет причиной счастья для всех живых существ. Я сразу не смогу им всем помочь. Но потихонечку, потихонечку, благодаря этой причине я смогу помочь всем живым существам». Если с такой искренней добротой, без эго вы будете каждый день заниматься практикой, тогда день за днем у вас будет прогресс. Без доброты жизненной силы нет. Это слова Будды. Будда говорил: «Где нет корня, там невозможно, чтобы росло дерево». Где нет ментального сознания, там вторичные виды сознания также невозможны. А где нет любви и великого сострадания, там нет жизненной силы у практики Махаяны. Будда говорил, что любовь и сострадание подобны дыханию, которое поддерживает жизненную силу практики Махаяны. Поэтому вначале развейте любовь и сострадание ко всем живым существам.

Также никогда не думайте, что когда мы любим других, тем самым мы оказываем другим большую услугу. На самом деле, если вы любите других, то тем самым оказываете большую услугу самим себе. В первую очередь это укрепит ваш иммунитет. Второе – это сделает ваш характер очень мягким. Третье – вы будете счастливы жизнь за жизнью. Поэтому не любить других очень глупо. Пусть все любят друг друга так же, как мать любит своих детей – это моя мечта. И это должно стать и вашей мечтой тоже. Это корень махаянской практики. Чтобы такое осуществить, необходимо выполнять эту практику, это практика жизненной силы. Вам нужно любить их, даже если вас не любят, даже если они вас ненавидят. Вам нужно любить их, потому что тем самым вы оказываете большую услугу самим себе. Но и им, в том числе, вы тоже оказываете большую услугу. В нашем мире нет ничего более мощного, чем любовь. И поэтому ваша главная неформальная практика – это все время любить других. И это путь счастья. Когда вы любите других, какое это счастье! Когда вы увидите других счастливыми, вы сами будете еще счастливее. Что в этом трудного? Только глупый ум не может этого понять. Если у вас есть мозг, вы должны понять, что любить других вам выгодно, для вас это такое счастье!

Также не смотрите на недостатки других людей. Это не ваше дело. Если вы не любите людей из-за того, что у них есть недостатки, то вы не сможете любить ни одно живое существо, только Будду. Потому что у всех живых существ есть какие-то недостатки. Может

быть, вы просто их не видите. Но это нелогично. Из-за того, что у них есть недостатки, вы должны любить их еще больше. Будде не нужна ваша любовь, у него все есть, а живые существа, которым недостает любви, находятся в тяжелой ситуации, и о них нужно больше заботиться, им нужно больше любви. Например, мать больше любит детей, которые находятся в тяжелой, критической ситуации, а дети, которые уже встали на свои ноги, сделали хорошую карьеру, зачем о них слишком заботиться? Любовь – это забота. Поэтому людей с дурным характером вам нужно любить еще больше. И вам нужно сказать: «Любя других, я оказываю большую услугу не только им, я и себе оказываю большую услугу. Это хорошо для всех». А что касается ненависти к другим, то Будда говорил: «Ненавидеть других – это все равно, что самому принимать яд и желать страданий другим». Это напрямую вредит вам и косвенно вы, тем самым, вредите и другим. Это по-настоящему очень неискusstный и нездоровый образ жизни. Итак, пообещайте, что в своей жизни вы не будете никого ненавидеть. Ну, может быть, если у людей слишком тяжелый характер, скажите так: «У меня иногда будет возникать гнев, но я никогда не буду их ненавидеть. Чуть-чуть злиться я буду, но все равно я буду их прощать. Но ненавидеть никогда не буду». Ненависть – это очень опасно. Никогда не надо ненавидеть. «Чуть-чуть я буду злиться, но потом буду спокойным, не буду злиться, буду прощать», – таким должно быть ваше обещание и тогда наступит прогресс. Тогда, куда бы вы ни отправились, везде вы будете счастливы. В нашей жизни нет такой силы, которая превосходила бы силу любви. Если вы любите других очень сильно, то для вас самих это огромная защита. Благодаря вашей сильной любви к другим ни вредоносные духи, ни что-то другое не сможет вам причинить вреда. Это просто невозможно. Это закон природы.

Один геше традиции Кадампа медитировал в горах, где также жило большое количество вредоносных духов. Все, кто пробовал медитировать в этих местах в горах, не могли там медитировать, потому что вредоносные духи все время вредили этим практикам. А этот геше медитировал и никто не мог причинить ему вреда. Тогда все эти вредоносные духи собрались вместе и задались вопросом: «Почему никто из нас не может навредить этому геше, медитирующему в горах?» Главный дух сказал: «Этот геше любит нас больше, чем себя. Как же мы можем навредить такому святому человеку, который любит нас больше, чем себя? С этого момента нам нужно стать его учениками», и все они стали его учениками.

