

Как обычно вначале породите правильную мотивацию — мотивацию достичь состояния будды на благо всех живых существ, с этой целью получайте учение. Эти два часа получения учения не позволяйте вашему уму порождать какие-то мирские намерения, мирскую дхарму. В повседневной жизни вам также нужно стараться бороться с восемью мирскими дхармами. Это восемь грубых дебютных ошибок нашей жизни. Если вы не уменьшаете восемь мирских дхарм, если они у вас разрастаются или остаются на том же уровне, что и до этого, то в этом случае у развития вашего ума не будет прогресса. Если вы по-настоящему искренне хотите добиться развития вашего ума, в этом случае вам необходимо стараться в повседневной жизни свести к минимуму восемь мирских дхарм.

Восемь мирских дхарм. Первое — радоваться похвале и расстраиваться из-за малейшей критики. Вам нужно постараться вначале сделать так, чтобы вы не слишком сильно радовались похвале и не слишком расстраивались из-за критики. Следующий шаг — начать радоваться критике и ни капли не радоваться похвале. Это хорошая стратегия. Если это трудно, то, как минимум, старайтесь не слишком радоваться похвале и не слишком расстраиваться из-за критики. Второе — радоваться богатству и имуществу и расстраиваться из-за отсутствия богатства и имущества. Важно не очень радоваться богатству, потому что временное богатство, имущество впустую тратит вашу драгоценную человеческую жизнь. Временный недостаток богатства и имущества очень полезен для развития ума, говорится, что бедность — это украшение духовного практика. Третье — не будьте слишком рады славе и репутации, и не расстраивайтесь из-за отсутствия славы и репутации. Четвертое — не радуйтесь временному счастью и не расстраивайтесь из-за временных страданий. Это очень хорошая стратегия. Сталкиваться с какими-то временными страданиями ради обретения долговременного счастья — это очень хорошо.

У страданий есть четыре достоинства. Одно из них состоит в том, что временные страдания опускают вас на землю. Вы становитесь скромными. Вы становитесь чуткими к страданиям других и также сможете проявить чуткость к их страданиям. Также временные страдания помогают вам развить отречение. Здесь стратегия полностью противоположна нашей мирской стратегии. Поэтому Дромтонпа говорил, что практика Дхармы — это то, что является противоположным нашему мирскому образу действий. Поэтому с таким пониманием: «Я не буду совершать восемь дебютных ошибок» все время говорите себе: «Будь осторожен с похвалой, с временным успехом, славой, репутацией — однажды это приведет тебя к большим проблемам. Радуйся критике, радуйся отсутствию славы и репутации, радуйся временным страданиям — это поможет тебе заложить очень хороший фундамент и твоя будущая карьера будет очень хорошей».

Это очень важный момент, все время нужно об этом вспоминать, я тоже всегда себе напоминаю об этом, но это нелегко. Потому что наш ум очень привык радоваться похвале и расстраиваться из-за порицания, критики. Также мы очень привыкли радоваться богатству, наличию имущества. Если у нас становится немного меньше богатства, то мы сразу же думаем, что это кошмар. Если у вас стало меньше заслуг, то вы не считаете это кошмаром, если вы создали негативную карму — и это вы не считаете кошмаром. А стало чуть-чуть меньше денег, чуть-чуть вас коснулся кризис, чуть-чуть упал рубль — это для нас кошмар. Этого не бойтесь.

Вы получите учение по необычной Гурӯ-йоге — союзу блаженства и пустоты. Это учение излагается в двух главных частях: то, что нужно делать во время сессии и что делать в перерывах между сессиями. То, что нужно делать во время сессии, излагается в трех частях: подготовительные практики, сама практика и заключительная практика. Существуют обычные подготовительные практики и необычные подготовительные практики. Обычные практики мы уже рассмотрели. Необычные подготовительные практики рассматриваются в трех частях: порождение себя божеством, благословение места и благословение

подношений. Я закончил объяснять вам главу, касающуюся порождения себя как божества. Теперь мы переходим к благословию места. Когда вы порождаете себя божеством — это главная практика стадии керим, стадии порождения.

На стадии порождения вам необходимо в своей практике устранить два препятствия. Главное препятствие к практике керим, к достижению реализации стадии керим — это обыденная видимость. Второе — обыденное цепляние. Есть обыденная видимость и обыденное цепляние — это два главных препятствия к достижению реализации стадии керим. Обыденные видимости у вас возникают для органов вашего зрения, слуха, обоняния, осязания и так далее — для пяти органов чувств. Во время ретрита вам нужно стараться заблокировать пять органов чувств, и поэтому очень важным является уединение, изоляция. Из-за того, что у нас есть органы чувств, далее внешние объекты становятся условиями для проявления семян омрачений, которые у нас присутствуют при познании этих объектов, так проявляются омрачения и не оставляют наш ум в покое. Мы не можем сделать свой ум здоровым.

На стадии керим вы блокируете все обыденные видимости. Все обыденные видимости должны раствориться в сфере пустоты. Далее из сферы пустоты должны появиться чистые видимости, которые являются проявлением пустоты. Вначале это просто как визуализация, а затем, позже мандала, божество и так далее по-настоящему становятся проявлением союза блаженства и пустоты. Что бы ни явилось, все должно являться только чистой видимостью. Будда со своей точки зрения всегда все видит только чистым, для Будды нет ничего нечистого.

