

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией достичь состояния будды на благо всех живых существ. Мотивация – это одна из главных сил, благодаря которой ваши действия становятся значимы. Если вначале мотивация неправильная, в этом случае, что бы вы ни делали, это не будет значимо. Если мотивация правильная, но ради какого-то кратковременного блага, в этом случае и ваши действия принесут кратковременное благо.

Например, если ваша мотивация – обрести счастье в будущей жизни, то в результате вы один раз обретете хорошее перерождение, а затем эта карма будет исчерпана, подобно банановому дереву. Если ваша мотивация – обрести безупречно здоровое состояние ума, полную свободу от омрачений, то есть собственное освобождение, в этом случае результатом будет просто состояние индивидуального умиротворения одного существа. Это тоже не представляет собой полного смысла жизни. Что является полным смыслом жизни? Если наша жизнь станет настоящим источником счастья для всех живых существ, и мы сможем по-настоящему помогать всем живым существам, тогда это действительно смысл жизни.

В настоящий момент у нас есть тело и ум. Хотя мы хотим делать счастливыми других, но наш потенциал очень ограничен. Состояние будды означает реализацию всего потенциала своего ума и также всего потенциала своего тела. Когда я говорю о теле, то вы думаете об этом грубом теле, но с точки зрения тантры говорится о тонком энергетическом теле, которое является основой для ясного света ума и обладает невероятным потенциалом. Когда вы научитесь использовать это наитончайшее тело, которое является основой для ясного света ума, тогда вы сможете эманировать бесчисленное множество тел на благо других живых существ. У вас тело станет таким, что, где бы живому существу ни понадобилась ваша помощь, где бы у него ни зародилась вера в вас, сразу же, в следующее мгновение вы сможете оказаться перед этим живым существом и по-настоящему принести ему благо. И не в одной вселенной, а в миллиардах, в бесчисленном количестве разных вселенных вы будете способны эманировать себя за краткое мгновение. Таких состояний тела и ума достичь возможно, это называется состоянием просветления.

В настоящий момент ваш ум познает некоторые феномены, но вы способны использовать свой ум таким образом, чтоб он познал все феномены. Ваш ум также может развить такие любовь и сострадание, которые смогут распространиться до безграничности. В этот момент ваши тело и ум становятся единой сущностью. Ваш ум будет познавать все феномены и там, где будет присутствовать ваш ум, одновременно будет пребывать и ваше тело. Если это произойдет, то вы на самом деле сможете приносить благо всем живым существам.

Что касается такого просветленного существа как Будда, то в тексте «Праманаварттика» говорится, что это достоверное существо. Во второй главе «Праманаварттики» доказывается, что Будда является достоверным существом, а «достоверное» означает, что нет таких феноменов, которые Будда не мог бы познать. Будда способен познать все феномены, и нет таких явлений, которые бы не познавал Будда, в особенности в отношении того, что необходимо отбросить и чему необходимо следовать. Такое безошибочное существо называется достоверным существом. Есть доказательства того, что Будда является достоверным существом на основе четырех обоснований. Это четыре очень сильных доказательства, которые обосновывают то, что Будда является достоверным существом, и благодаря пониманию их вы поймете, что состояние будды достижимо.

«Праманаварттика» предназначена не для того, чтобы вести диспут с другими людьми и опровергать их взгляды, это очень мощный инструмент для того, чтобы анализировать «Ламрим», основы «Ламрима». В «Ламрима» нет подробных объяснений того, почему Будда

является достоверным существом. Также нет и подробных объяснений того, почему существуют прошлые и будущие жизни. В «Ламриме» также нет таких подробных силлогизмов, доказывающих то, что четыре благородные истины достоверны.

В «Праманаварттике» доказывается то, что Будда является достоверным существом – это главная тема. В «Праманаварттике» всего четыре главы, и вторая глава является основной. Для того, чтобы доказать, что Будда является достоверным существом, приводится довод, что Будда очень длительное время тренировался в развитии великого сострадания. Чтобы обосновать ту длительную тренировку, вначале рассматривается, безначальна ли наша прошлая жизнь, и доказывается то, что есть прошлая жизнь, и что у прошлых жизней нет начала. Также доказывается, что есть будущие жизни, и у будущих жизней нет конца. Также в «Праманаварттике» доказывается и то, что у сансары нет начала, но у сансары есть конец. Нашей жизни нет конца, а у сансары нет начала, но есть конец, почему это так? Здесь существует очень много интересных рассуждений. Таким образом, также доказывается то, что состояние освобождения возможно, и затем вы приходите к такой мысли: «Тогда я бы действительно хотел достичь такого освобождения».

Сегодня это не моя тема. Для вас самое главное – это извлечь сущность всего этого, иначе, если вы слишком углубитесь, то этой интеллектуальной информации не будет конца. Ваш подход должен быть таким, какой советовал Атиша тибетцам. Атиша говорил, что жизнь коротка, а знания безграничны. И как особая утка, которая способна извлечь молоко из смеси молока и воды, так же вам необходимо извлечь самую суть учения для вашей практики, для развития вашего ума.

Существует опасность того, что вы, не имея никаких знаний, сразу же захотите медитировать. Это одна ошибка. Допустим, вы уже избежали такой ошибки, поскольку слушали учение и поняли, что знание обязательно необходимо. Тогда вы впадаете в другую крайность, когда слишком сильно гонитесь за каким-то свежим учением в буддизме. Вы говорите о какой-то интересной теме, другие удивляются, как много вы знаете, и вашему эго становится приятно, это питает ваше эго. Поэтому Миларепа говорил, что если вы не медитируете, не обретаєте знание сущности, то, одни лишь слова не освободят вас от сансары. Поэтому очень важно соблюдать баланс и это очень трудно.

Итак, когда люди слышат слова Миларепы о том, что нужно медитировать, некоторые из них, с самого начала не получившие никаких знаний, говорят: «Миларепа советовал медитировать», – и сразу же принимаются за медитацию, но это ошибка. Что они станут делать дальше? Что такое медитация, какова ее цель, что помогает в медитации, как надо медитировать – если не знать всего этого, то можно зайти в тупик. Просто сидеть, закрыв глаза, и ни о чем не думать – это не медитация. Мы каждую ночь по восемь часов ни о чем не думаем, но наутро нет никакого прогресса в медитации. Поэтому лама Цонкапа говорил о том, что в наши дни те, кто медитирует, имеют очень плохое знание Дхармы, а те, кто всю жизнь изучают философию, не знают самой сущности того, как использовать это в своей жизни.

