

Ключевые слова: подношение Цог, Гуру-пуджа, тантра.

Как обычно, чтобы получить драгоценное учение по тантре, одной лишь мотивации, связанной с укрощением ума, недостаточно. Думайте так: «Ради того, чтобы принести благо всем живым существам, пусть я достигну состояния будды. С этой целью я получаю сегодня учение».

Что касается различия сутры и тантры, то с точки зрения метода различий нет, он один и тот же – это бодхичитта. Если говорить о мудрости, то с точки зрения объекта в мудрости различий тоже нет – это пустота от самобытия. В чем тогда различие? С точки зрения субъективного ума в сутре пустота познается с помощью грубого ума. А в тантре вы с помощью особых техник по использованию чакр, каналов, капель сводите свой ум к наитончайшему состоянию, к ясному свету. И с помощью этого наитончайшего ума познаете пустоту. Это уникальная особенность тантры. Когда пустоту познает наитончайший ум, ясный свет, это имеет очень особенный эффект в отношении устранения омрачений. И чем больше вы используете свой тонкий ум, тем эффективнее это будет. В том числе и для того, чтобы в будущей жизни помнить учение.

Использование наитончайшего ума, ясного света, и наитончайшей энергии ветра, поддерживающей ясный свет, и превращение ее в иллюзорное тело, – это две уникальные особенности тантры. Потому что это две причины Дхармакаи и Рупакаи будды. Прямая причина Дхармакаи – это ясный свет по сути, который трансформируется в Дхармакаю. Дхармакаю – это ум мудрости будды, напрямую познающий все феномены. И этот наш ясный свет по сути превращается в тело мудрости истины. А иллюзорное тело – это прямая причина Рупакаи. И такие две прямые причины Дхармакаи и Рупакаи будды не объясняются в сутрах. Это то, что свойственно только тантре. Когда в сутрах говорится о причинах Дхармакаи и Рупакаи будды, то речь идет о том, что это собрание мудрости и собрание заслуг. Но здесь речь идет не о прямой, а о грубой причине. В сутрах нет объяснения того, что представляет собой прямая причина Дхармакаи и прямая причина Рупакаи. Это уникальное знание тантры. Для того чтобы реализовать ясный свет по сути и иллюзорное тело, вам необходимо выполнять базовую основополагающую практику, это стадия керим.

Вам нужно понимать: если вы практикуете только ясный свет, то вы не можете стать буддой, потому что у вас не будет причины Рупакаи. У вас может быть причина Дхармакаи и при этом не будет причины Рупакаи. А если нет причины Рупакаи, то Дхармакаю также достичь невозможно. В тантре Гухьясамаджи даются очень подробные наставления о том, как достичь реализации иллюзорного тела. Оно состоит из особой очень тонкой энергии, это даже не материя, это нечто более тонкое, тонкая энергия. Если вы сможете ее использовать и превратить ее в иллюзорное тело, то в следующий же миг вы можете оказаться в какой-нибудь другой вселенной. Это называется ваджрным телом, которое является вашим постоянным телом. А вот это грубое тело, которым вы обладаете, это как ваш дом. Если вы обретете иллюзорное тело, то вы выйдете за рамки рождений и смертей. Чтобы приносить благо живым существам, вы будете принимать обычное человеческое тело как дом, то есть оно не будет вашим телом, это будет словно ваш дом. Но в настоящий момент это наше тело, а не просто дом, потому что мы не можем выйти из него, а затем вернуться назад. Нам приходится все время находиться в нем.

До смерти это наше тело. Йогини через практику получают иллюзорное тело, поэтому физическое тело становится для них как дом. Потому что если вы, благодаря иллюзорному телу, пойдете в другое место послушать учение, а потом придете обратно сюда, то ваше обычное тело станет как дом. Наше тело сейчас – это не дом, это просто тело, мы не можем уходить из него, а потом возвращаться обратно. В этом большая разница, поэтому для нас

наша смерть – это настоящая смерть, а для йогов это не будет настоящей смертью, это просто как смена тела. Их иллюзорное тело находится за пределами рождения и смерти.

Для того чтобы реализовать союз ясного света и иллюзорного тела, вам необходимо выполнять практику стадии керим. Самое главное в этой практике – привнесение трех кай на путь. Из этих трех кай одна является ясным светом, а вторые две – это иллюзорное тело. Это то, что помогает вам достичь реализации ясного света и реализации иллюзорного тела. Поэтому привнесение Дхармакаи на путь – это практика ясного света. Привнесение Самбхогакаи на путь – это практика иллюзорного тела, то есть то, что помогает вам реализовать иллюзорное тело.

В настоящий момент, когда вы практикуете стадию керим, у вас нет ясного света и иллюзорного тела. Вы занимаетесь тем, что визуализируете, привносите результат на путь. Привнесение результата на путь – это очень важный момент, потому что все в нашем мире вначале существует в одних лишь концепциях, а затем постепенно материализуется. Поэтому стадия керим, привнесение трех кай на путь – это очень важный фундамент, который приводит к созреванию вашего ума, чтобы вы достигли реализации ясного света и иллюзорного тела. По этой причине делайте особый упор на то, чтобы практиковать садхану непрерывно, не пропуская ни дня. А когда вы практикуете садхану, то очень большой упор делайте на привнесение трех кай на путь, однонаправленно сосредоточьтесь, чтобы ваш ум не блуждал. Если он блуждает во время подношения торма, это не так страшно, но самое главное – привнесение трех кай на путь. Также если ваш ум немного блуждает во время начитывания мантр, это тоже не так страшно, потому что период начитывания мантр – это как небольшой отдых. Во многих коренных текстах по тантре подчеркивается, что самый важный момент – это именно привнесение трех кай на путь. Это практика йоги божества, и здесь пустотная видимость мудрости, познающей пустоту, является в облике божества. Таким образом, в одном уме одновременно присутствуют метод и мудрость.

