

Я очень рад всех вас здесь видеть, в вашем новом центре. В этот раз я хотел бы вам передать наставления по необычной Гуру-йоге, союзу блаженства и пустоты. На подробное объяснение у меня нет времени, первое и самое важное – это передача текста. Текст по необычной Гуру-йоге – союзу блаженства и пустоты называется «Гуру Пуджа». В будущем через «Гуру Пуджу» вы сможете выполнять все практики нёндро, все свои непосредственные практики, и также высокие практики. Если все свои практики вы будете выполнять через практику этой Гуру-йоги, то реализации будете достигать более эффективно. И также дважды в месяц проводите подношение цог через этот текст «Гуру Пуджа». Это очень мощный способ накопления заслуг и очищения негативной кармы. Если для вас это возможно, то выучите этот текст «Гуру Пуджа» наизусть, и тогда в вашем уме появится полный отпечаток всей сутры и тантры.

Итак, в первую очередь визуализируйте меня в облике Манджушри, и то, что мы находимся не в обычном здании, а это мандала Манджушри. И когда я буду читать текст «Гуру Пуджа», визуализируйте, как белый свет исходит из моего рта, проникает в ваш рот и остается в вашем сердце в качестве передачи текста необычной Гуру-йоги. Итак, это передача текста.

Как я говорил вам вчера, ваша главная практика состоит в том, чтобы в царстве вашего ума вы изменили систему. Сейчас система в вашем уме настолько низкопробная, что все ответственные посты в нем занимают негативные состояния ума. Позитивные состояния ума у вас слабы, и многие из них не рождаются в вашем уме. Итак, ситуация в вашем уме критическая, и чтобы в нем произошли полные перемены, одной лишь вашей силы для этого недостаточно. Поэтому вам необходимо полагаться на внешние силы, силы божеств, и в особенности на Духовного Наставника, который является воплощением всех божеств. С такой практикой Гуру-йоги вы сможете накопить очень большие заслуги, и сможете очиститься от невероятного количества тяжелой негативной кармы за короткое время. Таким образом, для вас будет реалистично и практично произвести перемены в своем уме. Если вы просто издадите указ как царь или как президент в царстве своего ума, что все негативные состояния ума должны уйти, я меняю вас на позитивные состояния ума, просто так они не уйдут, вам необходимо будет бороться с негативными состояниями ума. И без помощи такой практики, как необычная Гуру-йога, подобные перемены практически невозможны. Поэтому лучшая стратегия для того, чтобы такие преобразования случились в вашем уме, это начать с Гуру-йоги. Вашей мотивацией во время практики Гуру-йоги не должно быть обретение каких-то сиддхи откуда-то извне, чтобы стать необычным человеком. Вы ее выполняете именно для того, чтобы обрести здоровое состояние ума не только ради вашего собственного счастья, но также, чтобы помочь всем живым существам обрести такое безупречно здоровое состояние ума.

Сейчас я вам дам наставления таким образом, чтобы вы в будущем смогли выполнить ретрит по Гуру-йоге. В этот раз на Байкале после учений я хотел бы, чтобы все мои ученики выполнили ретрит по Гуру-йоге. Это лучшая стратегия для укрощения ума. Итак, ретрит нужно начинать вечером. Вначале вы устанавливаете алтарь, и очень важно, чтобы на алтаре в центре стояло изображение Будды Шакьямуни. По бокам от него – ваши Духовные Учителя. Нет, в центре вы ставите Будду Шакьямуни и также изображение Поля заслуг «Ламы Чопы». Справа и слева ваши Духовные Учителя, далее божества, и с двух краев на алтаре – два защитника Дхармы. Таким образом, вам необходимо знать систему установки алтаря. Вам необходимо иметь сиденье немного приподнятое сзади. Когда вы начинаете ретрит, рядом с дверью вам необходимо повесить завязанный несколькими узлами хадак для порождения защитника Дхармы. Для того чтобы выполнить такой ретрит, вам необходимо в первую очередь провести самопорождение, явиться в качестве Ямантаки. Поэтому те, кто не получал посвящение, не смогут выполнить такой подлинный ретрит, вы проведете своего рода вторичный ретрит. Поскольку проводить благословение подношений и так далее вы не можете в качестве обычного человека. Тем не менее, вы можете выполнять ретрит как обычный человек, и для этого вам необязательно выполнять благословение.

Итак, те, кто уже получал посвящение, в первую очередь вы порождаетесь в облике божества, затем вы благословляете внутреннее подношение, после чего благословляете внешние подношения. Затем вы дотрагиваетесь до сиденья, на котором вы будете медитировать, и произносите мантру ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЭ. В этот момент из вашего сердца исходит множество даков и дакинй, они устраняют все препятствия. Далее вы произносите мантру ОМ СУБАВА ШУДА САРВА ДАРМА СУБАВА ШУДО ХАМ, и визуализируете, что это сиденье превращается в пустоту, и далее из сферы пустоты является как ваджрное сиденье. Далее вы три раза произносите ОМ А ХУМ и садитесь на сиденье. Затем вам нужно сосредоточиться на хадаке, который висит рядом с вашей дверью, для порождения защитника Дхармы.