Какая польза от того, что я изучил науку, сдал экзамен, говорю «электрон, протон»? Но если вы знаете, в чем польза для вас от этого знания, тогда понятно, зачем вы учились. Так же и философия. Каким образом философия связана с укрощением моего ума, каким образом она может помочь мне и помочь другим – вот эта сущность очень важна.

Когда мне было десять лет, наш учитель математики заставлял нас столько писать, что у учеников голова кружилась. Я задал ему вопрос: «Вы даете нам писать такие сложные вещи, скажите, пожалуйста, как эти знания помогут нам в жизни?» Учитель сразу разозлился:

«Если не хочешь хорошо экзамен сдать, не учи!» Сейчас я думаю, что задал правильный вопрос тогда. Если мы учимся только ради экзамена на бумаге, это неправильная система.

Вернемся к нашей теме. Лама Цонкапа говорит: «Поэтому я написал “Большой Ламрим” для тех людей, которые хотят медитировать». Посмотрите, здесь образ мышления ламы Цонкапы и мышление Миларепы сводится к одному – к медитации. В конце концов, с помощью медитации нам нужно укротить свой ум. Они говорили так, потому что являлись последователями Будды. Нет никого мудрее Будды.

Гелугпинские мастера, кагьюпинские мастера, ньингмапинские мастера – мы все ученики Будды. Основа учения Будды – делать ум добрым, здоровым, развивать качества ума. Это наша цель. Когда я читаю гелугпинских мастеров, кагьюпинских мастеров, в конце концов, вижу, что все они комментируют учение Будды. Нет отдельного гелугпинского или ньингмапинского учения. Все это комментарии на учение Будды, нашего Учителя. Сейчас это очень важно. Буддизм недавно пришел в Россию, люди еще не понимают сути буддизма, но сразу говорят: «Я – Гелуг», «Я – Ньингма», «Я – Сакья», как будто это наши разные футбольные клубы. «Я – “Зенит”, а это – другой клуб!» Это ловушка для вашего эго.

Есть одна строфа, которую произнес Будда, и вам нужно понимать, что это корень всего буддизма. Эту строфу вам нужно помнить наизусть, это является самым корнем буддизма, и далее из него вам необходимо вырастить ствол, а затем ветви, листья, плоды. Все должно исходить из этого корня. Будда говорил в сутре: «Не совершение негативной кармы, накопление богатства заслуг, полное укрощение своего ума – в этом состоит учение Будды». И это – самая суть. С какой целью и почему Будда говорил о не совершении негативной кармы, о накоплении богатства заслуг и полном укрощении ума? По той причине, что это наши естественные природные чувства и наше фундаментальное право. Быть счастливыми, быть свободными от страданий – это самые основополагающие права всех живых существ.

Это правильно, у нас у всех есть право быть не временно счастливыми, а полностью, бесконечно счастливыми. У нас есть право иметь спокойный ум, потому что наш ум этого хочет. Даже маленьких страданий мы не хотим, даже секунду не хотим страдать. Ради этого мы занимаемся множеством разных дел. Учимся, туда-сюда бегаем, все делаем ради этого, сейчас мы находимся здесь ради счастья. Но у большинства людей методы очень примитивны. Поэтому в четырех строках раскрыт метод, каким образом устранить страдания и как обрести счастье. Если рассматривать и объяснять подробно, то здесь необходимо рассмотреть все учение «Ламрим».

«Ламрим» – это учение общего характера, а что касается окончательных заключений, то их необходимо делать на основе пяти великих трактатов. Что касается воззрения «Ламрима», то окончательное заключение, например, основано на тексте «Мадхьямакааватара». Что касается окончательных заключений по поводу пути и поэтапному продвижению, то здесь необходимо изучать текст «Абхисамаяаланкара». А для того, чтобы знать, правильно ли ваше заключение или неправильно, чтобы отличать правильное от неправильного, вам необходимо изучать «Праманавагртику». В ней доказывалось, что Будда является достоверным существом, а также существование прошлых жизней, доказывалось состояние освобождения, и то, что у сансары нет начала, но есть конец. Для нас это очень хорошая новость. Все хорошее возможно, а что касается всего плохого, то всему этому может прийти конец, это очень хорошие новости.

Все хорошее может развиваться до безграничного состояния. В «Праманавагртике» с помощью очень интересной логики доказывалось, что все наши позитивные состояния ума могут развиваться до безграничности, а все наши негативные состояния ума не могут

развиваться до безграничности. В «Ламриме» это не рассматривается подробно, но я вам уже приводил доказательства из «Праманаварттики» о том, что существуют прошлые жизни, и что состояние освобождения достижимо, и то, что Будда является достоверным существом. Что позитивные состояния ума могут развиваться до безграничного состояния, я вам также объяснял, и почерпнул это из «Праманаварттики».

Вдобавок к этому, если вы хотите на благо всех живых существ достичь состояния будды очень быстро, из великого сострадания, то в этом случае вам необходимо практиковать тантру для достижения состояния будды за одну жизнь. Тантра является ответвлением ума, заботящегося о других. Когда нет сильного ума, заботящегося о других, тантру лучше не практиковать. Потому что, если нет ума, заботящегося о других, тогда присутствует эгоистичный ум. Если ваш эгоистичный ум хочет стать буддой очень быстро, тогда вся ваша практика бесполезна. В буддизме говорится, что ваш эгоистичный ум – это яд. Например, если в вашу учебу вовлечен эгоистичный ум, то в этом случае все ваши знания, которые вы обретаєте, становятся ядом.

Во времена Миларепа у одного геше породилась сильная зависть в отношении Миларепа, к тому, что у Миларепа было очень много учеников. Все это яд, и это произошло потому, что этот геше получал учения с неправильным эгоистичным умом. Он учил философию и питал свое эго: «Я – геше, у меня должно быть больше учеников, чем у Миларепа, который ничего не знает!» Это яд, информация, которую он получал, сухая. Миларепа занимался укрощением ума, медитацией и стал буддой за одну жизнь. Я не говорю о том, что все геше такие, существует очень много хороших геше. Те, кто изучает философию с умом, заботящимся о других, становятся по-настоящему великими живыми мастерами. Геше Потова, геше Чекава были просто невероятными геше, потому, что они изучали философию с умом, заботящимся о других.