Во время практики тренируйтесь снова и снова, и однажды в какой-то момент вы поймете, что в вашем уме одновременно присутствуют метод и мудрость. Для этого очень важно хорошее понимание пустоты. Что касается мотивации, то вы должны быть движимы бодхичиттой, а фундаментом должно быть отречение. Тогда ваша практика станет настоящей практикой тантры. Чтобы этого достичь, очень важно накапливать заслуги и очищать негативную карму. В тантрах объясняется самый эффективный метод накопления заслуг – это Гуру-пуджа.

В рамках Гуру-пуджи делается подношение Цог. Наставления по этой практике – это еще более важное наставление для накопления больших заслуг. Поэтому в 10-й и 25-й дни лунного календаря вам нужно выполнять практику подношения Цог, это ваша самая. Как минимум, один раз в месяц вам нужно выполнять подношение Цог. Если у вас нет времени сделать эту практику в 10-й или 25-й день лунного календаря, то, как минимум, подарите шоколадку любой девушке и это покроет вашу практику Цог. Если не найдете девушку, то подарите женщине, бабушке тоже можно. Но если вы подарите шоколадку мужчине, то это не будет приравнено к подношению Цог. Поэтому я говорю о том, что тантра немного феминистична. Сутра – это учение больше с точки зрения мужского шовинизма. Это шутка. В действительности такого нет. В тантре очень важно полагаться на дакинь, поэтому есть особая самая, связанная с дакинями.

В сутрах же не говорится о дакинях, речь идет о соблюдении обетов. В силу физиологии мужчины немного более предрасположены к соблюдению обетов и поэтому может казаться, что сутра больше ориентирована на мужчин. У монахинь больше обетов, чем у монахов, не потому что женщины хуже, а потому что это связано с физиологией. Женщины физиологически могут быстрее впасть в плохое настроение, не потому что у них ум плохой,

а из-за физиологии. Из-за этого обеты немного разные, у женщин их немного больше, а у мужчин – немного меньше. Так сказал Его Святейшество Далай-лама, мне это очень понравилось. Поэтому нет других причин, вроде того, что женщина плохая, а мужчина выше, чем женщина. В сутрах сказано, что и женщина, и мужчина одинаковы в цели достижения состояния будды, в тантре тоже. Поэтому в буддизме нет разницы между мужчиной и женщиной. Так что эти мелкие причины не должны приводить нас к мысли, что одно учение больше ориентировано на мужчин, а другое – на женщин. Все это мирские концепции, разницы нет.

В этот раз я хотел бы более подробно поговорить о том, как выполнять подношение Цог. Поскольку вы делаете это подношение, очень важно подробно знать, как его выполнять. Во-первых, каковы причины того, что мы выполняем подношение Цог на 10-й и 25-й дни лунного календаря? Не во все праздники лунного календаря мы выполняем практику Цог, а делаем это только на 10-й и 25-й дни календаря. Например, полнолуние – это очень особенный день. Вам необходимо понимать, почему полнолуние является таким важным днем. В силу физиологии наше тело сильно связано с расположением и движением планет (Луны в том числе), это также влияет на наш ум. Если вы медитируете и достаточно чувствительны, то можете почувствовать, что в полнолуние собрать энергию ветра в центральном канале намного легче из-за физиологии.

Итак, мы выполняем практику Цог на 10-й и 25-й дни лунного календаря. Почему это так? Что касается 10-го и 25-го дней лунного календаря, то поскольку практика тантры тесно связана с использованием капель, каналов и энергий, то в эти дни также есть большая предрасположенность к тому, чтобы собрать энергию ветра в центральном канале, свести свой ум к ясному свету – наитончайшему уму. В эти дни гораздо легче поддерживать ум в более ясном и тонком состоянии. Это причина с точки зрения взаимосвязи с внешней системой расположения планет и так далее.

Следующая причина заключается в том, что в отношении полнолуния, 10-го и 25-го дней лунного календаря, будды и бодхисаттвы сделали особые посвящения. Они знали о том, что у людей в нашем мире особо нет времени на практику Дхармы и поэтому делали такое посвящение: «Если люди будут выполнять практику на 10-й и 25-й дни лунного календаря и в полнолуние, то пусть их заслуги приумножаются». Благодаря такому посвящению, если в эти особые дни вы выполняете практику, то заслуги от этого также увеличиваются.

И третья причина – это то, что имеет особое отношение только к десятому и двадцать пятому дням лунного календаря, а не к полнолунию. В 10-й и 25-й дни лунного календаря даки и дакини из чистых земель приходят на нашу планету. Они принимают подношения Цог, а также принимают на себя индивидуальную ответственность за то, чтобы помогать нам и дальше выполнять практику. Поэтому некоторые даки и дакини также выступят в качестве таких индивидуальных спонсоров, примут на себя ответственность за нас, если мы постоянно выполняем подношения Цог в десятый и двадцать пятый дни лунного календаря. В настоящий момент вы не знаете, насколько это важно, но если есть такие даки и дакини, которые берут на себя ответственность за вас, и вы со своей стороны также создаете необходимые причины, то это является невероятно важным условием.

Причины нужно создавать нам, а что касается условий для их проявления, то в этом отношении мы очень сильно зависим от внешних существ. Поэтому не думайте, что вы ни от кого не зависите. Что касается причин, то действительно причины нужно создавать вам самим, и никто другой за вас их не создаст. Но в отношении условий для их проявления, мы

зависим от других. Также и в отношении создания причин, хотя причины нужно создавать вам, но независимо от других вы также не можете их создать.