Такую систему вы можете применять ко всем ретритам, если вы знаете эту систему. Затем вы также произносите ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЭ, из вашего сердца исходит множество гневных даков и дакинй, которые устраняют из этого хадака препятствия, далее произносите ОМ СУБАВА ШУДА САРВА ДАРМА СУБАВА ШУДО ХАМ, и хадак превращается в пустоту. И далее из сферы пустоты появляется Каларупа. Каларупа – один из главных защитников ламы Цонкапы. Вам нужно понимать, что в традиции ламы Цонкапы главные защитники Дхармы – это Каларупа и также Палден Лхамо. На этих двух защитников вам нужно полагаться как на главных защитников. Вам не нужны никакие другие защитники Дхармы, в особенности, если говорить о мирских защитниках, таких как Шугден, у вас не должно быть даже запаха этого. Кто бы ни принес его изображение в центр, скажите: «Нам это не нужно». Это главная причина, по которой Его Святейшество Далай-лама

дает такие объяснения и говорит, что не нужно устанавливать связь с таким противоречивым духом, который больше причиняет вреда, чем пользы. В настоящий момент у нас в России даже нет запаха Шугдена, и это очень хорошо. Поэтому, куда бы я ни поехал, я везде объясняю людям, что у нас должны быть два главных защитника Дхармы – это Каларупа и Палден Лхамо. Что касается Каларупы, то полагайтесь на этого защитника во время ретритов и так далее, а в повседневной жизни полагайтесь на Палден Лхамо как на защиту своей матери. Затем вы произносите АРГАМ, ПАДЬЯМ и делаете подношение Каларупе. Далее вы обращаетесь к Каларупе с просьбой: «Пожалуйста, до окончания моего ретрита пребывайте здесь и защищайте меня от внешних, внутренних и тайных препятствий». И затем вы начинаете сессию. Сессия начинается с порождения правильной мотивации.

В вашей жизни, когда вы создаете негативную карму, ваша мотивация, действия и завершение очень мощны. Поэтому та негативная карма, которую вы создаете, становится очень мощной негативной кармой. Вначале у вас очень силен гнев, как будто бы ваш ум сливается воедино с вашим гневом. В середине, когда вы совершаете само действие, ваш рот произносит какие-то очень гневные слова, глаза смотрят с гневом, и руки совершают такие гневные движения. Ваш ум при этом не блуждает, а однонаправленно сосредоточен на этом человеке. В завершение вы радуетесь: «Теперь я сказал то, что хотел». Итак, когда вместе собираются: такая мотивация, само действие и завершение, то это становится полной завершенной кармой. Эта карма называется определенной, и проявится очень быстро. Потому что в ней нет ни одного ущерба из четырех факторов. Это такое семя, которое уже готово прорасти. И это очень опасно для вашей жизни.

Что касается той позитивной кармы, которую вы создаете в повседневной жизни, то она неполная, то есть она называется созданной, но при этом незавершённой. Поэтому, что касается практики, которую вы выполняете, то она не эффективна, и карма очень слабая. Поэтому, когда вы выполняете духовную практику, вначале очень важна сильная позитивная мотивация. Ваш ум должен быть един с позитивным состоянием ума. У вас должны быть очень сильные любовь и сострадание, такие, что сострадание должно быть неотделимо от вашего ума. Так же как в случае, когда ваш ум становится единым с гневом. Такая мотивация очень важна.

Далее, сама практика. Вам необходимо заниматься практикой без блуждания здесь и там в своем уме. Шантидева говорил: «Если вы занимаетесь аскетическими практиками или ретритами в течение длительного времени, но ваш ум блуждает здесь и там, то, как говорил Татхагата, это бессмысленно». Поэтому, когда вы читаете текст «Лама Чопа», очень важно, чтобы в этот момент ваш ум думал о смысле и порождал чувства, соответствующие этим словам, это важнее, чем простое произнесение слов. Произнести слова может даже попугай. И вам тоже это необязательно, вы просто можете включить

магнитофон и заснуть. Буддийская практика – это не практика тела, не практика речи, а это практика ума, и поэтому, когда вы читаете текст, очень важно его чувствовать. Итак, вы выполняете все необходимые визуализации, а в конце посвящаете заслуги. Когда эти три условия собираются вместе, накопленная карма становится очень мощной. Это то, как вам нужно заниматься практикой, это очень важно.