Также Его Святейшество Далай-лама XIV однажды рассказывал следующее. Когда ему было четырнадцать лет, Его Святейшество отправился в одну деревню, где жители обратились к нему с просьбой: «Ваше Святейшество, в нашей деревне вредоносный дух все время вредит всем жителям. Пожалуйста, прочитайте молитву так, чтобы он перестал нам вредить, проведите определенный ритуал». Его Святейшество подумал: «Мне всего четырнадцать лет. Я еще не знаю, как полагается, всех ритуалов. Но поскольку меня просят, я не могу им отказать». Итак, Его Святейшество отправился в это место. Его Святейшество рассказывал: «Я не проделывал никаких ритуалов. Я просто прибыл в это место и породил очень сильную любовь в своем сердце ко всем этим вредоносным духам, которые вредят этим людям. Я породил очень сильную любовь к ним и обратился ко всем этим вредоносным духам: «Пожалуйста, придите сюда и если вы хотите кому-то вредить, если вы испытываете счастье от причинения вреда другим, то, пожалуйста, вредите мне, а не этим людям. У них достаточно своих проблем и им не нужно новых проблем». И он с таким сильным чувством помолился: «Пожалуйста, не вредите им. Это моя просьба к вам», и после этого Его Святейшество покинул это место. Впоследствии жители этой деревни говорили, что с тех пор в их деревне не было никакого вреда и все жили очень спокойно. Его Святейшество сказал: «Вот такова сила любви, а не сила каких-то особых ритуалов или гневных мантр». Вначале, когда у вас нет бодхичитты, гневные мантры очень опасны. Не произносите особых гневных мантр. Так вы бросаете вызов. Это для вас может быть очень опасно. Когда у вашей практики даже нет жизненной силы, начинать начитывать гневные

мантры очень опасно, это все равно, что маленький ребенок бросает вызов очень могущественным взрослым людям.

В повседневной жизни также все время любите других. Вы можете это делать двадцать четыре часа в сутки, и благодаря этому ваш иммунитет станет очень сильным. Ученые доказали это. Это здоровый образ мышления. Когда вы любите всех живых существ и всем желаете счастья, желаете успеха, вы никогда не испытаете зависти. Когда нет зависти, какое это счастье! Завидовать – это больной ум. Когда вы видите, что другие счастливы, вы будете еще счастливее. Как хорошо! Они купили машину, а вы стали еще счастливее: «Как хорошо! Это наша машина. Две наших машины. Три наших машины». Когда любой член нашего центра покупает машину, вы говорите: «А! Сейчас в нашем центре есть пять машин, десять машин. Как хорошо! Это не только ваша машина. Это наша машина. Как хорошо! Вместе можно ездить!» Это здоровые мысли. «Почему у меня нет, а у него есть?» – это очень ненормально. Теперь вернемся к теме.

Что касается учения, то мы с вами подошли к рассмотрению того, как выполнять подношение мандалы. Подношение мандалы нужно делать с сильными чувствами любви и сострадания ко всем живым существам. А любовь – это желание всем живым существам обретения безупречного счастья, обретения ума, полностью свободного от омрачений – это называется любовью. Любовь – это не просто желание другим обретения какого-то временного счастья. Иногда вы даже можете пожелать, чтобы другие не имели временного счастья, поскольку это может помешать им в обретении абсолютного счастья. Поэтому иногда учитель специально делает так, чтобы у учеников появлялись небольшие временные проблемы. Благодаря этому ум учеников развивается быстрее. Итак, любовь – это желание всем живым существам обрести безупречно здоровое состояние ума, а сострадание – это желание, чтобы все живые существа избавились от страданий и причин страданий. Поэтому без настоящего понимания четырех благородных истин вы не сможете почувствовать настоящую любовь и сострадание к другим живым существам. С такими сильными чувствами любви и сострадания, с желанием того, чтобы все живые существа освободились от страданий и обрели безупречное счастье, вы желаете достичь состояния будды. Вы думаете: «Тогда я на практике смогу принести благо всем живым существам. В настоящий момент у меня нет никакого потенциала. Я, может быть, смогу помочь только очень маленькой группе людей». Поэтому реалистичный, практичный способ принести благо всем живым существам – это достичь состояния будды, устранить все свои ограничения и реализовать весь потенциал своего ума.

Что касается такого состояния ума, то оно не придет к вам откуда-то из космоса. Вам нужно развить его. И здесь первое, самое важное накопление – это накопление заслуг. «Мне необходимо накопить большие заслуги, чтобы жизнь за жизнью я смог приносить благо другим живым существам и также, чтобы это стало причинами моего достижения состояния будды», – вот с такой мотивацией вам нужно делать подношение мандалы. Тогда даже одно подношение мандалы будет для вас накоплением очень больших заслуг.

Итак, здесь, что касается подношения мандалы в традиции ламы Цонкапы, то это традиция двадцати трех основ для подношения мандалы. Эти объяснения о том, как делать подношение, я дал вам в прошлый раз. Вы перед собой визуализируете Поле заслуг и кроме этого у вас также должна быть основа для подношения мандалы. В соответствии с традицией махамудры Гелуг – Кагью есть четыре практики нёндро, среди которых одна из практик – это нёндро подношения мандалы. В будущем, если вы захотите выполнить ретрит по махамудре и не только по махамудре, но также и по Ламриму, необходимо перед этим выполнить практику нёндро. Это либо сто тысяч подношений мандалы или, если сто тысяч

выполнить невозможно, то как можно больше подносите мандалу. Выполняйте эту практику две недели.

Итак, две недели вы можете выполнять ретрит по подношению мандалы. Если говорить с практической точки зрения, то это очень подходит вашей ситуации. Не думайте, что простые практики не эффективны. Вначале простые практики для вас являются самыми эффективными. Если вы спросите врача, какое лекарство вначале самое эффективное, то врач скажет, что это зависит от ситуации. Иногда в очень критической ситуации сильное лекарство может убить, поэтому нужно давать больному самое простое лекарство, витамины. Подношение мандалы – это как витамины. А когда больной станет чуть-чуть сильнее, потом можно дать ему сильное лекарство. Поэтому нельзя говорить, что сильное лекарство – обязательно хорошее, а простое – обязательно слабое. Это зависит от вашей ситуации.