В диспуте возникает вопрос: существуют нечистые объекты или нет? Если они существуют, то поскольку Будда обладает всеведением, то он должен их познавать. Будда должен либо познавать нечистые объекты, либо они не существуют. Это логический вывод. Ответ дается такой, что нечистые феномены существуют, Будда их познает. Тогда возникает вопрос: как же так происходит, ведь Будда видит все только чистое? Здесь ответ такой, что со своей точки зрения Будда все видит только чистым, но также Будда видит нечто нечистое с точки зрения других существ. Поэтому здесь нет противоречий. Нечистые феномены Будда познает с точки зрения обычных людей, с их точки зрения нечто существует так-то и так-то, а со своей точки зрения Будда познает все только чистым. Вам нужно заблокировать нечистые видимости, заместить их на чистые видимости.

Далее вам нужно развить божественную гордость, вы думаете: «Я божество», и это противодействует обыденному цеплянию. Благодаря божественной гордости вы полностью устраняете лень самоуничижения из своего ума. Йога божества — это очень мощное противоядие от лени. Благодаря божественной гордости, благодаря уверенности весь свой потенциал вы сможете реализовать намного быстрее. Уверенность, божественная гордость очень важны, но не высокомерие. Высокомерие — это глупое состояние ума. Это когда вы думаете: «На это способен только я, другие этого не могут», смотрите на них свысока — это высокомерие, это глупое состояние ума. Божественная гордость — это когда вы думаете: «Я на это способен, и они тоже на это способны, даже маленькое насекомое, если встретится со всеми условиями, то и оно может достичь состояния будды, у всех есть такой потенциал, все способны на это». Вы уважаете всех. Вы уважаете себя и уважаете других. Когда вы высокомерны, вы себя тоже не уважаете, вы говорите о других плохо и чувствуете, что на их фоне стали выше. Это не самоуважение, из-за унижения других вы думаете, что становитесь выше. Потом вы падаете вниз, и веры в себя совсем не остается. В высокомерии нет силы ума. Из-за высокомерия вы можете полететь как бумага на ветру, но потом вы упадете вниз. В высокомерии нет самоуважения.

С божественной гордостью у вас есть уважение и к самому себе и ко всем другим. Божественная гордость также становится хорошим противоядием от ваших омрачений, вы говорите: «Омрачения, вы являетесь временными, не обладаете прочной основой, рано или поздно я устраню вас». Обо всех ваших плохих чертах скажите, что это ваш временный характер, вы все это уберете. Все плохие черты вы уберете, потому что у них нет основы. Когда у вас есть такая вера в себя, все омрачения будут вас бояться. Если вы слабый, то омрачения всю жизнь будут сидеть на вашей голове, вы будете их рабами всю жизнь. Поэтому божественная гордость очень важна. Не думайте, что есть что-то такое, на что вы не способны. Для вас возможно все, просто это вопрос времени. Но я не могу так говорить совершенно обо всем. В отношении развития ума для вас все возможно, а если говорить о теле, скажем, стать хорошими футболистами для нас сейчас слишком поздно. Для большинства уже слишком поздно тренироваться и стать чемпионами мира по футболу. Это относится к качествам вашего тела. Ваше тело способно не на все, а ум способен достичь совершенно всего, все это только вопрос времени. У вас есть природа будды. Ваш ум не может состариться, ваш ум вечно молодой. Ваш ум вечно молодой и вечно красивый. Если вы сделаете его красивым, он будет вечно красивым. Вы будете думать: «Мое тело стало старым, но мой ум вечно молодой». Не думайте, что вы уже становитесь старым, ваше тело стареет, а что касается вашего ума, то он одного возраста со всеми другими. Мы все существуем с безначальных времен и все одного возраста. С точки зрения ума нет того, кто был бы старше или моложе, все мы одинакового возраста. В нашем мире, когда мы говорим, что кто-то старый, а кто-то молодой, мы говорим с точки зрения нашего тела. Если говорить с точки зрения ума, то нет такого, как молодой или старый ум, мы все одного возраста. Главная основа для нашего «я» — это наш ум, а не тело. Это тело — основа только этой жизни.

Чистое видение и божественная гордость — это два главных противоядия от двух основных препятствий, таких как нечистое видение, обыденное видение и цепляние за обыденность.

Как выполнять самопорождение, я вам уже объяснил. В повседневной жизни также развивайте чистое видение и божественную гордость, когда вы визуализируете себя божеством. Также не допускайте нечистого видения и обыденных цепляний, это очень полезно для вашего ума — большое количество объектов омрачений пресекается в вашем уме. Когда они не являются, а есть только чистые видимости, то возникает только чистое состояние ума. Чистое видение делает ваше состояние ума чистым. Вы сами счастливы и все окружающие счастливы. Самое лучшее лечение от всех болезней — это чистое видение. Когда вы визуализируете себя божеством, то у этого тела есть форма, но это тело не имеет субстанции, в нем отсутствует грубая субстанция. Это тонкое энергетическое тело. Это тонкое энергетическое тело заполнено светом. Это очень хороший способ укрепить свой иммунитет, и я могу сказать точно, что с такой визуализацией вы будете избавляться от многих болезней. Много болезней уйдет, и врачи не смогут понять, что происходит, поскольку ваши болезни уйдут как бы сами собой. Сами по себе болезни не уходят, но благодаря визуализации вся структура внутри будет меняться.