Далее, вам необходимо читать этот текст с сильными чувствами любви и сострадания, с бодхичиттой, и после того как вы подходите к моменту раскаяния, на этом месте вам нужно перед собой визуализировать Поле заслуг, и в особенности нужно сосредоточиться на ламе Цонкапе, который зовется Лама Лобсанг Туванг Дордже Чанг. «Лама» означает – ваш Духовный Наставник. Итак, ваш Духовный Наставник в действительности это лама Цонкапа. «Лобсанг» – это имя ламы Цонкапы. Далее «Туванг» – это означает Будда Шакьямуни, то, что лама Цонкапа – это в действительности Будда Шакьямуни. Поэтому в сердце ламы Цонкапы визуализируйте Будду Шакьямуни. В сердце Будды Шакьямуни визуализируйте Будду Ваджрадхару. Будда Шакьямуни – это в действительности Будда Ваджрадхара. Будда Ваджрадхара, для того чтобы принести благо живым существам, чтобы указать им путь, явился в нашем мире в качестве принца Сиддхартхи, и таким образом передал учение. Он эманировался из сердца Будды Ваджрадхары и принес благо живым существам, а когда ушел из жизни, – это означает, что он обратно растворился в сердце Будды Ваджрадхары. Поэтому в сердце Будды Шакьямуни располагается Будда Ваджрадхара. Поэтому вам важно думать, что ваш Духовный Наставник, лама Цонкапа, Будда Шакьямуни – это эманации, исходящие из Будды Ваджрадхары. Поэтому эта фигура называется Лама Лобсанг Туванг Дордже Чанг. Вам нужно думать, что он неотделим от вашего Духовного Наставника.

Далее, во лбу ламы Цонкапы визуализируйте Манджушри, в горле – Авалокитешвару, в сердце – Ваджрапани. Вы так визуализируете в соответствии с системой крия-тантры. Манджушри относится к семейству Колеса, что является семейством Будды Вайрочаны, а это очищенная скандха тела. Поэтому его визуализируйте во лбу. Авалокитешвара относится к семейству Лотоса, это семейство Будды Амиабхи, поэтому это символизирует очищенную речь, его визуализируйте в горле. Ваджрапани относится к семейству Ваджры, это семейство Будды Акшобхьи, и это символизирует очищенный ум, поэтому его вы визуализируете в сердце. Итак, в крия-тантре говорится о трех семействах, которые являются очищенными телом, речью и умом. В махаануттарайога-тантре говорится о пяти дхьяни-буддах, в действительности это тело, речь и ум, которые рассматриваются более подробно. Так ум тоже подразделяется на три категории, поэтому появляется пять дхьяни-будд. Поэтому пять дхьяни-будд в действительности – это тело, речь и ум.

Вы это выполняете перед раскаянием, визуализируете, что во лбу ламы Цонкапы пребывает Манджушри и начитываете мантру МИГМЕ ДЗЕВЕ ТЕР ЧЕН ЧЕНРЕЗИ, а в конце этой мантры добавляете мантру ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ. В этот момент из Манджушри исходит белый свет и нектар, очищает вас, благословляет и также устраняет всевозможные болезни. Визуализируйте это, применяя четыре противоядия. Первое – это сожаление, о негативной карме, созданной вашим телом. Второе – это опора на божество, в особенности на вашего Духовного Наставника, который является воплощением всех будд и божеств. Третье – это сама визуализация, белый свет и нектар, который вас очищает, и при этом вы не отвлекаетесь. Четвертое – это решимость больше такого не повторять. Когда присутствуют все эти четыре противоядия, то нет такой негативной кармы, которую вы не смогли бы очистить. В особенности вы очищаете ту негативную карму, которая почти уже проявилась и в силу которой вы перерождаетесь в низших мирах. И также вы очищаете отпечатки всей негативной кармы, которые являются препятствием к достижению реализаций.

Итак, вы читаете мантру МИГЗЕМ и завершаете ее мантрой ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ. На пять минут сосредоточьтесь, не позволяйте уму блуждать здесь и там, развивайте однонаправленную концентрацию. Например, если вы хотите сосредоточиться на одном объекте без визуализации света и нектара, то вам будет очень трудно пребывать на этом объекте даже пять минут. Через одну минуту ваш ум уже начнет блуждать, уже не будет видеть объекта. Потому что наш ум очень привык блуждать здесь и там, поэтому вначале оставаться на одном объекте нам непросто. Поэтому вы визуализируете перед собой божество, далее свет и нектар, который очищает вас, очищает всех живых существ, и далее снова возвращаетесь к божеству, то есть ваш ум так перемещается, но при этом по одному каналу, под контролем. И таким образом постепенно ваш ум успокоится. Потому что наш ум обычно много блуждает по сторонам, и если мы сразу же прикажем ему оставаться на одном объекте, то это будет невозможно. Это очень хорошая тренировка для того, чтобы в будущем развивать шаматху. Такая практика, такая медитация в первую очередь приводит вас к накоплению заслуг. Второе – с ее помощью вы очищаете тяжелую негативную карму. Третье – вы развиваете концентрацию, и у вас появляется небольшая способность контролировать свой ум. Вы контролируете свой ум так, чтобы он у вас перемещался в рамках только этого канала, только этого направления, и если пять минут вы сможете его контролировать таким образом, то это будет прогресс. Здесь не обязательно подсчитывать количество мантр, начитывание мантр у вас должно происходить спонтанно.