Поэтому в коренном тексте по тантре Гухьясамаджи говорится, что для начинающего тантра Гухьясамаджа не глубинна, а для начинающего глубинна практика прибежища. Посмотрите, даже в коренном тексте Гухьясамаджи говорится, что для начинающего практика Гухьясамаджи не обязательно глубинна. Прибежище – это вам подходит. Поэтому в будущем вам обязательно нужно сделать такой ретрит по подношению мандалы, потому что я могу сказать, что у вас очень мало заслуг. И если вы сделаете такой ретрит – двухнедельный ретрит по подношению мандалы через практику «Ламы Чопы» с сильными чувствами любви и сострадания, то это будет большим накоплением заслуг. Но как только любовь и сострадание исчезают из вашего ума, ваша практика сразу же становится пустой, она подобна тому, как попугай начитывает мантры. Поэтому для вас очень важно, когда вы делаете подношение мандалы, все время следить за тем, присутствуют ли у вас чувства любви и сострадания и как только они исчезают, приостановите свою практику и вновь развейте эти чувства. Это очень важно! Для вас это сущностные наставления. Если вы делаете подношение мандалы и ведете подсчет, то, может быть, здесь основной упор вы сделаете на количестве подношений мандалы, а не на качестве, не на чистоте своей практики. Это ошибка. Для практики прибежища также очень важно, чтобы вы делали упор не на подсчете мантр, а на чистоте своей практики, и поэтому нет необходимости в том, чтобы подсчитывать. Не обязательно начитывать сто тысяч, сделайте просто две недели практики прибежища и две недели подношений мандалы – для чистоты практики.

Однажды один великий геше с другими практиками делал ретрит по прибежищу. Другие практикующие, которые делали ретрит с геше, спустя две недели сказали, что уже начитали сто тысяч мантр прибежища и спросили у геше: «А вы уже закончили?» Он ответил: «Еще нет». У него переспросили: «Ну, как же, вы – геше, как же получилось, что вы за две недели еще не закончили сто тысяч мантр прибежища?» Он ответил: «Я не считаю мантры. Основной упор я делаю на чистоте своей практики, и мое прибежище все еще недостаточно чистое». Посмотрите, он делал упор на своей практике и он понял, что его прибежище недостаточно чистое: в нем отсутствует страх и также вера не такая сильная. Поэтому он понял: «Моя практика прибежища еще не чистая». Это для вас очень полезно! Когда я слушал это учение, оно по-настоящему открыло мои глаза. Поэтому вам нужно понимать, что красивый храм – не это обитель Дхармы. Чистое сердце – это обитель Дхармы. Начитывание мантр и обхождение не являются сутью практики Дхармы. Укрощение ума – это суть практики Дхармы.

Итак, в будущем выполните двухнедельный ретрит по подношению мандалы и не обязательно начитывать сто тысяч. Не ведите подсчет, а просто старайтесь выполнять практику чисто и вы увидите результат. Также каждый день вам очень важно выполнять по три подношения мандалы. Когда выполняете шестиразовую йогу, сделайте три подношения

мандалы. Вы каждый день читаете практику «Лама Чопа», и когда доходите до строф подношения мандалы, в это время сделайте три подношения мандалы. Читайте этот текст: «Гора Меру и четыре континета..» и так далее. И в этот момент сделайте такой жест – мудру мандалы: в центре два безымянных пальца – это гора Меру, а остальные перекрещенные пальцы символизируют четыре континента. Те места, где у вас пальцы перекрещиваются, символизируют четыре континента, а концы ваших пальцев (их восемь) символизируют субконтиненты. Безымянные пальцы символизируют гору Меру, сверху их концы символизируют солнце и луну. То есть то, что они соединены вместе – эти два пальца – символизируют гору Меру, а сверху на них солнце и луна. Когда вы делаете подношение мандалы, вам нужно в ладони положить себе какие-то зерна (не делайте это подношение с пустыми руками). Эти зерна в ваших ладонях символизируют драгоценности – драгоценного слона, коня, министра и так далее. Эти зернышки символизируют эти драгоценности. Таким образом, у вас получается такая основа. Двадцать три элемента этой основы у вас в руках.

Итак, думайте, что у вас с рождения есть такая основа для подношения мандалы. Если бы не было рук, тогда бы у вас этого не было. Но у вас есть руки и это основа для подношения мандалы. Поэтому нет такой строгой необходимости везде с собой возить такую железную основу для подношения мандалы. Вы можете выполнять подношение своими руками. Также везде возить с собой ганлин или большой дамару не обязательно – все это символика. Везде так делать «дун, дун» не обязательно. А если вокруг вас много людей, то вообще этого не делайте, для вас самое главное – это визуализация. Буддизм – это практика ума. Не обязательно иметь эти инструменты. Если они есть в доме – хорошо, но не обязательно говорить: «Я практик мандалы, поэтому я обязательно с собой должен иметь железную основу». Потом везде говорить: «ОМ БЕНДЗА БХУМИ А ХУМ». Это не обязательно. Это ненормальная голова. Но дома иметь основу для мандалы обязательно нужно. Иначе вы можете сказать: «Геше Тинлей сказал, что не обязательно иметь основу для мандалы даже дома». Это тоже неправильно. Дома вы должны это иметь. Не впадайте в крайности.

