

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Думайте следующим образом. Вам нужно понимать, что в нашей мировой системе основную часть времени будет присутствовать темный эон. Что касается светлого эона, то такие времена наступают очень редко. Приход Будды в нашу мировую систему на нашу планету очень редок, поэтому говорят о том, что светлый эон наступает очень редко. Но даже если наступил светлый эон, а вы родились, например, животным, в этом случае для вас тоже нет особой пользы. Мы с вами родились не только в светлый эон, но также родились людьми, обладаем человеческим телом и всеми безупречными органами. Мы обладаем всеми свободами для изучения Дхармы, поэтому для нас произошло нечто практически невероятное! Если заглянуть в историю, то видно, что и в прошлом основную часть времени между людьми разгорались конфликты, они страдали из-за голода и так далее. Поэтому у людей было очень немного шансов для развития ума и практики Дхармы. Даже если конфликтов не было, они не встречали духовного наставника, который мог бы передать полное учение. Поэтому для вас это золотое время, вам нужно понять это.

Байкал – одно из самых чистых мест в этом мире. Люди, которые изучают астрономию, говорят, что это их мечта – провести время в таком чистом месте на Байкале, они хотят здесь отдохнуть. Мы присутствуем здесь не только для того, чтобы расслабиться и отдохнуть, мы здесь для того, чтобы слушать учение. Здесь есть все условия. Чего вам сейчас не хватает? Учение есть, еда есть. Здесь никто не зарабатывает на вашем питании, вы платите только за то, что едите. Учение дается бесплатно. На что вы сейчас можете пожаловаться и сослаться – почему вы не можете сделать свой ум лучше? У вас нет никаких оправданий в том, что вы не можете заниматься укрощением ума, развитием ума, причина всего этого – только ваша лень, то есть обвинять во всем нужно только вас самих. Я тоже виню свою лень, когда думаю о своем Наставнике Далай-ламе, – сколько его учений я слушал, у меня есть все условия, но у меня нет большого прогресса, и в этом виноват только я сам, потому что я ленивый. Я говорю о том, что все обвинения нужно адресовать именно к себе, то есть, они адресованы именно мне, поскольку виновата во всем моя лень. Что касается всех будд и бодхисаттв, то они создали все необходимые условия, а я не развиваюсь только по своей причине.

Поэтому думайте о драгоценной человеческой жизни и боритесь со своей ленью. Ваша лень вначале не дает вам вступить на путь. Даже если вы вступите на путь, ваша лень захочет получить быстрые результаты, и из-за этого вы не добьетесь никаких результатов. Именно из-за лени вы хотите достичь быстрых реализаций. Если вы хотите таких быстрых результатов, то есть одно исключение – это очень сильное сострадание, но это совершенно другой случай. В большинстве случаев быстрых результатов вы хотите достичь именно из-за лени. Если вы хотите достичь очень быстрых результатов из сильного сострадания, то это исключительный случай. В этом случае необходимо практиковать тантру. Все остальное стремление к быстрым результатам возникает из-за лени и эгоистичного ума. Вам нужно понимать, что поскольку вы не натренировали себя в великом сострадании, если у вас возникает желание достичь быстрых результатов, то причина этого – ваша лень. На сто процентов это возникает из-за лени и эгоистичного ума. До тех пор, пока вы не разовьете великое сострадание, не думайте о быстром пути. Вам нужно сказать себе: «Даже если на практику у меня уйдет три неисчислимых эона, я готов практиковать». Натренируйтесь в этом, и позже, когда вы разовьете великое сострадание и в этом случае захотите быстро достичь результатов, тогда это будет правильный способ. Также я хотел бы сказать в отношении того, в каком случае вы можете отругать кого-то. Вначале отругать кого-то очень легко – если вы движимы гневом, то вам очень легко ругаться. А позже, когда вы разовьете сильные любовь и сострадание, и вам нужно будет отругать кого-то из сострадания, то сделать это будет очень трудно. В этой ситуации вам необходимо будет тренировать себя – из сострадания ругать других людей, но это будет непросто.

Когда вы разовьете сильное сострадание, вы подумаете: «Я бы хотел, чтобы в первую очередь все живые существа стали буддами, а я бы стал буддой последним». Но в этой ситуации у вас не останется выбора, вам придется первым стать буддой. Духовный наставник вам скажет, что в первую очередь тебе необходимо стать буддой. Вы будете отпираться и говорить: «Нет, я хотел бы, чтобы в первую очередь все живые существа стали буддами, а я бы стал буддой последним». Тогда учитель вам скажет, что это не реалистично, и чтобы принести благо всем живым существам ты первым должен стать буддой. То есть здесь возникает полностью противоположный механизм. Геше Потова все время молился о том, чтобы переродиться в аду, поскольку его ум был очень сильно побуждаем любовью и состраданием. У него порождалось очень сильное сострадание, и он совершенно не думал о себе, он думал только о других живых существах. Он думал о существах ада, о том, что если бы он переродился в аду и смог там помочь хотя бы одному живому существу, то для него этого было бы достаточно, но в момент смерти у него появились видения чистой земли. Он сказал своим ученикам: «Мои желания не сбываются». Его ученики спросили у него: «Как же такое возможно, ведь всю свою жизнь вы посвятили практике Дхармы, как же может быть так, что ваши желания не сбываются?» Геше Потова сказал: «Нет, нет, я молился о том, чтобы родиться в аду, поскольку там живые существа страдают больше всего, а сейчас в момент смерти у меня видения чистой земли». Очень важно знать то, каким образом тренировать свой ум в правильной последовательности.