Когда в буддизме говорится, что причины нужно создавать вам самим, то не имеется в виду, что вы не зависите от других. Вы очень сильно зависите от других, в том числе и в отношении создания причин. Когда говорится, что причины нужно создавать вам самим, то речь идет о том, что никто другой за вас причины создать не сможет, это можете сделать только вы. В этом заключается смысл, но не говорится, что вы не зависите от других. Иногда у вас может сложиться такое представление, что раз причины вам нужно создавать самим, то это означает, что вы независимы от других живых существ, от Будды, Дхармы и Сангхи. Но это неправильное понимание Дхармы.

Дхарму нужно понимать таким образом, чтобы не впасть ни в одну из крайностей, тогда у вас есть настоящее понимание. Сейчас у вас и так мало веры в божества, а когда вы слушаете учение по закону кармы, то говорите, что вообще все зависит только от вас. Это похоже на атеизм, вы становитесь еще более атеистичными, не верите ни в божества, ни в молитвы. А затем, когда вы слышите, что Будда говорил, что молитвы и ритуалы не так важны, то говорите, что об этом вообще не нужно думать. Это не так, все взаимозависимо. Неправильно думать, что молитвы и ритуалы – это самое главное. Но молитвы и ритуалы тоже важны. Это не самое главное, но они тоже играют важную роль. Шеф-повар скажет вам, что соль, например, это не самое главное, но без соли еда невкусна. Поэтому молитвы и ритуалы тоже важны, это все не просто так. Прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе – это тоже очень важно, обо всем этом нужно думать.

Потом вы, русские, немного слушаете учение тантры и думаете, что тантра – это самое главное, а сутра не нужна. Это неправильное понимание. Все взаимозависимо. Нет вещей, которые неважны, все важно. Для приготовления мяса, кроме самого мяса, нужна еще и соль, без нее невозможно приготовить вкусное блюдо. Художник скажет вам, что для написания портрета Будды ему понадобятся и краски, и кисти, и холст. Каждая вещь пригодится, нельзя обойтись даже без одной из них. В Ламриме объясняется, что все учения важно видеть, как наставления для одного существа, необходимые для достижения им состояния будды. Это очень важно. Если вы этого не понимаете, потом будете говорить: «Я практик дзогчен, я практик махамудры, я практик чод, я практикующий прибежище, я практик кармы». Зачем нужно это разделение?

Вам нужно все. Иначе это похоже на то, как если бы вы пришли в спортзал и говорите, что вы «спортсмен рук» и тренируете только руки. Или вы «спортсмен ног», занимаетесь только этой тренировкой и вам нужен тренер по тренировке ног. Все будут смеяться над вами, а тренер в спортзале скажет, что вы сошли с ума. Есть полный комплекс занятия спортом. Если вы буддист, то никогда не говорите, что вы практик махамудры или практик дзогчен, бодхичитты, прибежища, чод. Я не говорю, что это не нужно практиковать, практиковать нужно все. Но вначале нужно заниматься той практикой, которая вам подходит. Это прибежище. Поэтому в Гухьясамаджа-тантре сам Будда Ваджрадхара говорит, что вначале нет выше практики, чем прибежище. Он не говорит, что самая главная практика – это Гухьясамаджа-тантра. Даже там говорится, что вначале самая полезная практика – это практика прибежища.

А теперь, что касается подношения Цог. Когда вы подносите Цог, то очень важные субстанции Цога – это мясо и нектар. Если у вас нет мяса и нектара, то, сколько бы ни было других субстанций, Цог не будет полным. А если у вас есть мясо и нектар, то даже если нет большого количества других субстанций, это не так страшно, у вас получится полный Цог.

Во время Цога вы превращаете эти субстанции в пять видов мяса и пять нектаров. С помощью благословения внутреннего подношения вы превращаете все это в нектар, обладающий тремя характеристиками.

Мясо символизирует пять видов мяса, а алкоголь – пять видов нектара. Пять видов мяса в действительности символизируют пять дхьяни-будд, а пять видов нектара символизируют пять супруг дхьяни-будд, что является методом и мудростью. Пять дхьяни-будд – это мужской аспект, метод. Бодхичитта, иллюзорное тело – это все метод. Пять супруг символизируют аспект мудрости. Ясный свет и мудрость, познающая пустоту, – это все аспект мудрости. Когда они вместе в союзе, это символизирует союз метода и мудрости. В действительности вы превращаете этот союз метода и мудрости в подношения. И между мясом и алкоголем вам необходимо выполнить само подношение Цог из муки, которое делают в виде женской груди. Женская грудь символизирует источник блаженства, поэтому Цог символизирует союз блаженства и пустоты. Поэтому торма нужно выполнять в форме женской груди.

Вы выполняете подношение Цог после того, как в тексте Лама Чопа вы прочли тоекратное обращение к Духовному Наставнику («Вы – Гуру, Вы – Йидам, Вы – все дакини и защитники...» и т.д.) и трижды благословили подношения мантрой ОМ А ХУМ. Вы читаете строки соответствующей визуализации трех человеческих голов, капалы, в которой располагаются пять видов мяса и пять нектаров и так далее. Три человеческих головы символизируют три основы пути (отречение, бодхичитта и мудрость, познающая пустоту), на которую вы ставите капалу тантрических реализаций. Капала – это реализация тантры. Капала символизирует Винаю, практику нравственности.