В повседневной жизни практикуйте три йоги. Первая йога — все, что вы видите, для вас должно быть видимостью мандалы и божества. Три йоги — это когда вы все видимости, звуки и порождаемые концепции превращаете в йогу трех чистых видений. Тем, кто получал посвящение, необходимо в повседневной жизни выполнять йогу трех чистых видений. Что бы вы ни увидели, вы должны понимать, что любое обычное явление, которое вы видите, не существует таким, каким является вам, и вы его растворяете в сфере пустоты. Любое видение — это иллюзия, все равно там его нет. С мирской точки зрения вы можете говорить о Владимире Путине. Но такого Владимира Путина, которого вы видите по телевизору, такого Владимира Путина нет. Его тело — это не Владимир Путин, его нос — это не

Владимир Путин, его ум — это тоже не Владимир Путин. Руководителя страны, который сидит там, такого самосущего Владимира Путина никогда не было и никогда не будет.

Также это касается того, красиво что-то или некрасиво. Ваш объект привязанности тоже не существует таким, каким является вам. Думайте так: «Кожа не является красивой, это не объект привязанности, плоть — тоже не объект привязанности и кости — тоже не объект привязанности, где же тогда объект привязанности?» Когда вы рассматриваете их отдельно, то вы боитесь всего этого. Если их все собрать вместе, когда этот объект идет, вы испытываете привязанность. То есть, если тот объект, которого вы боитесь, обтянуть плотью и кожей, то у вас появляется привязанность к нему. Если вы будете таким образом думать, то не будете подливать бензина в свои привязанности, привязанность останется очень маленькой — просто по привычке. По привычке у вас есть привязанность, поэтому вы думаете, что она такая красивая, даже в туалет она не ходит. Вы думаете: «Это такой чистый человек, он даже не ходит в туалет». Когда я был маленьким, мы разговаривали с друзьями о мисс мира. Мой друг сказал, что мисс мира такая красивая, наверное, она даже не ходит в туалет. Это преувеличение. Также он думал, что у нее вообще нет плохого запаха. Но это такая же фабрика по производству дерьма, в мисс мира нет ничего особенного. Появляются преувеличения, и затем привязанность порождается с большой силой.

Когда вы блокируете нечистые видимости и думаете, что все это является, но в действительности этого не существует, то это очень хорошее противоядие от омрачений. Я знаю, что некоторые геше в монастырях держатся очень тихо, я знаю, что для них обычного окружающего мира не существует, у них чистое видение. Я иногда начинаю разговаривать о политике, но они не хотят про это слушать. Они находятся в чистом видении: выполняют йогу чистого видения, чистого слушания. Какая бы мысль у них ни возникала, для них это проявление Дхармакаи, упражнение Дхармакаи. Это те три йоги, которые вам нужно практиковать. Во время ретрита это совершенно необходимо. Какая бы видимость ни появлялась, любая нечистая видимость, вы должны понимать, что то, что вам является, в действительности не существует, вы растворяете это в сфере пустоты. Ваша убежденность — это убежденность в пустоте. Затем пустотная видимость является в облике мандалы и божества. Это йога божества.

Затем, какой бы звук вы ни услышали, этот звук не должен иметь никакого мирского смысла для вас. Это просто звук мантры или учения — или мантра или Дхарма, которая помогает развивать хорошие качества ума. Если там есть смысл — то это здоровый смысл, а если смысла нет — то это мантра: ОМ ТАРЕ ТУТАРЕ ТУРЕ СОХА или ОМ МАНИ ПАДМЭ ХУМ. Когда вы слышите любой звук, думайте только это: если есть смысл — то это Дхарма, философия, если смысла нет — мантра. Это йога принятия любого звука в качестве мантры, это чистое видение, чистые звуки.

Третье — какая бы мысль в вас ни зарождалась, вы ее воспринимаете как упражнение Дхармакаи. Мысль возникает из союза пустоты и ясного света и растворяется обратно в сфере пустоты и ясного света. Ясный свет вашего ума с одной стороны — это ясность и осознанность, а с другой стороны — это пустота от самобытия. Пустота от самобытия — это абсолютная природа вашего ума ясного света, а ясность и осознанность — его относительная природа. Какая бы мысль ни возникала — это ясное и осознанное состояние, это как экран для всех ваших концепций. Например, если говорить о телевизоре, то на экране появляются различные образы, различные цвета, и затем они исчезают, растворяясь в этом экране. Точно также и волны возникают из океана и исчезают, растворяясь в океане. Когда возникают облака, они возникают из пространства и растворяются обратно в пространстве. Какие бы мысли во время ретрита у вас ни возникали, не следуйте за ними.

Просто оставайтесь в ясном и осознанном состоянии ума, с божественной гордостью, что такое состояние ума — это Дхармака.