В этот раз вам очень повезло – получить здесь учение по махамудре, которое является сокровищем будд трех времен. Это такой путь сущностных наставлений, в соответствии с которыми практиковали великие махасиддхи прошлых времен. В прошлом я давал комментарий к махамудре, но это был лишь общий комментарий, это как введение в махамудру. Одного лишь этого недостаточно для достижения реализаций махамудры. Если сравнивать простое введение и подробные наставления, то это совершенно разные вещи. В этот раз я передам вам наставления по махамудре, основываясь на коренном тексте, который называется «Светильник, освещающий коренной текст по махамудре». Коренной текст написан Панчен-ламой, и комментарий к нему также дан Панчен-ламой.

В первую очередь я дам вам передачу коренного текста. Визуализируйте меня в облике Манджушри. Все будды и все учителя линии преемственности растворяются во мне. Когда я буду читать текст по махамудре, визуализируйте, как в виде белого света он исходит из моего рта, проникает через ваш рот, и остается в вашем сердце в качестве передачи коренного текста по махамудре. Существует передача текста и также передача комментариев, и все это крайне необходимо для достижения реализаций. Если вы упустите хотя бы что-то одно, то уже не добьетесь желаемых результатов. Если вы хотите достичь реалистичных результатов, то старайтесь создать полную причину.

Первое – это вера. Это один из самых важных моментов. У вас есть определенный уровень веры, сделайте эту веру еще сильнее. Получайте учение с сильной верой. Даже если вы не понимаете его полностью, все равно вера – это самое главное. Если у вас есть вера в какую-то ложную идею, то она может быть очень опасна. Но если вы уже выбрали какую-либо область, тогда вера очень важна, без сомнений. Позже, благодаря углублению понимания, делайте эту веру все сильнее и сильнее, и очень важно для вас – не разрушать эту веру. В особенности, если говорить о тантре, то уникальность тантры имеет место именно со стороны веры. Если у вас очень сильна вера, то даже если вы не понимаете учение во всех деталях, вы все равно добьетесь определенного результата, это очень характерная особенность тантры. Если говорить о прошлом, о людях Монголии, это также имеет отношение к бурятам, калмыкам, тувинцам, – большинство из них быстро достигали результатов именно благодаря вере. Мой Духовный Наставник рассказывал мне о том, что Далай-лама XIII произносил такие слова: «Когда я побывал в Китае, я был поражен

законами, существующими в Китае. Законы в Китае меня просто поразили, они были очень строгими, очень подробно проработанными. А когда я побывал в Монголии, то я был поражен верой людей. Они обладали такой сильной верой, что я был просто поражен». Народы Монголии, это ваш талант! Вам необходимо делать эту веру еще сильнее. Тогда у вас будет очень большой шанс достичь высоких реализаций.

Но эта вера не должна быть слепой, постепенно на основе обретения ясного понимания эта вера должна становиться верой, возникающей на основе мудрости. Например, когда я был маленьким, я верил в прошлые и будущие жизни, но у меня не было знаний о том, почему существуют будущие и прошлые жизни. Потом я это изучил и понял, что прошлые и будущие жизни существуют на сто процентов, и через это понимание моя вера стала еще крепче. Также вначале я верил в Будду, Дхарму и Сангху, но у меня не было четкого понимания того, почему они являются надежными объектами прибежища. Потом я учился и пришел к выводу: «Как хорошо, что есть три таких объекта прибежища – Будда, Дхарма и Сангха, они самые надежные». Чем больше я вижу богатых людей в этом мире, тем больше я понимаю, что деньги – это ненадежный объект. Люди также ненадежны, даже тело ненадежно. Нет ни одного надежного объекта. И я пришел к выводу, что самые надежные объекты – это Будда, Дхарма и Сангха, это на сто процентов правильно, и моя вера стала еще сильнее. У меня есть Будда, Дхарма и Сангха, что еще мне нужно? Это моя опора в жизни. Если я буду полагаться на Три Драгоценности, мне нечего бояться, если умру – ничего страшного, жить тоже не страшно, даже в кармане нет денег – ничего страшного, у меня есть Будда, Дхарма и Сангха, они никогда меня не бросят, они самые надежные. Ваш муж может бросить вас, жена может бросить вас, подруга или парень могут вас бросить, вы можете потерять деньги, даже ваше тело в один день скажет вам «до свидания». Это все ненадежно. Поэтому сначала вы верите, а потом через опыт к вам приходит понимание, что моя вера – это очень правильно. Вам необходимо иметь веру, а затем постепенно с помощью все более ясного понимания необходимо делать эту веру еще глубже. Если чему-то учил Будда, то вы можете полностью доверять этому. Например, в моем случае, если к каким-то открытиям приходят подлинныe ученые, то я верю этим открытиям, и не говорю о том, что я не доверяю всему этому. В особенности если речь идет о вирусах, бактериях, то я верю в лекарства от них, хотя я не вижу этих вирусов и не имею полного понимания. Я не видел вирусов, но я верю в лекарства, у меня нет другого выбора. В этих областях иногда ученые допускают ошибки, уже есть много подобных случаев, но, тем не менее, стоит верить в это, поскольку чаще всего открытия ученых правдивы. Есть больше вероятности, что ученым верить можно. Что касается Учения Будды, то в нем невозможно найти ни одного противоречия. Сколько уже прошло времени, но ни ученые, ни философы не находят ни одного противоречия в Учении Будды.