Итак, вы видите, что если яд эгоистичного ума примешивается к обучению, то вся учеба становится бесполезной, а если он примешивается к медитации, то вся медитация также проходит впустую. Если вы говорите: «Я особый человек, я медитирую, я стал буддой, а остальные люди в сансаре!» – тогда лучше не медитировать, потому что эго слишком сильно. Если вы пришли в буддизм, а мирское начало кричит: «Я, я, я!» – зачем это нужно? Я здесь для того, чтобы уничтожить ваше эго, а не для того, чтобы питать ваше эго. Поэтому не ожидайте от меня особых каких-то комплиментов, похвалы, я буду прямо критиковать вас. Я знаю, что русских не надо хвалить, русских надо критиковать, тогда вы станете лучше.

У вас есть невероятный потенциал, но вас нельзя хвалить, потому что вы сразу расслабляетесь. У вас есть много хороших качеств, но когда хвалят, вы сразу взлетаете. Если вас критиковать, спустить на землю, тогда вы становитесь как бриллиант. Еще больше вас закалить, тогда вы превратитесь в алмаз. Это будет очень хорошо. Другое хорошее качество у русских в том, что если их критиковать, то они никогда не падают духом. Вы никогда не скажете: «Все, геше Тинлей, я ничего больше делать не буду, я умру». От критики вы становитесь хорошими людьми. Это очень хорошее качество, вы никогда не падаете духом, не теряете самообладания. Это черта русского солдата – вперед, как бы ни было трудно – вперед!

Вернемся к нашей теме. Итак, Будда сказал о несовершении негативной кармы. Тем самым Будда говорил, что если вы не хотите страдать, то первая ваша практика – это не создавать негативной кармы. Это означает не вредить другим. Причина состоит в том, что если вы вредите другим, то косвенно вредите сами себе.

Подробное объяснение закона кармы излагается в «Абхидхарме». Что касается конечных заключений, то здесь также очень важно рассматривать текст «Абхидхармы», в котором подробно рассматривается, что такое карма, какие существуют подразделения кармы, также рассматриваются шесть чувств, восемнадцать элементов и так далее. В «Абхидхарме» также приводится объяснение того, каким образом возникла наша мировая система. Его Святейшество говорит, что не согласен с этим объяснением. Я говорю, что я не могу отрицать этого, но также не могу и принять. Если Васубандху о чем-то говорил, то опровергнуть его непросто, он был невероятно большим ученым.

Когда я читаю его комментарии, я вижу, что он невероятно умный человек. Если он говорит, что мировая система такова, то я даже боюсь говорить, что это может быть неправдой. Но согласиться я тоже не могу. Я боюсь говорить, что мировая система, состоящая из четырех континентов, как говорил Васубандху, не существует, потому что знаю, какой он умный человек, и он не стал бы говорить, не имея оснований для этого. Может быть, это существует в каком-то другом измерении, поэтому мы не можем отрицать этого, но если мы не согласны с этим, то это не имеет значения.

Итак, это четыре великих трактата, также есть пятый великий трактат – это «Винайя», в отношении нравственной дисциплины. Там даются предписания монахам и монахиням, каким правилам следовать, как вести себя в жизни, все это объясняется в «Винайе». В большей степени в «Винайе» объясняются обеты собственного освобождения. Сейчас я, в общем, объясняю вам, почему пять великих трактатов очень важны. В «Винайе» все эти правила излагаются не для того, чтобы как-то наказывать людей. Когда Будда говорил о несовершении негативной кармы, то это было учение «Винайи».

«Винайя» относится к поведению, правильному поведению. Будда говорил о том, что правильное поведение является очень важным. Вначале я объясню вам это с некоторых других аспектов. А затем объясню, каким образом все это объясняется в «Винайе», чтобы у вас появилось общее представление. Вы поймете, что все это играет очень важную роль. Вы поймете, что обладаете очень маленьким знанием Дхармы. Тогда вы по-настоящему поймете буддизм. Сколько лет я изучал тексты, учился, но, тем не менее, до сих пор я вижу, что мои знания Дхармы очень маленькие, это я могу честно вам сказать.

Я так говорю, потому что знание буддизма, как море мудрости. Из этого моря у меня есть лишь немного. Когда учат Дхарму несколько лет и говорят, что знают – это русский характер. У русских может быть совсем мало знания, но когда они слышат что-то, то сразу говорят: «Я это знаю», – никогда не скажут, что не знают. Не надо так говорить. Даже если вы знаете что-то очень хорошо, скажите, что не знаете точно – эта черта правильная. Теперь я тоже русский и могу критиковать русских.

Раньше я был не стопроцентным русским, я боялся критиковать. Сейчас я чувствую себя русским, я уже двадцать два года живу в России, кушаю русский хлеб, русскую картошку. С точки зрения науки все частички, все клетки в моем теле уже другие, уже не осталось ни одной старой клетки, все они сменились уже пять раз. Ученые говорят, что за пять лет полностью меняются все клетки в нашем организме. Поэтому ни одной старой клетки, с которыми я родился в Индии, не осталось. Поэтому я стал на сто процентов русским пять раз.

Итак, я бы хотел вам рассказать о нравственности, о поведении. Ученые, в особенности те, кто изучает биологию и функции нашего тела, говорят, что в результате длительного анализа можно прийти к выводу, что наше тело является следствием того, что мы едим. Это очень полезная информация. Они долго изучали этот вопрос и поняли: наше тело – это

продукт того, что мы кушаем. Правильно едите – будете здоровыми, будет хорошее здоровье, неправильно едите – у вас будет плохое здоровье. Не бог создал ваше здоровье. Что вы едите, такой будет результат в вашем теле. Это научно доказано, по-настоящему существуют такие доказательства.