Это три очень важные йоги, которые вам необходимо выполнять в перерывах между сессиями. В действительности здесь автор объясняет их не в этом разделе. Это объясняется в разделе о том, как практиковать между сессиями, но я просто раньше рассказал вам об этом. Тем не менее, скоро у нас будет ретрит, поэтому, если бы я не рассказал вам обо всем этом, была бы вероятность, что я упущу этот момент, а это очень важно для ретрита. Потому что в этот раз мы с вами не дойдем до раздела, касающегося того, что нужно делать в перерывах между сессиями, поскольку то, чем заниматься во время сессии, рассматривается очень развернуто. Подготовительные практики мы уже завершили, но даже еще не закончили все предварительные практики, сама практика рассматривается очень детально. Поэтому я подумал, что мне необходимо это для вас объяснить, чтобы тот двухнедельный ретрит, который вы сделаете, был для вас более значимым. Итак, это три йоги для трансформации ваших нечистых видимостей, звуков и возникающих мыслей в чистое видение.

Очищение места. Поскольку вы уже визуализировали себя божеством, то можете выполнять очищение места. Вчера и позавчера я объяснял вам то, каким образом привносить три каи на путь с точки зрения тантры Ямантаки. Вы являетесь в облике Ямантаки с одной головой и двумя руками. В одной руке вы держите капалу, в другой — дигуг. Из сердца, из всех частей вашего тела, в особенности из нижней части вашего тела исходит очень много света, который направляется во все десять направлений, и когда свет достигает всех нечистых объектов, то все превращается в пустоту. Из сферы пустоты все эти места являются как чистая земля, все дома как мандала, а вы и живые существа все являетесь чистыми божествами, даками и дакинями. Это благословение места и живых существ.

В сутре говорится о том, что арья специально для достижения состояния будды выполняет практику очищения места и живых существ. Когда вы становитесь буддой, у вас должна быть своя чистая земля, для ее создания требуется очень много времени. На стадии керим вы также проводите очищение живых существ, очищение места, чтобы когда вы станете буддой, у вас появилась своя собственная чистая земля. Чтобы те живые существа, с которыми у вас есть кармическая связь, могли бы родиться в этой чистой земле, пройти тренировку и достичь состояния будды. На стадии дзогрим есть пять стадий с точки зрения тантры Гухьясамаджа. Первая называется изоляцией тела, и эта практика помогает в реализации стадии изоляции тела.

Из вас исходит свет, благословляет все место, затем обратно растворяется в вашем сердце. От вашего тела свет исходит во все десять сторон света, благословляет это место, а затем растворяется обратно в вашем сердце. Такая практика помогает привести к созреванию ваш ум для практики дзогрим. Если вы все время будете проводить практику, в которой визуализируете, что весь свет растворяется в вашей сердечной чакре, это поможет вам собрать ветры в центральном канале. Здесь нужно сказать, что в сердечной чакре у вас есть большой вход в центральный канал. В вашем теле есть две очень важные чакры: сердечная чакра и пупочная чакра, в которых располагаются большие входы в центральный канал. Там проще собрать ветры в центральном канале. Поэтому, когда вы практикуете, визуализируете слог «ХУМ», когда вы привносите Дхармакаю на путь, то визуализируете, что ваше тело растворяется в слого «ХУМ», который располагается в вашем сердце, тот тоже постепенно снизу вверх растворяется — это очень мощный способ собирания энергии ветра в центральном канале. Таким образом, однажды энергии ветра соберутся в вашем центральном канале в области сердечной чакры. Признаком будет то, что вначале дыхание у вас станет через обе ноздри и очень тонким. Затем постепенно ваше дыхание будет останавливаться, затем остановится, и вы даже не будете его больше замечать. Когда

дыхание у вас останавливается, в этот момент ветры уже растворились в центральном канале, с медицинской точки зрения это можно назвать смертью, но на самом деле вы еще не умерли.

Один мастер занимался практикой и собрал энергии ветра в центральном канале. Из-за этого его дыхание остановилось. Когда его увидел помощник, то подумал, что его Учитель умер: нет дыхания, нет пульса. Мастер сам этого не замечал, он медитировал, его ум становился все тоньше и тоньше. Благодаря уникальным техникам тантры сосредоточение достигается намного быстрее. С техниками сутры на такие реализации требуется очень длительное время. Помощник отправился в деревню и всем рассказал, что их Духовный Наставник умер. Все жители деревни поднялись в гору, где в пещере медитировал их Духовный Наставник. Когда они пришли, Духовный Наставник пил чай. Тогда они все обратились к помощнику, говоря: «Зачем ты нас обманул? Наш Учитель не умер». Духовный Наставник сказал: «Нет-нет, он не обманул вас. Когда я медитировал, то собрал энергии ветра в центральном канале, у меня остановилось дыхание, и он подумал, что я уже умер».

Поэтому скажите своему мужу или жене: «Когда я в медитации, и у меня нет дыхания, не думай, что я умер». Иначе есть опасность, что вас могут положить в гроб и закопать в землю. Скажите им: «Даже если у меня остановилось дыхание, не надо думать, что я умер. Не доверяй докторам, они скажут, что я уже умер, но не верь этому». Доктора говорят, что раз мозг не работает, то человек уже умер, они знают только грубый уровень. Они не знают определения смерти. Их определение смерти — это то, что остановились дыхание и пульс. Они не видят сердцебиения и тогда думают, что это смерть. На самом деле это не смерть, потому что многие люди возвращались из этого состояния. Тогда для докторов это как перерождение. Умер, а потом опять стал человеком. В буддизме говорится, что это вовсе не смерть.

