

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Мотивацию, связанную с очень сильными чувствами любви и сострадания ко всем живым существам, принимая на себя ответственность за то, чтобы наделить всех живых существ причинами счастья и освободить их от страданий. После принятия обета бодхичитты для вас очень важно все время напоминать себе о том, что на вас лежит ответственность за то, чтобы привести всех живых существ к безупречному счастью, наделить их причинами счастья, чтобы избавить их от страданий и причин страданий. Это наша ответственность. Нам нужно напоминать себе о нашей ответственности, это очень важно. Чтобы осуществить эту ответственность, есть только один реалистичный способ – это достичь состояния будды на благо всех живых существ. Никогда не отказывайтесь от такого желания достичь состояния будды на благо всех живых существ, это должно быть вашей мечтой. Когда вы думаете о счастье, то, в конце концов, вы должны придти к мысли: «Пусть я достигну состояния будды ради блага других».

Если вы исследуете все остальное счастье, то вы обнаружите, что это ненастоящее счастье. Вы думаете, что это настоящее счастье, но на самом деле это счастье смешано со страданиями, и в конце приводит к другим большим страданиям. Когда мы закрываем глаза, у нас бывают мечты. Некоторые девушки мечтают о принце на белом коне, как они будут счастливы, когда он придет. Но это не мечта, это не счастье, это счастье, смешанное со страданиями. Сначала вы не можете получить объект. Но даже если вы его получите, он все равно уйдет от вас. Когда у вас нет объекта, вы страдаете от его отсутствия. Когда он у вас появляется, вы начинаете страдать от его наличия. Затем у вас возникает мысль: «Как было бы хорошо, если бы он (или она) ушел от меня».

Исследуйте: в нашей жизни, что бы мы ни посчитали счастьем, в действительности это то, что будет смешано со страданиями. В конце это приводит к другим большим страданиям. Когда вы думаете о счастье, то, в конце концов, остается только одно – как говорил Будда, только нирвана – это покой. Различают два вида нирваны – это непребывающая нирвана и пребывающая нирвана. Пребывающая нирвана – это когда одно существо полностью потерялось в покое своего ума, и в этом нет чего-то особенного. Такая нирвана – это объект достижения в Хинаяне. В этом случае просто одно существо теряется полностью в собственном счастье, и в таком счастье нет чего-то особенного. Тогда вы подумаете: «Я не хотел бы достигать такой пребывающей нирваны, а хотел бы достичь непребывающей нирваны».

Непребывающая нирвана – это когда ум никогда не выходит из медитативного равновесия, пребывает в Дхармакае, и одновременно с этим с сильными любовью и состраданием спонтанно приносит благо всем живым существам. Тогда вы становитесь источником счастья не только для самих себя, но и источником счастья для всех живых существ. Об этом вам нужно думать: «Это моя мечта». У вас должна быть самая высокая мечта. И нет мечты, которая была бы выше такой мечты.

В буддийской философии говорится, что вам нужно быть оптимистами, и ставить перед собой цель, которая будет самой высокой целью, но нужно готовиться к худшему. Это очень важно. Мы, обычные люди, не имеем высокого видения, а сохраняем очень низкое видение. И одновременно с этим не готовимся к худшему, а хотим как-то сразу заполучить желаемое, из-за этого у нас возникают трагедии. Вам необходимо иметь наивысшее видение, чтобы своими глазами вы смотрели далеко вперед. Вчера в фильме о Будде мать Девадатты говорила: «Если ты шире откроешь глаза, ты сможешь видеть дальше». У тибетцев есть такая поговорка, что если глаза открыты шире, то вы и видите дальше. Когда ваши глаза маленькие, то вы не видите ничего дальше собственного носа, это глупо.

Когда вы думаете о счастье, у вас остается только один вариант: «Пусть я достигну состояния будды на благо всех живых существ». Когда вы думаете о страдании, об избавлении от страданий, не только ваших, но также об избавлении от страданий всех живых существ, то у вас также остается только одна мечта – достичь состояния будды. Когда вы думаете о собственном благополучии, то самое лучшее собственное благополучие – это полностью устранить все свои ограничения и реализовать весь свой потенциал. И это настоящая любовь к себе. Любовь к себе – это забота о себе. Те люди, которые пьют алкоголь, не заботятся о своем физическом здоровье, о ментальном здоровье – они не любят себя. Человек, который не может любить себя, как он может любить других? Любовь – это забота. Если кто-то не может позаботиться о себе, то, как он может заботиться обо всех живых существах? Самый лучший способ о себе позаботиться, лучшая любовь к себе – это достичь состояния будды.

Эгоистичный ум совершенно другой, он не желает достичь состояния будды. То есть он не любит свое «я», а привязан к этому «я». Он делает вашу ситуацию только хуже, поэтому вам нужно понимать, что есть большая разница между эгоистичным умом и любовью к себе. Иногда люди начинают думать, что если они придерживаются махаянского подхода, то им не нужно любить себя. Но это неправильно. В первую очередь вам необходимо полюбить себя. Если говорить об отречении, то это наивысший способ проявления любви к себе. Слово «отречение» говорит о том, что с одной стороны вы отрекаетесь от сансарического образа поиска счастья. Именно от этого вы отрекаетесь, от сансарического способа поиска счастья, когда речь идет об использовании негативных состояний ума с мыслью о том, что эти состояния ума приведут вас к счастью. От этого вы отрекаетесь.