Далее через пять минут в горле ламы Цонкапы вы визуализируете Авалокитешвару, и то, что из сердца Авалокитешвары исходит красный свет и нектар и наполняет вас. Когда я вам дарую благословение Тары или Манджушри, вы выполняете точно такие же визуализации, и теперь вам нужно

выполнять их в этой практике. Система должна быть такой, что когда вы получаете благословение, те визуализации, которые вы выполняете, вы также далее используете в ретрите, тогда это будет эффективная практика. Если вы все время выполняете разные практики, то они не будут иметь эффекта, поэтому вам необходимо одни и те же практики выполнять постоянно раз за разом, тогда это будет иметь эффект. Например, если вы принимаете лекарства, проходите какой-то курс лечения, в этом случае, если вы одни и те же лекарства принимаете необходимый длительный период времени, то это окажет на вас эффект. А если вы два дня принимаете одно лекарство, потом переходите к какому-то другому лекарству, то это будет бесполезно. В этом не будет пользы. Здесь точно так же. Должна быть система.

Поэтому я всегда подчеркиваю, что очень важно уважать другие религии, традиции, но при этом не смешивать все традиции вместе, следовать своей традиции, иначе вы не достигнете реализаций. Я вижу у своих учеников, что те, кто следует одной традиции, достигают большого прогресса. А кто ходит здесь и там, выполняет практики разных традиций, те не получают никакого результата и становятся очень странными. Глаза становятся большими, странные вещи начинают говорить. Когда я вижу таких учеников, они меня спрашивают, о чем-то говорят, но мне их очень жалко. Вроде бы долго занимаются практикой, но никакого прогресса нет. Только эго становится все больше. Поэтому я очень ясно могу вам сказать: следуйте одной традиции, это очень важно. О чем говорит Его Святейшество Далай-лама? О том, что вам нужно уважать все религии, но это не означает, что вам нужно следовать всем религиям, следуйте одной религии, но уважайте и другие религии, в этом нет ничего дурного. Это не фанатизм. Например, что касается лекарств, то вы можете с равным уважением относиться и к тибетским лекарствам, и к европейским, и к гомеопатии, но это не означает, что в своем лечении вам нужно применять их все. Если вы принимаете все лекарства вместе – тибетские лекарства, европейские лекарства, еще шаманский доктор дает вам свои лекарства, – так вы все перепутаете. В отношении лечения очень важно быть ориентированным однонаправленно и продолжать лечение длительное время, тогда вы получите результат. Для нас отсутствие терпения, желание быстрого результата – это большое препятствие. Не существует быстрых и легких реализаций, это иллюзия. Это одно из главных препятствий у людей к достижению результата.

Итак, вы делаете ту же визуализацию: красный свет и нектар очищает вас, благословляет. В течение пяти минут вы сосредоточены только на том, что красный свет и нектар очищает вас и благословляет. Здесь вы читаете мантру МИГЗЕМ, заканчивая ее мантрой ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ.

Далее, спустя пять минут в сердце ламы Цонкапы вы визуализируете Ваджрапани, и как из его сердца исходит синий свет и нектар. Делайте точно такую же визуализацию с применением четырех противоядий. Здесь синий свет и нектар наполняет вас и благословляет ваш ум. В это время сильно

пожалейте о негативной карме, созданной вашим умом, всем сердцем положитесь на божество, в особенности на Будду Ваджрадхару. Визуализируйте свет и нектар, который вас очищает, и в конце породите решимость больше такого не повторять. Почувствуйте, что в вашем уме очищается большое количество негативной кармы. Здесь вы читаете МИГЗЕМ, завершая ее мантрой ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЭ.

Далее спустя пять минут вы читаете мантру МИГЗЕМ и в конце произносите три мантры: ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ, ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЭ. В это время вы визуализируете, как из Манджушри, Авалокитешвары и Ваджрапани, которые располагаются в трех местах ламы Цонкапы, исходят белые, красные и синие лучи света с нектаром. Они наполняют вас, очищают большое количество негативной кармы, созданной вашими телом, речью и умом, благословляет ваши тело, речь и ум. Визуализируйте это в течение пяти минут, и не только себя, но и очищение всех живых существ. С сильной любовью и состраданием вы думаете о том, как страдают все другие живые существа, и обращаетесь с просьбой: «Пожалуйста, очистите и их тоже». Итак, один такой цикл визуализации займет у вас двадцать минут. Выполните три таких цикла, и у вас будет в течение целого часа процесс начитывания мантр. Это сама медитация. Она очень полезна для развития концентрации. Если в повседневной жизни вы сможете выполнять одну такую сессию каждый день, это было бы очень хорошо.