Когда у вас плохо со здоровьем, то бог не виноват в этом. Вы сами неправильно питались, кушали все вредное. Жирное не полезно есть, а вы ели, сладкое не полезно, а вы ели. Поэтому у вашего тела теперь диабет, давление высокое, с сердцем плохо. Никто вам этого не создавал, вы сами себя кормили, вы сами неправильно кушали. Если вы хотите иметь хорошее здоровое тело, то будьте осторожны с тем, что вы едите. То, как функционирует наше тело, – это законы природы. Точно также Будда после длительного исследования сказал, что вся наша жизнь является продуктом наших мыслей.

Почему какие-то другие люди счастливы, а я несчастлив? Почему у них что-то есть, а у меня этого нет? Потому что ваша голова неправильная и ненормальная. Потому что ваша голова плохо работает. Ваша жизнь является продуктом ваших мыслей. Если у вас больше негативных мыслей, то и ваша жизнь будет более негативной. Если у вас больше позитивных мыслей, то ваша жизнь больше позитивна. Если вы думаете только позитивно, то ваша жизнь будет только позитивной, только хорошей. Кто создал такой закон? Будда говорил, что его никто не создавал, это закон природы. Будда говорил: «Я просто открыл этот закон».

Поэтому это не буддийский закон, это закон природы. Что касается законов, которые открывают ученые, то это не законы ученых, это законы природы. Верить им или нет, это ваше дело, но если вы не верите, то у вас возникнут проблемы. Вы можете не быть ученым, не верить ученым, не соглашаться с их выводами, неправильно питаться, тогда однажды появится болезнь. Вы поверите ученым, начнете правильно питаться, но будет уже поздно. Потом вы говорите: «Я не верю в закон кармы, его не существует», – но потом, когда результат кармы придет, будет уже поздно.

Поэтому Будда говорил о не создании негативной кармы, и учение о нравственности основано на учении о карме. Что касается подробного объяснения кармы, то оно изложено в «Ламриме», а еще более подробно рассматривается в «Абхидхарме». Поэтому в первую очередь для нашей практики очень полезна «Абхидхарма» – учение Васубандху.

Сейчас вы можете подумать: для чего существует так много правил, всевозможных обетов? Это и обеты собственного освобождения, обеты бодхичитты, тантрические обеты, обеты прибежища. Зачем они нужны? Если вы не знаете этого механизма, тогда вы ничего не поняли. Если вы просто перечислите эти восемнадцать коренных обетов бодхичитты, то это будет поведение попугая, поскольку вы не будете знать механизма их действия. Если вы не знаете механизма, то и не будете, как полагается, следовать этим правилам. Если вас кто-то спросит, каковы восемнадцать коренных обетов бодхисаттвы, вы их перечислите просто как в школе, когда вы перечисляете что-то для того, чтобы сдать экзамен. Это ошибка. Нужно понимать, зачем нам это нужно и как связано с нашей жизнью.

Первый обет называется обетом прибежища. Зачем нам необходим обет прибежища? Обет прибежища – это обет не вредить другим. Не создавать десять негативных карм. Что касается цели этого обета, то Будда говорил, что если вы не хотите страдать, и если вы хотите быть счастливыми, то есть правило: не создавать десять негативных карм и создавать десять позитивных карм. Если вы не создаете десяти негативных карм и создаете десять позитивных карм, благодаря этому вы достигнете своей цели, то есть избавитесь от страданий и приблизитесь к счастью. Если вы не хотите страдать, если вы хотите быть

счастливыми, то очень важно соблюдать эти первые правила: не создание десяти негативных карм и создание десяти позитивных карм.

Так же и в вашей жизни, если вы устраиваетесь в какую-то хорошую компанию, то там существуют определенные правила. Почему там есть правила? Правила необходимы этой компании, чтобы работать эффективно и достигать своих целей. У них есть правила для того, чтобы коллектив сотрудников существовал в гармонии, и чтобы они эффективно приближались к своим целям. Везде есть свои правила. Это необходимо для достижения каких-то конкретных целей. Поэтому, если говорится о нравственности, о самодисциплине, то это не наказание, а это очень важный метод, который мы можем использовать для достижения наших целей.

Далее обеты собственного освобождения. Они очень подробно рассматриваются в «Винайе». Всего существует семь сводов обетов собственного освобождения. В «Винайе» объясняется, как передавать обеты собственного освобождения, как их принимать, как их соблюдать. И если вы нарушили обеты, то, как возобновить их? Какие обеты можно принимать повторно, какие повторно принимать нельзя, все это объясняется очень подробно.

Цель этих обетов – собственное освобождение. Если вы хотите избавиться от сансары и достичь собственного освобождения, тогда необходимо следовать этим обетам. Эти обеты собственного освобождения являются очень хорошими благоприятными условиями для освобождения от сансары, а также устраняют препятствия к освобождению от сансары. Поэтому для тех, кто хочет освободиться от сансары, соблюдать эти обеты собственного освобождения очень и очень важно.

Далее, обеты бодхичитты. Вам нужно понимать, что обеты собственного освобождения должны приниматься на такую основу, как обет не совершения негативной кармы, что является обетом прибежища. Затем, вдобавок к обетам собственного освобождения вам также нужно принять обеты бодхичитты. Зачем нам нужны обеты бодхичитты? Если ваша цель – это не только достижение собственного освобождения, а вдобавок к этому – достичь состояния будды на благо всех живых существ, в этом случае одних лишь обетов собственного освобождения вам будет недостаточно, вдобавок к ним вам также нужно принять обеты бодхичитты. Это правило для достижения состояния будды. В отношении этих правил буддийские мастера исходили из собственного опыта, они говорили, что делать необходимо, а чего делать не нужно, потому что эти действия являются прямыми или косвенными препятствиями к достижению состояния будды.

Итак, если вы исследуете обеты собственного освобождения и обеты бодхичитты, то у вас возникнет вопрос: а зачем Будда дал все эти ограничения, эти специфические обеты? Вы поймете, что эти обеты накладывают ограничения на те действия, которые являются прямым или косвенным препятствием к достижению состояния будды. Поэтому Будда говорил, что так не надо поступать. Если Будда говорил, что нужно что-то делать, это означает, что это является прямым или косвенным благоприятным условием для достижения состояния будды, поэтому нужно этому следовать. «Винайя» вначале – это очень и очень важная практика.