С сильной верой визуализируйте меня в облике Манджушри. Это помещение визуализируйте как мандалу Манджушри. Развейте мотивацию бодхичитты, не имея совершенно никакого эгоистичного ума. Как я хочу счастья, точно также счастья хотят все живые существа. С этого момента я не буду стремиться лишь к собственному счастью, а буду искать счастья для всех живых существ. Как я не хочу страдать, также и все живые существа не хотят страдать. Поэтому с этого момента я уже не буду стараться избавиться лишь себя от страданий, а буду стараться устранить страдания всех живых существ. Как я могу избавиться всех живых существ от страданий и привести их к безупречному счастью? Каков здесь практичный путь? Здесь для меня есть только один путь – полностью устранить все ограничения и реализовать весь потенциал своего ума, тогда на практике я смогу быть полезен для всех живых существ. Тогда я стану реалистичным источником счастья для всех живых существ. В противном случае, если, например, я буду кормить их хлебом, то, что произойдет дальше? Ничего, хлеб закончится, но проблемы не решатся. Если даже вы отдадите им все деньги, вы ничем им не поможете. Наоборот, они станут ленивыми, решат,

что раз их кормят хлебом, то им не нужно работать. Посмотрите на все способы помощи. Самый лучший способ помочь живым существам – это развивать свой ум.

Манджушри дал наставления ламе Цонкапе. Манджушри сказал, что самый лучший способ принести благо всем живым существам – это укротить свой собственный ум. Если вы укротите свой ум, то косвенно тем самым вы окажете очень большую услугу всем живым существам. Это самый лучший, самый искусный и высочайший метод принесения блага всем живым существам. Например, как поступает гроссмейстер в шахматной игре? Он передвигает пешку вперед и одним таким ходом создает очень хорошую стратегию для того, чтобы выиграть в будущем. Лучший способ принести благо себе и принести благо другим – это укротить свой ум. Поэтому ради блага всех живых существ сегодня я получаю учение по махамудре. В особенности сейчас я получаю передачу коренного текста по махамудре для блага всех живых существ. Манджушри, пожалуйста, благословите меня, чтобы однажды я достиг тех реализаций, которые описаны в этом коренном тексте по махамудре. С сильными чувствами любви и сострадания ко всем живым существам и с непоколебимой верой получайте передачу.

Итак, вы получили передачу коренного текста по махамудре. Это является одним из важных фундаментов для того, чтобы в будущем практиковать махамудру. В первую очередь, какие бы наставления вы ни получали, и какие бы комментарии ни слушали, вам важно знать, восходят ли они к какому-то коренному тексту или нет. Поэтому, когда геше Шаравы перед встречей с геше Потовой прочитал один коренной текст, в этом тексте по тренировке ума были такие строки, которые очень сильно тронули ум геше Шаравы. Далее, когда он встретил геше Потову, он задал ему такой вопрос: «Я читал один текст по тренировке ума, и он был очень полезен для меня, есть ли у вас передача этого текста?» Геше Потова ответил: «У меня есть передача». Геше Шаравы сказал: «Я последователь такого логического подхода, поэтому скажите, пожалуйста, исходит ли этот текст по тренировке ума от какого-то коренного текста, который передал Будда?» Геше Потова на это ответил: «Конечно, в трех мирах, кто же не согласится с Нагарджуной? Нагарджуна в таком-то тексте давал такие-то и такие-то объяснения, а сам Нагарджуна опирался на Слово Будды».

Точно также в отношении учения по махамудре, в том числе коренного текста, должна существовать возможность отследить его до Учения Будды. Мой Духовный Наставник Его Святейшество Далай-лама говорил: «Что касается коренного учения по махамудре, то это те слова, которые Будда произнес в одной сутре. Будда сказал, что ум лишен ума, природа ума – это ясный свет». Его Святейшество Далай-лама говорил, что эти строки очень глубоки. Если вы будете исследовать эти учения, эти слова все глубже и глубже, то у вас сложится впечатление, что все Учение Будды, все три поворота Колеса Учения входят в эти строки, и вся сутра и тантра также входит в эти строки.

Поэтому на эти строки: «Ум лишен ума, природа ума – ясный свет» даются объяснения в трех частях. Первая часть: «ум». Вторая часть: «лишен ума». Третья часть: «природа ума – это ясный свет». В эти три части включено все Учение Будды. Первая часть гласит: «ум». Почему Будда говорил «ум»? Здесь дается ответ на вопрос всех живых существ. У нас у всех есть такой первый вопрос: откуда берется наше счастье, откуда возникают наши страдания, кто создал наше счастье и страдание? Где искать наше счастье, и каким образом избавляться от страданий? В отношении поиска счастья мы не обладаем нужными знаниями и ищем счастье во внешнем мире. Всю свою жизнь мы ищем счастье во внешнем мире, и это все равно, что гнаться за радугой, но радугу догнать невозможно. В нашем мире все люди постоянно в бегах, бегают здесь и там. Для чего? Потому что ищут счастье, но если спросить у любого из них – достиг ли кто-либо счастья, все ответят – нет, потому что они гонятся за радугой. Никто не трогал радугу, это невозможно. Бегут, бегут, и нет времени увидеть даже

родных брата, сестру или родителей. Бегут за радугой, потому что не знают, где надо искать счастье.