С другой стороны вы ищете счастье через полное оздоровление ума, желаете своему уму обрести безусловно здоровое состояние, и это называется «отречение». Поэтому я подчеркиваю, что если говорить об отречении, то с одной стороны это является высшим способом любить себя, высшей заботой о себе. В первую очередь вам необходимо заботиться о себе, любить себя. Ту же самую любовь, которую вы испытываете к себе, далее вам нужно распространить на всех живых существ. Как вы хотите обрести безусловно здоровое состояние ума, точно так же вы желаете и всем другим живым существам обрести такое безусловно здоровое состояние ума, и это наивысшее счастье.

Махаянский подход не означает, что вы ничего для себя не делаете, перестаете заботиться о себе, это не так. Это очень искусный способ. Вначале вы начинаете заботиться о себе очень искусным образом, а затем начинаете так же заботиться обо всех живых существах. Это не похоже на коммунистический подход. В прошлые времена коммунистический подход заключался в том, чтобы всех заставить работать, сделать всех одинаково бедными. Нужно так – сначала сделать себя богатым, а потом и всех остальных сделать одинаково богатыми. Вы делаете свой ум безусловно здоровым, а затем желаете не только собственного здоровья, но и всем живым существам желаете обретения безусловно здорового состояния ума – в этом ваш подход. Если все станут бедными, то в этом не будет ничего особенного, это будет просто еще одним страданием. Если вы думаете о благополучии всех живых существ, то у вас остается только одна мечта: «Пусть я достигну состояния будды».

Недавно я написал одно стихотворение, которое читаю как молитву и я хотел бы, чтобы и вы также читали это стихотворение как молитву, в сжатой форме это та философия, которую вы получаете. Вы получили множество разнообразных учений и сейчас для вас самое лучшее – все эти учения представить для себя в сжатой форме, чтобы произошли изменения в вашем уме. Это стихотворение следующее:

«Когда я думаю о счастье, я желаю достичь состояния будды,
 Когда я думаю о страдании, я желаю достичь состояния будды,

Когда я думаю о собственном благополучии, я желаю достичь состояния будды,
 Когда я думаю о благополучии всех живых существ, я желаю достичь состояния будды,
 Пусть я достигну состояния будды на благо всех живых существ».

Теперь это моя самая любимая молитва. Поскольку я ваш духовный наставник, если вы также будете произносить это стихотворение, читать его, то вы получите благословение духовного наставника. Кроме того, в этом стихотворении я представил вам в сжатой форме то учение, которое передаю. Для вас это будет сжатым учением и также очень полезным напоминанием о бодхичитте.

Самое трудное – это развить бодхичитту. Шаматху можно развить за шесть месяцев, а для развития бодхичитты нужно медитировать год за годом, и кому-то для развития бодхичитты понадобится много жизней, это нелегко. Для тех, у кого есть очень сильная привычка к любви и состраданию из предыдущих жизней, может быть, их ситуация исключительная. Но для всех остальных самое трудное – это развитие бодхичитты, развитие великого сострадания. На это требуется очень много времени. Поэтому каждый раз, когда я даю учение и говорю «любовь и сострадание», старайтесь сделать так, чтобы ваш ум оказался затронутым чувствами любви и сострадания. Также в повседневной жизни будьте чуткими к чувствам других людей. Когда вы чувствительны к чувствам других людей, когда у вас в уме есть любовь и сострадание, это невероятное счастье. Когда вы разовьете чуть-чуть любви и сострадания, это такое счастье! Попробуйте это.

Тогда в вашем уме не будет зависти. Когда вы думаете, что кому-то недостаточно счастья, и вы видите, что они купили новую машину или надели красивую одежду, вы думаете, что это счастье на короткое время, они не будут счастливы долго, пусть их счастье никогда не закончится! Вы сами будете счастливы, когда другие счастливы. Это так хорошо! Когда ум думает только о своем «я», что этого у вас нет, и этого у вас нет, почему у других есть, а у меня нет, тогда появится зависть. Зависть – это болезнь ума. Больной ум никогда не будет счастлив. Если у вас начинается зависть, если это происходит из-за старой привычки, скажите себе: «Как же ты можешь так думать? Ведь он в прошлом испытывал очень много страданий, и сейчас у него тоже очень много страданий и проблем. Сегодня он добился небольшого успеха, но скоро и эта удача покинет его».

Как можно быть несчастным из-за того, что другие счастливы? Нужно ругать себя. Потому что у нас есть такая привычка с прошлых жизней из-за омраченного образа мышления. Поэтому нужно убрать эту привычку. Сейчас вы все знаете философию, теоретически вы понимаете, что зависть – это ненормальное состояние ума. Но она приходит не потому, что вы этого не знаете, она появляется из-за старой привычки. Вам нужно ругать себя, что нельзя так думать. Потом пожелайте другим еще больше счастья. Тогда ум сразу станет спокойнее. Когда вы завидуете, вы становитесь несчастными. Очень важно сохранять чуткость к чувствам других людей.

