

Я очень рад всех вас здесь сегодня видеть на учении по необычной Гуру-йоге, которая является союзом блаженства и пустоты. Как я говорил вам, главная цель буддизма – это создание совершенной системы в своем уме. В нашем уме очень плохая система. Те состояния ума, которые не должны быть у нас активны, наоборот очень активны. А те состояния ума, которые должны быть активны, у нас совершенно неактивны. Это одна из главных причин, по которым у нас возникают проблемы. Так же обстоит дело и в стране. Если в стране особую активность проявляют плохие люди, те, кто не должен быть активен, а хорошие люди, которые хотят делать что-то хорошее, наоборот не проявляют активности, то в стране воцарится кошмар. Поэтому, чтобы ситуация в стране была хорошей, говорят о революции, о том, чтобы заместить тех плохих людей, которые заняли ответственные должности, сместить их, и на их место поставить хороших людей, которые хотят делать что-то хорошее для людей, для страны, это главная цель революции. Это слово «революция» происходит из буддизма. В буддизме речь идет не о внешней революции, не о том, о чем говорят обыватели. В буддизме говорится, что такой вид революции может принести определенную пользу, но все равно это не лучший способ решения всех проблем. В буддизме говорится, что лучшая революция – это внутренняя революция.

Однажды лежал один человек без рук и без ног. Все его тело было покрыто ранами. На эти раны слетелось множество мух. К нему подошел человек и прогнал всех этих мух. Тот спросил у него: «Зачем ты мне вредишь?» Он ответил: «Я не причинял тебе вреда, я прогнал всех этих мух, которые кусали тебя». Тот сказал: «Да, я знаю, но что касается тех мух, которых ты прогнал, то они наполовину наполнили свое брюхо. Ты их прогнал, и теперь на их место прилетят мухи с полностью пустыми животами». Из этого можно сделать вывод, что внешние изменения не играют большой роли. Самое лучшее в данном случае – это залечить его раны.

В соответствии с этой аналогией самое лучшее в нашем мире и в нашей жизни – это внутренняя революция. Иногда у вас может возникнуть такая мысль: «У меня проблемы из-за такого-то человека. Если я устраню этого человека, то мои проблемы полностью разрешатся», – но это неправильно. На его место придет другой человек, еще хуже, чем первый. Некоторые мужчины думают: «Как мне трудно с моей женой, если она уйдет, то я буду счастлив». Но если она уйдет, то придет другая жена и будет еще хуже. Некоторые мужчины меняют по пять жен, некоторые женщины сменяют пять мужей, но становится только хуже. Поэтому никогда не думайте, что это главный фактор, это лишь временный фактор. Что касается главного фактора, то это ваши омрачения, состояние вашего ума. До тех пор, пока активны ваши негативные эмоции, и пока они занимают ответственные должности в вашем уме, я могу сказать с уверенностью на сто процентов, что у вас всегда будут проблемы. Замените их на позитивные состояния ума, в этом главная цель нашей духовной практики. Для того чтобы это произошло, в первую очередь нам необходима очень хорошая стратегия. Без стратегии вы не сможете заменить негативные состояния ума на позитивные, это будет невозможно. В шахматной игре без хорошей стратегии вы не сможете победить вашего оппонента, поскольку он тоже очень силен. Без хорошей стратегии вы можете победить только очень плохого шахматиста, а что касается хорошего игрока, то вы проиграете, например, ваши негативные состояния ума – это как гроссмейстер, и без хорошей стратегии победить их будет просто невозможно.

Поэтому, если вы стараетесь сразу же заменить негативные состояния ума на позитивные, но у вас это не происходит, и вы падаете духом, то это неправильно, вам необходимо приступить к этому с правильной стратегией. Так некоторые люди действительно приходят к убежденности, что необходимо устранить омрачения, и принимают медитировать. Но если вы будете медитировать без стратегии, то это не даст никакого результата. Вы будете сидеть в медитации два дня или месяц, но не будет никаких особенных результатов, и потом

вы решите, что это ерунда, пустая трата времени. Это похоже на то, например, что вы могли услышать о строительстве дома, и сразу же без всякой стратегии принимаетесь строить дом, тогда это будет пустой тратой времени. Вы сразу же начнете рыть яму, как-то приступите к строительству дома, но это не даст результата без правильной стратегии. Даже для такого маленького дела, как строительство дома, вам необходима хорошая стратегия и хорошее планирование. Нужно спроектировать канализацию и так далее, есть множество тонких нюансов. В отношении развития ума точно так же, в духовной практике существуют такие нюансы. Все эти нюансы вам необходимо знать, тогда ваша практика Дхармы станет эффективной.

Одна из самых важных стратегий по замене омрачений на позитивные состояния ума – это необычная Гуру-йога. Посредством практики Гуру-йоги в первую очередь вы накапливаете очень большие заслуги. Второе – вы очищаете большое количество отпечатков негативной кармы, которые являются препятствиями к вашему достижению реализаций. Третье – вы получаете невероятное благословение от объекта – Поля заслуг, которое является одной из главных сил, помогающих вам продвигаться, прогрессировать. Тогда вы станете уникальным профессиональным практиком, тогда вы будете очень хорошо сбалансированы: во время духовной практики вы будете практиковать, а если вы живете обычной мирской жизнью, то не будете игнорировать и мирские обязанности. Это очень важно. Также не игнорируйте свое здоровье. Временные факторы тоже необходимы для того, чтобы жить в этом мире, не игнорируйте их, но при этом не думайте, что они – это самое главное.