Будда говорил, что практика нравственности в сутре – это как почва, на которой вы можете вырастить траву, деревья. Если человек не имеет высокой нравственности, не является принципиальным человеком, то, какую бы практику он ни выполнял, результата она не даст. Это все равно, что без почвы пытаться вырастить траву и деревья, ничего не вырастет. С точки зрения сутры, если вы хотите приступить к тренировке сосредоточения и мудрости, то без основы нравственности это будет совершенно безосновательно.

Поэтому в первую очередь вам нужно постараться стать принципиальными людьми. Нужно стать человеком слова, который сдерживает свои обещания. Не надо делать все, что приходит в голову, нужна самодисциплина. Нужно немного контролировать себя, тогда ваша медитация станет настоящей медитацией. Если вы не имеете контроля над собой (говорите, что попало; делаете, что попало, не разобравшись правильно это или неправильно; имеете много плохих привычек, ни одну из которых не можете устранить), но при этом говорите, что хотите развить концентрацию, шаматху, – это смешно.

Сначала нужно уменьшать грубые ошибки. Если у вас грубый характер, и вы привыкли произносить много грубых слов, то нужно сказать себе: «Все, сегодня я не скажу ни одного грубого слова». Таким образом, нужно меняться. Человек, который так поступает, может развить шаматху. Если вы курите, то перестаньте курить, если пьете – бросьте пить. В этом я строг со своими учениками: если есть грубая привычка, то убирайте ее. Не пейте алкоголь, не курите, если у вас грубый характер, то делайте себя добрее. Тогда и в практике концентрации вы сможете устранить тонкие ошибки.

Если вы не умеете устранять грубые ошибки, жить не можете без плохих привычек и говорите: «Геше-ла, я не могу бросить курить», тогда лучше не занимайтесь медитацией. Вы должны быть принципиальным человеком, практиковать нравственность, этику – это сделает вас сильней. Если вы решите: «Нет, я больше этого не хочу!» – тогда все можно

изменить. Вы также можете остановить общение с дурной компанией, просто не будете с ними общаться. Человек может за один день измениться в лучшую сторону и также за один день может стать хуже из-за того, что он находится в дурной компании.

Если вы попали в хорошую компанию, попали к хорошему учителю то в один день вы можете поменяться. Если вы попадете к нехорошему учителю, в нехорошую компанию, вы сразу можете стать хуже. Учитель может увеличить ваше эго, рассказывая, что вы особенный человек, у вас есть с ним кармическая связь, вы пришли к нему в такую-то школу, лучше этой школы нет, и вы сразу же становитесь фанатиками. Почему? Потому что вы пошли к неправильному учителю, который не заботится о вас. Он хочет только свой центр, свою школу увеличить, это все игра эго. Поэтому мне не нужно много учеников, самое главное – если вы становитесь добрыми, хорошими людьми, этого достаточно. Зачем нам нужно много буддистов? Если в нашем мире будет больше таких буддистов, то будет больше позора. Пока, чем меньше буддистов, тем меньше позора. Поэтому я не собираю много буддистов.

А сейчас вернемся к теме. Итак, капала символизирует тантрическую самайю. Внутри капалы располагаются пять видов мяса и пять нектаров, все тантрические реализации. Как я вам говорил, пять видов мяса символизируют метод, пять видов нектара – мудрость. Таким образом, реализацию метода и мудрости вы можете хранить в этой капале. На чем располагается эта капала тантрической самайи? Она располагается на трех человеческих головах – на трех основах пути. На отречении, бодхичитте и мудрости, познающей пустоту. Это как основополагающие камни для практики тантры.

Горящий огонь символизирует практику туммо. Посредством этой практики вы раскрываете центральный канал, разжигаете внутренний жар, у вас плавятся белые капли, и вы переживаете союз блаженства и пустоты. Если вы увидите капалу, то сразу же у вас перед глазами будет символ всех наставлений. Увидев капалу, вы вспомните все учения в краткой форме. Не просто художник что-то нарисовал, все имеет свою символику, это очень детальная инструкция. Затем вы произносите ОМ А ХУМ, благословляете это внутреннее подношение. То, что превращается во внутреннее подношение, – нектар, обладающий тремя характеристиками.

Первая характеристика обозначается как «целебный нектар». У этого нектара есть потенциал вылечить вас от любой болезни, стоит вам только его попробовать. Если у вас есть вера в этот нектар, и вы все правильно визуализируете, то он будет обладать невероятной силой, гораздо большей, чем драгоценные пилюли. Раньше, когда тибетские йоги делали внутреннее подношение, то от силы их концентрации содержимое капалы закипало. Такое действительно было. После благословения нектара они вкушали его и могли избавиться от любой болезни. Раньше такое было. Сейчас вам не хватает веры и концентрации, но есть такой же потенциал. Если вы будете больше верить, лучше использовать концентрацию, то для вас это будет самым лучшим лекарством. Вы сможете убедиться на собственном опыте, как исчезают ваши болезни, после вкушения внутреннего подношения. Так тоже может быть. Поэтому первая характеристика – это «целебный нектар».

Вторая характеристика – это «нектар бессмертия». Это не означает, что вы никогда не умрете. Речь идет о том, что вам не грозит преждевременная смерть. В наши дни многие молодые люди умирают такой преждевременной смертью из-за встречи с плохими условиями. И это очень печально. Если же вы вкушаете такой нектар внутреннего подношения, то преждевременная смерть с вами не произойдет. Но даже если закончится ваш жизненный срок, то этот нектар может продлить вашу жизнь. Поэтому если каждый

день вы благословляете внутреннее подношение, вкушаете его как нектар бессмертия, то это оказывает очень большой эффект на продолжительность вашей жизни. В особенности, во время подношения Цог, когда после благословения вы вкушаете это внутреннее подношение, которое превратилось в пять видов мяса и пять нектаров. Оно обладает силой продлить вашу жизнь, а также устранить препятствия из вашей жизни.