Теперь с мотивацией бодхичитты получайте учение по махамудре. В учении по махамудре мы с вами рассматривали значение термина «махамудра», слов «му», «дра» и «маха», каков их смысл. Далее автор объясняет смысл махамудры на основе текста «Доха». Доха – это текст, который написан махасиддхой прошлых времен. В нем говорится, что естественное, изначальное, обнаженное состояние ума, которое является основой ясного света, известно как Дхармакая основы. Что касается этого наитончайшего ума, то у всех живых существ этот наитончайший ясный свет не загрязнен, и в природе ума не присутствуют омрачения. Все омрачения временны и пребывают в грубых состояниях ума, а в природе этого ясного света нет омрачений. Поэтому он называется «Дхармакая основы», и также он называется «природа будды».

Когда в «Абхисамааяланкаре» говорится о природе будды, то речь идет о двух видах природы будды. Одна из них называется «естественно пребывающая природа будды», а другая – «растущая (возрастающая) природа будды». Естественная пребывающая природа будды – это пустота наитончайшего ума. Например, пустота этого стола не является естественной пребывающей природой будды. Естественная пребывающая природа будды – это пустота наитончайшего ума, но это не нирвана. Нирвана – это пустота ума, полностью свободного от омрачений. Сейчас я объясняю это с точки зрения Прасангики Мадхьямаки.

Мастера тибетской традиции являются последователями воззрения Прасангики Мадхьямаки, поэтому, если в целом речь идет о воззрении, то всегда говорится о воззрении с точки зрения Прасангики Мадхьямаки, но если делается отдельное упоминание, например, что в Сватантрике Мадхьямаке говорится то-то и то-то, это уже отдельный случай. Если вы говорите о воззрении низших школ, то вам нужно отдельно подчеркнуть, что с точки зрения Читтаматры, Сватантрики Мадхьямаки или Вайбхашики говорится то-то и то-то, а во всех остальных случаях вы говорите с точки зрения Прасангики Мадхьямаки.

Пустота вашего наитончайшего ума, ясного света основы – это естественная пребывающая природа будды. Если говорить строго, то и пустота ясного света пути – это тоже естественная пребывающая природа будды. Далее растущая (возрастающая) природа будды. В текстах даются не очень простые объяснения, а я стараюсь изложить вам это в простой форме. Растущая природа будды – это ваш наитончайший ум, ясный свет, в природе которого не присутствует омрачений, все омрачения временны, а благие качества пребывают в природе этого ясного света. Будда Майтрея в «Уттаратантре» говорит о том, что все омрачения временны, а все благие качества пребывают в уме по природе, здесь речь идет о наитончайшем уме, а не о грубом уме. Все благие качества пребывают в природе ясного света ума, но они не проявлены, потому что мы не пребываем в этом состоянии, и кроме этого не устранили внутренние беспокоящие факторы, которые не дают им проявиться.

Растущая природа будды – это ваш наитончайший ум, ясный свет, который далее превращается в тело мудрости истины. Всего есть два вида Дхармакаи, и это один из видов Дхармакаи. Пустота вашего ума позже превращается в пустоту ума будды, который полностью свободен от всех ограничений, и в котором реализован весь благой потенциал, это то, что называется телом таковости истины. Всего есть два вида Дхармакаи, таковы эти два вида Дхармакаи. Эти два вида Дхармакаи очень важно знать, поскольку в тантрах говорится о привнесении Дхармакаи на путь, и речь идет об этих двух видах Дхармакаи. Эти два вида Дхармакаи обладают единой сутью и являются двумя разными ее аспектами.

В отношении ясного света основы, который называется Дхармакаей основы, в коренном тексте говорится, что в медитации вы обретаете переживание этого ясного света. Теперь, как вам в медитации обрести это переживание наитончайшего ума, ясного света? Теоретически есть два подхода к переживанию ясного света. Один из них называется прямым руководством к ясному свету, а другой называется непрямым руководством к ясному свету. Для переживания ясного света вы можете использовать любой из этих подходов или использовать их оба. Что касается прямого руководства к ясному свету, то многие мастера говорят о том, что здесь могут быть ошибки. Есть большая вероятность как-то неправильно понять или с чем-то спутать ясный свет. Что касается непрямого руководства к ясному свету, то здесь такого риска нет, вы напрямую переживаете ясный свет. Это непросто, но нет риска. Прямое руководство легче, но там больше риска, это естественно. Это ваш выбор, делайте, как хотите.