Третье — благословение подношений. Благословение подношений объясняется в двух частях: благословение внутреннего подношения и благословение внешних субстанций для подношения.

Благословение внутреннего подношения объясняется в четырех частях. Философию, буддийское учение вам нужно изучать именно таким образом, когда вы знаете все главы, подзаголовки, когда вы понимаете, каков корень, ствол, ветви и так далее, так вы поймете устройство всего дерева, и также, как все его части связаны друг с другом. А вы, как вы, например, читаете книгу? Вы смотрите, что есть четыре части, первая вам неинтересна, вторая — тоже неинтересна, а третьей вы пока еще не знаете — это вам интересно, вы это первый раз слышите. Потом вы немного читаете ее и говорите, что и это вы уже знаете. У вас, русских, есть привычка говорить, что вы все знаете. Это очень опасно, каждый раз, когда вам кто-то хочет что-то объяснить, вы говорите, что уже это знаете. Это говорит ваше эго. Вам нужно быть такими, как мой отец, он был полностью противоположен вам. Даже если он что-то знал очень точно, все равно он говорил: «Я этого не знаю, что это такое?» Тогда вы сможете понять что-то более точно или увидите, понимает этот человек то, о чем говорит, или не понимает.

Итак, благословение внутреннего подношения объясняется в четырех частях. Первая — устранение, вторая — очищение, третья — порождение, четвертая — благословение.

Первое — устранение. Что это означает? Вы порождаете себя в облике божества Ямантаки. Вам нужно иметь пумбу с водой. Но если у вас нет пумбы, это не имеет значения. Нужно знать, как используется пумба. Нужно макнуть палец в пумбу и далее побрызгать на субстанцию внутреннего подношения, которое находится перед вами. Перед вами в капале

располагается внутреннее подношение. Вы тем самым производите устранение. Что именно вы устраняете? Существует множество духов, которые могут каким-то образом загрязнить внутреннее подношение. Ученые видят очень много разных бактерий, буддийские ученые видят очень много разных духов. Существует множество разных духов. Это правда, они существуют, это уже открыто. Существует много разных духов. Если вы их не устраните, то эти духи будут чинить препятствия для ваших подношений, загрязнять подношения. Кроме этого они будут мешать уму практикующего. Позже автор объясняет, называет имена множества разных духов.

Когда вы из пумбы брызгаете нектаром, то вы произносите мантру ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЭ. Когда у вас есть пумба, вы разбрызгиваете нектар с помощью погружаемой части крышки. Все остальные подношения вы благословляете, когда опускаете палец во внутреннее подношение и брызгаете на остальные подношения. В настоящий момент внутреннее подношение у вас еще не благословлено, поэтому вы не можете побрызгать внутренним подношением на что-то. Произносить мантру ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЭ и брызгать нужно после благословения внутреннего подношения. После благословения внутреннего подношения вы благословляете остальные подношения. Вначале вы еще не благословили внутреннее подношение, поэтому вам нужна пумба. Вы брызгаете из пумбы и затем визуализируете, что из вашего сердца исходит множество гневных божеств, которые устраняют всех духов.

Существует два вида пумбы. Одна называется «пумба действия». Вторая называется «победоносная пумба». Вам нужно благословить субстанции, которые находятся перед вами, в том числе в пумбе действия, с помощью победоносной пумбы. Сначала вы благословляете победоносную пумбу, а затем добавляете нектар из нее в пумбу действия. Вы переливаете немного нектара в пумбу действия из победоносной пумбы. Затем из пумбы действия вы можете проводить очищение всего остального. Также можно немножко налить на руку и выпить. У пумбы действия есть носик, из которого можно вылить немножко содержимого. У победоносной пумбы нет такого носика, это просто сосуд. Таким образом, есть два вида пумбы. Итак, вы делаете это так: произносите ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЭ и благословляете внутреннее подношение. Это подлинный, аутентичный способ выполнить это.

Теперь постепенно вам нужно узнавать все детали, нужно знать все ритуалы. Буддизм предназначен не только для монахов и монахинь, буддизм для всех, кто хочет иметь здоровый ум. Поэтому в России миряне должны взять на себя ответственность за сохранение буддизма, тогда буддизм сохранится длительное время. Я исследовал вопрос — почему в Индии одно время буддизм очень процветал, а потом внезапно пришел в упадок и эту область захватил индуизм. Ошибка заключалась в том, что буддизм сохранялся только в монастырях, его хранили только монахи и монахини. У монахов и монахинь не было детей. Потихонечку они умирали — все, до свидания. Индуизм сохранился потому, что все миряне изучали философию. Всем ритуалам отцы учили своих детей с юности, что надо использовать такую-то пумбу, такую-то субстанцию. Дети передавали своим детям, и индуистов становилось все больше, а буддизм потерялся.