Первая из троичной тренировки, которой учил Будда для освобождения от сансары, это тренировка нравственности. Это основа. Будда говорил, что вот эта нравственность является почвой, и если в эту почву нравственности вы засеете семена шаматхи и випашьяны, то они прорастут. Шаматха – это вторая тренировка, тренировка сосредоточения, а випашьяна – это третья тренировка, тренировка мудрости. Таким образом, наш ум укрощается. Сейчас вы

уже можете понять этот механизм. Поэтому для укрощения ума необходим не только «Ламрим», но и взаимосвязь всех этих пяти великих трактатов. Тогда вы станете последователями Кадампа.

«Кадампа» означает «восприятие каждого слова Будды как инструмента для того, чтобы одно существо достигло состояния будды». Это смысл слова «кадампа». Эта школа основана Атишей, а что касается ламы Цонкапы, то его традиция называется традицией новой Кадампы, то есть это то, что основано на традиции Кадампа. Основываясь на традиции Кадампа, лама Цонкапа также извлек уникальное учение тантры из традиции Кагью. От Марпы, Наропы, Тилопы, из традиции таких тантр, как Чакрасамвара, Гухьясамаджа, лама Цонкапа сохранил эти традиции. Из всех тантр, царем тантр называется тантра Гухьясамаджа. Не думайте, что Калачакра является царем тантр, потому что Его Святейшество Далай-лама дает посвящение Калачакры, и очень многие люди едут на посвящение Калачакры. Это является неправильным пониманием тантры.

Итак, вам нужно понимать, что корень тантр – это тантра Гухьясамаджа. Существует три главных божества махануттарайога-тантры: Гухьясамаджа, Ямантака и Чакрасамвара. Наша тема сегодня – это не тантра, не торопитесь сразу же практиковать тантру, вначале вам необходим хороший фундамент.

А теперь, если вы хотите достичь состояния будды не за три неисчислимых эона, а хотите достичь состояния будды на благо всех живых существ как можно скорее из великого сострадания, тогда вам нужно вступить в Ваджраяну. Для практики Ваджраяны вам необходимо особое сострадание. Здесь, если говорить о вашем индивидуальном развитии, то вы готовы продвигаться к состоянию будды три неисчислимых эона, но ради блага всех живых существ, из великого сострадания, вы хотите достичь состояния будды как можно скорее. Вы говорите, что не можете остановить слез, когда видите, как страдают живые существа, настолько сильное сострадание вы чувствуете. Как мама может ради ребенка ждать хоть десять лет, но когда ее дети страдают, она не может ждать, она ведет их к врачу, чтобы скорее прекратить их страдания. Ей хочется скорее это остановить не из соображений эго: «Это прекратится, и я могу отдыхать», это происходит из сострадания. Тогда вы вступаете на путь тантры.

Врата в тантру – это посвящение. Без посвящения вы не можете вступить в тантру. Чтобы получить посвящение, вам нужна бодхичитта. Без бодхичитты вы не получите полного посвящения, вам нужно понимать этот момент. Тогда, если вы меня спросите: «Геше-ла, неужели все люди, которые не имеют бодхичитты, не получают посвящения?» – я отвечу вам на это: «Да, действительно, они не получают посвящения, это сто процентов». Затем, если вы спросите: «Если они нарушают самаю, то накапливают ли они негативную карму?» – ответ: «Да, они накапливают негативную карму». Тогда вы спросите: «Как же так? Они не получили посвящения, а если не получили посвящения, то значит и не получили самаю. Как же тогда они могут накапливать негативную карму нарушения самаи?» Такой вопрос я задал своему учителю Панангу Ринпоче, когда получал от него наставления о поэтапном пути тантры.

На мой вопрос Пананг Ринпоче ответил, что в этом случае вы не получаете полного посвящения, и также не получаете полную самаю. Но в соответствии с вашими любовью и состраданием, согласно вашему фундаменту, вы получаете подобие посвящения. Какой точный ответ! Человек, у которого очень плохая основа, может присутствовать при посвящении, но не получит даже его подобия. Как маленький ребенок, который может просто сидеть и даже подобия посвящения не получит, потому что он не имеет даже мысли о бодхичитте, не имеет основы для этого.

В соответствии с вашим пониманием Дхармы вы получаете определенное подобие посвящения, и также получаете подобие самаи. Поэтому, если вы нарушаете самаю, то здесь есть негативная карма. Поэтому не говорите, что вы получили какое-то посвящение, не развив бодхичитты, наверное, вы лжете в этом случае. Вы можете сказать, что вы получили подобие какого-то посвящения. Если вы получили подобие посвящения, а потом не держали чисто обеты, то говорите честно: «Я сомневаюсь, есть ли у меня даже подобие посвящения». Но вы, русские, любите говорить: «Гухьясамаджа-тантра у меня есть, Ямантака-тантра есть, Калачакра я получил, у меня десять посвящений!» Это игра эго.

Тантрическая самая – это если вы хотите как можно скорее достичь состояния будды, за одну жизнь, для того, чтобы приносить благо всем живым существам. Для этого вам очень важно достичь за одну жизнь реализации союза ясного света и иллюзорного тела. Это прямые причины Рупакайи и Дхармакайи Будды. Если вы сможете за одну жизнь создать прямые причины Рупакайи и Дхармакайи Будды, то есть, реализовать ясный свет и иллюзорное тело, тогда состояния будды вы можете достичь за одно мгновение.

Однажды одному великому йогину задали такой вопрос: «Какое время необходимо для достижения состояния будды?» Этот йогин ответил, что буддой можно стать за одно мгновение. Далее он сказал: «Но...» У того человека, который спрашивал, стали большие глаза, он обрадовался, что сейчас сможет стать буддой за одно мгновение, и ждал ответа. Йогин добавил: «Но создать прямые причины Рупакайи и Дхармакайи Будды очень трудно». Создать полную причину достижения состояния будды очень нелегко. Но если вы создадите полную причину состояния будды, то затем самого состояния будды вы достигнете за одно мгновение. Например, если в новом доме вы проводите электричество, то очень трудно соединить все провода, там нужны электрические лампочки, выключатели и так далее. Но затем, после всех необходимых работ, если вы хотите зажечь свет, то вы уже можете это сделать за одно мгновение, просто нажав на выключатель. Но если нет полных причин, можно, хоть сто раз, нажимать на выключатель, свет не появится.

