

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Каждый раз я напоминаю вам об этом. И каждый раз вам нужно напоминать себе, что вы не будете на этой планете жить вечно. Это концепция постоянства. Это одно из самых худших заблуждений в вашей жизни. Каждый раз напоминайте себе о том, что вы на этой планете лишь гость всего на несколько дней или несколько лет. В конце концов, ваше тело не будет иметь никакого значения, так же как и ваша слава, репутация, власть, деньги. Каждый день мы проводим какие-то подсчеты, подсчитываем-подсчитываем, но, в конце концов, ничто из этого не сработает, а что, в конце концов, в момент смерти будет учитываться, так это наши действия. Если вы совершаете искусные действия, позитивные действия, то они по-настоящему будут учитываться в момент смерти и по-настоящему будут полезны жизнь за жизнью. А если мы совершаем больше негативных действий, то надо сказать себе: «Это моя ошибка, почему я допускаю такие ошибки?» Большинство из ваших ошибок, которые вы подсчитываете и спрашиваете себя: «Почему я совершил такую-то ошибку?» – связаны с вашими делами этой жизни. Но это все не так важно. Каждый день совершайте подсчеты в соответствии с законом кармы – сколько вы совершили негативных действий и сколько совершили позитивных действий. Это настоящая расчетливость, настоящая буддийская математика. Я тоже поступаю таким образом и хотел бы, чтобы и вы поступали так же. Если вы будете так поступать и все подсчитывать в соответствии с вашими действиями, то день за днем вы будете становиться лучше.

Так поступал Дромтонпа. Он сидел, и перед ним была горстка белых и черных камней. Если на ум приходила какая-то негативная мысль, он клал перед собой черный камень, а если приходила позитивная мысль, то он клал белый камень. Он говорил, что вначале у него кучка черных камней была больше, чем белых. Тогда он ругал себя за это и говорил: «Какой смысл получать так много учений, если ты не меняешь свой ум, свой образ мышления?» Иногда мы слушаем-слушаем учение, но наш ум не меняется, и тогда толку нет. Это похоже на то, что мы ложимся в больницу, там нам дают много разных лекарств: красное, желтое – все лекарства есть, но мы не принимаем ни одно из этих лекарств. Или показываем людям: «Смотрите, у меня есть такое-то и такое-то лекарство, которое никто не видел, это особое тантрическое лекарство». От этого пользы не будет. Поэтому Шантидева говорил, что если лекарство вы демонстрируете другим, то оно не поможет вам избавиться от болезни омрачений, так же как если вы будете просто читать книги по медицине, это не излечит вашу болезнь. Вам нужно применять противоядия, использовать эти лекарства.

Теперь, что касается учения. Мы с вами подошли к рассмотрению «Необычной Гуру-йоги союза блаженства и пустоты» и завершили тему касательно подношения мандалы. Теперь пятый подзаголовок – это подношение реализаций. На этом этапе очень важно делать подношение тех реализаций, которые у вас уже есть, и также тех, которые у вас появятся в будущем. Какой-то уровень знания Дхармы, какие-то благие качества вашего ума, вашу нравственность – все-все эти аспекты вы подносите в виде красивого сада. Кроме этого также вы подносите все свои будущие реализации – реализации всех пяти путей, а также шести парамит, союза блаженства и пустоты – все это в виде красивых цветов, растений, в виде красивых фруктов вы подносите Полю Заслуг.

Автор здесь подчеркивает, что если вы будете делать такое подношение своих будущих реализаций в виде красивых цветов, растений, деревьев, плодов, в виде красивого сада, то в этом случае это создаст для вас очень хорошие знаки. Создавать взаимозависимые знаки очень важно, и если вы делаете подношение чего-то хорошего, что у вас может появиться в будущем, или вы говорите что-то хорошее, то это станет взаимозависимым знаком, чтобы в будущем случилось что-то хорошее. А если вы говорите что-то нехорошее, например, вы в гневе говорите, что я больше никогда сюда не вернусь, в этом случае вы создадите взаимозависимый знак того, что в будущем вы уже будете неспособны вернуться в этот дом.

Поэтому нам нужно быть очень осторожными с теми словами, которые мы произносим, особенно с такими нехорошими, негативными словами. До сих пор нам очень везло, что эта карма, которую мы создали, не встретила с условиями и пока не проявилась, но однажды такая карма встречается с условиями и тогда происходит что-то плохое. У нас много кармических отпечатков, и бывает так, что вы сказали одно неправильное слово, от этого одна ваша негативная карма встретила с условиями, – и вы испытываете ее результат – страдание. Так же при встрече с каким-то хорошим условием проявляется позитивная карма.