Третья характеристика называется «незагрязненный нектар», то есть устраняющий загрязнения. Это означает, что когда вы вкушаете внутреннее подношение Цог, то это помогает вам обрести переживание союза блаженства и пустоты. «Незагрязненный нектар» – это то, что сделает ваш ум менее загрязненным. Таковы три характеристики.

После благословения Цога визуализируйте перед собой Поле Заслуг, в особенности – Духовного Наставника в качестве центральной фигуры в облике Будды Ваджрадхары или в облике ламы Цонкапы. С точки зрения практики Лама Чопа, вы визуализируете в Поле Заслуг в качестве центральной фигуры Духовного Наставника, который внешне имеет облик ламы Цонкапы, в его сердце располагается Будда Шакьямуни, а в сердце Будды Шакьямуни – Будда Ваджрадхара, а в сердце Будды Ваджрадхары слог ХУМ. Эта фигура называется Лама Лобсанг Туванг Дордже Чанг. Лама – это ваш Духовный Наставник в облике ламы Цонкапы. В действительности лама Цонкапа это Будда Шакьямуни, поэтому в сердце ламы Цонкапы вы визуализируете Будду Шакьямуни.

Две тысячи пятьсот лет назад Будда Шакьямуни явился в нашем мире как принц Сиддхартха и достиг реализаций, приносил благо живым существам, затем ушел из жизни, но в действительности это было проявление Будды Ваджрадхары. Он просто явил себя в таком облике в тот момент на нашей планете, чтобы в качестве принца Сиддхартхи принести благо живым существам, но в действительности к тому моменту он уже был Буддой с точки зрения Махаяны. И все двенадцать деяний, которые совершил Будда, – это деяния Будды. С точки зрения Хинаяны достижение состояния будды, передача учения и оставшиеся три деяния – только это деяния Будды, а все предыдущие – деяния бодхисаттвы. Поэтому с точки зрения Тантраяны рождение в качестве принца Сиддхартхи и все дальнейшие деяния – все это выполнял Будда, который был эманацией Будды Ваджрадхары. А когда он ушел из жизни, то растворился обратно в Будде Ваджрадхаре. В сутрах говорится, что это произошло не в одной мировой системе, а в миллиардах разных систем одновременно из сердца Будды Ваджрадхары вышли эманации Будды Шакьямуни, принца Сиддхартхи, для принесения блага живым существам.

Сейчас ученые тоже постепенно приходят к пониманию того, что существуют миллиарды мировых систем. В некоторых сутрах, например, говорилось о параллельных мирах. В наши дни ученые тоже говорят что-то похожее. Потому что в сутрах очень ясно говорится о том, что когда Будда Шакьямуни давал учение в Варанаси, то одновременно с этим в миллиардах мировых систем в таком месте как Варанаси Будда передавал учение. Как же это может быть город Варанаси? В миллиардах мировых систем есть такой город Варанаси, то есть существуют миллиарды параллельных вселенных. Например, сколько оттенков желтого света есть в нашем мире? Миллионы и миллиарды. Так же и миллиарды мировых систем. Мы не видим этого, поэтому и не верим в это. Обо всем этом упоминается в текстах.

А сейчас вернемся к теме. Итак, в качестве центральной фигуры вы визуализируете вашего Духовного Наставника Ламу Лобсанга Туванга Дордже Чанга, а вокруг него находятся учителя линии преемственности, божества, будды, бодхисаттвы, даки, дакини и защитники Дхармы. Вы должны знать последовательность их расположения. Раньше я это уже объяснял и сейчас повторять не буду. Себя вы визуализируете как божество Ямантаку. Когда посвящение Цог выполняют те, кто не получал посвящений, они не могут

визуализировать себя божеством, а просто визуализируют, что большое количество даков и дакинь выполняют подношения. Это тоже будет хорошим способом накопления больших заслуг. Вы также не можете благословлять внутренние подношения, но можете почувствовать, что это подношение превратилось в очень красивое обширное подношение. И согласно своей практике вы также накопите заслуги. И развеите такое чувство: «Пусть однажды я смогу получить посвящение и выполнять эту практику таким эффективным способом». Для тех, кто искренне хочет практиковать тантру, обязательно нужно получить посвящение.

Для тех, кто не хочет искренне практиковать, посвящение лучше не получать, это может быть очень опасным для вас, потому что вы нарушите самую, нарушите преданность Гуру, не будете как полагается соблюдать обязательства. Если вы даже обеты не можете соблюдать, то лучше не принимайте обет. Если вы правильно соблюдаете обеты, то обретаєте от этого большое преимущество. А если все время нарушаете обеты, то в этом для вас будет большой ущерб. Поэтому в Винае Будда говорил: «Обеты некоторым людям приносят высокие перерождения и очень большие преимущества, а некоторым людям они приносят перерождения в низших мирах, в особенности в аду». Для тех, кто очень хорошо соблюдает обеты, они очень полезны. А для тех, кто постоянно нарушает обеты, они очень опасны. Поэтому тем, кто не может держать обеты, не нужно принимать их.