Махасиддхи прошлого приводили следующий пример. Прямое руководство – это, например, как духовный наставник объясняет ученику, что такое океан. Ученик при этом раньше

океана никогда не видел, и учитель ему объясняет, что океан – это такое большое собрание воды, очень глубокое, там есть много разной рыбы. Учитель объясняет, но ученик, который раньше никогда не видел океана, может подумать, что Байкал – это океан. Если вы подумаете, что Байкал – это океан, это тоже будет очень хорошо, но есть опасность маленькую лужу принять за океан. Говорится, что лягушка, которая живет в маленьком колодце, считает, что этот колодец – самый огромный океан. Она думает, что колодец – это океан, больше воды нигде нет, только у нее есть самая большая вода. Есть опасность спутать грубое состояние ума с ясным светом, и далее всю жизнь провести в таком грубом состоянии ума. Например, если вы хотите извлечь субатомную энергию, то вам нужно знать, каким образом расщепляются частицы и как добраться до них. Это нелегко, там есть много процессов. Если кто-то вам скажет, что нужно потереть два камня друг о друга, и так вы извлечете атомную энергию, то это просто бессмыслица, это нонсенс. Иногда такое случается в России, Европе. Кто-то сидит, смотрит в свой ум и считает, что медитирует на ясный свет. Это ерунда. Если бы это было так легко, я бы давно уже стал буддой. Прийти к наитончайшему состоянию ясного света очень трудно, даже если вы сделаете свой ум немного более тонким, вы сразу потеряете память. Внимательность сразу же ослабнет, потому что вы очень привыкли к пребыванию в грубом состоянии ума. И как только ваш ум станет немного тоньше, вы сразу же заснете и забудете, чем вы занимаетесь. Ваш ум либо не будет в тонком состоянии, либо, если станет немного тоньше, то вы сразу же заснете, поэтому я говорю вам о том, что очень трудно пережить ясный свет. Даже если вы используете прямое руководство, то требуется очень подробное наставление для переживания ясного света.

Также приводится другой пример в отношении прямого руководства к ясному свету. На оживленной улице передвигается множество людей. Ваш духовный наставник вам говорит, что та женщина в красной рубашке – это ваша мать, но на улице много женщин в красных рубашках. Далее он скажет, что у нее длинные волосы, но там много женщин с длинными волосами. Если он скажет, что она пухленькая, но там также много пухленьких женщин. Можно сказать такое, но установить ее лишь по общим характеристикам будет очень трудно. Вам нужно получать учение снова и снова. Вам нужно понимать, что каждый раз, когда вы получаете учение, хотя вы слышите то же самое, тем не менее, вы начинаете понимать характеристики все тоньше и тоньше.

Например, когда я слушаю от преподавателя про нейтроны, протоны и электроны каждый день, сначала я думаю, что он говорит одно и то же. Но когда я слушаю внимательнее, я понимаю, что каждый день преподаватель говорит о других качествах электронов, о специфических характеристиках. У меня улучшается понимание. Потом я еще раз слушаю про электроны, протоны, нейтроны немного с другой стороны, и я понимаю другие их качества. Я понимаю, что у электронов есть определенные качества, а у нейтронов таких качеств нет. Потом я слушаю еще и понимаю, что на сто процентов электрон должен быть таким, протон должен быть таким, а нейтрон таким. У них есть отдельные характеристики, и когда вы будете это знать на сто процентов, тогда вы поняли эту тему. Если у вас это понимание будет связано с реальными частицами, которые движутся, а не просто лишь останется общим представлением, то это будет настоящим пониманием. Тогда вы поймете тонкое непостоянство. Но даже ученые этого не знают. Когда они в школе, они записывают про протоны, электроны, но когда в жизни у них разбивается чашка, они начинают грустить, что чашка разбилась. Если бы они знали, что чашка каждую секунду меняется, у них не было бы привязанности. В школе они изучали, что нет самосущего цвета, что цвет – это отражение света, но когда приходят в магазин и видят вещь красивого цвета, то их глаза сразу становятся большими. У ученых все их теории остаются словами, а внутри понимания нет, они не связаны с жизнью. Вы изучаете науку лишь для того, чтобы сдать экзамены, а не для того, чтобы применять эти знания в жизни, и это ошибка.

Я не знаю науку хорошо, но когда у меня появляются научные знания, связанные с жизнью, это очень полезно. Когда я понимаю, что такое цвет с точки зрения науки, я думаю, что там нет ничего, к чему можно было бы привязаться. Это просто видимость, нет никакого цвета. Нет такого цвета где-то снаружи, это просто отражение света, поэтому нет такого во внешнем мире, как красивый цвет или уродливый цвет. Как полезно это знать! Поэтому я подчеркиваю, что если вы будете использовать научные знания – знания физики, математики для того чтобы искать счастье внутри своего ума, то это будет очень полезно.

Теперь мы вернемся к теме. Что касается прямого руководства, то духовный наставник дает инструкции, но при этом самому ученику очень трудно установить, определить, идентифицировать этот ясный свет. Прямое руководство к ясному свету – это махамудра и дзогчен. Здесь медитировать трудно, но не медитировать вообще – это тоже было бы ошибкой. Медитировать нужно, но не полагайтесь только лишь на один метод. Надо пробовать. Его святейшество Далай-лама говорит о том, что если в качестве объекта медитации вы выберете ум, в особенности ясный свет, то здесь есть одно очень большое преимущество, оно состоит в том, что благодаря этому вы гораздо быстрее сможете развить концентрацию. Развить шаматху, приняв в качестве объекта медитации ясный свет, – это очень значимо. Но если вы в махамудре полагаетесь только на прямое руководство к ясному свету, то есть опасность, что всю свою жизнь вы проведете, думая, что медитируете на махамудру, но на самом деле просто впустую потратите свое время.