Затем необычная визуализация. Те, кто не получал тантрического посвящения, не могут выполнять необычные визуализации. Я не могу вам сказать: «Уходите отсюда», вы можете послушать это учение для отпечатка. Итак, почувствуйте, что в будущем вы захотите выполнить эту практику, но в настоящий момент без посвящения вы не можете этого делать. Те, кто не имеет посвящения, не могут визуализировать себя божеством, просто оставайтесь как обычный человек и выполняйте обычную визуализацию, которую мы только что обсуждали. Необычную визуализацию могут выполнять только те, кто получал посвящение. Итак, для того, чтобы принести благо всем живым существам, для того, чтобы укротить свой ум, вы просите божество о даровании вам четырех видов сиддхи. Сиддхи – это сила, которая очень полезна для укрощения вашего собственного ума, и также для принесения блага всем живым существам. Когда вы обретаете определенные сиддхи, ваш ум становится более мощным, он сможет более эффективно бороться с омрачениями и также производить перемены в царстве вашего ума. Цель сиддхи не в том, чтобы контролировать других людей, а в том, чтобы контролировать свой собственный ум, свои негативные состояния. Это главная цель сиддхи.

Итак, чтобы выполнить эту необычную практику, вы продолжаете читать манту МИГМЕ ДЗЕ ВЕ ТЕР ЧЕН ЧЕНРЕЗИ, в конце завершаете ее чтением мантры ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ, но здесь вы визуализируете, как из сердца

Ламы Лобсанга Туванг Дордже Чанга, где располагается Будда Ваджрадхара, из сердца Будды Ваджрадхары исходит множество белых дакинй, которые держат сосуды в руках. Вы продолжаете читать мантру МИГЗЕМ, заканчивая ее мантрой ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ, и визуализируете, как большое количество белых дакинй исходят из сердца Будды Ваджрадхары, подходят к вам и поливают нектаром ваше тело. И когда этот нектар касается вашего тела, то в вашем уме порождается блаженство. Ваше тело наполняется этим светом и нектаром. Вам нужно делать это с сильной верой в то, что это действительно происходит. Если вы выполняете эту визуализацию с сильной верой, то даже болезни, от которых нельзя излечиться, вы сможете устранить очень легко.

Далее вы продолжаете читать мантру МИГЗЕМ, заканчивая ее мантрой ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ, и в конце визуализируете, как эти белые дакини растворяются в вашем теле, в вашем сердце. Почувствуйте, что в этот момент вы обрели мирные сиддхи. И ваша мотивация должна быть такой, что вы обретае эти мирные сиддхи для того, чтобы укротить свой ум и принести благо всем живым существам. Чтобы укротить свой ум и достичь состояния будды на благо всех живых существ. Такая мотивация совершенно необходима для этой практики, потому что в противном случае, если заниматься ею с эгоистичной мотивацией, то она будет совершенно бесполезной, эффекта никакого не будет. Для такой практики самое большое препятствие – это ваш эгоистичный ум, когда вы думаете: «Я, я, я. Я самый главный», – не думайте так. А думайте так, что другие более важны: «Я один, а других большинство, другие важнее. И чтобы принести благо всем живым существам и привести всех живых существ к счастью, пусть я достигну состояния будды». Такая мотивация – это мотивация жизненной силы для практики Махаяны. Если вы теряете эту мотивацию, то у вас пропадает эта практика Махаяны, теряется жизненная сила.

Мирные сиддхи состоят в том, что ваш ум естественным образом успокаивается, умиротворяются омрачения, также умиротворяются болезни, и препятствия также устраняются. Везде, куда бы вы ни отправились, царят мир и гармония. Кто бы вас ни увидел, они также чувствуют спокойствие. Это мирные сиддхи. Даже если кошки вас видят, им становится приятно сидеть с вами рядом, это знак наличия мирных сиддхи. Если кошка от вас убегает, значит, в ретрите у вас не получилось обрести мирные сиддхи. Итак, это мирные сиддхи.

Далее вы продолжаете читать мантру МИГЗЕМ и в конце завершаете ее мантрой ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. В этот момент вы визуализируете, как из сердца Будды Ваджрадхары, который располагается в сердце Ламы Лобсанга Туванга Дордже Чанга, исходит множество желтых дакинй с сосудами в руках. Они льют этот нектар на ваше тело, а вы продолжаете читать эту мантру МИГЗЕМ с мантрой ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Такое начитывание мантр у вас должно происходить автоматически. Затем эти дакини льют нектар на вас,

и вы испытываете блаженство, после чего эти дакини растворяются в вашем теле. Почувствуйте, что вы обретаете сиддхи возрастания. Возрастающие сиддхи означают, что возрастает ваша мудрость, возрастают ваши заслуги, возрастает ваш потенциал, концентрация, все благие качества. Это называется «возрастающие сиддхи». Внимательность, память – все это улучшается. У некоторых людей проблема с памятью, и на этом этапе почувствуйте, что ваша память становится очень хорошей. На самом деле могут произойти феноменальные перемены, и большое количество текстов вы сможете запомнить без труда.