Итак, мы закончили рассматривать подношение мандалы. В конце, в заключение ретрита по подношению мандалы выполните подношение цог и посвятите все заслуги, которые вы накопили в ходе этого ретрита по подношению мандалы, счастью всех живых существ и в особенности достижению состояния будды на благо всех живых существ. Также в своем посвящении очень важно конкретизировать, чему вы посвящаете: «Пусть силой моих заслуг в этом мире не будет конфликтов и войн». Это наша ответственность. Мы человеческие существа на этой планете. Мир на нашей планете – это наша ответственность. Поэтому вначале вы делаете посвящение как человек: «Чтобы в нашем мире не было конфликтов, не было беды, не было голода, чтобы не было эпидемий, болезней в силу мои заслуг». Потом вы делаете посвящение как буддист: «И пусть силою моих заслуг все буддийские учителя, которые являются держателями чистого учения, живут в этом мире долго. И пусть мои заслуги будут причинами, чтобы их деятельность процветала». Потом, после этого вы делаете посвящение как россияне. Мы россияне, поэтому у нас есть ответственность сделать посвящение своей земле: «Пусть в нашей стране, в России, благодаря моим заслугам, и экономический рост, и духовный рост идут вместе рука об руку, и пусть все люди живут в мире и гармонии. Пусть наша страна Россия будет богата не только материальными богатствами, то также станет здоровой страной». Здоровая страна – это когда люди живут в гармонии. Итак, конкретизируйте в своем посвящении, чему вы посвящаете заслуги: сначала вы делаете главное посвящение, а затем как бы вторичное посвящение. И далее своей семье вы также можете посвятить свои заслуги. В этом отношении мне ничего говорить не нужно. Вы сами знаете лучше меня. Как-то в Тибете два человека делали подношения. Один человек сделал подношение очень большого масляного светильника, а второй сделал подношение такого маленького светильничка. Этот человек, который поднес маленькую лампадку, говорил очень много красивых слов в посвящении заслуг. А тот человек, который

поднес большой светильник, не мог так красиво посвятить заслуги, он даже испугался, что все заслуги перейдут к тому человеку, который говорил красиво, и он попросил: «Будда, пожалуйста, смотрите не только на то, какие красивые слова произносят, но также и на то, какое подношение больше». Такую шутку рассказывал Его Святейшество Далай-лама. Мне она очень нравится.

Далее следующее – это внутреннее подношение, которое связано с тайным посвящением. Мы закончили рассматривать внешние подношения, которые связаны с посвящением сосуда, а теперь переходим к рассмотрению внутреннего подношения, которое связано с тайным посвящением. Здесь в тексте «Лама Чопа» есть строки о китайском чае. В прошлые времена, во времена, когда жили Атиша и лама Цонкапа, очень большой акцент делался на обетах Винаи. Что касается водки, то она противоречит обетам Винаи, и поэтому в те времена даже не делали такое подношение водкой, а делали подношение чаем. Это внутреннее подношение. Те, кто строго следует Винае, могут делать такое внутреннее подношение чаем, не обязательно водкой. Ну, а вы не являетесь монахами, вы можете делать подношение водкой.

Здесь, что касается внутреннего подношения, то мы уже с вами рассматривали, как вы подносите пять видов мяса, пять видов нектара; перед тем, как сделать подношение, вы их благословляете. И когда вы читаете строки, посвященные внутреннему подношению, то визуализируйте, как из вашего сердца исходит большое количество дакинй, они черпают этот нектар внутреннего подношения из капалы, отправляются к Полю заслуг и подносят его. И когда фигуры Поля заслуг вкушают это внутреннее подношение, то в их умах порождается союз блаженства и пустоты. А в это время себя вы визуализируете божеством. Из сферы пустоты вы являетесь в облике божества и с сильными чувствами любви и сострадания ко всем живым существам вы совершаете внутреннее подношение, которое является самым эффективным способом накопления больших заслуг за короткое время. Вам нужно понимать, что заслуги, которые вы накапливаете, совершая внутреннее подношение, выше, чем те заслуги, которые вы накапливаете от подношения мандалы. Выполнить внутреннее подношение нелегко, и в первую очередь без правильного понимания теории пустоты вы не сможете трансформировать основу этого внутреннего подношения в нектар. Но если вы по-настоящему сможете трансформировать внутреннее подношение в нектар и сделать это подношение, то вы на самом деле накопите очень большие заслуги за короткое время.

Как благословлять внутреннее подношение, я уже объяснял вам раньше. После этого внутреннее подношение становится нектаром с тремя характеристиками. Если у вас для внутреннего подношения есть капала, то это очень хорошо, а в противном случае вы можете для внутреннего подношения использовать маленькую бутылочку. Берете маленькую бутылочку и внутрь кладете субстанцию – пилюли для внутреннего подношения и заливаете водкой. Вначале вы не сможете это трансформировать в нектар, но все время старайтесь, делайте это снова и снова, и постепенно эта субстанция будет у вас превращаться в нектар все больше и больше, и в конце вы сможете по-настоящему трансформировать эту основу в чистый нектар. Никогда не сдавайтесь, все время старайтесь, делайте это снова и снова, и для вас будет возможно все.