Поэтому, когда Атиша пришел в Тибет, Дромтонпа задал ему вопрос. Атиша обладал невероятным ясновидением, он очень ясно знал, о чем думают другие люди, каков их уровень, и когда Атише задавали соответствующие вопросы, он все время точно отвечал на них. Когда Дромтонпа впервые встретил Атишу, он спросил: «Я уже выполнил такое-то количество разных практик и разных ретритов, скажите, пожалуйста, какие из этих практик и ретритов были настоящей практикой Дхармы?» В действительности Атиша и Дромтонпа были буддами. Один был Буддой Амитабхой, а другой – Авалокитешварой. Дромтонпа задавал вопрос с точки зрения обычного практикующего, и спрашивал не за себя, а за окружающих людей. Во времена Будды большинство вопросов задавали манифестации Будды. Авалокитешвара – это качество сострадания Будды в форме божества. Все они были буддами. Для того чтобы раскрыть умы людей, задавались такие вопросы. Дромтонпа задавал этот вопрос с точки зрения обычного человека, и на этот вопрос Атиша ответил: «Из всех твоих практик только одна была настоящей практикой Дхармы». Дромтонпа спросил: «Что это за практика?» Атиша ответил: «Это то, что ты очень искренне служил своему духовному наставнику, только это служению учителю стало для тебя настоящей практикой Дхармы, а все остальное не было настоящей практикой. Если ты выполняешь практику, и при этом твой ум не сильно озабочен счастьем будущей жизни или освобождением от сансары, не ради того, чтобы достичь состояния будды на благо всех живых существ, если твой ум в этот момент не побуждаем сильно этими видами мотивации, то это не является настоящей практикой Дхармы». Для меня такие вопросы и ответы очень полезны. В то время Дромтонпа задавал вопрос о практике, которую выполняли люди. И в наши дни эти вопросы и ответы очень полезны.

В другой раз Дромтонпа также задал вопрос Атише, в кругу большого количества людей он как-то спросил у Атиши: «На одной горе есть практик, который медитирует десять лет на ясный свет. Какова его реализация?» Атиша использовал ясновидение, посмотрел и ответил: «Очень жаль, но он все еще не буддист». Он получил общие инструкции по ясному свету и думал, что состояние ума, в котором нет мыслей, это ясный свет, и он пребывал в этом состоянии. Его ум был сухой, в нем не было прибежища, поэтому он не был буддистом. Десять лет он занимался практикой, но все еще не стал буддистом. В этом случае

невозможно получить буддийские реализации – махаянские, тантрические реализации. Это невозможно.

Сначала надо стать буддистом, а потом стать буддистом Махаяны. Потом получить реализации Сутраяны, а после этого – тантрические реализации. Три главных реализации Сутраяны – это отречение, бодхичитта и мудрость, познающая пустоту. Все эти три реализации вместе с использованием тонкого ума – это уже тантрические реализации. Если вы используете самый тонкий уровень ума и самую тонкую энергию ветра для реализаций трех основ пути, то это называется тантрическими реализациями. Если нет отречения, нет бодхичитты, нет мудрости понимания пустоты, просто наблюдать ум и думать, что это ясный свет, то это как глубокий сон. Когда вас будят от глубокого сна, у вас нет никакого прогресса, вы становитесь даже более тупыми. Кхедруб Римпоче говорил, что если без хорошего фундамента вы будете медитировать на ясный свет, будете медитировать снова и снова, то будете становиться только все более и более глупыми. Вы отупеете. Некоторые люди говорят, что выполняли медитацию на ясный свет в течение пяти лет, потом после этого ретрита у них большие глаза, никаких чувств нет. Глаза большие, но они даже не различают цвета светофора – зеленый, желтый или красный, идут и, конечно, попадают в аварию. Так не надо. Поэтому многие родители боятся, что их дети становятся буддистами, потому что они говорят: «Мама, сейчас я стал буддой. Раньше я не знал, что я будда, а теперь я знаю, что я будда». Мама думает, что это странно. Это позор для буддизма. Вернемся к теме. Теперь рассмотрим не прямое руководство. Что говорится в том же примере? В не прямом руководстве к ясному свету духовный наставник не рассказывает о том, как выглядит океан. Он говорит: «Отправляйся по такому-то каналу. Направляйся, продвигайся и позже ты выплывешь к океану. Ты увидишь океан своими собственными глазами, тебе не нужно будет его визуализировать, ты напрямую увидишь его». Вы можете описать, что представляет собой океан, но все его характеристики невыразимы. В особенности, если говорить о ясном свете, даже об относительном ясном свете, многие его характеристики невыразимы, это как вкус меда. Вы можете пережить наитончайший ум, ясный свет. Для вас это переживание будет подобно вкусу меда. Вы в целом можете описать, что это такое, но во всех деталях передать это другим не сможете. Поэтому махасиддхи прошлого говорили о том, что ясный свет невыразим, он за пределами понятий. В особенности, если говорить о прямом переживании пустоты ясным светом, то это невыразимо. Это нечто невыразимое, то, что называется Матерью Праджняпарамитой, за пределами выражений.