Поэтому в махамудре, дзогчене говорится о таком моментальном достижении состояния будды, но здесь не фантазируйте, слишком много, потому что только если вы создадите полную причину, тогда вы сможете достичь состояния будды за одно мгновение. Это учение по махамудре, дзогчену исходит от тантры Гухьясамаджи, тантры Ямантаки и тантры Чакрасамвары. Все наставления о том, как практиковать иллюзорное тело, как практиковать ясный свет, заключены в этих тантрах, они представляют собой коренные тексты. Если вы медитируете по одной только книге махамудры или дзогчена, без основы на коренных текстах, никакого результата не достигнете. Поэтому Кхедруб Ринпоче говорил о том, что необходимо знать полную систему учения Будды, иначе, если вы просто услышите о какой-то одной маленькой технике, и далее сразу же приметесь медитировать, использовать эту технику, так вы ни к чему не придете, это тупик. Как бы красиво вы это ни называли: махамудра, дзогчен, шесть йог Наропы – если у вас нет полной системы, то свет не появится, а вы, наверное, будете злиться, почему он не появляется. Я видел в России таких людей, которые говорят, что практикуют махамудру и дзогчен двадцать лет, а все еще сидят в темноте, никакого света у них нет. Потому что нужно создать для этого полную причину. В дальнейшем у них появится опасность потерять веру в Дхарму. Сейчас многие из них, наверное, уже потерялись в каких-то ньюэйджевских медитациях, где все летают.

То, о чем я вам говорю, это дебютные ошибки в шахматной игре вашей жизни. Поэтому, если вы хотите достичь состояния будды ради блага всех живых существ за одну жизнь, то для вас очень важно соблюдать четырнадцать коренных тантрических обетов, тантрическую самаю. Перед получением посвящения очень важно изучить, что представляют собой эти

четырнадцать коренных тантрических обетов. Если вы думаете, что не можете соблюдать эти обеты, то не торопитесь сразу же получать посвящение. Вы можете просто сидеть, как на благословении, и думать: «Пока мне не надо посвящения, мой ум не готов. Благословите меня, пожалуйста, божества». Вот такие люди дальше очень высоко пойдут. Те, кто гонится за посвящениями, стараются успеть и там, и тут их получить, читают садханы, не пойдут дальше этого, это точно. Человек, который даже на посвящении у Далай-ламы скажет: «Далай-лама, извините, этот четырнадцатый обет самайи я не могу принять на себя. Если бы я на пятьдесят процентов был уверен, тогда бы принял, но у меня даже на пятьдесят процентов нет уверенности, что я смогу его держать, поэтому я здесь сижу чтобы получить благословение», – вот такой человек дальше пойдет. Потом, когда такой человек получит посвящение, он очень хорошо его примет, потому что очень хорошо подготовился.

Это мой совет для вас, это правильный дебют вашей практики. Я сам с очень большим нежеланием получал посвящения, то есть, был настроен несколько скептически. Когда люди у меня просят посвящение, мне бывает очень трудно. Даже если я соглашаюсь, то соглашаюсь на это с трудом. Я не знаю, помогаю или наношу вред этим посвящением. Я этого на сто процентов не знаю. Когда я даю такое учение, как сегодня, я на сто процентов знаю, что это вам полезно, вы получаете полную систему учения Будды. В этот момент я уверен, что все даки и дакини говорят: «Геше Тинлей, правильно поступаешь», – они тоже со мной соглашаются. Если бы я дал сегодня посвящение, не знаю, наверное, половина дакинй со мной были бы не согласны: «Все, устал Геше Тинлей, ради их эго дает посвящение. Зачем ему нужно питать их эго за счет тантры?» Строгие дакини тоже есть. Мягкие дакини сказали бы: «Наверное, у него есть желание помочь им таким способом». Они ответственны за хранение учения тантры. Вы этого не можете видеть, поэтому я рассказываю вам об этом, такое существует.

Тантрическая самайя необходима для того, чтобы достичь состояния будды за одну жизнь. В текстах говорится, что если вы чисто соблюдаете тантрическую самайю, то, даже если вы не медитируете, то за шестнадцать жизней вы достигнете очень высоких реализаций. В некоторых книгах говорится даже о достижении состояния будды за шестнадцать жизней, но я немного сомневаюсь, это было бы слишком хорошо. Но высоких реализаций можно достичь точно, если держать самайю чисто. Даже если вы недостаточно медитируете, вы получите высокие реализации, поскольку есть очень хорошая основа для этого.

Будда говорил: «Вот благородная истина страдания, вот благородная истина источника страдания, вот благородная истина пресечения страдания, вот благородная истина пути». Некоторые ученики, услышав такие слова, не могли сдержать слез, спонтанно они погрузились в медитацию на четыре благородные истины. Они оставались в медитации, затем Будда закончил учение, ушел, а они продолжали медитировать и даже не заметили ухода Будды. Когда ученики вышли из медитации, то уже достигли высоких реализаций. Большинство учеников Будды достигали реализаций во время слушания учения, а сейчас, когда я вам объясняю и очень детально рассматриваю четыре благородные истины, вы не достигаете реализаций. Почему так происходит? Может быть, потому, что геше Тинлей простой учитель, а не Будда? Но когда Далай-лама объясняет учение Будды, тоже не происходит реализаций, хотя между Далай-ламой и Буддой нет разницы. Это важный вопрос.

Причина в том, что с вашей стороны очень плохая подготовка. Учение точно так же дает Будда, разницы нет, даже в наши дни Его Святейшество дает более подробное учение. Даже если ваш Духовный Наставник не Будда, он является проводником, через которого вам учение передают будды, и в его теле пребывают все будды, все божества, поэтому нет разницы. Разница возникает с вашей стороны. Между вами и теми людьми есть очень

большая разница. Те люди, которые во времена Будды получали учения и сразу же достигали высоких реализаций, достигали их потому, что у них был очень хороший фундамент. Особенно был очень хороший фундамент нравственности, этики в течение многих жизней. В прошлых жизнях они слушали много учений с высокой этикой, поэтому родились в то время, когда Будда давал учение. Их поле ума было очень хорошо готово. Если на такой зрелый ум попадет чуть-чуть воды реализации, то сразу появится результат.