Есть определенная группа людей, которая думает, что счастье и страдание создает бог. Поэтому они бегут не по делам, а бегут в храм. Подносят цветы, лампадки, молятся и просят: мне это надо, внучку надо, в прошлый раз вы мне послали детей, но это оказались больные дети, в этот раз, пожалуйста, не посылайте мне больных детей. Вы просите разные вещи с мыслью о том, что бог является творцом вашего счастья. Затем у вас возникает мысль, что если вы сделаете подношение, то это является вашей духовной практикой. Когда у вас возникают проблемы, вы начинаете бегать здесь и там, обращаетесь к ламам, шаманам, платите им деньги, думая, что после этого все ваши проблемы будут решены. Лама означает «духовный наставник». Это не тот человек, который просто молится за вас. Поэтому я все время подчеркиваю, что лама – это духовный наставник. Вам нужно приходить к ламе для того, чтобы получить учение, а не для того, чтобы он помолился за вас. Если бы было так, что за вас кто-то помолится и все ваши проблемы исчезают, то без всякой вашей просьбы будды и бодхисаттвы все время молятся о вас.

Я не бодхисаттва, но все равно каждое утро я читаю молитвы за всех живых существ. Бодхисаттвы читают молитвы еще сильнее, но это не помогает нам. Потому что мы сами не создаем причины. Поэтому мысль о том, что бог является творцом всего нашего счастья и страданий тоже ошибочна.

Что же является источником нашего счастья, и кто создает наше счастье и страдание? В ответ на этот вопрос Будда говорил: ум. Ваш ум – это создатель ваших страданий. Ваш ум сам по себе является творцом всего вашего счастья. Не ищите счастье где-то во внешнем мире. Ищите счастье внутри, в своем уме. Глупец ищет счастье где-то снаружи. Мудрый ищет счастье в рамках ума. В этом состоит разница между глупцами и мудрыми людьми. Теперь проверьте, кем вы являетесь – мудрым человеком или глупцом. Если ваш ум все равно стремится к поиску счастья во внешнем мире, скажите себе: ты все еще глуп, твои глаза еще не открылись. Надо ругать себя. Когда возникают восемь мирских дхарм, у вас порождается желание искать счастье где-то снаружи. В этот момент поругайте себя и скажите: ты все еще глуп, ты так и не раскрыл свой ум. Во внешнем мире ты не найдешь никакого счастья. Это все равно, что гнаться за радугой. Даже если ты достигнешь какого-то счастья, это счастье будет смешано со страданием. Вам нужно понимать, что любое мирское счастье как высокого, так и низкого уровня всегда смешано со страданием. По мере того как вы переживаете его все больше и больше, оно постепенно превращается в другое и очень большое страдание. Скажите себе: не будь глупцом, в первую очередь ты не найдешь настоящего счастья, но даже если ты найдешь какое-то счастье, то оно будет смешано со страданием и позже превратится в другое очень большое страдание. Это на сто процентов, правда.

Скажите в этот момент: теперь начни искать счастье в своем собственном уме. Где же именно? В вашем уме есть два вида состояний ума: это позитивные состояния ума и негативные состояния ума. Будда говорил о том, что наши негативные состояния ума – это творцы наших страданий. Это источник наших страданий. В силу использования этих негативных состояний ума невозможно, чтобы вы стали счастливыми, и также для вас невозможно будет сделать счастливыми других людей. Только лишь используя свои позитивные состояния ума, вы можете сделать себя счастливым, и также сделаете счастливыми других людей. Поэтому все время старайтесь пребывать в позитивных состояниях ума. Будьте оптимистами, будьте позитивными и вы даже не будете болеть в этом случае. В наши дни современные ученые также пришли к такому открытию, что те люди, которые придерживаются позитивного настроения ума, не болеют, их иммунитет становится крепким. Что касается негативно настроенных людей, пессимистов, то даже если

они заболевают какой-то легкой болезнью, все равно из-за негативного образа мышления она становится все тяжелее и тяжелее и в конце превращается в очень тяжелую болезнь. Поэтому ваш ум также играет очень важную роль в отношении здоровья вашего тела. Также ваш ум играет очень важную роль и в создании вашей здоровой семьи. Это первый уровень понимания.