В Тибете есть множество историй о том, как йогины делали внутреннее подношение: когда они благословляли это внутреннее подношение, субстанция у них в капале закипала. Много есть таких историй, когда субстанция внутри капалы закипала, оттуда шел дым. Все это не чудеса, это происходит через понимание теории пустоты. Все это возможно, просто нужно стараться делать это снова и снова. С пониманием теории пустоты все становится осуществимым, возможным, а без понимания пустоты ничто невозможно. Если вы по-

настоящему поймете теорию пустоты, то вы сможете даже проходить сквозь стены. Они не станут для вас препятствием. А сейчас вы этого не можете делать, потому что вы думаете, что есть такие очень прочные, конкретные стены, поэтому не проходите. Например, в фильме «Матрица», когда стреляли в Нео, он однажды понял, что все это иллюзия, это как понимание теории пустоты – и тогда пули остановились, замерли. Этот фильм «Матрица» тоже основан на буддийском учении. Когда Нео понял теорию пустоты, что все это иллюзия, что там нет ничего конкретного, все изменилось. Морфиус всегда говорил Нео: «Ты цепляешься за реальность. Не цепляйся, просто не пытайся, просто расслабься». Этот фильм не совсем похож, но немного похож на буддийское учение. Хотя в нем много фантазий, но там есть что-то похожее на буддийскую теорию. Там в небольшой степени есть основа. Я боюсь, что если буду приводить слишком много примеров из фильма «Матрица», то вы станете поступать в точности так же, как делали в этом фильме. Но там есть и множество таких неправильных примеров, много фантастики, хотя в некоторой степени есть основа.

Вам нужно понимать, что этот нектар обладает тремя характеристиками. И такой нектар с тремя характеристиками далее вы подносите Полю заслуг. Первая характеристика – нектар бессмертия. Здесь не говорится о том, что, вы, вкушая этот нектар, никогда не умрете. Если вы вкушаете этот нектар, поскольку это нектар бессмертия, то вы не умрете преждевременной смертью. В нашем мире многие люди умирают еще до окончания жизненного срока и это очень печально. Поэтому, если вы делаете это внутреннее подношение, и далее сами вкушаете этот нектар внутреннего подношения, то в этом случае вы не умрете такой преждевременной смертью. Это для вас станет лучшей защитой. Даже, например, если вы едете в машине с другими людьми и попадаете в аварию, то другие люди умирают, а вы не умрете, и в этом состоит такая сила внутреннего подношения. Первое его качество – это нектар бессмертия.

Вторая характеристика – это нектар от болезней или целебный нектар. Если с сильной верой каждое утро вы правильно благословляете и подносите внутреннее подношение, и после этого вкушаете его сами, то для вас это станет самой лучшей защитой или исцелением от всех болезней. И нет таких болезней, которые было бы невозможно исцелить с помощью такого внутреннего подношения. Но, что касается вас и меня, в том числе, то мы не делаем слишком большого упора на этом внутреннем подношении, и это наша ошибка. Поэтому с этого момента нам всем необходимо иметь такую маленькую бутылочку с субстанциями для внутреннего подношения, залитую водкой, и старайтесь благословлять ее, делать все правильно. После выполнения благословения и подношения макните туда палец, и сами вкушите подношение, в этом случае вы также соблюдаете самаю. Иметь основу для внутреннего подношения – это самая. Если она у вас не в капале, то очень важно хранить ее в какой-нибудь бутылочке. Все субстанции для тантры вам также необходимо иметь при себе и это, в том числе, является самаей. Не главной, но вторичной самаей. Но, если это возможно, то всю самую соблюдайте в чистоте, и это самый лучший источник всех реализаций для вас. Мой Духовный Наставник говорил, что если вы не можете иметь при себе все необходимые тантрические субстанции, то, как минимум, у вас в молитвеннике должен быть рисунок, на котором изображены все тантрические субстанции. Сделайте копию этого рисунка, и вставьте в свой молитвенник, это будет очень хорошо. Так вы будете соблюдать соответствующую самаю. Если можете ее соблюдать, то зачем же не делать этого, зачем нарушать? Многие самаи мы нарушаем не потому, что они трудные, а потому что мы ленивые. Что такое самаи? Если посмотреть, то все они подталкивают нас к тому, чтобы мы стали немножечко активнее. Для этого нужно выполнять самаи. Это очень интересно. Тантрические самаи, если вы каждую самую держите в чистоте, то вы очень активны: это так надо, это надо – вы соблюдаете все маленькие, мелкие вещи. В результате вы очень активны, и получаете чистую практику. Поэтому самаи – это очень интересные

вещи. Это как дисциплина. Почему мы не получаем реализаций? Потому что у нас нет дисциплины. У нас отсутствует дисциплина, нет нравственности. Дисциплина – это нравственность. Самая – это тоже нравственность. Тантрическая нравственность называется «самаей». Человек без дисциплины ничего не может, даже и в мирских делах. Даже если вы хотите получить какие-то мирские вещи, вам тоже нужна дисциплина. Если вы учитесь в школе или в университете, – там тоже нужна дисциплина. Без дисциплины вы ничего не получите. Для развития ума тоже нужна дисциплина, это очень важно, здесь вам необходима самодисциплина. Вам нужно делать не так, что вы думаете: «Если я этого не сделаю, то меня за это отругают», а нужно думать так: «Я сам хочу делать это, потому что, если я не буду сохранять самодисциплину, то не получу результата», – сами себя толкайте.