В прошлом году я начал вам передавать учение по необычной Гуру-йоге, которая является союзом блаженства и пустоты. В этом тексте Гуру-йоги мы подошли к этапу подношений Полю заслуг, что является лучшим способом накопления заслуг. Выполнение подношений объясняется в трех главах. Первое – это простирания. Второе – непосредственно подношения. Третье – выполнение оставшихся звеньев из семичленного подношения.

Первое, что касается простираний. Эта тема объясняется в пяти частях. Первая часть – это выполнение простираний с видением Духовного Наставника как Самбхогакаи. Вторая – это выполнение простираний с видением Духовного Наставника в качестве Нирманакаи. Третья – это выполнение простираний с видением Духовного Наставника в качестве Дхармакаи. Четвертая – это выполнение простираний с видением Духовного Наставника как воплощение Трех Драгоценностей. Пятая – это выполнение простираний с видением того, что все будды и божества являются эманациями Духовного Наставника. Если таким образом вы будете совершать простирания перед вашим Духовным Наставником в качестве центральной фигуры Поля заслуг, то вы накопите очень большие заслуги. Что касается простираний, то существуют физические простирания, вербальные простирания и ментальные, умственные простирания. Что касается смысла простираний, то это поклонение или выражение уважения, и самое главное здесь – это уважение.

Простирания являются прямым противоядием от высокомерия. Высокомерным людям очень трудно склонять голову вниз. Они говорят: «Отрубите мне голову, но я не поклонюсь». Это очень глупое состояние ума. Высокомерие – очень глупое состояние. Например, разгневанный бык может идти рогами вперед, упрется в скалу и скажет: «Я готов сломать свои рога, но не отступлю». Нет пути назад, только вперед. Русские солдаты идут только вперед. Это все делает людей тупыми. Иногда надо быть гибкими в жизни. Двигаться только вперед, вперед – это глупо. Быть коварным или всегда убежать тоже неправильно. Надо идти прямо, но иногда необходимо быть гибким. Как змея, она идет к своей цели, но если она не может преодолеть препятствие, то чуть-чуть сворачивает вправо, а потом снова двигается прямо. В жизни тоже нужно быть гибким. Наш ум такой же: или слишком ветреный, как бумага – куда подует ветер, туда и летит, или как упертый бык говорит: «Я прямой человек,

я пойду только прямо», но потом ударяется головой о стену и ничего не получается, не надо так. Всегда придерживайтесь золотой середины. Итак, простирания – это прямое противоядие от высокомерия, и это очень важный момент.

**Ментальные простирания.** Здесь, когда вы выполняете практику «Ламы Чопы», то главным образом вы совершаете ментальные простирания и также вербальные простирания. То есть словесно вы произносите слова поклонения и ментально также поклоняетесь, визуализируете, тогда это становится еще более мощными простираниями. Вы визуализируете бесчисленное множество своих тел, и все они одновременно делают простирания, так это становится очень мощными простираниями. Бывает, что мужчины и женщины думают: «Я не могу делать простирания», но, тем не менее, вы можете выполнять вербальные и ментальные простирания.

**Физические простирания.** Если бы вы могли выполнять физические простирания, то это было бы очень хорошо, очень важно. Так бы вы выполняли физические, ментальные и вербальные простирания, и это было бы очень полезно. Если вы выполняете только лишь физические простирания, то это не так хорошо. Вам нужно простираться физически, также вербально вы произносите слова выражения уважения (слова, которые относятся к простираниям), а ментально вы визуализируете бесчисленное множество своих тел, что они тоже вместе с вами выполняют простирания. Тогда это будет еще лучше.

Различают три вида физических простираний. Это я вам раньше уже рассказывал, поэтому подробно повторять сейчас не буду. Один из видов таких простираний – это просто поклон головой, когда вы наклоняете голову. Если вокруг много людей, то вы не можете выполнить полное простирание, тогда просто сложите руки, поклонитесь головой с таким жестом. Это тоже простирание. Когда вы на улице встречаете своего Учителя, сделайте так, это простирание. Вы складываете руки у сердца и наклоняете голову вперед – это тоже простирание.

Второй вид физических простираний называется «касание пятью точками». Перед учением вы выполняете такое простирание. Это простирание вы выполняете, когда Учитель садится на трон. Тогда вы сначала складываете руки, подносите их к макушке, затем ко лбу, горлу, сердцу. Затем опускаетесь на колени, кладете на землю руки и касаетесь земли лбом. Это называется «простирание пятью точками». Когда вы складываете ладони и подносите их к макушке, то это символизирует создание причин обретения ушниши будды, когда вы их подносите ко лбу, то это символизирует создание причин обретения тела Будды, к горлу – создание причин обретения речи Будды, к сердцу – это создание причин обретения ума Будды. То есть тем самым вы создаете такие знаки создания причин обретения тела, речи и ума Будды и ушниши Будды. Далее, когда вы нагибаетесь, то вы визуализируете, что отсекаете сансару под корень, и дерево сансары падает в этот момент. Затем, когда вы встаете, то поднимаетесь в направлении состояния освобождения.