Точно также если вы не хотите искренне практиковать Дхарму, то лучше не получайте посвящений лишь потому, что ваши друзья их принимают, это неправильно. Но здесь вы все настроены очень искренне и я знаю, что вы искренне хотите практиковать Дхарму, поэтому для вас очень важно было бы получить посвящение. Но также это важно получить от подлинного Духовного Наставника. А не так, что кто-то передает посвящение, и вы отправляетесь к любому человеку, чтобы получить его. Это может быть очень опасно. Сакья Пандита говорит: «Когда вы покупаете лошадь, вы очень осторожны. Но если вы совершите ошибку, это не страшно, вы сможете поменять лошадь. Но если вы допустите ошибку с выбором Духовного Наставника, то тут вы уже не сможете сказать, что хотите поменять Духовного Наставника». Жену тоже можно поменять, но поменять Духовного Наставника уже нельзя. До того как вы приняли Учителя, вам важно исследовать его и придерживаться скептического настроения. Но после того как вы уже приняли Учителя, очень важно воспринимать его только позитивно. Это очень хороший подход.

Итак, из вашего сердца исходит множество дакинь подношений, они держат в руках капалы и черпают ими нектар из большой капалы. В первую очередь они подносят его Духовным Учителям и центральной фигуре – Ламе Лобсанг Туванг Дордже Чангу. Далее – всем Учителям линии преемственности. Они с большой радостью принимают ваши подношения, и в них порождается союз блаженства и пустоты. Затем эти дакини растворяются обратно в вашем сердце. В тот момент, когда вы визуализируете, как из вашего сердца исходят даки и дакини, делают подношения и растворяются обратно в вашем сердце, в этот момент вы тренируетесь в практике каналов и чакр. Благодаря такой визуализации в будущем вам будет гораздо проще собрать энергию ветра в центральном канале. Когда вы выполняете садхану, вы тоже выполняете визуализации, ум становится все тоньше и тоньше, энергия ветра собирается в центральном канале, когда вы произносите ХУМ, ХУМ. Это помогает вам достичь реализаций. В будущем вы сможете весь ветер быстро собрать в центральный канал, и благодаря этому ум будет становиться все тоньше и тоньше.

Когда ваш ум будет становиться все тоньше и тоньше, тогда вы поймете, что можете поменять все свои старые привычки. С грубым умом трудно что-либо поменять, потому что он все время взволнован. Когда внутри вы немного меняетесь, то внутри не будет этих вот волн, вы будете все видеть ясно и чисто. Вы будете знать, что у вас есть такой огромный

потенциал. Вы будете понимать: «Я не простой человек, природа моего ума и ума Будды одинаковы. У меня есть огромный потенциал. Почему же я думаю, что ничего не стою? У меня есть весь потенциал». Когда ум станет тоньше, он будет все более острым. Через эту практику вы будете потихонечку очищаться.

Итак, практика Цог очень важна. Она приносит не только большие заслуги, но является еще и практикой чакр и каналов. Также то, что вы визуализируете даков и дакинью, которые приходят и растворяются в вашем теле, в сердечной чакре, исходят обратно, выполняют подношения и возвращаются, – все это также благословляет систему чакр и каналов в вашем теле. Это невероятно приятно. Если человек, обращается к злему духу, то он придет к нему и будет так плохо на него влиять, что человек станет очень несчастным. Если же вы выполняете чисто Цог, все божества придут в ваше сердце, а злой дух не сможет даже находиться рядом с вами. Божества очень хорошие защитники. Вам даже нет необходимости просить у них защиты, они и так благословят ваше тело. Вы получаете огромные заслуги, благодаря чему ваше тело становится совсем другим. На вас не будет оказываться дурное влияние, потому что постоянно нисходит благословение, когда вы визуализируете, что даки и дакини исходят из вашего сердца, делают подношения, а потом растворяются обратно в вашем сердце.

Это касается тех, у кого есть сильная вера. У бурят, калмыков, бабушек, дедушек – у них есть невероятная вера. Если они будут так заниматься, то сразу же почувствуют, какая это невероятная практика. В практике тантры обязательно нужна вера. У вас, русских, вера не очень сильная. Не обижайтесь на меня, я честно говорю. У вас хороший интеллект, вы быстро все понимаете, но нет веры. Поэтому если бы я был Атишей, то не дал бы вам это учение. Он пришел в Тибет и дал такое учение: «Если нет веры, тогда зачем я даю вам учение?» Вам полезно это слышать, Атиша тоже говорит: «Вера, вера». У меня есть уши, я слушаю. Мне говорят: «Дайте нам учение по шести йогам Наропы, махамудре, дзогчену». Атиша сказал, что вначале нужна вера: вера в закон кармы, вера в божества, вера в Будду, Дхарму и Сангху. Вера – это фундамент. Через слушание учения вера становится крепкой. Вначале это самая главная реализация. Сначала слушание учения делает вашу веру крепкой. Если вы понимаете учение, но ваша вера не становится крепче, значит, вы ничего не поняли. Я не говорю, что нужна слепая вера. Если вы правильно слушаете учение, то вера становится все крепче и крепче. Если вы можете сказать: «Раньше у меня была плохая вера в закон кармы, а сейчас она стала сильной», – тогда вы правильно слушаете.

Далее, когда даки и дакини растворяются в вашем сердце, вы визуализируете, что на вас нисходит дождь благословений. Затем даки и дакини исходят из вашего сердца, совершают подношения божествам, растворяются обратно в вашем сердце, и вы визуализируете, что на вас нисходит дождь сиддхи. И если в этот момент вы по-настоящему верите, то на вас действительно нисходит дождь сиддхи.

Что касается сиддхи, они бывают четырех видов. Первый вид – это умиротворяющие сиддхи, благодаря им умиротворяется ваш ум. Омрачений становится меньше, желаний также становится меньше. Второй вид – возрастающие сиддхи, благодаря которым возрастают ваши заслуги, мудрость и так далее. Далее, сиддхи могущества. Здесь идет речь о такой силе, которая, главным образом, помогает контролировать себя, а не кого-то внешнего. Но иногда бывает так, что некоторые внешние существа ведут себя очень вредоносно, в этом случае нужно постараться взять под контроль и их. Далее – гневные сиддхи. Они еще более могущественны. Далее даки и дакини исходят из вашего сердца, направляются к Полю Заслуг и совершают подношения Трем Драгоценностям, затем растворяются обратно в вашем сердце, и на вас нисходит дождь Дхармы.