Далее третья характеристика, она называется «незагрязненный нектар». Благодаря тому, что этот нектар незагрязненный, когда вы вкушаете его, он умиротворяет ваши омрачения. Благодаря тому, что вы вкушаете такой незагрязненный нектар, это поможет вам уменьшать свои негативные состояния ума и возвращать позитивные состояния ума. Также в коренных тантрических текстах объясняется большое количество вторичных характеристик и качеств этого нектара внутреннего подношения. Здесь мы говорим о трех главных характеристиках, но есть и множество вторичных. Например, если вы хотите выглядеть очень молодо, то это лучший способ выглядеть молодым – если вы вкушаете эту субстанцию, этот нектар, то это становится как бы лекарством от седых волос, от морщин на лице. Морщины будут, но их будет меньше. Седых волос будет меньше. Далее, если вы вкушаете этот нектар, от вашего тела начнет исходить такое сияние – харизма. Есть множество таких характеристик. Этот нектар, в том числе, укрепляет иммунитет, предотвращает всевозможные болезни и так далее. Поэтому заведите такую маленькую бутылочку, в которую положите субстанцию внутреннего подношения, залейте водкой, благословляйте, подносите и далее также сами вкушайте это подношение с сильной верой в то, что это по-настоящему очень мощный нектар. И это изменит вашу жизнь. Также вы можете дать кусочек этого нектара своим родственникам, с которыми у вас есть кармическая связь. На сто процентов это будет очень полезно для них, гораздо полезнее, чем тот нектар, который предложит лама, не имеющий с ними кармической связи. Поэтому, если придет Будда, с которым у вас нет кармической связи, он ничем не сможет помочь вам, а обычный человек, с которым у вас есть кармическая связь, сможет вам помочь, гораздо больше. Это во многом зависит от кармической связи. Поэтому вашим родственникам, вашим друзьям, с которыми у вас есть кармическая связь, это тоже может помочь. Но не думайте, что вы сильные. Мы – слабые, но у нашей кармической связи чуть-чуть есть сила, это и помогает. А у ламы, конечно, очень сильный, невероятный нектар, но поскольку нет кармической связи, поэтому сильно он не поможет. Поэтому не думайте, что ваш нектар сильнее, чем у ламы. Не так. Это потому, что у вас есть кармическая связь.

Однажды у одного человека в Туве на руке образовалась язва. Этот человек много лет старался вылечить от этой язвы. Старался, но никто и ничто не могло ему помочь. Эта язва стала уже очень старой. Однажды он пришел ко мне и попросил: «Геше-ла, пожалуйста, подуйте на эту язву». А у него была в меня очень сильная вера. Я знал, что он очень верит в меня, но также знал, что я не обладаю очень большой силой. Поэтому я подумал: «Ну, все равно, у нас есть кармическая связь, чуть-чуть сила у меня есть. Пусть это ему поможет». Я читал молитвы с искренней любовью, в сердце была сильная любовь, и я искренне думал: «Он на меня полагается, но большой силы у меня нет». Потом я подул на рану. Через три дня после этого язва у него уже засохла. Он до сих пор живет в Туве. Не хочу называть его имени. Он занимает важный пост в Туве. Это произошло не потому, что я обладаю силой, а в силу кармической связи и также его веры. Поэтому, если ваши родственники не верят вам, то, может быть, это не окажет на них особого эффекта, то есть важна не только кармическая связь, но еще и вера. Даже психологи говорят, что очень сложно помогать своим родственникам, потому что они не особо вам верят. Если пациент не имеет в вас веры, то



ему помочь просто невозможно. Они сделали анализ: если способности одинаковые, но нет веры, то психологи не могут помочь, а когда есть вера, то они могут помочь. Это факт. Они поняли это, когда сделали анализ. Людям, которые не верят ни в психологию, ни в буддизм, ни во что, они не могут ничем помочь. Они поняли это через свой опыт. Когда они вам не верят, вы ничего не можете сделать, а когда верят, тогда вы сможете помочь. Это правильно. Буддизм говорит то же самое. Поэтому Будда говорил: «Если живые существа не просят вас, не давайте учение. Это будет бесполезно». Это известно давно – когда не просят, никогда не давайте учение, пользы нет. Поэтому никогда не надо стучать к людям в двери и предлагать: «Вы хотите стать буддистом? Пожалуйста, станьте буддистом», а также давать книги – этого никогда нельзя делать. Это не полезно.

Поэтому моя к вам просьба – заведите такую маленькую бутылочку с крышечкой, может быть, пластиковую, чтобы она не разбилась во время падения. Старайтесь так прикладывать определенные усилия. В наши дни, например, легко в супермаркете найти детское питание, такую маленькую баночку и сделать ее баночкой для внутреннего подношения. На самом деле внутреннее подношение вам нужно с собой носить везде, куда бы вы ни отправились, и это соблюдение тантрической самаи. Как я говорил вам раньше, в тантре самое важное подношение – это внутреннее подношение. И нет более высокого подношения в тантре, чем внутреннее подношение.

Итак, вы подносите этот нектар с тремя характеристиками Полю заслуг. Объекты Поля заслуг его вкушают, и в них порождается союз блаженства и пустоты. И после этого дакини, которые поднесли Полю заслуг внутреннее подношение, растворяются обратно в вашем сердце.

Далее третье – это тайное подношение, связанное с посвящением мудрости. И здесь вы подносите супруг Полю заслуг. В действительности, супруги – это мудрость, познающая пустоту. Супруги – это мудрость в таком женском облике, и вы подносите их Полю заслуг. Итак, не думайте, что вы подносите женщин, вы подносите именно мудрость, и здесь мудрость, познающая пустоту, известна как женский аспект. А что касается бодхичитты и блаженства, то это метод – мужской аспект. Итак, бодхичитта известна как мужской аспект, а что касается мудрости, познающей пустоту, то она в облике женщины – это женский аспект.