Когда вы выполняете практику нёндро, сто тысяч простираний, здесь вы занимаетесь полными простираниями. Вы полностью все тело кладете на землю, это полное простирание. Вербально вы произносите слова, относящиеся к простираниям, а ментально представляете бесчисленное множество своих тел, которые вместе с вами простираются перед Полем заслуг. Когда вы выполняете ретрит по простираниям, то читаете текст «Лама Чопа», и когда доходите до места, где произносите текст, относящийся к простираниям, то здесь вы произносите слова и выполняете полные простирания. Например, по выходным, в течение двух дней вы тоже могли бы выполнить ретрит по простираниям. В повседневной жизни выполнять какое-то количество простираний тоже очень полезно. Это в том числе очень полезно для вашего здоровья. В наши дни ученые говорят о том, что простирания – это очень эффективное упражнение. Поскольку в этом случае у вас движется все тело, все

тело приходит в движение. Они также обнаружили, что если вы занимаетесь гимнастикой или тяжелой атлетикой, поднимаете тяжести, то это может быть, сделает немного красивым ваше тело, но в долгосрочной перспективе это может иметь какие-то побочные последствия. Также они говорят, что и бег приводит к нежелательным побочным эффектам. Поэтому они говорят, что лучшие упражнения – это ходьба и простирации. Буддийские обхождения вокруг ступы и выполнение полных простираций – это лучшие упражнения и лучшая йога. Зачем вам нужна какая-то особенная йога, ведь это самые лучшие физические упражнения.

Когда вы занимаетесь простирациями, очень важно также сочетать простирации с дыхательной йогой. Вы делаете вдох, задержку, затем выдох и после этого делаете простирацию. Когда вы делаете глубокий, полный вдох, задержку и потом полный выдох, это также очень полезно для здоровья. В повседневной жизни мы не знаем, как правильно дышать. Когда наш ум полностью захвачен какой-то деятельностью, мы делаем очень короткие вдохи и короткие выдохи. Из-за этого в нашем теле скапливается большое количество углекислого газа, наше тело не получает достаточно кислорода, это также является своего рода корнем дисбаланса в нашем теле. Все начинается с маленьких ошибок. Из-за этого потом становится плохо. Поэтому очень важно делать глубокий вдох, задержку и полный выдох, это полезно для тела и также нейрофизиологи говорят, что это также очень полезно для работы мозга. Когда вы делаете глубокий вдох и задержку дыхания, в этот момент вам нужно почувствовать, подумать, что ваш мозг полностью наполняется кислородом, и все ваше тело также напитывается кислородом, в этом случае это также очень полезно для работы мозга. Поэтому даже йогу нужно выполнять научно. Есть также и очень много ерунды в йоге. Если пользу любой йоги подтвердит наука, тогда ею можно заниматься. Йога, в которой нет научной основы, не факт, что полезна. Не думайте что йога – это нечто особенное. Много ерунды в йоге тоже есть. Поэтому научные доказательства очень важны.

Современные научные знания, которыми мы обладаем, должны становиться очень хорошим инструментом, с помощью которого мы оцениваем, какая йога правильная, а какая неправильная. Всегда должен возникать вопрос: «Почему полезно это упражнение?» Недавно вы смотрели сериал «Будда». Будда говорил: «У меня нет догм, я основываюсь на фактах, на истине. Если я на опыте получаю результат, тогда я соглашаюсь. Если нечто не факт, не основано на истине, не дает результата, то я не верю таким вещам. У меня нет догм, я все основываю на фактах». Поэтому Будда – великий ученый. Не думайте, что наука – это детские игрушки, наука – это хорошо, ученые открывают факты, ищут истину. Поэтому Эйнштейн сказал, что религия, которая совмещается с наукой, это буддизм. Потому что Будда сам ученый, он говорил, что не придерживается догм. В его время было много индуистских книг, но он с ними не соглашался, без опыта, без основы на фактах, он ни с чем не соглашался.

Подход нашего Духовного Наставника Будды является очень научным. Учение должно быть основано на истине, на фактах. И также оно должно быть основано на опыте. Если на опыте учение не дает результата, то это просто ерунда, а не учение. Если вы создали полную причину и не получили результата, тогда учение – ерунда. А если вы не получили результата потому что не создали полной причины, это уже другое дело. Вы говорите: «Я практикую, но не получаю результата», но может быть, вы не создали полной причины. Если вы создали полную причину и не получили результат, тогда это нонсенс. Если бы вы могли выполнить ретрит по простирациям, это было бы очень хорошо. Для тех из вас, кто может выполнять простирации, постарайтесь в будущем выполнить сто тысяч простираций, это было бы очень полезно.

Первое – это выполнение простираций, поклонение Гуру как Самбхогакае: «О, Гуру, единый с Ваджрадхарой, чье сострадание мгновенно дарует высшее достоинство трех тел сферы великого блаженства, лотосам стоп Вашего драгоценного тела поклоняюсь!»