Далее из вашего сердца исходят даки и дакини подношений, отправляются к Полю Заслуг, совершают подношения дакам и дакиням, защитникам Дхармы, затем растворяются в вашем сердце, и на вас нисходит дождь защиты. Далее даки и дакини из вашего сердца исходят во все десять сторон света и совершают подношение всем живым существам. Когда они вкушают это внутреннее подношение, то достигают состояния будды. Здесь вам необходимо развить безмерную радость от того, что все живые существа теперь достигли состояния будды. Затем они растворяются обратно в вас, и в этом состоит главное подношение Цог.

Этот цикл вам нужно повторить трижды. Трижды вы читаете этот текст, далее встают три девушки, они символизируют трех дакинй. Если нет трех девушек, тогда три бабушки. Если нет трех бабушек, то нет и подношения Цог. Я просто шучу. Тогда встают трое мужчин. В монастыре всегда встают мужчины, там нет женщин. Так Цог должны подносить девушки, которые символизируют дакинй, а что касается остатков – цоглаг, то их выносят мужчины, символизирующие защитников Дхармы. Вам нужно понимать, что все что происходит, имеет особый смысл, очень глубокий символизм, это не просто что-то выдуманное. И эту традицию не нужно менять, нужно в чистоте сохранить ее в том виде, в котором она была передана Духовным Наставником.

Итак, три девушки как три дакини, встают и подносят Цог со словами «Как Будды трех времен, вкушая Цог, достигали состояния будды, также Вы, Будда Ваджрадхара, вкушите этот нектар». Следующие строчки – это ответ Духовного Наставника в облике Будды Ваджрадхара. В этот момент больше никто ничего не произносит, читает только Духовный Наставник. А если рядом с вами нет Духовного Наставника, то в этот момент эти строки читают все присутствующие, как будто их читает Духовный Наставник. В этих строках говорится: «Я, неразделимый с тремя слогами ОМ А ХУМ, являюсь в облике божества, а ХУМ неразделим с бодхичиттой. Из слога А возникают подношения из пяти видов мяса и пяти нектаров. И я вкушаю эти подношения для того чтобы удовлетворить божеств, обитающих в моем теле». Это те слова, которые произносит Духовный Наставник.

Тот человек, который держит Цог, должен стоять в центре, справа от него – тот, кто держит мясо, а слева – тот, кто держит нектар. Потому что правая рука символизирует метод, а левая рука – мудрость. Поэтому тот, кто держит мясо (оно символизирует метод), стоит справа, а тот, кто держит нектар (он символизирует мудрость), стоит слева. Это необходимо знать, чтобы в будущем вы смогли легко объяснить, почему один человек стоит в центре, кто-то стоит справа, а кто-то – слева, ничего при этом не перепутав. Иногда вы, не понимая смысла происходящего, то одно поставите справа, то другое, то Цог у вас оказывается справа. С этого момента делайте это правильно. Если бы вы этого не знали и допускали ошибки, это было бы не страшно. Но теперь вы это знаете, и если все равно будете ошибаться, то даки и дакини будут очень строгими. Они очень строги и это правильно. Защитники Дхармы, даки и дакини очень добрые, но очень строгие, как русский тренер по хоккею. Все профессиональные люди очень строгие. Я вначале думал: «Почему даки и дакини очень строгие?» Но когда я посмотрел кино про русских тренеров по хоккею, то увидел, что они профессионалы: добрые внутри, но очень строгие, потому что благодаря строгости результаты получаются лучше. Если не быть строгим, то улучшений никогда не будет. Поэтому они строги, даже немного наказывать могут. Вы можете сломать руку или ногу, но это будет ради вашего блага. Если так случится, думайте, что это очень хорошо. Сейчас они подобны вашему тренеру, поэтому если вы будете хулиганить, то они сразу вас накажут. И это очень хорошо. Итак, с этим нужно быть очень строгим. Также в отношении самайи, если вы ее нарушите, то они сразу же дадут вам об этом знать. Если это происходит, вы видите знаки, это большая удача для вас. Если этого не случается, значит вы безнадежны и нет смысла наказывать вас. Они думают: «Пусть делает, что хочет, какая разница». Если

они к вам строги, то это очень хороший знак. И если Духовный Наставник с вами строг, то это очень хорошо.

Итак, в первую очередь человек в центре подносит Цог. Духовный Наставник отщипывает небольшой кусочек, затем вкушает нектар и в третью очередь мясо. Вам нужно об этом знать. Все дакини должны знать об этом. Это ответственность дакинь, а не даков. А затем раздают Цог. Если вы держите обет не употреблять алкоголь, но при этом не вкусите этот нектар, то нарушите самую. Что же вам нужно сделать? Вкусить одну каплю в качестве нектара. Так вы сохраните баланс. Но если вы выпьете все, тогда вы нарушите обет. Вы можете только попробовать одну капельку в качестве нектара и не более того. Если попробуете больше, то нарушите обет.

Здесь есть очень интересный баланс. Если подношение Цог выполняется в махаянские дни, то мясо вам тоже нужно попробовать. Если вы скажете, что сегодня принимали махаянский обет, вам нельзя есть мясо, и не попробуете его, то тоже нарушите самую таким образом. Вам нужно попробовать маленький кусочек как нектар. Но если вы скажете, что это очень вкусно и съедите больше, то тоже нарушите обет. Нужно понимать эти моменты. Если вы будете знать, как сохранять баланс, то будете счастливы.