Далее, в том примере с оживленной улицей, когда речь идет о не прямом руководстве к ясному свету, духовный наставник не указывает вам пальцем на какую-то женщину, говоря, что это ваша мать. Он объясняет вам особые техники, с помощью которых всех людей с улицы вы разводите по домам, и на улице остается только ваша мама. Тогда вы можете напрямую пережить ясный свет. Когда вы обретаете способность использовать каналы, чакры, капли, энергии ветра, и когда собираете все энергии ветра в центральном канале, то все ваши концептуальные мысли, которые подобны другим людям на этой улице, все они растворяются в вашем тонком состоянии ума, в ясном свете. Тогда на этой улице остается только ваша мать, это ясный свет вашего ума. Это не прямое руководство к ясному свету.

В тексте «Доха» говорится, что в процессе медитации либо с использованием прямого руководства, либо с использованием не прямого руководства существо переживает наитончайший ум, ясный свет, и этот наитончайший ум ясный свет концептуально или напрямую постигает пустоту. Когда вы достигаете такой реализации, то, какой тогда смысл во множестве других таких построенных реализаций, реализаций, созданных грубыми концепциями? В этом уже нет пользы. Здесь говорится о том, что когда вы пребываете в состоянии наитончайшего ума ясного света и имеете концептуальное или прямое

постижение пустоты, тогда все остальные реализации, которые создаются грубыми концепциями, уже не нужны. Тогда начитывание мантр, обхождения вокруг ступ – все это лишь мешает, в этом нет необходимости в это время. Но не сейчас. В это время колокольчик вам не нужен, ваджра не нужна. Но сейчас вам это необходимо, вам нужно знать свой уровень. В это время вам не нужно выполнять никакой искусственной практики, а нужно только лишь пребывать в естественном, обнаженном состоянии ума. Почему? Потому что в вашем уме уже есть спонтанная реализация отречения, спонтанная реализация бодхичитты, и затем вы пребываете в ясном свете. Также у вас есть мудрость, познающая пустоту. Когда с ясным светом вы имеете либо концептуальное, либо прямое постижение пустоты, в это время вам уже не нужно ничего искусственного, потому что все это у вас есть спонтанно. Нужно быть спонтанным, естественным в это время, но не сейчас. Сейчас у вас нет даже искусственного отречения, искусственной бодхичитты. Поэтому, если вы сейчас будете вести себя спонтанно, это может быть очень опасно. Что возникает спонтанно? Спонтанно возникают омрачения, поэтому вы станете очень омраченными. Вы говорите, что вести себя нужно спонтанно, учитель сказал, что усилий прилагать не нужно, нужно просто спонтанно сидеть. Тогда вы будете похожи на орла, который сидит на земле, раскинув крылья, и так ведет себя очень спонтанно. Есть много таких орлов, которые сидят на земле, раскинув крылья, и говорят, что спонтанно медитируют.

Далее в тексте Доха говорится, что те, кто через медитацию такого не переживают (речь идет о драгоценном чувстве отречения, бодхичитты и переживании ясного света, а также речь идет о том, что этот наитончайший ум концептуально или напрямую постигает пустоту), то эти люди возвращаются в сансаре и обманывают сами себя. Их изначальный ясный свет, ясный свет основы, Дхармакаю основы никто не удерживает и никто не может украсть. У всех живых существ есть этот ясный свет, это ясный свет основы, Дхармакаю основы. В целом говорится обо всех живых существах, в особенности о тех, кто родился с шестью грубыми элементами (речь идет о теле). Для тех, кто обладает человеческим телом, в момент смерти происходит биологический процесс, в процессе которого они переживают растворение грубого ума в более тонком уме. Они переживают растворение четырех элементов один в другом, и далее эти элементы растворяются в уме. Грубые состояния ума растворяются во все более и более тонких состояниях ума, вплоть до ясного света. Во время растворения разных элементов возникают разные видимости. В процессе растворения грубых состояний ума в более тонких также возникают разные видимости. Когда четыре грубых элемента растворяются друг в друге, то возникают такие видимости как видимость миража, дыма, искр, затем огонька светильника. Это называется четырьмя грубыми видимостями, возникающими в силу растворения четырех элементов. Также есть четыре тонких видимости: это видимость белизны, видимость красноты, черноты, а затем переживание наитончайшего ума ясного света.

У нас тело биологически устроено таким образом, что в момент смерти происходят все эти переживания, в особенности те, кто обладает человеческим телом, имеют такую хорошую возможность в момент смерти пережить ясный свет. Большинство людей, хотя переживают ясный свет в момент смерти, но при этом не могут использовать это переживание и привнести его на путь. В первую очередь они не могут установить это как ясный свет. Но даже если они установят, что это ясный свет, они не могут использовать его и привнести на путь. Что касается привнесения ясного света на путь, то когда с отречением и бодхичиттой вы обретае концептуальное постижение пустоты, так вы используете этот ясный свет и привносите его на путь.