Это я уже комментировал вам ранее, сейчас прокомментирую лишь кратко. Чтобы видеть Духовного Наставника как Самбхогакаю, в первую очередь вам нужно знать, что такое Самбхогакая. Самбхогакая – это тонкое энергетическое тело Будды, оно является ваджрным телом и находится за пределами рождения и смерти. Самбхогакая не возникает в силу определенных грубых факторов, например, клеток отца и матери. Самбхогакая возникает из иллюзорного тела. Что такое иллюзорное тело? Иллюзорное тело возникает из энергии ветра, которая является основой ясного света, это самая наитончайшая энергия во всем мире. Она находится за пределами понимания ученых, поскольку ее невозможно увидеть как-то своими глазами. Эта тонкая энергия, которая является основой ума, может двигаться со скоростью, превышающей скорость света. Поэтому это то, что выходит за пределы научного понимания. Это наитончайшая энергия, которая является основой для нашего ума. Она существует с безначальных времен, и всегда будет продолжать существовать на этом тонком уровне. Хотя эта энергия разрушается, она разрушается таким образом, что продолжает свое существование, и все время продолжается, поскольку не зависит от грубых факторов. В таком же виде она и продолжает свое существование. Ученые также говорят, что очень тонкая энергия меняется, но она продолжается, и очень похожа на то, что было до изменения. Если разбить стакан, то его форма совсем поменяется. Он не может меняться и оставаться точно таким же, у него изменяется форма. Например, наше тело меняется. За пять лет полностью меняются все клетки в нашем теле. У нас появляются морщины на теле, другие изменения, поскольку это грубый объект. Но что касается этой наитончайшей энергии, то она от момента к моменту меняется, но при этом продолжает существовать в такой же форме. Когда с помощью медитации на ясный свет вы трансформируете эту наитончайшую энергию в иллюзорное тело, это иллюзорное тело становится прямой причиной Самбхогакаи. Это иллюзорное тело способно эманировать тысячи различных тел, отправляться в тысячи мировых систем и приносить благо живым существам. Такие йогини не являются буддами, это иллюзорное тело потом возвращается в их грубое тело, которое является как бы домом, и также иллюзорное тело за пределами смерти, оно является вечным. Иллюзорное тело могут видеть также и обычные люди с большими заслугами.

Теперь, что такое Самбхогакая? Когда полностью устранены все омрачения и реализован весь благой потенциал, то это иллюзорное тело превращается в Самбхогакаю, которая является наивысшим уровнем развития тела. Так ваше тело становится полностью развитым. Это наше грубое тело является временным, оно подобно дому, оно не является нашим настоящим телом. Наше настоящее тело – это тонкая энергия, которая является основой для ума, она всегда продолжает существовать. Сначала она (тонкая энергия) становится иллюзорным телом, а затем становится Самбхогакаей, тогда наше тело уже полностью развито, это как лучший фитнес-клуб. Так оно становится вечно красивым и находится за пределами рождения и смерти. Оно безупречно красиво, в нем нет ни одного изъяна. Эта красота также будет вечной красотой, поскольку возникает из самого тонкого. Что касается разных живых существ, то у разных существ есть разные представления о красоте, поэтому это тело Самбхогакая может является для каждого живого существа в соответствии с представлением этого существа о красоте, это будет называться Нирманакая. Нирманакая возникает как эманация из Самбхогакаи.

Вам нужно знать, что эта Самбхогакая обладает пятью характеристиками. Первая характеристика – Самбхогакая пребывает в строго определенном месте, это чистая земля Угништа. Второе качество – определенность окружения или свиты, это только арьи-бодхисаттвы. Это тело окружают только арьи-бодхисаттвы, и Самбхогакая пребывает только в чистой земле Угништа. Если Самбхогакая пребывает только в чистой земле, то кто

приносит нам благо? Когда мы обращаемся с молитвой, то из сердца Самбхогакаи исходит Нирманакая (немного более грубая эманация). Нирманакаю могут видеть даже обычные люди, если обладают большими заслугами. Вам нужно понимать, что главное место, откуда эмануруется Нирманакая, это Самбхогакая, главное место эманации Самбхогакаи – это Дхармакая. Тело Самбхогакая пребывает только в чистой земле Угништа. Что касается определенности окружения, то это только арьи-бодхисаттвы. Далее, определенность учения – это тело дает только махаянское учение. Четвертое – относительно времени, это тело Самбхогакая будет пребывать до конца сансары. Пятая характеристика – определенность знаков или отличий, то есть существуют уникальные знаки отличия. Таким образом, существует пять характеристик.

Старайтесь видеть своего Духовного Наставника как такую Самбхогакаю. Это его настоящее тело, которое вы не видите, оно пребывает только в Угниште. Так вы видите своего Духовного Наставника и всех ваших Учителей в качестве Самбхогакаи, как Будду Ваджрадхару. Вы созерцаете его благие качества и помните о его доброте, и с этим поклоняетесь.

Второе – это поклонение Гуру как Нирманакае: «О, изначально чистое осознание бесчисленных Победоносных, обладая высшим методом укрощения, Вы принимаете любую форму и являетесь мне в облике монаха в шафрановых одеждах, Вашим стопам, святой спаситель, поклоняюсь!»