Если вы умелый буддийский практик, то зная философию, вы можете соблюдать баланс, как при езде на велосипеде. Тогда вы можете кататься и кататься, для вас это будет настоящее счастье. Сейчас вы не можете долго ехать на велосипеде буддийской практики, потому что у вас нет баланса. Если есть баланс, то вы можете ехать даже по трудной дороге и все равно не упадете с велосипеда учения Будды. Тогда вы настоящие практики Дхармы. Буддийская практика не заключается в строгом сидении, это соблюдение баланса. Это значит жить согласно учению Будды, его советам, держаться правильной стратегии, правильного дебюта. В любой ситуации сохранять терпение, согласно учению Будды, не падая с велосипеда буддийской практики. Если вы упали, значит, баланса нет. Но если вы не падаете, тогда двадцать четыре часа в сутки вы можете ехать на велосипеде, даже во сне не теряя баланс. Это называется практика.

Когда я спросил у моего Учителя Пананга Ринпоче, сколько сессий в день нужно выполнять, он ответил мне: «Какие сессии? Двадцать четыре часа в сутки нужно заниматься практикой». Я подумал: «Как это возможно?» Он имел в виду, что нужно соблюдать баланс, катаясь на велосипеде учения Будды. И заниматься этим двадцать четыре часа в сутки. Сессия или не сессия – разницы нет, нужно держать баланс. Придерживаться только позитивного состояния ума и не пускать негативные мысли – это практика. Вот так нужно заниматься. А вы что делаете? Во время сессии не пускаете негативные мысли, а после – пускаете все, что угодно. Это означает, что вы упали с велосипеда.

Затем кто-то собирает остатки, цоглаг. Остатки собирают, начиная с последнего ряда. Оставляйте лишь чуть-чуть, не оставляйте слишком много. Затем остатки благословляют. Последним остатки кладет Духовный Наставник и произносит ОМ А ХУМ, ОМ А ХУМ, ОМ А ХУМ, благословляя цоглаг. Также в эти остатки нужно добавить немного мяса, налить немного нектара и тогда это подношение станет полным. Держать его должны мужчины, а не девушки. Также нужно зажечь благовония и воткнуть их в эти остатки. Это то, что символизирует, скажем, масляный светильник, чтобы эти подношения Цог были видны в темноте. Остатки нужно выносить с уважением, а не просто выбрасывать.

На этом Цог окончен. Во время Цога вы также читаете песню А ЛА ЛА ЛА ЛА ХО, это песня дакинь. Кто бы ни читал нараспев с этой мелодией, невозможно, чтобы дакини не явились и не приняли подношения. Когда вы произносите эти слова, то собираются дакини, защитники Дхармы, мысленно вы обращаетесь к ним с просьбой защищать вас. И можете

просить их об исполнении мирских желаний. До этого свою практику посвящайте только достижению состояния будды на благо всем живым существам, а в этот период вы можете обратиться к дакиням с мирскими просьбами. Потому что вам нужно как-то жить. Кормить себя тоже нужно, поэтому мирские желания нужны. Они будут об этом знать и позаботятся о вас. Но если думать, что мирские желания – это самое главное, то они не будут их исполнять. Не превращайте это в мирскую практику. Можно просить о мирских желаниях, но помните, что это не самое главное. Но вам нужно жить, у вас есть тело, которое не может прожить без еды, замерзнет без одежды. Поэтому вы обращаетесь за помощью и в мирских делах. Они вам скажут: «Не беспокойтесь, с голоду вы не умрете!»

Затем оставшуюся часть практики вы дочитываете на русском языке. Это то, что относится к рефлексивным медитациям по сутре и тантре. Все вместе вы читаете эти строки и порождаете чувство в отношении этих слов.

Люди в Санкт-Петербурге обратились ко мне с просьбой: «Геше-ла, можно ли сделать так, чтобы читать текст Цога на русском языке и при этом сохранить мелодию?» Я хочу сказать, что если это возможно, то это было бы хорошо, не обязательно все читать на тибетском языке. Они говорили о том, что хотели бы обсудить это с Надей, поскольку Надя знает, как правильно читать, сохраняя мелодию. Вместе они могли бы создать это. Надя – это наш ведущий молитвы в центрах. И это ответственность ведущих молитв, а не моя ответственность. Но это еще и искусство пения, поэтому это относится не только к Наде, но и ко всем, кто умеет петь и знает, как правильно выдержать мелодию. Эти люди также могут участвовать в этой работе. Там есть низкие и высокие звуки, этого я не знаю. Если послушать тибетские мелодии, то некоторые звуки там ниже, другие выше, это можно переложить на русский текст. Если бы вы смогли напрямую делать это на русском языке, то это было бы по-настоящему плодотворно.

Какое удовольствие приносит мне чтение Цога на тибетском языке, такое же удовольствие мог бы приносить Цог и вам, если вы будете читать его на русском языке. Это называется возрождение буддийских традиций. До тех пор мы будем читать Цог на тибетском языке, сохраняя мелодию. Но когда эта работа будет проведена, и я дам окончательное заключение, что теперь можно читать этот текст на русском языке, то во всех моих центрах мы начнем читать его на русском языке, сохраняя мелодию.

Итак, время закончилось. Вопросы?

Ученик: «Скажите, пожалуйста, когда делаешь Цог самостоятельно, в момент, когда дакини делают подношение, как без ошибок сделать это самому: подношение Цог и вынос торма?»

Геше-ла: «Вы просто визуализируете трех дакинь, что они делают подношение».