Иногда бывает такой период, когда больше склонна проявляться позитивная карма, и при встрече с малейшим хорошим условием сразу же проявляется какой-то позитивный кармический отпечаток, а иногда бывает так, что, наоборот, в большей степени проявляется негативная карма, и стоит возникнуть негативному условию, сразу же происходит что-то нехорошее. Например, ваше тело – иногда, когда у вас иммунная система сильная, то даже, несмотря на плохие условия, болезни не возникают. А когда у вас иммунная система слабеет, например, вы устали, – вот в это время, если встретится даже небольшое плохое условие, бактерии – вы сразу заболите. У нашего тела такой механизм. И точно такой же механизм у нашей кармы. Поэтому, если раньше вы сказали что-то неправильное, но, слава богу, ваша иммунная система была сильной, негативная карма в это время не была активной, поэтому вам это не встретилось. Но все равно надо быть осторожным.

Поэтому каждый день вам необходимо создавать взаимозависимые позитивные знаки, и это очень важно, поскольку однажды, когда они встретятся с условиями, вы получите невероятный благой результат. Миларепа, когда встретил Марпу, поднес Марпе очень красивую бронзовую чашу, которая была пустой, но издавала очень красивый звук. И в силу такого взаимозависимого подношения своему Духовному Наставнику, поскольку чаша была пустой, то всю свою жизнь Миларепа испытывал недостаток еды из-за такой взаимозависимости. Но поскольку эта чаша издавала такой очень красивый звук, то репутация о Миларепе распространилась по всему миру. Это то, о чем мне говорил мой Духовный Наставник – даже когда вы делаете подношения, это имеет определенные взаимозависимые знаки. Это не какие-то предрассудки. Что касается взаимозависимых знаков, то это все очень логично, вам нужно быть очень осторожными с этим. Мой Духовный Наставник, прошлое перерождение Пананга Ринпоче, говорил мне, что никогда своему Духовному Наставнику не надо дарить туфли, обувь, поскольку это взаимозависимый знак того, что ты уйдешь из этого мира, умрешь. Очень хороший знак – дарить одежду, дарить сиденья. Сиденье – это как просьба: «Пожалуйста, оставайтесь долго в этом мире».

Поэтому даже подношения имеют такие взаимозависимые знаки, и автор подчеркивает, что подносить свои реализации в виде красивого сада, фруктов, цветов, растений – все это создает очень хорошие знаки. И если вы так поступаете каждый день, то это создает такие хорошие знаки, чтобы в вашем уме созрели все эти реализации, чтобы вы породили все эти реализации. Также думайте о том, что вы развиваете все эти реализации не ради какого-то собственного блага, а ради блага всех живых существ, и тогда это будет связано с мотивацией бодхичитты. Кроме этого автор говорит о том, что вы делаете такое подношение в виде сада, цветов, растений, фруктов не только собственных реализаций, которыми обладаете или получите в будущем, но также в таком виде вы подносите заслуги всех архатов, арьев, будд. Их реализации в виде красивого сада, красивых цветов, фруктов вы подносите Полю Заслуг. В этом саду все деревья – это деревья, исполняющие желания. Это как сад чистой земли. Земля там очень мягкая, даже если вы ложитесь спать, то вам очень удобно, как на кровати. И цветы в этом саду также невероятно красивы. Это деревья, исполняющие желания, поэтому, что бы вы ни загадали, это сразу же появляется на этих деревьях. Это все имеет такую форму, но в действительности это реализации, которые

приняли такую форму. Вы подносите все ваши внутренние благие качества в виде такого красивого сада. В этом безупречном саду нет ничего загрязненного, ничего ошибочного, и поэтому вы подносите только безупречные реализации в виде этих красивых растений, никаких негативных состояний ума. Такие состояния ума в виде красивого сада вы подносите Полю Заслуг. А также вы делаете это подношение ради того, чтобы достичь состояния будды на благо всех живых существ, и тогда это станет махаянским подношением.

Здесь автор приводит цитату из одной сутры, в которой Будда давал наставления царю. Будда сказал царю: «На тебе, царь, лежит большая ответственность. Ты вовлечен в большое количество разных дел. И поэтому ты не способен день и ночь практиковать Дхарму, практиковать шесть совершенств. Поэтому для тебя, царь, есть искусный способ практики. Он состоит в том, чтобы вначале развить вдохновение к достижению состояния будды на благо всех живых существ, это первый очень важный момент. Эта мотивация должна стать твоей главной мотивацией. Далее, с верой, с молитвой, куда бы ты ни отправился, где бы ты ни находился, где бы ты ни спал, всегда помни о бодхичитте, о желании достичь состояния будды на благо всех живых существ. А также сорадуйся заслугам арьев, архатов. И те заслуги, которые ты накопишь от сорадования, подноси Полю Заслуг. Посвящай заслуги достижению состояния будды на благо всех живых существ. Если ты будешь так поступать, то многие жизни ты будешь рождаться как бог, как человек, обладающий особыми высокими способностями. И таким же образом твои качества будут возрастать, увеличиваться, и ты достигнешь состояния просветления. Такие наставления Будда передал этому царю.