Когда Будда говорил «ум», рассмотрим это глубже. Теперь подумайте с точки зрения двенадцатитизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Двенадцатитизвенную цепь можно рассматривать с двух точек зрения. Первый способ рассмотрения – это рассмотрение с точки зрения омрачения. Вторая точка зрения – рассмотрение с точки зрения очищения. Если вы будете рассматривать двенадцатитизвенную цепь взаимозависимого возникновения с точки зрения омрачения в прямой последовательности, тогда вы поймете страдательную природу сансары, поймете первую благородную истину – благородную истину о страдании. Здесь вы поймете, что из-за невежественного ума, который не понимает абсолютную природу самого себя и абсолютную природу феноменов, вы преувеличиваете феномены полностью неправильным способом, представляя их существующими противоположным образом тому, как они на самом деле существуют. Вы думаете, что «я» – это нечто большое и прочное. Вы говорите: «Я сижу, все на меня смотрят, я важный», но такого «я» нет, и никогда не существовало. Вы думаете, что такое «я» есть, и если такому «я» сказать что-то неприятное: «Ты не очень-то и красив», – то всю ночь вы не будете спать. Так думает тупой ум. Такого «я» нет. Лицо – это не «я», рука – это не «я», желудок – не «я». Где находится такое «я», от которого больно в сердце? Такого самосущего «я» не существует.

Когда у вас присутствует мысль о том, что есть некое прочное «я», которое сидит здесь у вас внутри, в этом случае, если кто-то произнесет в ваш адрес немного приятных слов, у вас возникает привязанность, а если кто-то скажет какие-то неприятные слова, то возникает гнев. Будда говорил о том, что источник всех наших страданий, всего того, чего мы не желаем, заключается в нашем собственном уме, все страдания происходят из ума. Каким образом они рождаются из нашего ума, объясняется как раз в двенадцатитизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Сейчас у меня нет времени на то, чтобы подробно рассматривать двенадцатитизвенную цепь взаимозависимого возникновения. Кроме того, я давал это учение раньше, вспомните это учение, я сейчас объясняю его очень кратко.

Когда вы рассматриваете двенадцатитизвенную цепь взаимозависимого возникновения с точки зрения омрачения в прямой последовательности, вы рассматриваете благородную истину о страдании. Тогда вы приходите к пониманию, что рождение под контролем омрачений обладает природой страдания. Страдательная природа пребывает не где-то снаружи. Наши собственные пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, это природа страдания. С этими пятью совокупностями, рожденными под контролем омрачений, куда бы вы ни отправились, ваше страдание отправится вместе с вами. Поэтому некоторые люди думают, что жить в Бурятии в Улан-Удэ – это кошмар, и если поехать жить в Европу, то там можно быть счастливым. Это иллюзия. Ваши совокупности поедут вместе с вами в Европу. Там будет другое страдание. С пятью совокупностями, куда бы вы ни отправились, везде с вами будет природа страдания. Такова природа страдания. Вы не сможете сбежать от страданий. Все, что вы можете сделать, это только устранить оковы страданий.

Когда вы медитируете на двенадцатитизвенную цепь взаимозависимого возникновения с точки зрения омрачения в обратной последовательности, вы приходите к пониманию благородной истины источника страдания. Тогда у вас очень ясно проявляется понимание того, что источник всех ваших страданий – это неведение. Цепляние за «я» как за самосущее, цепляние за представление о феноменах как самосущих, это источник всех

ваших страданий, это иллюзия. Скажите себе: «Мне необходимо устранить эту иллюзию, иначе я не освобожусь от страданий».

Далее, когда вы медитируете на двенадцатитизвенную цепь взаимозависимого возникновения с точки зрения очищения в прямой последовательности, то приходите к пониманию благородной истины пресечения. Так у вас появляется чувство: «Именно этого мне необходимо достичь, это мой объект достижения». Тогда вы приходите к пониманию того, о чем говорил Будда, что только нирвана – это покой. Вы говорите: «Да, действительно, это правда. Ум, полностью свободный от омрачений, – это безупречное пресечение, безупречный покой. Мне не нужен какой-то объект, достигнув или обретя который, я стану счастлив, такое вообще невозможно». Поэтому цель медитации не в том, чтобы достичь чего-либо. Цель медитации в том, чтобы что-то утратить. Наш ум не пребывает в покое не из-за того, что мы чего-то не обрели. Это мы так думаем, что из-за того, что мы чего-то недополучили, не обрели, наш ум не пребывает в покое. Но причина не в этом. Главная причина, по которой наш ум не может пребывать в покое, это наши внутренние беспокоящие факторы. Если вы устраните эти внутренние беспокоящие факторы, которые являются болезнями нашего ума, то наш ум самопроизвольно окажется в состоянии покоя. Поэтому утрата омрачений – это наивысшая реализация, это называется нирваной. Такая утрата омрачений – это пресечение омрачений.

Недавно я написал такое изречение: цель медитации не в том, чтобы что-то обрести, цель медитации в том, чтобы что-то утратить. Наш ум не может пребывать в покое не из-за того, что мы что-то недополучили. Наш ум может пребывать в состоянии покоя самопроизвольно, если не будет внутренних беспокоящих факторов. Поэтому утрата омрачений – это наивысшая реализация. Это называется благородной истиной пресечения.