Для практика тантры невозможно без супруги собрать все энергии ветра в центральном канале и по-настоящему пережить полный ясный свет по сути. Женское тело, карма-мудра помогает мужчине, становится условием для того, чтобы пережить это. А для женщины мужской аспект является условием для переживания ясного света. Поэтому здесь, когда говорится о карма-мудре, речь идет о женском аспекте, поскольку автор является мужчиной. Если бы автор был женщиной, тогда, когда речь зашла бы о карма-мудре, то речь шла бы о мужском аспекте. Итак, для практика тантры пережить полный ясный свет по сути еще до смерти без карма-мудры невозможно. Поэтому очень важна супруга, но здесь мы говорим о том, что сначала вам необходимо обрести мудрость, познающую пустоту, бодхичитту, отречение и шаматху, и тогда духовный наставник вам скажет: «Сейчас пришло время положиться на супругу», – и вам нужно будет найти супругу.

Если еще до того, как вы достигли всех необходимых квалификаций, вы называете своего партнера – мужчину или женщину своим тантрическим партнером, то это очень опасно. Тогда вы оба будете создавать причины рождения в аду. Использовать тантру ради получения обычного мирского удовольствия очень опасно. Если у вас есть мужчина или женщина, не говорите, что это «мой тантрический партнер», а скажите, что «это просто мой объект привязанности», «объект сансары». Очень хорошо – это «мой объект сансары», это

мой «объект терпения». «Это не мой тантрический объект, а это мой объект терпения», – так хорошо, полезно думать. Никогда не говорите, что это «моя тантрическая супруга». Даже настоящий квалифицированный мастер говорит, что это «мой объект привязанности». Хотя это соответствует действительности, но он не говорит, что «это моя тантрическая супруга», он говорит, что «это мой объект привязанности». Они занимаются настоящей тантрой, но он говорит, что «это мой объект привязанности, объект терпения». Это как люди, которые по-настоящему богаты, не будут говорить, что в таком-то банке у них есть такие-то деньги. Они говорят: «Нет денег. Прибыли нет». Тот, у кого вообще нет денег, говорит: «У меня есть такая-то прибыль». Те, кто по-настоящему практикуют, не будут говорить: «Это моя супруга». Они будут говорить: «Это мой объект привязанности».

Никогда не раскрывайте свою духовную практику (это ваше индивидуальное дело), и никогда не рассказывайте другим, чем вы занимаетесь. Это так же глупо, как, например, рассказывать окружающим людям, что у вас на банковском счете такие-то и такие-то деньги. Вы говорите первому встречному: «Ты знаешь, сколько у меня на банковском счете денег?» Вот на что это похоже. «Ты знаешь, какой я практикой занимаюсь? Я этим занимаюсь, тем занимаюсь», – это одно и то же, очень глупо. Никогда так не говорите, даже если вас спрашивают об этом, для тибетцев такой вопрос о практике считается некорректным. Это похоже на то, когда вас спрашивают, сколько денег у вас на счете. Если тибетца спросить: «Какой практикой вы занимаетесь?» – он подумает: «Зачем он сует свой длинный нос? Зачем ему знать, какой практикой я занимаюсь?» Если вы спросите: «Какой тантрой вы занимаетесь?» – никто не будет вам отвечать. В России, даже когда вас не спрашивают, вы говорите: «Я в эту тантру получил посвящение, в ту тантру. Сейчас я поеду в Индию получать такую-то тантру. Калачакру я пять, десять раз получил. Сейчас я хочу получить Ваджракилаю. Это что-то новое, я этого еще не слушал. Это я тоже буду получать». Это ненормально. Потом вы скажете: «У меня есть десять посвящений. А у вас сколько?» Это все детский ум. Никогда так не поступайте.

Итак, во имя тантры не поступайте так. Иначе вы будете создавать причины рождения в аду. И во имя тантры также не пейте водку. Это тоже очень тяжелая негативная карма. «Это не водка, это нектар», – так я слышал в России, когда делали Цог, и после Цога все становились пьяными. «Сегодня подношение Цог. Это я выпил нектара немного больше и стал пьяным», – это очень неправильно. Из-за этого практики Хинаяны, которые чисто придерживаются Винаи, говорят: «Ваджраяна – это не учение Будды». Чисто придерживаться Винаи очень важно – практика Махаяны также должна быть основана на Винае, это как позвоночник всей практики. Точно также неправильно под именем Ваджраяны пить водку, спать со многими девушками, странные вещи делать. Из-за этого практики Хинаяны говорят: «Ваджраяна – это не учение Будды» Мы сами создали такую причину. Мы позорим Ваджраяну. Поэтому лама Цонкапа говорил, что внешне вы должны быть как практик Хинаяны, придерживаться очень хорошей нравственной дисциплины. Внешне вы вообще не должны никак отличаться от практика Хинаяны, должны быть точно такими же: очень дисциплинированными, придерживаться очень хорошего правильного поведения и не вести себя как-то странно. А внутри вы должны быть практиками бодхичитты с очень богатыми любовью и состраданием. Итак, Махаяна должна быть вашей внутренней практикой, а внешней практикой должна быть Хинаяна. И далее лама Цонкапа говорил: «Втайне практикуйте тантру». А в наши дни бывает наоборот. Внешне – это практик тантры, внутри вместо Махаяны – это эгоист, а втайне он совершает все дурное, все неправильное – это времена упадка. И это очень важно, что касается традиции, которую установил лама Цонкапа, вам нужно следовать этой традиции.