Далее, если в этом наитончайшем уме возникает какая-то вера в Три Драгоценности, какое-то понимание непостоянства, то это тоже является привнесением ясного света на путь. Когда у вас порождается вера в Три Драгоценности или понимание непостоянства, это

происходит в грубом уме. Затем, когда ваш ум становится все тоньше и доходит до ясного света, если вы обретае в этот момент определенную веру в Три Драгоценности и какое-то отречение, это то, что находится очень глубоко в вашем уме, и это вы сможете вспомнить дальше в следующей жизни. Сколько бы вы ни получали знаний на грубом уровне, когда вы умираете, эти знания заканчиваются. В следующей жизни нужно будет учиться заново. Когда вы получаете знания на тонком уровне, из этого тонкого состояния ума у вас будет память в следующей жизни. Однажды такие объяснения дал Его Святейшество Далай-лама во время объяснения махамудры, и для меня они были просто просветляющими. В книгах я такого не видел, Далай-лама поделился своим собственным опытом. На тонком уровне откладываются очень сильные отпечатки.

Гьялцабдже объяснял то, как заниматься аналитическими медитациями по Ламриму с помощью ясного света. Это очень интересный момент. Вначале ум остается в состоянии ясности и осознанности. Затем в этой ясности и осознанности вы начинаете тонкую аналитическую медитацию. Это как маленькая рыбка, которая движется в воде ясного света ума, при этом, не беспокоя воды. Для такой тонкой рефлексивной аналитической медитации с помощью ясного света в первую очередь вам необходимо своим грубым умом наизусть помнить все основные положения этих медитаций. По мере того как ваш ум будет становиться все тоньше, ваша память также будет ослабевать, поэтому вам будет очень трудно вспоминать эти положения. Например, когда вы засыпаете, когда энергии ветра у вас постепенно собираются в центральном канале, то и память ваша постепенно становится все хуже и хуже. В этот момент вы не сможете вспомнить три основных положения и девять обоснований непостоянства и смерти. Память у вас станет очень плохой.

В первую очередь вам необходимо натренироваться на грубом уровне. Затем с помощью тонкого состояния ума старайтесь проводить аналитические медитации. Такая медитация будет очень тонкой. Я сейчас не говорю о ясном свете, даже если ваш ум стал немного более тонким, и так вы проводите аналитические медитации, это также окажет очень большой эффект на вас. Чем больше вы обретае таких хороших отпечатков в тонком состоянии ума, тем больше вы обретае внутреннего богатства, которое вы сможете забрать с собой в следующую жизнь. Стоит вам только в следующей жизни услышать какие-то наставления, и вы сразу же сами сможете их прокомментировать. Бывали истории, как мастера, когда перерождались, в следующей жизни в возрасте трех или четырех лет спонтанно могли читать длинные тексты, которые запомнили в предыдущей жизни. Это механизм работы тонкого, а не грубого ума.

Далее автор говорит, что в тексте «Доха» говорится, что не только это, во всем мире желаний, когда мужчина и женщина переживают сексуальный контакт, и говорят о великом блаженстве, в этот момент в процессе сексуального контакта также есть переживание ясного света. Они говорят о великом блаженстве, но при этом не знают, как же на самом деле использовать ясный свет. Их сексуальный контакт становится простыми сексуальными отношениями, и только лишь увеличивает привязанность, создает больше проблем. Йогин во время сна, во время сексуального контакта или в момент смерти переживает ясный свет и использует его на пути, так он делает свою жизнь значимой.

Далее автор говорит: чтобы достичь реализаций махамудры, нужен квалифицированный ученик – это тот, кто обладает большими отпечатками с прошлой жизни, кто во многих предыдущих жизнях получал множество учений по отречению, бодхичитте и также имеет хорошие отпечатки мудрости, познающей пустоту. Таким ученикам духовному наставнику достаточно просто объяснить ясный свет, тогда они смогут идентифицировать ясный свет, и пребывать в этом состоянии ясного света, медитировать и достичь реализаций. Это уникальные ученики и таким уникальным ученикам духовный наставник открыто дает

прямые наставления. В противном случае наставления нужно давать постепенно, шаг за шагом, и не перепрыгивать сразу к прямому руководству, поскольку прямое руководство к ясному свету называется «прыжком в наставлениях». Перепрыгивание из первого класса сразу в девятый класс – это называется «перепрыгивающие наставления». Иногда в России бывают такие случаи, что исключительный, бриллиантовый ученик с блестящим умом может за один год сразу пройти три-четыре класса, перепрыгнуть их. Это бриллиант, это исключение. В буддизме тоже говорится о таком перепрыгивании. Таким исключительным, уникальным ученикам, которые обладают большими отпечатками с прошлых жизней, даются сущностные наставления, они приступают к медитации и способны достичь реализаций. Это такие ученики как, например, Речунгпа у Миларепы.