Как я говорил вам, для обычных живых существ, которые не способны видеть Самбхогакаю, из сердца Самбхогакаи исходит эманация Нирманакаи в виде монаха или в виде божества для принесения блага всем живым существам. Что касается Самбхогакаи, то ее могут познавать только арьи, обладающие прямым постижением пустоты, они могут видеть Самбхогакаю. Бодхисаттвы на первом пути, пути накопления, не могут видеть Самбхогакаю, потому что они еще не обладают прямым постижением пустоты. Но как только вы развиваете бодхичитту, то обретаете видение божеств: Авалокитешвары, Манджушри, Тары. Это Нирманакая. Что касается Манджушри, то я думаю, что есть Самбхогакая Манджушри, и есть также Манджушри как Нирманакая. Такой Манджушри, которого могут видеть только арьи – это Самбхогакая Манджушри, а тот Манджушри, которого видят обычные люди, это Нирманкая, не Самбхогакая, это немного более грубая эманация.

Ваш Духовный Наставник в обычном облике, в облике монаха или просто обычного человека – это более грубая Нирманакая, но это эманация, также исходящая из Самбхогакаи. Вы визуализируете своего Духовного Наставника, которого вы видите в обычной человеческой форме, думая, что это Нирманакая, и вы выполняете простирания перед ним. Это второй вид выполнения простираний – поклонение Гуру как Нирманакае.

Третий вид простираний – это поклонение Гуру как Дхармакае: «Единственный источник полного благоденствия, уничтоживший все пороки и их следы, сокровищница безмерных драгоценных достоинств, Вашим стопам, досточтимый Гуру, поклоняюсь!»

Дхармакая – это святой ум и качества ума Будды. Различают два вида Дхармакаи: тело мудрости истины и тело таковости истины. Тело мудрости истины – это ум Будды, который напрямую познает все феномены. Это ум, который длительное время практиковал Дхарму, полностью устранил все ограничения, реализовал весь благой потенциал и до безграничности развил такие состояния как любовь, сострадание, это называется телом мудрости истины. Оно непостоянно и может функционировать.

Далее, качества ума Будды. Различают два вида качеств ума Будды. Качества ума Будды называются телом таковости истины. Это абсолютная природа ума. Будда никогда не выходит из этого состояния ума – тела таковости истины. Будда всегда пребывает в этом состоянии абсолютной природы – это пустота от самобытия, и одновременно с этим Будда спонтанно познает все феномены. Абсолютная природа чистого состояния ума называется телом таковости истины. Также нужно понимать, что это нирвана. Пустота ума, который полностью свободен от омрачений, это нирвана. И это называется телом таковости истины. У арьев также есть прямое постижение пустоты, но при этом нет тела таковости истины. Пустота ума, который не только полностью устранил все омрачения, но также реализовал весь благой потенциал, пустота этого ума – тело таковости истины.

Что касается тела таковости истины, то различают два вида такого тела: изначально очищенное тело таковости истины и временно очищенное тело таковости истины. Это нечто, обладающее одним смыслом, но объясняется с точки зрения немного разных аспектов. Изначально очищенное тело таковости истины всегда присутствует, всегда есть. Поскольку объектная основа становится чистой, то оно проявляется. Что касается временно очищенного тела таковости истины, то когда омрачения (временные факторы) очищаются из ума, то пустота такого очищенного ума называется временно очищенным телом таковости истины. Когда здесь говорится о пустоте, то речь идет о пустоте полностью очищенного состояния ума, в котором устранены все ограничения и реализован весь потенциал, это называется телом таковости истины. Это нелегкий момент, я постарался объяснить его просто.

В первой строке говорится об устранении всех омрачений, всех отпечатков омрачений, реализации всего благого потенциала и становлении источником счастья для всех живых существ. Здесь описывается тело мудрости истины. Это ваш святой ум, который полностью свободен, очищен от омрачений и отпечатков омрачений, в котором реализован весь благой потенциал. Такой ум является источником счастья для всех живых существ. Это тело мудрости истины Будды. Если вы говорите о пустоте ума, который полностью избавлен от всех омрачений и отпечатков омрачений; в котором реализован весь потенциал; который стал источником счастья для всех живых существ, то это тело таковости истины.

Одно возникает взаимозависимо, а другое – это пустота, то есть это две истины, которые являются двумя аспектами единой сути. Это как две грани одной монеты и нечто обладающее единым смыслом, единой сутью. Тело мудрости истины – это взаимозависимый фактор, это состояние ума, полностью свободное от омрачений, в котором развит весь благой потенциал, и это то, что возникает взаимозависимо. Поскольку оно взаимозависимо, то оно пусто от самобытия. Пустота такого ума, полностью очищенного от всех омрачений, с полностью развитым благим потенциалом, – это тело таковости истины. Наш ум также обладает пустотой, но это не является телом таковости истины, поскольку наш ум омрачен, поэтому это не тело таковости истины. Даже если вы знаете только лишь это, то это тоже очень хорошо. С таким пониманием поклоняйтесь Дхармакае и думайте: «Хотя я ее не вижу, но я поклоняюсь такой Дхармакае».

Четвертое – это поклонение Гуру как воплощению Трех Драгоценностей: «По природе единые со всеми буддами, наставники всех существ, включая богов, источники восьмидесяти четырех тысяч чистых Дхарм, вы сияете посреди собрания святых, Вам, благодетельным Гуру, поклоняюсь!»