Поле вашего ума не подготовлено посредством практики нравственности. Нужно понять, что главная причина – это очень плохая нравственность, и в ваших прошлых жизнях, и в этой жизни. Если вы так и продолжите практиковать с такой плохой нравственностью, то никогда не добьетесь прогресса, потому что это будет безосновательно. Поэтому вначале не торопитесь медитировать, не торопитесь обрести ясный свет, не торопитесь обрести иллюзорное тело или реализовать туммо, вначале очень важна практика нравственности. Необходимо контролировать ваши тело, речь и ум, никому ни одного плохого слова не говорить, в чужие дела не лезть, только своими делами заниматься. Также не надо делать из буддизма фанатский клуб: это наша группа, у них другая группа. Самое главное – развивать ум. Самое главное – мы все живые существа, следует смотреть на других людей как на живых существ. Даже не разделять, человек или не человек, вы должны смотреть на всех живых существ как на живых существ, без какого-либо деления. Тогда получится хороший фундамент.

Когда нет предубеждений, то меньше возникает делений, а когда меньше делений, то и меньше возникает омрачений, так нравственность помогает вам. Старайтесь всех существ видеть как просто живых существ, старайтесь понимать, что природа всех живых существ чистая. Как Лунтик, старайтесь всегда сохранять позитивный настрой и видеть только хорошее. Когда я смотрел на Лунтика, он мне очень понравился. Лунтик не знает много философии, но у него есть чистое видение. Он во всем видит только хорошее. В этом мультфильме есть один очень наглый персонаж, который все время велит Лунтику приносить что-нибудь, а когда тот приносит, еще ругает его: «Не это! Ты дурак, ничего не понимаешь, неси еще это!» Лунтик отвечает: «Хорошо, принесу». Он не говорит: «Я устал!» – или: «Зачем ты меня ругаешь?» Он такой чистый, терпеливо все приносит, и потом тому другому становится стыдно, и они остаются друзьями. Мне очень понравилось такое чистое видение, когда он не замечает даже чужих хитрых намерений. Но это тоже немного крайности, поэтому не будьте полными Лунтиками. Итак, иметь чистое видение хорошо, но если вы будете такими полными Лунтиками, то не сможете прожить в Санкт-Петербурге или в других городах. Если вы полный Лунтик и при этом пребываете в горах, в одиночестве, тогда в этом нет проблем. В горах для полного Лунтика нет ничего страшного, ему там лучше всего. А здесь вам необходимо быть чистыми, но при этом действовать согласно ситуации.

Итак, ваш обет – это обет не вредить другим, но это не означает, что вы позволяете другим людям делать все, что они захотят. Во времена Будды один великий индуистский мудрец пришел к Будде и сказал: «Будда, я по-настоящему глубоко вас уважаю, но в отношении некоторых обетов, которые вы даете, я настроен немного скептически. Если мы станем такими безвредными, то, как же мы сможем защищать себя?» Это практический вопрос, как нам защитить себя, как прожить в этом мире. В ответ Будда сказал, что много-много жизней тому назад на нашей планете жил один мудрец, и в то же время на планете жил очень большой змей. Этот змей наводил страх на одну деревню и все жители в страхе всегда разбегались от него. Однажды жители этой деревни обратились к мудрецу с просьбой усмирить этого змея. Мудрец усмирил змея, дал ему обет не вредить другим, и тот чисто соблюдал этот обет. Затем через год мудрец вновь увидел этого змея – змей был очень ослабленным. Мудрец спросил у змея, почему он стал таким слабым. Змей рассказал, что

когда он принял обет не вредить другим, люди начали унижать его, дети прыгали на его тело, играли прямо на нем, поэтому он стал очень слабым. Мудрец ответил ему: «Я передал тебе обет не вредить другим, но я не давал тебе обета не пугать их!» Это очень тонко.

Итак, вам не нужно вредить другим, но одновременно с этим иногда вам нужно быть достаточно строгими и защищать себя, говорить: «Дальше так будете делать – в суд подам», или «Дальше так будете делать – в милицию заявлю». Чуть-чуть пугать все же надо. Если говорить всем, что вы буддист и можно с вами делать что угодно, другие вам на голову сядут. Оставайтесь на своем месте, а они пусть сидят на своем. Ставьте других на место с самого начала. Вместо этого, когда другие поступают неправильно, вы говорите им: «Ничего-ничего», – а потом еле терпите это поведение и злитесь. Это неправильно. Правильная стратегия – это сразу ставить всех на место, строго говорить: «Пожалуйста, не делай так».

Когда в семье с самого начала жена совершает небольшие ошибки, муж говорит: «Ничего страшного», – и терпит, а потом не хватает сил терпеть. Точно также жена на ошибки мужа говорит: «Ничего-ничего», – а потом в один день уходит, это называется психологический взрыв. Они рассказывают друг другу про все свои обиды и больше не хотят жить вместе. Ошибка произошла в самом начале, когда один из них поступил неправильно, а другой должен был попросить его не делать так больше. Не надо кричать, не надо громких слов, просто серьезно попросить: «Пожалуйста, не надо так, мне это не нравится». Если вы в хорошем настроении, говорить людям «так не надо» очень трудно. В плохом настроении легко говорить с людьми строго, а когда настроение хорошее и вы счастливы, то это очень трудно, надо тренироваться. Из доброты ругать людей очень тяжело, в гневе ругать легко, а из доброты ругать людей очень тяжело. Надо тренироваться. Вы не умеете, поэтому у вас не происходит прогресса. С самого начала тренируйтесь быть чуть-чуть строгими. Слишком хвалить тоже не надо. В России я вижу, что мужчина с самого начала жену или подругу называет святой, стул подает, руками придерживает, а когда она заболевает, говорит «до свидания». Поэтому женщина должна сказать: «У меня есть руки, есть ноги, я сама могу сесть. Вот когда я заболею, тогда ты мне и помогай».