Если вы медитируете на двенадцатитизвенную цепь взаимозависимого возникновения с точки зрения очищения в прямой последовательности, то вы приходите к выводу, что это именно то, чего бы я хотел достичь, это будет безупречный покой. Когда я медитирую на такие темы, я не могу остановить слезы. Тогда ум начинает приоткрываться. После этого уже не впечатляет ничто другое. Огромный бриллиант вас уже не впечатлит. Это не источник счастья, это источник проблем. Если я найду огромный бриллиант, наверное, завтра я умру. Какой-то бандит придет и убьет меня из-за него, огромный бриллиант – это источник проблем. Все мирские вещи ненадежны, они не источник счастья. Ум, свободный от болезни омрачений, – это настоящий покой. Это самое настоящее счастье. Поскольку это пресечение омрачений, то вам нет необходимости создавать причину снова и снова. Например, мировая экономическая система. Мы все зависим от каких-то вещей. Если бензин закончится, то, как дальше будут двигаться машины? Все от чего-то зависят, и если это закончится, то будет кошмар. Поэтому наступает кризис. Будда создал такую систему, в которой ваш покой не зависит от какого-то внешнего объекта, а зависит только от вашего собственного пресечения омрачений. Если ваше умиротворение зависит от пресечения омрачений, поскольку пресечение омрачений постоянно, вы будете обладать бесконечным счастьем. Такую систему никто не создал в нашем мире. Сколько ученых приходило! Но все они создавали детские системы, зависящие от грубых объектов. Эти грубые объекты ломаются и потом они не знают, что делать дальше. Есть много таких ученых, которые не знают, что будет дальше – надо пробовать, и, наверное, что-то получится. Нигде нет ясности, кроме того, о чем говорил Будда.

В этом случае ваша вера станет еще сильнее. Вы скажете себе: «Та вера в Будду, которая у меня есть, просто невероятна». Когда я был маленьким, у меня была вера. Когда я начал понимать философию, эта вера становилась все сильнее. Потом она стала как огонь в конце

кальпы, и теперь ее невозможно потушить. Если у вас есть вера, подобная огню конца кальпы, и этот огонь кто-то польет водой, то он станет еще сильнее. Когда огонь вашей веры маленький, как лампадка, и кто-то плеснет на него немного воды, то он сразу погаснет. Вы пообщаетесь немного с плохой компанией, и завтра решите, что Будды нет, Дхармы нет, а самое главное – это деньги. Это потому, что у вас слабая вера.

Если вы медитируете на двенадцатитизвенную цепь взаимозависимого возникновения с точки зрения очищения в прямой последовательности, то вы приходите к пониманию благородной истины пресечения. И у вас порождается очень сильное желание достичь этого состояния. Если этого желания не возникает, это значит, что вы не знаете, как медитировать на двенадцатитизвенную цепь взаимозависимого возникновения. Тогда читайте больше учение по двенадцатитизвенной цепи взаимозависимого возникновения.

Если вы медитируете на двенадцатитизвенную цепь взаимозависимого возникновения с точки зрения очищения в обратной последовательности, то приходите к убежденности в благородной истине о пути. Благородная истина пути – это мудрость прямого познания пустоты. Здесь вы приходите к пониманию, что без такой мудрости прямого постижения пустоты для вас будет невозможно избавить свой ум от омрачений. Как говорил Нагарджуна: без понимания абсолютной природы феноменов нет возможности достичь освобождения, это невозможно. Здесь вам нужно понять, что мудрость, напрямую постигающая пустоту, совершенно необходима, и нужно задаться вопросом: как же мне обрести такую мудрость? Тогда вы увидите благородную истину о пути – мудрость прямого постижения пустоты как абсолютное лекарство от всех омрачений. И здесь вы поймете цель медитации на пустоту.

Цель медитации на пустоту – полностью устранить все омрачения из своего ума и это единственное противоядие. Это главное противоядие, о котором говорил Будда. Обрести его нелегко, поэтому вам необходимы основополагающие начальные практики для достижения такого высокого уровня. Если вы будете медитировать на пустоту, не понимая цели медитации на пустоту, то есть опасность впадения в крайность нигилизма.

Итак, если говорить кратко, первая часть – это «ум». Я объяснил вам, что это. Теперь, вторая часть: «лишен ума». Что касается трех поворотов Колеса Учения, то первый поворот Колеса Учения – учение о четырех благородных истинах входит в первую часть. Что касается второй части, то есть слов «лишен ума», то в эту вторую часть входят все наставления, которые Будда давал в ходе второго поворота Колеса Учения. Вторым поворотом Колеса Учения – это доктрина о бессамости. Что касается источника учения, Мадхьямаки, учения о пустоте от себя, то источник этого – второй поворот Колеса Учения. Вторым поворотом Колеса Учения называется «доктриной о пустоте от себя». То есть не так, что объект пуст от чего-то другого, а он сам пуст от самобытия. Если давать объяснение этого момента, то потребуется очень много времени, поэтому я сейчас не буду объяснять эту тему.

Третья часть: «природа ума – это ясный свет». В третьем повороте Колеса Учения Будда давал учение в том числе и о природе будды. Также в третьем повороте Колеса Учения Будда раскрыл воззрение Читтаматры. Если говорить о природе ума, ясном свете с точки зрения тантры, с точки зрения наитончайшего ума, то наитончайший ум, который существует с безначальных времен, продолжает существовать все время. Ученые также говорят о том, что наитончайшие частицы существуют с безначальных времен, и всегда будут продолжать существовать. Невозможно их полностью уничтожить. Все грубые объекты являются собранием наитончайших частиц, которые при скоплении образуют такие грубые объекты. А эти грубые объекты позже распадаются также до наитончайших,



мельчайших частиц. Такие мельчайшие частицы всегда продолжают свое существование, и невозможно их полностью уничтожить.