Вы совершаете простирания с видением вашего Духовного Наставника как воплощение полностью Трех Драгоценностей: Будды, Дхармы и Сангхи. Он является воплощением всех

будд. Все будды полностью включены в его тело, речь и ум. Также он является источником восьмидесяти четырех тысяч томов учения. Его святой ум – это Будда. Его учение – это Дхарма. Качества его ума – это Дхарма. Ум вашего Духовного Наставника, полностью свободный от всех омрачений, и с полностью развитым потенциалом – это Будда. Старайтесь видеть таким образом. Также его учение, речь, качества его ума старайтесь видеть как Дхарму. Его тело, если это монах, то в монашеских одеяниях, если не монах, то в одеждах мирянина, старайтесь видеть как Сангху. Святой ум вашего Духовного Наставника – это Будда, его речь – это Дхарма, тело вашего Духовного Наставника – это Сангха. С таким видением выполняйте простирания.

В одном из коренных текстов по тантре говорится следующее: «Духовный Наставник – это Будда, Духовный Наставник – это Дхарма, и также это Сангха, Духовный Наставник является воплощением всех божеств. Вам, Духовный Наставник, я поклоняюсь!» Здесь, когда говорится: «Духовный Наставник – Вы Будда», речь идет о том, что ваш ум, Духовный Наставник, является Буддой. Ваш ум, который полностью избавлен от всех ограничений и в котором реализован весь потенциал, это Будда. Ваша речь, которая является источником всех восьмидесяти четырех тысяч томов учения Будды, это Дхарма. Слушая такое учение, мы развиваем реализации. Итак, речь Духовного Наставника – это Дхарма. Далее, в этом коренном тексте по тантре также говорится: «Вы – Сангха». Это означает, что Ваше внешнее тело (если это монах, то это тело в шафрановых одеждах, если не монах, то в обычной форме мирянина), эта форма, которую мы можем увидеть, это Сангха. Также Вы являетесь воплощением всех божеств. Вам нужно видеть Духовного Наставника как источник эманации всех божеств. Не думайте, что божество существует как-то отдельно от вашего Духовного Наставника, это заблуждение.

Однажды Наропа привел Марпу в лес. Наропа спросил у Марпы: «Хочешь ли ты увидеть Чакрасамвару?» Марпа тут же очень обрадовался и сказал: «Я очень много раз слышал о божестве Чакрасамвара, но ни разу его не видел, конечно же, я хочу его увидеть». Затем Наропа щелкнул пальцами и перед ними в пространстве появился Чакрасамвара в полной мандале. Затем Наропа спросил у Марпы: «Перед кем ты сделаешь первое простирание, перед Духовным Наставником или перед божеством?» Марпа подумал: «Своего Духовного Наставника я вижу все время, а божество сегодня я вижу впервые». Первое простирание он сделал перед божеством, а второе простирание перед Духовным Наставником. Наропа на это сказал: «Ты совершил ошибку. Все божества являются эманацией Духовного Наставника, без Духовного Наставника не существует божеств». Затем Наропа щелкнул пальцами, и божество Чакрасамвара растворилось в его сердце. Это очень ясно показывает, что Духовный Наставник является главным источником эманаций всех божеств.

Но я не говорю о том, что все ваши духовные учителя являются источником эманаций божеств. Вам нужно понимать, что духовный наставник – это источник эманаций божеств, но не каждый духовный наставник. Очень сложно сказать, кто же из духовных учителей является настоящим источником эманаций божеств, а кто им не является, поэтому самое лучшее – это стараться видеть всех духовных учителей как такие источники эманаций. Тот Духовный Наставник, который является настоящим Буддой, действительно является источником эманаций всех божеств. У вас есть один такой Духовный Наставник – это Его Святейшество Далай-лама, который является настоящим Буддой в человеческом теле. Он является настоящим источником эманаций всех божеств. Я второй ваш Духовный Наставник, который не является Буддой, но вам следует видеть меня таким же, как Его Святейшество Далай-ламу, таким же источником эманаций всех божеств. Хотя я не являюсь одинаковым с Его Святейшеством Далай-ламой, но для вас самое лучшее – видеть таким образом, для вас от этого одни лишь преимущества.



Поэтому лама Цонкапа говорил: «Почему вам следует видеть всех Духовных Учителей как Будд? Потому что для вас от этого одни лишь преимущества, даже если они не настоящие Будды». Это слова ламы Цонкапы. Но если вы видите такого Духовного Наставника Буддой, то обретаєте такое же преимущество, такое же благо, как если бы он действительно был Буддой. А если ваш Духовный Наставник настоящий Будда, как говорил лама Цонкапа, а вы не видите его как настоящего Будду, то вы не получите никаких преимуществ. Благословение Духовного Наставника находится не в руках вашего Духовного Наставника, а в ваших собственных руках. Поэтому не имейте слишком большого количества Духовных Учителей, иначе вам будет трудно развить чистую преданность Гуру. Если у вас два Наставника, вам не будет трудно. Даже если у вас три Наставника, вам уже будет трудно. Мне тоже трудно, когда их больше, чем два или три. Вам тоже будет трудно. Если у вас меньше Духовных Учителей, тогда вам гораздо легче видеть Духовных Учителей как эманации Будды.