Вернемся к нашей теме. Все это относится не только к нравственности, но также и к доброте – вам с одной стороны нужно быть добрыми, а с другой стороны не позволять другим людям как-то пользоваться вами, неправильно вас использовать. Если с вами обращаются правильно, тогда пусть пользуются, в этом нет ничего страшного. Но когда люди пользуются вами неправильно, из эгоизма, тогда это станет ядом для них. Бодхисаттвы всегда говорят: «Пусть все будут счастливы!» Но неправильное поведение не будет полезно людям, не будет удобно вам, поэтому их надо остановить. Между тем, чтобы просто использовать и неправильно использовать, злоупотреблять, есть большая разница. Если люди пользуются вами, это должно приносить им пользу. Но когда они начинают пользоваться из корысти, из эгоизма, для них это будет ядом, нужно их останавливать.

Также будьте щедрыми, но при этом не отдавайте все, что у вас есть. Щедрость не означает раздать все, чем вы обладаете. Щедрость – это как бы чувство даяния. То, что у меня есть, я посвящаю счастью всех живых существ. Все материальное, чем я обладаю, я посвящаю счастью всех живых существ, и когда им это будет необходимо на самом деле, я отдам им все это, а я сам являюсь как бы сторожем и мне все это не нужно. Когда любому существу что-то потребуется, то я отдам, ведь это принадлежит всем живым существам. Если пришел голодный человек, нужно думать: «Я посвящаю это ему, это его вещи, пожалуйста, пусть заберет!» И не надо при этом говорить себе: «Какой я щедрый, я добрый, делаю благо голодному!» Это ваша ответственность.

Вот такое учение я получил от своего Духовного Наставника, и оно было очень полезно в моей жизни. Вам в жизни и в практике Дхармы очень важен баланс. Для того чтобы жить согласно буддийской философии, очень важен баланс. Вы получаете учение, но при этом в жизни ездите на мирском велосипеде и не ездите на велосипеде буддийской философии. Потому что на мирском велосипеде вы знаете, как сохранять равновесие, поэтому вы садитесь верхом и едете на этом мирском велосипеде. У этого мирского велосипеда четыре колеса, поэтому вы не падаете сразу. Это удобно, не нужно держать баланс. Но на этом велосипеде, в конце концов, вы попадете в трагическую ситуацию. Что касается велосипеда философии, то у него только два колеса, и здесь вам необходимо правильно соблюдать баланс. Если вы теряете равновесие и падаете с велосипеда философии, то говорите: «Все, я устал и хотел бы вернуться на свой мирской велосипед», – садитесь на него и там уже не теряете равновесия. Если вы будете знать, как правильно удерживать равновесие, тогда все время сможете ехать на велосипеде философии Будды. Это называется буддийская практика.

Буддийская практика не означает, что вы садитесь в строгую позу и двадцать четыре часа так сидите и ни о чем не думаете. Практика означает, что все двадцать четыре часа в сутки вы мыслите только позитивно, не допускаете ни одной негативной мысли. Тогда вы едете на велосипеде философии Будды. Итак, если у вас есть равновесие, то вы можете продолжать эту поездку. Это буддийская практика. В это время ваш ум привыкает к позитивному образу мышления. Это называется медитацией.

Лама Цонкапа говорил о том, что медитация – это не какое-то сидение в строгой позе с особым погружением. Лама Цонкапа говорил, что медитация – это привыкание к позитивному образу мышления. Если вы приучите себя к позитивному образу мышления, то, даже когда смотрите телевизор, вы медитируете. Например, когда вы видите по телевизору, что какие-то люди попали в трудную ситуацию, и кто-то им помогает, вы радуетесь. Это позитивное состояние. Если кто-то страдает, вы также плачете вместе с ними. Это сострадание. Благодаря телевизору, ваш ум привыкает к любви и состраданию. Это медитация.

Но телевизор не всегда помогает вам развивать любовь и сострадание, иногда, когда вы видите какую-то драку, то у вас тоже кулаки сжимаются, тогда ваш ум уже привыкает к этой негативной теме, к дракам. В наши дни телевизор больше способствует возникновению негативных эмоций и редко помогает породиться позитивным эмоциям. Поэтому мне нравятся индийские фильмы, когда вы смотрите индийские фильмы, там многие люди плачут, это очень хорошо. Когда вы смотрите индийские фильмы, у вас потом заплаканное лицо, это хорошо, вы немного развили любовь и сострадание. После фильма, если вы видите, что кто-то упал, нужна помощь, то сразу помогаете друг другу. В нашей жизни самый лучший защитник – это сострадание. Если у вас есть сострадание, то оно не только защитит вас от страданий, вы всегда будете готовы защитить других от страданий, благодаря состраданию. Если кто-то из ваших друзей обладает состраданием, то, когда бы у вас ни возникли проблемы, они защитят вас, благодаря состраданию. Если вы хотите иметь надежных друзей, то вам нужно дружить с теми, кто обладает великим состраданием, и с теми, кто обладает, хотя бы каким-то уровнем сострадания.

Итак, сегодня я объяснил вам то, что первая строка – не совершение негативной кармы – это практика нравственности, и также объяснил то, насколько важной практикой для достижения ваших целей является соблюдение обетов, от обета прибежища до тантрических обетов. Как они связаны с достижением ваших целей, как они представляют собой основу для достижения реализаций. Также нравственность – это ваш защитник, это то, что защищает вас от страданий. Почему говорится, что того-то и того-то делать не нужно?

Потому что если вы это сделаете, то так или иначе это вам навредит, прямо или косвенно, но навредит, поэтому, если вы этого не делаете, то это вас защищает от совершения неправильного поступка, и это называется нравственностью. Не забывайте об этом. Сегодня я дал вам очень много богатого материала, и если вы забудете его, то это будет очень большой потерей. Все это также не должно оставаться простой интеллектуальной информацией, это все предназначено для того, чтобы вы становились более хорошими людьми.

Итак, увидимся с вами завтра. С сегодняшнего дня вам уже нужно становиться более хорошими практиками, старайтесь ехать на этом велосипеде философии и не падать. Сохраняйте равновесие, если вы удерживаете равновесие, вы никогда не упадете. Будьте добрыми, но не позволяйте людям использовать вас в корыстных целях. Будьте щедрыми, но не отдавайте все, чем вы владеете. Не отдавайте все, что вы имеете, другим сразу же за один день, иначе на следующий же день вы уже скажете, что не хотите продолжать эту практику, вам необходимо давать по чуть-чуть, но постоянно.