Во времена Будды у Будды были такие ученики, которые обладали ничего не забывающей памятью. Что бы Будда ни говорил, они как магнитофоны записывали все слова, не забывая ни одного слова. Благодаря этим ученикам для нас живы сейчас восемьдесят четыре тысячи томов Учения Будды. Все тексты сутр – это рассказы учеников, которые начинаются со слов: «Так я слышал однажды. Будда пребывал в таком-то месте, с такими-то учениками». И после этого они очень точно повторяли то, что произносил Будда, не теряя ни одного слова. Затем все это было записано в виде текстов, и это собрание текстов называется «Кангьюр». Ни одного текста Будда не записывал, все тексты записали его ученики. Такую феноменальную память они обрели благодаря возрастающим сиддхи. Итак, на этом этапе почувствуйте, что ваш ум становится таким же невероятным, как ум учеников Будды, и вы обретаете феноменальную память.

Далее, третье, Из сердца Ламы Лобсанга Туванга Дордже Чанга, где располагается Будда Ваджрадхара, исходит множество красных дакинь. Здесь вы продолжаете читать мантру МИГЗЕМ и завершаете ее мантрой ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЭ. Все эти красные дакини держат арканы в своих руках, и после этого они набрасывают арканы на вредоносных духов и подводят их к вам. Вы продолжаете читать мантры и визуализируете, как эти вредоносные духи перед вами становятся на колени. Вы говорите: «Примите себя в качестве примера и с этого момента не вредите ни одному живому существу». Все эти вредоносные духи обещают вам, что с этого момента они будут слушаться вас. После этого красные дакини отпускают этих вредоносных духов. Так у вас появляется контроль над всеми духами, которые обитают в том месте, где вы медитируете. А затем все эти красные дакини растворяются в вас, и вы обретаете сиддхи могущества. Главные сиддхи могущества – эта такая власть, такое могущество как контроль над своим собственным умом. У вас появляется такое могущество, что вы можете бороться со своими негативными состояниями ума. Это нечто очень важное в сиддхи могущества. Что касается такой силы, как контроль над внешними вредоносными духами, которые причиняют вред практикующим Дхарму, то это вторичные сиддхи, не главные. Поэтому вам нужно почувствовать большую радость, что вы обрели такие сиддхи могущества, благодаря которым вы обретаете контроль над своим умом и способность бороться с негативными

состояниями своего ума: «Благодаря тому, что красные дакини растворяются в моем уме, я обретаю эти сиддхи могущества». Если вы будете делать такие визуализации, раз за разом, снова и снова, то по-настоящему обретете силу в своем уме. Как только в уме у вас будет возникать гнев, вы будете говорить: «Почему ты появился, уходи отсюда», и он сразу же будет исчезать. Вот таковы сиддхи могущества. Когда будет возникать привязанность, вы будете говорить ей: «Ты, глупая привязанность, зачем ты опять появилась в моем уме, ты мне никогда не помогаешь, только вредишь мне, уходи отсюда». И привязанность сразу же исчезнет, это означает, что вы обрели определенные сиддхи могущества. Далее, если вы захотите развивать позитивные качества ума, то их развивать вам будет легко, и это тоже сиддхи могущества. Вам самому обрести все эти сиддхи невозможно, и поэтому вам необходимо полагаться на Поле заслуг. Как я говорил вам, для вас очень важно полагаться на свою внутреннюю силу, это ваша внутренняя Дхарма. И одновременно с этим вам нужно полагаться на внешнюю силу – на Будду и Сангху. Когда объединяются вместе эти объекты прибежища: внутренний объект – ваши благие качества ума, которые являются Дхармой, и ваши внешние объекты прибежища – такие как Будда и Сангха, после этого в вашей жизни могут начать происходить чудеса.

Далее вы читаете мантру МИГЗЕМ и завершаете ее мантрами: ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ, ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ и ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЭ. Здесь вы визуализируете, как из сердца Будды Ваджрадхары, который располагается в сердце ламы Цонкапы, исходит большое количество синих гневных дакинь, которые держат дигуг и капалу в своих руках. Они подходят к вам, и здесь вы себя визуализируете обычным человеком. Когда они вонзают дигуг в ваше тело, вы испытываете блаженство. Вы как Ямантака пребываете в сердечной чакре, и затем через макушку по центральному каналу уходите из своего старого тела.