Затем, когда ваша преданность Учителю становится очень сильной, как у геше Пучунвы традиции Кадампа, то для вас нет трудности даже в том, чтобы видеть всех живых существ как эманацию Будды. У него была невероятная преданность Гуру, и поэтому не было совершенно никакого труда видеть как Будду любого Духовного Учителя, у которого он получал учение. Кто бы ни давал учение, он всегда отправлялся, получал это учение и относился к этому Учителю как к своему Духовному Наставнику. Однажды учение давал такой духовный учитель, который был не очень подлинным и не обладал особыми познаниями Дхармы. Геше Пучунва также отправился получить это учение, и получил полностью все наставления. Затем его друзья спросили у него: «Зачем ты ходил к этому духовному наставнику? Он не обладает большими познаниями в Дхарме, зачем ты получал у него учение?» Он ответил: «Не говорите такого. Когда я видел его как эманацию Будды, я получал благословение Будды. И каждое его наставление приводило меня к более глубокому пониманию». Это исключительный случай, случай, когда имеется невероятно чистое видение. Геше Пучунва всех живых существ видел как будд и это просто невероятно! Он всегда видел только хорошее. Невозможно, чтобы у кого-то не было хотя бы одного хорошего качества.

Во времена Будды, может быть, это было не во времена Будды, но спустя какое-то время после прихода Будды. Я не историк, поэтому точных дат я не знаю. История следующая. В одну семью однажды пригласили одного монаха. В прошлые времена монахов в семьи приглашали не для молитв, не для подношения сергим. В дома приглашали монахов для того, чтобы получить от них учение. Этот монах пришел домой и хозяева его покормили. Затем глава семьи опустился на колени и обратился к этому монаху: «Вы являетесь учеником Будды, получали большое количество учений Будды. Что касается нас, то мы – обычные люди и не обладали такой привилегией получать учение. Пожалуйста, поделитесь с нами той мудростью, которую вы почерпнули у Будды. Эта мудрость является невероятно драгоценной, может решить все проблемы и принести безупречное счастье. Пожалуйста, поделитесь с нами такой мудростью, которую вы получили у Будды». По этому обращению можно судить о том, что это происходило во времена Будды.

Но у этого монаха были очень слабые знания Дхармы. Когда мирянин с такой искренностью обратился к нему с просьбой, у этого монаха возникло сильное сожаление. Он подумал: «У этого человека такие высокие ожидания в отношении меня, он думает, что я поделюсь с ним мудростью, а я не обладаю никакой мудростью». Он очень огорчился, расстроился. Когда у него появилась эта печаль, он произнес одну фразу, он сказал: «Неведение – это страдание». В этом случае он говорил, что его собственное неведение – это страдание. Но тот человек, хозяин дома, имел очень сильную веру, и поэтому понял эти слова совершенно по-другому. Благодаря сильной вере, он получил благословение Будды и понял эти слова

так, что корень всех наших страданий – это неведение. Он послушал эти слова, начал анализировать и понял двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, как по этой схеме мы вращаемся в сансаре. Далее он принялся медитировать на эту двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, и когда вышел из состояния медитации, то уже достиг реализаций.

Поэтому я тем самым говорю, что даже если у Духовного Наставника очень слабое знание Дхармы, но вы видите его как проявление Будды, то вы обретае преимущества от этого. В вашем случае ваша вера не такая сильная. И ваша преданность не очень сильна. В вашей ситуации лучший подход – это как у Дромтонпы. В буддизме нет таких фиксированных представлений о том, что необходимо иметь много духовных учителей или иметь мало духовных учителей. Можно практиковать, имея большое количество духовных учителей и имея малое количеством духовных учителей. Все это зависит от вашей ситуации. Вам необходимо делать ход в соответствии с вашей ситуацией, тогда это будет самый лучший ход. Поэтому вам необходимо следовать подходу, который указал Дромтонпа. Дромтонпа был очень строг, и у него не было большого количества учителей. До Атиши у него был один Духовный Наставник. Затем Духовным Наставником стал Атиша и был только Атиша. Таким образом, он достиг очень высоких реализаций.

В наше время ситуация в нашем уме такова, что наша преданность Учителю не такая сильная, поэтому не имейте слишком большого количества духовных наставников, тогда вы никогда не нарушите преданность Гуру. Если вы будете получать учение и затем нарушите преданность Гуру, то это очень опасно. Поэтому имейте меньше духовных учителей и для вас от этого очень хорошие преимущества. Никогда не копируйте то, как поступали другие мастера. Вам необходимо поступать в соответствии с вашей ситуацией. Например, если вы прочитаете историю о геше Пучунве и подумаете: «Мне нужно иметь большое количество духовных учителей», то это было бы неправильно, ошибочно.

Жили-были два человека. Один умел говорить очень красиво. Однажды в одной из семей умер отец, глава семейства. Люди собрались вместе, и на этом собрании человек, умеющий произносить красивые речи, встал и сказал: «Твой отец был очень особенным человеком. Он был не только твоим отцом, он был и моим отцом и его отцом, отцом для нас для всех». Все сказали, что это очень красивая речь. Его друг подумал: «В следующий раз я скажу то же самое». Он начал ждать, когда кто-нибудь умрет. Однажды умерла жена его соседа. Он сразу же напрямиком побежал туда. Все сели, этот человек встал и подумал, что хочет сказать слова прежде, чем речь произнесет кто-либо другой: «Иначе они украдут мою речь». Он сказал: «Твоя жена было очень особенной женой, она была не только твоей женой, но и моей женой, его женой, женой для нас для всех». Все побили его за это. Он спросил: «Почему же мой друг в прошлый раз сказал то же самое, и вы сказали, что это очень красиво, а сейчас вы бьете меня за это?» Но это была совершенно другая ситуация.