Когда в тантрах говорится о ясном свете, как представляется эта тема? В тантрах говорится о том, что если наш ум пребывает в наитончайшем состоянии, пребывает только в ясном свете, в этом случае сансара перестает существовать. Но наш ум не может пребывать в этом ясном свете. Из этого наитончайшего ума проявляются более грубые состояния ума, возникают омрачения, и из-за этих омрачений мы перерождаемся в сансаре.

Цель медитации на махамудру в том, чтобы в первую очередь свести свой ум к ясному свету, а затем далее пребывать в этом состоянии ясного света и никогда уже больше не выходить из него. Когда вы пребываете в этом состоянии наитончайшего ума с прямым постижением абсолютной природы феноменов, то тут вы полностью устраните все омрачения из своего ума. Когда вы пребываете в этом состоянии наитончайшего ума с полной свободой от всех омрачений, у вас появляется спонтанное постижение всех феноменов. Что касается энергии ветра, которая поддерживает это наитончайшее состояние ума, то она проявляется во множестве различных форм, и так вы приносите благо огромному количеству живых существ. Ваша Дхармакая никогда не выходит из ясного света. С сильным состраданием вы проявляетесь в различных формах и приносите благо множеству живых существ. Это уникальная особенность будды, обычные существа на такое не способны.

Цель медитации на махамудру в первую очередь состоит в том, каким же образом научиться пребывать в состоянии ясного света, и затем как в этом состоянии ясного света познать пустоту. И далее уже оставаться в этом состоянии ясного света и никогда более не выходить из ясного света. Учение по махамудре объясняется с точки зрения четырех йог махамудры.

Первая йога называется йогой однонаправленного. Что это означает? Здесь даются наставления о том, каким образом вам свести свое грубое состояние ума с помощью особых техник, особых наставлений к состоянию наитончайшего ума. В медитации на махамудру никогда не старайтесь увидеть ясный свет, это будет невозможно. Это все равно, что стараться увидеть любовь и сострадание, но любовь и сострадание увидеть невозможно. Вы можете почувствовать любовь, можете почувствовать сострадание, но не можете увидеть любовь и сострадание. Поскольку вы очень привыкли к научным открытиям, то для вас нечто существует только в том случае, если вы можете увидеть это своими глазами. У вас есть такие наклонности. Или если вы видите в микроскоп, тогда верите, что нечто существует, а если не видите, тогда думаете, что этого не существует. Но в этом случае вам нужно будет, например, отрицать существование ветра, потому что вы не видите ветер, но вы можете почувствовать ветер. Точно также вы можете почувствовать любовь и сострадание. Вначале больше медитируйте на любовь и сострадание, вы сможете их почувствовать. Делайте их все сильнее и сильнее. Вначале то, что вы легче можете почувствовать, вот это старайтесь переживать все больше и больше. Любовь и сострадание вы можете почувствовать грубым умом. Любой человек может почувствовать любовь и сострадание. Это нужно переживать вновь и вновь. Тогда, если вы получите определенный опыт, и у вас появится желание пережить ясный свет, почувствовать ясный свет, то вы действительно сможете его пережить. Существуют специальные особые техники для того, чтобы добиться переживания ясного света.

Если с однонаправленной концентрацией вы разовьете шаматху, то это относится к первой йоге, которая называется йогой однонаправленного. Первая йога – йога однонаправленного состоит в том, что вы добиваетесь переживания ясного света и с этим переживанием ясного света развиваете однонаправленную концентрацию – шаматху.

Вторая йога – йога свободы от умопостроений. Здесь вы пребываете в состоянии наитончайшего ума и с помощью шаматхи стараетесь обрести концептуальное понимание абсолютной природы ума. Это будет второй йогой, йогой свободы от умопостроений. Благодаря этой йоге вы достигнете випашьяны, то есть концептуального постижения пустоты. Вам нужно понимать, что вторая йога, йога свободы от умопостроений – это випашьяна.

Всего существует два вида випашьяны. Это випашьяна сутры и випашьяна тантры. С точки зрения воззрения они совершенно ничем не отличаются. Абсолютная природа ума объясняется в сутрах, абсолютная природа ума объясняется в тантрах, и в воззрении нет совершенно никакой разницы. Тогда, в чем же разница? Различие в том, что в сутре грубый ум обретает концептуальное постижение пустоты ума. В тантрах используется наитончайший ум, и этот наитончайший ум с помощью шаматхи в первую очередь обретает концептуальное постижение пустоты ума. Поэтому в випашьяне сутры и тантры есть различия с точки зрения субъекта, а сточки зрения объекта, то есть воззрения, никакой разницы нет.