Для вас, если вы по-настоящему являетесь последователем ламы Цонкапы, внешне нужно быть очень хорошим джентльменом, одеваться так, как одеваются русские люди. Не

меняйте стили своей одежды, а одевайтесь так, как джентльмен, как принято в вашем обществе, чтобы другим было легко общаться с вами. Четки, разные такие вещи я не люблю. Когда я вижу своего ученика в галстук и в хорошем костюме, я очень рад. Не обязательно галстук, но в нормальной одежде, с которой соглашается общество. Внутри должна быть бодхичитта, а втайне – тантра. Тантру вам нужно практиковать втайне. Даже в прошлые времена тантрические практики, махасиддхи практиковали настолько тайно, что даже никто не видел у них изображения божеств. Лалитаваджра был самым главным практиком тантры Ямантака, но при этом в его доме не было ни одного изображения Ямантаки.

Ралоцава, когда побывал в Индии, подумал, что получил все тантрические посвящения и, отправляясь обратно в Тибет, по дороге он встретил одну пожилую женщину. Эта женщина спросила: «А ты получил полное учение?» Он ответил: «Да. Я получил все учения». Она сказала: «Нет. Одну из самых главных тантр ты все еще не получил. Она могла бы быть очень полезной в Тибете». Ралоцава спросил: «А кто является держателем этой тантры?» Она ответила: «Твой духовный наставник является держателем этой тантры. Он держатель всех практик». Ралоцава вернулся обратно и начал шпионить за Лалитаваджрой. Он попросил: «Вы мне дали не все. Пожалуйста, передайте мне все тантрические учения». Лалитаваджра на это ответил: «Нет. Я передал тебе все тантрические учения, и ничего дополнительного у меня нет». Но все равно, Ралоцава думал: «Наверное, Лалитаваджра еще владеет какими-то практиками тантры, которые сохраняет втайне, не выдает мне». В прошлые времена мастера так делали для того, чтобы подчеркнуть ценность учения, а не из-за скупости в даянии учения. Жадности нет, но если сразу дать, они ценить не будут. Если получение учения связано с определенными трудностями, то ученики будут его очень ценить. Вы сразу много получили, поэтому не цените.

Итак, Ралоцава втайне подглядывал за Лалитаваджрой и однажды увидел, как вечером Лалитаваджра отправился в лес с одной тханкой в своей руке. Посреди леса, где-то на дереве Лалитаваджра повесил изображение одиночного Ямантаки, сел и начал выполнять практику. Ралоцава просто тихонечко ждал за спиной, пока Лалитаваджра закончит свою практику. Затем он выпрыгнул, предстал перед Лалитаваджрой и спросил: «А что это за тханка? Что это за божество? Почему вы скрывали от меня это божество?» Лалитаваджра на это ответил: «Я тебе ничего об этом не говорил не потому, что не хотел передавать тебе эту практику тантры, а просто для того, чтобы подчеркнуть, насколько драгоценным является это божество. Если не тебе передавать это учение, то кому же еще мне передать? Ты распространишь его в Тибете, и это принесет благо большому количеству людей». Ралоцава был тибетцем, а Лалитаваджра был индийским махасиддхой. Когда Ралоцаве было три года от роду, Палден Лхамо подхватила Ралоцаву на руки и показала ему все три провинции Тибета. Она сказала: «Это то место, где тебе необходимо заботиться о живых существах, сохранить Учение Будды и привести к его процветанию». Ему было всего три года от роду, когда такое с ним сделала Палден Лхамо.

Итак, Ралоцава получил полностью все наставления, отправился в Тибет и распространил тантру Ямантаки в Тибете, благодаря чему в Тибете сохранилось полное учение по тантре Ямантаки. А далее лама Цонкапа раскрыл это учение в еще больших подробностях. Поэтому, если говорить о кармической связи с божеством Ямантака, то она есть не только у тибетцев, но и у бурят, тувинцев, калмыков, монголов. У России совершенно точно с Ямантакой очень сильная кармическая связь, благодаря таким регионам, как Бурятия, Тува и Калмыкия. Далее Ралоцава воплощался во множестве разных форм и Его Святейшество Линг Ринпоче в одной из предыдущих жизней был Ралоцавой. Недавно я связывался с помощником Его Преосвященства Линга Ринпоче и он мне сказал, что есть шанс, что в будущем, может быть, в 2017 или в 2018 году Его Святейшество Линг Ринпоче приедет в Россию. Итак, молитесь о том, чтобы он посетил Россию, и о том, чтобы вы получили

посвящение Ямантаки от Его Святейшества Линга Ринпоче. Это моя мечта. Его Преосвященство Линг Ринпоче известен как Ямантака в человеческом теле и в предыдущей жизни он был старшим Учителем Его Святейшества Далай-ламы.

Итак, это наши надежды и также наши молитвы, чтобы в будущем в России такое произошло. А если он придет в Россию и передаст тантрическое посвящение Ямантаки в России, то это станет очень благотворно для всей территории России. Я также надеюсь, что, может быть, он придет на Байкал. Итак, это наша мечта и наша молитва.

Таким образом, вы эмануруете из своего сердца супруг, подносите их Полю заслуг, и фигуры Поля заслуг переживают союз блаженства и пустоты. Итак, в этот момент визуализируйте себя Ямантакой и не слишком много думайте о том, кто вы – мужчина или женщина. Потому что в предыдущих жизнях женщины много раз были и мужчинами. Итак, визуализируйте себя Ямантакой, из вашего сердца исходят дакини, супруги. И когда вы их подносите Полю заслуг, то у объектов Поля заслуг порождается союз блаженства и пустоты. А затем они растворяются обратно в вашем сердце. Итак, это тайное подношение, связанное с посвящением мудрости.