Это практика чод в краткой форме. Чод – это не просто распевание песен и когда вы бьете в дамару, «чод» означает «отсечение». Первый уровень чода – это отсечение привязанности к этой жизни. Второй чод – это отсечение привязанности к сансаре. И третий чод – это отсечение привязанности к эгоистичному уму. Если такого отсечения не происходит, то, как бы красиво вы ни распевали песни, как бы ни играли в дамару, это не будет настоящим чодом, это будет просто как спектакль.

Первое отсечение привязанности к этой жизни – это когда вы визуализируете, что в облике Ямантаки выходите из своего старого тела, это очень мощное средство для отсечения привязанности к этой жизни. Просто на какие-то мгновения почувствуйте процесс смерти – вы отделяетесь от своего старого тела, и смотрите на него со стороны. Итак, взгляните: все, что вы делали в прошлом, это просто история. Какие бы вы удовольствия ни получали, все это как счастье, которое вы переживаете во сне. И какие бы проблемы у вас ни

были, это тоже просто как сон. Думайте так: «В то время я был так глуп, что был полностью потерян в одной лишь этой жизни. Самые важные вещи я не принимал всерьез, а какие-то незначительные вещи рассматривал очень серьезно, и это было очень глупо из-за концепции постоянства. А сегодня я раскрыл свой ум, и теперь никогда не буду принимать всерьез восемь мирских дхарм. Я буду всерьез заботиться о здоровье своего ума».

Далее визуализируйте, как эти дакини в первую очередь рассекают ваш череп, отсекают его у вашего старого тела. Вы в это время как Ямантака. Те, кто не получал посвящение Ямантаки, не могут этого делать. Если это выполнять без посвящения, то вместо обретения пользы это навредит. Поэтому не делайте этого. Далее капала становится очень большой, и дакини ставят ее на три камня. Затем они разрезают ваше старое тело на части и складывают в капалу. При этом думайте так: «Когда я был жив, я ел очень много мяса, поедая тела других существ для выживания. Сейчас пришла моя очередь отдать свое тело в качестве подношения всем живым существам». Это главная практика чод – отсечение привязанности к этой жизни и подношение своего тела в качестве подношения всем живым существам. Мои Духовные Учителя, Его Святейшество Далай-лама и Пананг Ринпоче, говорили, что когда ты занимаешься такой практикой, тебе для этого не обязательно иметь большой дамару. И поэтому я бы не рекомендовал своим ученикам слишком большой упор делать на внешние атрибуты. Итак, дакини складывают все куски вашего тела в эту капалу, и после этого из вашего сердца, а вы в облике Ямантаки, исходит свет и достигает элемента ветра под капалой. Ветер раздувает элемент огня, и он разгорается все ярче. Все субстанции в капале начинают кипеть. Затем над этой капалой визуализируйте три слога ОМ А ХУМ. Это синий слог ХУМ, красный слог А и белый слог ОМ. Внизу слог ХУМ, над ним слог А и выше слог ОМ. Из этих слогов ОМ А ХУМ, которые символизируют тело, речь и ум всех будд, исходит свет в десять сторон света и призывает всех существ мудрости и всех божеств, которые далее вместе с этим светом растворяются в трех слогах ОМ А ХУМ.

Первым вниз опускается синий слог ХУМ. Он делает три оборота по краю капалы, и очищают все загрязнения этой субстанции. Далее опускается красный слог А, который также делает три оборота, и растворяясь в этой субстанции, превращает ее в нектар. Далее опускается белый слог ОМ, также делает три оборота и увеличивает этот нектар. Затем вы трижды произносите ОМ А ХУМ. И далее те дакини, которые пребывали перед вами, и также дакини из вашего сердца, держа капалы в руках, черпают нектар и делают подношения Полю заслуг и в первую очередь Ламе Лобсангу Тувангу Дордже Чангу, далее Учителям линии преемственности, всем божествам, дакам и дакиням, защитникам Дхармы. А затем всем живым существам, которые являются вашими гостями.

Этот нектар имеет три характеристики. Первая – это нектар бессмертия, но это не означает, что вы вообще не умрете. Этот нектар защитит вас от

преждевременной смерти. Вторая – это целебный нектар, который поможет вам излечиться от физических болезней. Третья – это незагрязненный нектар. Если вы сразу вкушаете этот нектар, то ум сразу же успокаивается и омрачения становятся слабее. Таковы три характеристики нектара. Когда вы подносите этот нектар всем живым существам, почувствуйте, что живые существа также избавляются от преждевременной смерти, устраняются все их физические болезни, и их ум становится более здоровым. Далее все эти гневные дакини растворяются в вашем теле. Почувствуйте, что в этот момент вы обретае гневные сиддхи. Что касаются гневных сиддхи, то они еще мощнее, чем сиддхи могущества, в смысле укрощения вашего ума и борьбы с омрачениями. Гневные сиддхи могут помочь вам не только контролировать ваши омрачения, но также помогут трансформировать омрачения и привести их на духовный путь.