Третья йога – йога одного вкуса. Здесь, когда с випашьяной, с концептуальным постижением пустоты, вы медитируете снова и снова, позже, когда ваше познание становится прямым, это то, что называется прямым йогическим познанием. Прямое йогическое познание является невероятно ясным. С его помощью вы обретаете более ясное познание, чем, например, своими глазами вы познаете эту чашку. Когда вы с помощью наитончайшего ума и с помощью шаматхи обретаете прямое постижение абсолютной природы ума, то в этом состоит цель третьей йоги, йоги одного вкуса. В этот момент вы достигаете третьего пути – пути видения, и становитесь арьей. Это очень высокая реализация. Это не может возникнуть в силу того, что вы просто сидите в позе для медитации, закрыли свои глаза и думаете: «Если я увижу ясный свет, то я стану буддой», это невозможно. Это происходит не так. Такое прямое постижение пустоты, путь видения, зависит от предыдущего пути – пути подготовки. Когда с помощью шаматхи вы обретаете концептуальное постижение пустоты, в этом состоит критерий достижения второго пути, пути подготовки. Поэтому и в сутре и в тантре вам необходимо пройти пять путей, и нет такого быстрого пути, на котором вы как-то перепрыгиваете с одного пути на другой (без второго и первого пути – сразу на путь видения). Но русские люди не хотят даже быть на пути видения, сразу хотят стать буддой – сегодня ничего нет, а завтра стать буддой, достигнуть пятого пути. Перепрыгнуть сразу на пятый путь – это невозможно. Вам нужно понимать этот момент и это то, о чем говорили великие мастера прошлых времен: Нагарджуна, Чандракирти, Тилопа, Наропа, Сараха, лама Цонкапа, Атиша – все они говорили об одном и том же.

Что касается достижения второго пути, то есть когда вы концептуально постигаете пустоту с помощью шаматхи, то достичь этого без предыдущего пути (пути накопления), будет невозможно. Тогда в чем же критерий достижения первого пути – пути накопления? С точки зрения Махаяны это бодхичитта. С точки зрения Хинаяны это отречение. Вам нужно понимать, что отречение входит в бодхичитту. Если вы добились спонтанной бодхичитты, то там также присутствует и спонтанное отречение.

Отречение – это желание обрести безусловно здоровое состояние ума (нирвану). Бодхичитта – это желание достичь состояния будды ради блага всех живых существ, то есть в этом есть как отречение, так и желание принести благо всем живым существам. Если у вас нет спонтанной бодхичитты, то вы не достигли пути накопления. Если вы хотите достичь

махамудры, то без бодхичитты это просто невозможно. Тут вам нужно понимать, что когда у вас появляется спонтанная бодхичитта, вы вступаете на первый путь – путь накопления.

Четвертая йога – йога более не медитации. Что это означает? Это означает, что в этот момент ум йогина, который обладает прямым постижением пустоты, когда его наитончайший ум обретает прямое постижение пустоты, то в следующий же миг его ум полностью освобождается от всех омрачений, это то, что называется «освобождение видением». Это уникальная особенность тантры, которая заключается в том, что сразу же на пути видения вы становитесь архатом. Вы архат, победитель врага, то есть полностью уничтожили все свои омрачения. Такое возможно только в тантре, в сутре такое невозможно, здесь на пути видения в сутре вы не являетесь архатом, на пути медитации до седьмого бхуми вы также не будете архатом. Только на восьмом, девятом и десятом бхуми вы являетесь архатом.

Что означает «йога более не медитации»? Даже если вы полностью устранили все омрачения из своего ума, но при этом не пребываете все время в ясном свете, то вы не избавились от препятствий к всеведению. Поэтому ваша цель, медитируете вы или нет, – все время пребывать в ясном свете. В этот момент совершенно нет никакой разницы между медитацией и немедитацией. Некоторые русские люди говорят, что для них нет разницы – медитируют они или нет, но это говорит о том, что они – арьи, и это очень большой самообман! Есть люди, которые любят так говорить: «Для меня нет разницы между медитацией и немедитацией», но вам нужно понимать, что в этот момент речь идет о четвертой йоге – йоге более не медитации. Это означает, что этот человек уже является арьей. Если он действительно является тантрическим арьей, то он же является и архатом, у него уже больше нет никаких омрачений. Но он пьет водку, спит с разными девушками, говорит, что он йогин, и это позор буддизма, позор тантры. Так нельзя. Во имя тантры не ведите себя дурно, это будет позором.

При медитации вы сидите в позе медитации и пребываете в ясном свете. Затем постепенно, не выходя из состояния медитации, не выходя из состояния ясного света, вам нужно потихоньку встать, выйти из этой позы медитации, постепенно начать ходить по сторонам, но при этом, не выходя из медитации на ясный свет. Вы не будете терять состояние ясного света, постепенно вам также нужно начать петь песни, не теряя ясный свет. Существует необычное йогическое поведение, поведение сумасшедшего йогина. Это то, что относится именно к этой стадии, к четвертой йоге, йоге более не медитации. Многие махасиддхи выглядели, как сумасшедшие. Люди смотрели на них, смеялись, а они не выходили из ясного света. Хвалят его или ругают, говорят, что он сумасшедший – он находится спокойно в ясном свете. Это нелегко.

Далее вы начинаете прыгать и так далее, и при этом не терять состояние ясного света. Если в этом вы упрочиваетесь, достигаете стабильности, то тогда вы уже достигли состояния будды. В коренных текстах по махамудре говорится о том, что если вы способны все время пребывать в ясном свете, то это означает, что вы достигли состояния будды. А если у вас нет такого контроля, если вы выходите из этого состояния до грубых состояний ума, то это означает, что вы все еще в сансаре.