История преподает нам очень хорошие уроки, на которых мы можем поучиться, чтобы в будущем не совершать таких же ошибок. Поэтому я чувствую, что для того, чтобы в России сохранить чистый буддизм на длительное время, чтобы корень буддизма был очень крепким, важно, чтобы его изучали не только монахи и монахини, но также и миряне. Потому что у мирян есть дети, и так буддизм будет обретать все более и более крепкий корень на почве семьи. Если бы в самом начале я начал учить только сто монахов и монахинь, к настоящему времени, наверное, пятьдесят человек из них уже умерли бы, и у меня осталось бы только пятьдесят учеников. А если много мирян, то родители умирают, но

растут дети. Когда я приехал, здесь были совсем маленькие дети, а сейчас они выросли, слушают учение. Сейчас тоже бегают много детей, они будут продолжать традицию, результат видно, так можно развивать учение.

Далее автор говорит, что если у вас нет пумбы, то вам не нужно тогда ничем брызгать, просто произносите: ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЭ, визуализируйте, как из вашего сердца исходит множество гневных божеств, они устраняют все препятствия и всех духов, которые пребывают, связаны с внутренним подношением. Это первая глава, которая называется «устранение». Мы закончили ее.

Вторая глава — очищение. Когда вы очищаете любое тантрическое подношение, в первую очередь вам нужно визуализировать, что оно растворяется в сфере пустоты. Затем уже из сферы пустоты оно появляется как подношение. Поэтому вам нужно произносить мантру ОМ СУБАВА ШУДА САРВА ДАРМА СУБАВА ШУДО ХАМ. Когда вы произносите мантру, вы фокусируетесь на внутреннем подношении. С пониманием смысла этой мантры вы трансформируете основу для внутреннего подношения в пустоту. Это еще пока не внутреннее подношение. Это основа для внутреннего подношения. Когда вы делаете внутреннее подношение, вы подносите не маленькую железную капалу с субстанцией, которая стоит перед вами, вы превращаете это в пустоту. Далее из сферы пустоты у вас является огромная капала с очень красивым подношением — нектаром, который обладает тремя качествами. Именно этот нектар вы подносите сначала божествам и так далее, а затем уже пробуете, вкушаете сами. Это очень мощно. Позже автор объясняет, в чем состоят преимущества такого подношения.

Далее, значение мантры: ОМ СУБАВА ШУДА САРВА ДАРМА СУБАВА ШУДО ХАМ. «САРВА ДАРМА» означает «все феномены». В санскрите и в английском немного разный порядок слов. «СУБАВА ШУДА» означает «по природе чисты». В прямой последовательности это может не иметь смысла. Смысл всей мантры в том, что все феномены по природе пусты от самобытия. Итак, с пониманием смысла этой мантры вы визуализируете, что объектная основа для внутреннего подношения трансформируется в пустоту. Это очищение.

Третье — это порождение. Порождение — это когда из сферы пустоты вначале появляется слог «ЯМ». Вы пребываете в облике божества и превращаете основу для внутреннего подношения в пустоту. Далее из сферы пустоты в месте, где располагалась основа для внутреннего подношения, в первую очередь появляется зеленый слог «ЯМ». Зеленый слог «ЯМ» превращается в элемент ветра. Поверх элемента ветра возникает слог «РАМ». Желтый слог «РАМ» превращается в элемент огня. Поверх этих элементов из трех слогов «А» возникают три человеческих головы. Три человеческих головы символизируют три основы пути: отречение, бодхичитту и мудрость познающую пустоту. Для человеческого тела самая важная часть — это голова. Таким же образом для духовной практики самые важные части — это три основы пути: отречение, бодхичитта и мудрость познающая пустоту. Поэтому вы визуализируете три человеческих головы. Поэтому не думайте, что это как черная магия. В человеческом теле самое главное — голова. Почему три головы? Потому что три основы пути — они самые важные, подобно голове. Поэтому три человеческих головы символизируют отречение, бодхичитту и мудрость познающую пустоту. Здесь другая символика, не так, что вы кого-то убили и это их головы. В нашем теле самое главное — голова, и если у вас нет головы, то вы тупой. Поэтому три основы пути — это как три головы.



Поверх трех человеческих голов, как оснований, из слога «А» появляется большая капала. Капала снаружи белого цвета, а внутри красная. Капала — это самая, это нравственность. Для тех, кто держит в чистоте самую, нравственность, — это как капала, которая может удержать нектар реализаций. Если кто-то нарушает нравственность, нарушает самую, то сломанная капала уже не сможет удержать нектар реализаций. Итак, перед вами располагается капала, которая символизирует нравственность, самую. Поэтому если она у вас даже немного поврежденная, треснувшая, то она уже не сможет в себе удерживать нектар реализаций. В особенности в практике тантры в чистоте соблюдать нравственность, самую — это очень важная практика. Не оскорблять, не критиковать Духовного Наставника — это первый обет. Второй важный коренной обет — не оскорблять своих ваджрных братьев и сестер.