Итак, вы обретае четыре вида сиддхи. Далее вы продолжаете читать свою практику, этот текст «Лама Чопа», и здесь вы читаете обращение к Духовному Наставнику. Когда вы подходите к месту обращения: «Вы Гуру, вы йидам, вы все дакини и защитники», в этот момент получите четыре самопосвящения (сейчас у меня нет времени на то, чтобы это объяснить). Далее лама Цонкапа размером с большой палец вашей руки перемещается на макушку вашей головы и по центральному каналу опускается в сердечную чакру. Я даю вам точно такую же систему, которую использую во время благословения Белой Тары. Далее читайте мантру МИГЗЕМ и мантру Его Святейшества Далай-ламы. Почувствуйте в этот момент, что все ваше тело наполняется светом и нектаром. Вы – как Ямантака, в сердце Ямантаки располагается Лама Лобсанг Туванг Дордже Чанг, иногда он обретае облик Его Святейшества Далай-ламы, иногда является в облике вашего Духовного Наставника. Это единая суть, которая является в облике разных аспектов. Иногда он является в облике ламы Цонкапы, иногда в облике Его Святейшества Далай-ламы, иногда в облике вашего коренного Духовного Наставника, это все разные аспекты, но суть у них одна и та же. Иногда в облике Будды Ваджрадхары. Таким образом, вы тренируетесь видеть вашего Духовного Наставника неотделимым от божеств, от Будды Ваджрадхары. Это очень хорошая тренировка. С сильной верой в вашего Духовного Наставника, в то, что он неотделим от Будды Ваджрадхары, читайте мантру Будды Ваджрадхары: ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ – это мантра вашего Духовного Наставника.

Итак, визуализируйте меня в облике Манджушри. Вначале я вам дам передачу этой мантры Будды Ваджрадхары: ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ.

В повседневной жизни чаще всего визуализируйте своего Духовного Наставника в своем сердце и начитывайте эту мантру: ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ.

Итак, после этого несколько минут начитывайте эти мантры, не слишком долго, далее дочитывайте текст до конца и делайте посвящение заслуг. Если каждый день вы выполняете по три сессии, то каждую сессию выполняйте точно так же, сессии должны быть одинаковыми, вы ничего не добавляете и ничего не устраняете. Не нужно делать так, что когда у вас настроение хорошее, вы начитываете больше, а когда плохое настроение, то меньше, так нельзя. Это детская игра. При хорошем настроении и при плохом читайте одинаково, больше не нужно, а когда плохое настроение, то меньше не нужно, нужна одинаковая дисциплина. Тогда ваш ум будет взрослым. Когда вы делаете практику по настроению, ваша практика никогда не будет хорошей. Это нужно всегда делать одинаково – как одна система.

Например, японская система очень хорошая, японцы очень систематичны. Поэтому на такой маленькой территории они так хорошо развиваются. У России такая огромная территория, такой богатый ресурс, но почему у нас нет удачи? Потому что у нас нет системы, у нас ум слабый. Когда хорошее настроение, мы много работаем, а при плохом настроении мы ничего не делаем. Так нельзя. Всегда нужно быть одним человеком, сохранять стабильность. Японцы – такие стабильные люди, у них хорошая система, люди активные. Они знают, что если не создать причин, то не будет результата. Они знают, как на маленькой территории они должны работать. Если они не будут работать, то люди умрут с голоду. России повезло, что здесь очень богатый ресурс, и вы спокойно сидите и ничего не делаете. Глядя на такой ресурс, японцы сказали бы, что вам очень повезло. Один мой знакомый из Бурятии, когда ездил в Китай, сказал там одному китайцу: «Мы в Бурятии такие бедные, у нас нет денег». Китаец с большими глазами посмотрел на него и сказал: «У вас везде деньги: лес, территория – это все деньги. Почему ты говоришь, что ты беден?» Потому что мы, русские, не умеем использовать эти ресурсы, вот это ошибка. Даже если вы посреди улицы найдете золото, вы подумаете: «Почему здесь лежит этот кусок золота? Зачем это нужно? Забрать или нет?» Так, пока вы думаете, еврей сразу же заберет это золото и уйдет. Это ошибка, так не нужно. Нужно быть немного активнее. Нужно всегда быть систематичным, строго к себе относиться. Если вы сами не создаете причин, никто за вас причины не создаст. Так говорил сам Будда.

Я написал такой совет: «На пути вашей жизни другие могут указать вам путь. Они могут пройти по нему с вами, но никто не пройдет его за вас». Поэтому вам все время нужно быть инициативными. Если вы чего-то не обрываете, то никто в этом не виноват, виноваты вы сами, потому что не проявляете инициативу. Инициативность очень важна.