Поскольку мы происходим от обезьян, то у нас сохраняется обезьяний характер. Когда вы читаете жизнеописание великих мастеров, махасидхов, то вы хотите поступать точно так же, и это одна из ваших ошибок. Миларепа имел свою ситуацию, и если вы прочитаете описание жизни Миларепы, то захотите отправиться в горы. В Тибете у одного бизнесмена начались неприятности, его бизнес потерпел неудачу, крах, у его жены был грубый характер. Дела у него не ладилась. Он прочитал историю жизни Миларепы. В жизнеописании Миларепа произносил такие слова: «Поскольку у меня нет жены, то я очень счастлив. Поскольку у меня нет бизнеса, то я очень счастлив. Поскольку у меня нет того и этого, я очень счастлив». Этот бизнесмен сказал: «Все, теперь я понял».

Русские тоже так делают, если у них возникает немного проблем, они читают какие-то тексты и говорят, что все поняли. Что источник всех их проблем – вот это, а вот это надо изменить. Это все ерунда. Есть много странных книг, в которых, например, говорится про фэн-шуй, вы их читаете и говорите, что поняли, почему у вас дома проблемы – потому что дома неправильный фэн-шуй. Надо делать ремонт, окна расположены неправильно. Вы делаете ремонт, двигаете мебель в спальне туда-сюда. Потом говорите, что теперь хорошо и сейчас вы чувствуете энергии. Все это ерунда. Не надо говорить, что вы все поняли, я очень боюсь, когда вы говорите: «Все, я понял». Когда русские говорят: «Все, я понял», значит, будет еще хуже. Вы говорите, что все поняли, но это ваше слабое место. Вы говорите, что всегда все понимаете. Можно сказать русскому любые слова, и он ответит, что все понял. Толком не слушаете, но говорите, что поняли. Так не надо говорить, это ваша слабость. Больше не говорите, что все поняли.

Он тоже точно так же сказал: «Ну, все, я понял. Главные мои проблемы – из-за бизнеса». Он отдал свой бизнес своему другу и подумал: «Теперь у меня не будет проблем». Далее он подумал: «Другая моя ошибка – из-за моей жены». Он сказал жене: «До свидания, теперь я святой человек и пойду в горы». Он отдал все, свой костюм он поменял у нищего на его нищенское одеяние и отправился в горы, то есть он стал поступать так же, как поступал Будда. Он думал, что поступает как Будда, как святой человек, все отдал и ушел в горы. Но без фундамента так делать – это самообман. Будда – великий человек, у него был огромный фундамент, он не поступал на основе эмоциональных порывов, он все точно рассчитал. Будда рассчитал все точно, как математик. Он знал про все трудности, это великий ученый. У вас нет фундамента, вы ничего не читали, не знаете, что будет дальше. Вы играете в Будду, все отдаете, как будто вы святой человек. Вы уходите в горы, даже не собираетесь готовить еду, хотите медитировать и стать буддой. Это очень большая ошибка.

Итак, он ушел в горы и занялся в горах медитацией. Первый день он медитировал и даже ничего не ел. Что за медитация, он даже ничего не знал о медитации. Он сидел, закрыв глаза, его ум летал туда-сюда. Но он все равно думал, что медитация – это просто так сидеть. Ум его гулял, но он заставлял свое тело сидеть строго. Один русский мужчина четыре часа сидел в Варанаси, не шевелясь, он думал, что это медитация. Когда я его увидел, я сказал, что, наверное, это русский. Потом это точно оказался русский. Я отдыхал, делал обхождения, читал молитвы, смотрю, а он все еще так сидит. Потом он говорил, что у него были такие ощущения. Не надо совершать такую ошибку, это русская ошибка. Вы добрые, но у вас есть такая ошибка. Сейчас я русский, я могу вам говорить про ваши ошибки. У вас в Бурятии немного другие лица, но вы все равно одинаковые. Потому что вы живете в одной стране, разницы нет. Лицом вы похожи на тибетцев, но ум одинаков с русскими. Нет разницы в образе мыслей. Вы одинаково говорите: «Я все понял». Я не вижу бурятов, калмыков, я вижу вас всех как одинаково русских. У вас русский менталитет. Ленин и Сталин провели большую работу, которая еще оказывает влияние на вас.

Итак, этот бизнесмен провел в горах месяц и при этом не достиг никаких реализаций. Он был очень голоден. Но у него даже не было никаких хороших знаков во сне. Спустя месяц он спустился с гор и сказал, что эта медитация – тоже ерунда. Затем, когда он спустился с гор, он встретил своих друзей, и друзья у него спросили: «Почему ты стал таким бедным?» Он сказал: «Нищий Миларепа сделал и меня нищим». Это не вина Миларепа, он сам виноват. Виноват в этом не Миларепа. Виноваты вы сами, когда не действуете согласно своей ситуации.