Что касается конструктивной критики ваших братьев и сестер, то вы можете критиковать их таким образом. Наоборот, обязательно конструктивно критикуйте. Если брат или сестра делают что-то не так, нужно сказать им, что это ошибка, не надо так поступать. Но негативная критика, когда вы из зависти или гнева говорите, что кто-то плохой, распространяете сплетни — этого делать нельзя. Конструктивная критика обязательна, если вы не говорите конструктивной критики, то вы не любите. Если вы кого-то очень сильно любите, вы не сможете держать рот на замке, вы вынуждены конструктивно критиковать, потому что вы не хотите, чтобы они совершали такую ошибку. Это зависит от того, насколько сильно вы любите. Если вы сильно любите, то не сможете держать рот закрытым, и если сильно ненавидите, тоже не сможете закрыть рот. Есть две причины. Если я попрошу мать не критиковать ребенка, она скажет, что не может, потому что сильно любит ребенка. Когда мать видит маленькую ошибку, она сразу говорит о ней ребенку. И также, когда кто-то не нравится кому-то, они ругаются, они не могут не критиковать друг друга.

В капале вам нужно породить пять видов мяса и пять нектаров. Пять видов мяса символизируют пять дхьяни-будд. Пять видов мяса — это нечистые субстанции, и они становятся пятью дхьяни-буддами. Это означает, что нечистые пять совокупностей живых существ, наши пять совокупностей — как пять нечистых субстанций. С помощью практики далее они превращаются в пять дхьяни-будд. Пять совокупностей — это как субстанция в виде пяти видов мяса. Это то, что далее превращается в пять дхьяни-будд. А наши пять нечистых элементов — это как субстанции для пяти видов нектара, которые далее превращаются в пять супруг дхьяни-будд.

Существуют мужские и женские божества. При этом не нужно думать, что это как с нами, людьми, что есть мужчины и женщины, — не так. Мужской аспект божеств символизирует аспект метода. Женский аспект всех божеств символизирует аспект мудрости. Когда они находятся вместе в соитии, это символизирует союз метода и мудрости в гармонии. Это просто символы. Иногда вы можете увидеть такое изображение, что мужское божество обнимает супругу, и думаете, что тоже можете себя так вести открыто, таким же образом. Вы видите изображение пяти дакинь и решаете, что вам тоже можно иметь пять дакинь. «У меня сейчас пока одна жена, мне надо еще четыре жены, потом у меня будет пять дакинь», — не так.

В капале в восточном направлении из слога «ДРУМ» возникает мясо буйвола (быка), отмеченное слогом «ГО». На юге из слога «АМ» появляется мясо собаки, отмеченное слогом «КУ». На западе из слога «ДЗИМ» — мясо слона, отмеченное слогом «ДА». Поскольку названия животных на санскрите начинаются с этих слогов, поэтому виды мяса отмечены этими слогами. Это все также существует только номинально. То, что все отмечено слогами, символизирует, что нет самосущего мяса слона, мяса быка, все это тоже существует только номинально. То, что субстанции отмечены слогами, подчеркивает, что

они существуют лишь номинально, поэтому вы не должны думать, что это какие-то загрязненные субстанции, они все номинальные. На севере из слога «КАМ» возникает мясо лошади, отмеченное слогом «ХА». В центре из слога «ХУМ» возникает человеческое мясо, отмеченное слогом «НА».

Мой Духовный Наставник Пананг Ринпоче обычно объяснял это так, что пять видов мяса представлены в виде полных тел этих существ. Но при этом тело разрезано на мелкие части, чтобы гораздо легче можно было приготовить нектар. Повар может мелко нарезать курицу, но она все равно сохранит свою форму. Потом люди могут легко брать кусочки.

Далее, пять видов нектара. На юго-востоке из слога «ЛАМ» возникают экскременты, отмеченные слогом «БИ». На юго-западе из слога «МАМ» возникает кровь, отмеченная слогом «РА». На северо-западе из слога «ПАМ» возникает белое семя, отмеченное слогом «ЩУ». На северо-востоке из слога «ТАМ» возникает костный мозг, отмеченный слогом «МА». В центре из слога «БАМ» возникает моча, отмеченная слогом «МУ». Так вы порождаете субстанции для внутреннего подношения.

Над всем этим вы визуализируете слоги «ОМ А ХУМ» один над другим. Говорится, что первым располагается синий слог «ХУМ», над ним располагается красный слог «А», а над ним белый слог «ОМ», один над другим.

Устранение, очищение, порождение — это мы уже рассмотрели. Четвертое — это благословение. Для благословения вы из своего сердца (вы пребываете в облике Ямантаки) испускаете свет. Свет достигает элемента ветра, расположенного внизу, касается его. Элемент ветра начинает колыхаться. Элемент огня разгорается. Когда огонь начинает гореть внизу, то пять видов мяса и пять нектаров начинают закипать. Из вашего сердца исходит свет в десять сторон света и призывает благословение всех будд и божеств, их три ваджры: ваджру тела, ваджру речи и ваджру ума. В виде света они растворяются в трех слогах «ОА А ХУМ», которые расположены над капалой. Первым опускается синий слог «ХУМ». Он делает три круга по краю капалы, вместе с этим он устраняет все загрязнения нектара. Слог «ХУМ» очищает все нечистоты. Далее вторым опускается красный слог «А». Он также делает три круга, слог «А» превращает субстанцию в нектар. Нечистая субстанция превращается в нектар благодаря слогу «А». Далее опускается белый слог «ОМ». Он также делает три круга, опускается в эту субстанцию, и этот слог «ОМ» преумножает нектар. Затем вам трижды нужно произнести «ОМ А ХУМ».