У Миларепы не было много учеников. Он специально пришел в этот мир для учеников, которые в прошлых жизнях занимались практикой традиции Кадампа, а сейчас для них пришло время практиковать тантру. Миларепа сам был в прошлой жизни геше традиции Кадампа. Это были исключительные ученики. Миларепа знал, что такой-то ученик придет к нему через месяц. Этот ученик был полностью подготовлен уже в прошлой жизни. Мы думаем, что Речунгпа на основе кратких инструкций получил реализации, почему же я так не могу? Нет, было совсем по-другому. Когда Миларепа встретился с Речунгпой, Речунгпа в то время был пастухом и пас скот. Миларепа с помощью ясновидения посмотрел, где находится его ученик. Он подумал: «Где же мой ученик, который обладает очень хорошим фундаментом для тантры?» Когда с помощью ясного света он взглянул, то увидел, что Речунгпа пасет скот. Когда человек умеет находиться в ясном свете, через ясный свет он может увидеть все. Это очень интересно. Когда вы находитесь в ясном свете, вам не нужны органы зрения для того, чтобы видеть. Когда вы находитесь в грубом состоянии сознания, если у вас нет глаз, то вы не можете ничего увидеть своим зрительным сознанием. Когда вы находитесь в ясном свете, то через ясный свет напрямую вы можете увидеть, кто что делает, что происходит у вас в доме. Как вы ведете себя, когда рядом нет учителя, что говорите – все это видит учитель, если у него есть реализация ясного света. Итак, он взглянул с помощью ясного света, и увидел, что Речунгпа пасет скот. Миларепа специально отправился туда за своим главным учеником Речунгпой.

Когда у вас есть сильная преданность учителю, учитель всегда приходит. Когда ваш ум будет готов, учитель будет рад дать вам тантрическое посвящение, дать все инструкции. Это естественный механизм. Вы не готовы, поэтому наставник не дает вам определенных наставлений. Не беспокойтесь, когда вы будете готовы, учитель сам найдет вас. Есть много историй, когда учитель ищет ученика, потому что учитель больше любит ученика, чем ученик учителя. Это как родители. Родители любят своих детей больше, чем дети любят своих родителей. Сердце родителей принадлежит детям. А сердца детей каменные. Учитель любит своих учеников очень сильно, а сердца учеников как камень, нет сильной любви. Если учитель чуть-чуть ругает ученика, ученик говорит «до свидания» учителю. Ученик решает, что раз учитель его отругал, ему нужен новый наставник, который не будет его ругать, будет хвалить и говорить: ты молодец, особый человек. Это хороший учитель, потому что говорит, что я необычный человек.

Миларепа встретился с Речунгпой, и дал Речунгпе наставления по медитации. Он дал лишь общие наставления по медитации. Поскольку у Речунгпы были очень сильные отпечатки с прошлой жизни, Миларепа просто дал наставления и ушел, а Речунгпа принялся медитировать и целую неделю провел в медитации. Его родители начали искать его: где же наш Речунгпа? Они пришли к Миларепе и спросили: «Вы видели нашего сына Речунгпу?» Он сказал: «Это тот, кто пасет скот? Да, я видел его. Может быть, он находится в таком-то и таком-то месте и медитирует там». Они направились туда и увидели, что Речунгпа сидел и медитировал уже целую неделю. Здесь нельзя сказать, что Миларепа дал Речунгпе какие-то

особые высокие наставления, которые выходят за рамки наставлений Будды Ваджрадхары. Точно такие же наставления. Семя было такое же, но поле было другое. Семя, то есть инструкции, которые я вам даю, одинаковы, но у вас одно поле, а у Речунгпы было другое поле. Поэтому он достиг реализаций.

Здесь автор подчеркивает, что для исключительных, уникальных учеников, которые обладают большими отпечатками с прошлой жизни, даются такие, своего рода перепрыгивающие наставления. В противном случае очень важно давать наставления постепенно, шаг за шагом. Также очень важно, чтобы эти наставления – прямое руководство и не прямое руководство передавались вместе. Для вас я могу сказать с уверенностью на сто процентов, что у вас нет больших отпечатков с прошлой жизни.

Если бы у вас были большие отпечатки с прошлой жизни, то вы бы уже перерождались во времена ламы Цонкапы, Нагарджуны, Чандракирти, Атиши, во время Миларепа. Поскольку вы родились в таком удаленном месте и не слышали даже звуков Дхармы, когда родились, то это признак того, что у вас нет больших отпечатков с прошлой жизни, это очень важно знать. Но, тем не менее, в середине вашей жизни ваш ум проявляет себя не так, как у других людей, у вас появился интерес к развитию ума, к Дхарме. Это означает, что какие-то отпечатки у вас все-таки есть. По собственному опыту в своей жизни вы можете понять, на каком уровне вы находитесь, и то, что не являетесь такими уникальными учениками.

В тантрах говорится об учениках, подобных бриллианту, о сандаловых учениках, учениках подобных лотосу и учениках, подобных синему лотосу. Ученики, подобные бриллианту – это такие люди, как Миларепа, Речунгпа, Кхедруб Римпоче, Гьялсаб Римпоче – те, кто имеют непоколебимую веру и чаще всего пребывают в позитивном состоянии ума, их преданность просто невероятна. Они очень чувствительны к страданиям других, так что с самого рождения их сострадание очень сильное. Когда они видят, что другие страдают, они думают: «Пусть пострадаю я, а они пусть не страдают». Без медитации у них порождается такое чувство. Также они обладают невероятным энтузиазмом, стоит им только один раз услышать учение, они его уже не забывают. Также они способны очень глубоко анализировать учение. Они не имеют никакого высокомерия, очень скромные, как Дромтонпа. Такие ученики называются учениками, подобными бриллианту. Такому ученику можно дать эти перепрыгивающие наставления. Время закончилось.