Автор говорит о том, что очень важно благословить внутреннее подношение. В махаануттара-йога тантре самое важное подношение — это внутреннее подношение. Самое важное подношение — это внутреннее подношение. Нет другого подношения, которое помогло бы вам накопить больше заслуг, чем внутреннее подношение. Когда вы подносите внутреннее подношение, это не просто подношение, оно помогает породить великое блаженство божествам, объектам Поля заслуг, всем, кому вы подносите. Так вы накапливаете невероятные заслуги, это самое лучшее подношение.

Что касается подношения горы Меру и так далее, я не знаю, в этом случае порождается у них великое блаженство или нет. Но это вы тоже не должны игнорировать, и вначале, когда вы не можете, как полагается, благословить внутреннее подношение, вам также нужно делать подношение мандалы и так далее. А когда уже научитесь правильно визуализировать, тогда больший упор делайте на внутреннее подношение. Внутреннее подношение — это как нефтяной бизнес. Если вы пока не умеете заниматься нормально нефтяным бизнесом, то вначале занимайтесь тем маленьким бизнесом, который у вас есть. Потому что вначале вам нужен источник денег. Потом, когда сможете заниматься нефтяным бизнесом, вы сможете сказать своему маленькому бизнесу: «До свидания, у меня есть другой источник». Но если

вы не можете сейчас заниматься нефтяным бизнесом, а от маленького бизнеса пренебрежительно отмахиваетесь — это ошибка. С помощью подношения мандалы для вас реалистично накопить заслуги, вы можете это делать.

Далее автор говорит о том, что благословение внутреннего подношения и вкушение внутреннего подношения — это самая в отношении еды. Когда вы получали тантрическое посвящение, вы также приняли самую, связанную с едой. Если каждый раз, когда вы что-либо едите и не произносите «ОМ А ХУМ», тем самым вы совершаете маленькое нарушение тантрической самаи. Поэтому Атиша говорил: «Каждый день я нарушаю так много самай», потому что есть много тонких самай, которые мы нарушаем. Когда вы что-то съедаете и не говорите перед этим «ОМ А ХУМ», то это маленькое нарушение самаи, и сколько таких нарушений у нас! Если вы что-либо едите, если возможно, благословите это как внутреннее подношение, как в садхане. Если можно, то читайте всю ту часть садханы для благословения этой субстанции, вашей пищи. Если нет, то просто трижды произнесите «ОМ А ХУМ» и после этого ешьте печенье.

Каждое утро вам нужно вкушать внутреннее подношение. Мы этого не делаем. Сейчас вы поняли, сколько самай нарушаете! Вы уже приняли эти обеты, уже слишком поздно, вы не можете сказать: «Заберите обратно эти обеты». Поэтому нам нужно стараться как можно меньше нарушать самую, а также обязательно нужно проводить очистительные практики, в том числе практику Ваджрасамаи. Даже Атиша говорил, что нарушает каждый день очень много тантрических самай. Атиша говорил: «Монашеские обеты я никогда не нарушал. Обеты бодхичитты нарушал изредка, а тантрическую самую я нарушал каждый день, подобно тому, как идет дождь». Автор подчеркивает тот момент, что если каждое утро вы вкушаете внутреннее подношение, это гораздо быстрее устранил ваши обыденные видимости и обыденные цепляния. Это сказал высоко реализованный тантрический мастер, и если он говорит, что когда вы будете вкушать внутреннее подношение, обычное видение и обычное цепляние уменьшатся, — на сто процентов в этом есть основа. Не просто какой-то ученый выдвинул гипотезу, что если вы будете делать то-то, то получите такой-то результат. Если говорит такой мастер, то на сто процентов там есть основа. Автор говорит, что это поможет вам очень быстро устранить обыденные видимости и обыденное цепляние.

Следующее — если вы благословили внутреннее подношение, и каждый день вкушаете его, то это самая лучшая защита для вашей жизни. Утром вы делаете практику, благословляете внутреннее подношение, потом чуть-чуть пробуете внутреннее подношение. В этом случае на весь день вы будете защищены от препятствий.

Если вы знаете, как правильно трансформировать нектар, в этом случае субстанция для внутреннего подношения в виде нектара помогает вам сделать ваше тело ваджрным телом. Вы потихонечку постоянно вкушаете нектар, и потихонечку ваше тело трансформируется в ваджрное тело. Знак трансформации — когда ваше тело находится в очень жарком помещении, вам не жарко, если вы в очень холодном месте, то не мерзнете. Постепенная трансформация в ваджрное тело — раньше такое было. Такое превращение произойдет благодаря вкушению внутреннего подношения. Если внутреннее подношение может превратить наше тело в ваджрное тело, то, что говорить об укреплении иммунитета и устранении болезней! Это все очень мелкие моменты.

Также вкушение внутреннего подношения поможет вам достичь высоких тантрических реализаций, реализаций стадии дзогрим. Ваш ум созревает таким образом. Не думайте, что благословение внутреннего подношения — это просто какой-то ритуал. Это очень важный механизм, поэтому каждое утро делайте благословение внутреннего подношения,

совершайте подношение и затем вкушайте его, пробуйте. Автор говорит, что тогда ваша жизнь станет значимой.