И поэтому автор говорит о том, что подносить наши заслуги, наши благие качества Полю Заслуг в виде такого красивого сада – это очень хороший способ накопить большие заслуги. Далее автор говорит о том, что когда вы делаете такое подношение, думайте о том, что все объекты Поля Заслуг – ваши духовные учителя, учителя линии преемственности – порождают в уме союз блаженства и пустоты. Они и так уже переживают союз блаженства и пустоты, но благодаря тем объектам, которые вы им подносите, они также порождают новый союз блаженства и пустоты, и поэтому для вас это становится особым, уникальным способом накопления заслуг. Итак, мы с вами закончили рассматривать подношение реализаций.

Здесь мы с вами закончили рассматривать подношения, связанные с посвящением сосуда, и теперь переходим к рассмотрению подношений, связанных с внутренним посвящением. Как я говорил вам, когда вы получаете тантрическое посвящение, то всего существует четыре посвящения, а то, что дается перед посвящением, называется подготовительным посвящением. Это знать очень важно, потому что если вы этого не знаете, то во время посвящения вы вообще ничего не получаете. Во время подготовительного посвящения самое важное – это внутреннее посвящение.

Также, если у вас нет какого-то уровня понимания трех основ пути, вы на самом деле не получите посвящения. Поэтому перед посвящением опытный, подлинный мастер, вначале объясняет вам, насколько важными в вашей жизни и для вашей практики являются три основы пути, в особенности для тантры. В качестве фундамента очень важно иметь отречение. Отречение означает понимание страдательной природы сансары. То есть у вас не должно быть никаких намерений, связанных с мыслями о том, что если вы обретете какой-то сансарический объект, то в этом случае станете счастливыми. Все ваши намерения должны быть связаны только с обретением освобождения от пут двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения.

С пониманием двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения вы приходите к пониманию того, что, где бы вы ни родились под властью омрачений, – в мире людей или в мире богов, все равно это будет природа страданий. Это как человек, который страдает от какой-то болезни, понимает, что для него самое главное – это освободиться от этой болезни. Что бы ему ни предлагали, он говорит: «Меня не интересует ни слава, ни репутация, никакая высокая должность, для меня самое главное – это избавиться от болезни». И точно так же вы порождаете желание освободиться от болезни омрачений. Когда врач ставит человеку правильный диагноз, у человека меняется выражение лица – у него уже нет большого интереса к мирским желаниям. «Ты толстый», «ты худой» – какая разница, толстый я или худой, красивый или некрасивый – какая разница? Для меня самое главное – не болеть, иметь здоровое тело. Это уже немножко отречение.

Точно также, когда вы знаете, как вы крутитесь в сансаре по двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения – это ваш диагноз будущей жизни. Зная этот диагноз вращения в сансаре в силу двенадцатизвенной зависимости, вы потом думаете: «А, в такой ситуации – толстый я или худой, мне неважно. Даже тот факт, болит у меня тело или не болит, мне тоже неважно. Самое главное – вылечить эту болезнь омрачений, двенадцатизвенную взаимозависимость. Для меня самое главное – узнать, есть ли противоядие для устранения этого неведения?» Поэтому Будда говорил: «Меня не интересует пребывание в царстве, я хотел бы отправиться в лес и постараться обнаружить, существует ли противоядие от двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения и от его корня – неведения». Корень всех наших страданий – это неведение, есть ли противоядие от него? И Будда сказал: «Если я найду это противоядие, тогда я вернусь обратно в царство». Итак, когда Будда достиг состояния будды, он в это время пребывал в лесу, и какие первые слова он произнес? «Глубинный, умиротворенный, свободный от концептуальных умопостроений, непронизводный ясный свет – я достиг его. Я обрел подобную нектару Дхарму. Кому бы я ни передал это, никто не поймет, поэтому пока какое-то время я буду оставаться в лесу».

Итак, главная цель Будды – это, в конце концов, передать людям главное противоядие от корня всех страданий, поскольку корень всех страданий – это неведение, и противоядие от этого неведения существует. Страдание возникает из-за проявления негативной кармы, и такие практики для очищения негативной кармы также есть и в индуизме. Если вы очищаете негативную карму, то это тоже хорошо, но если вы остаетесь под властью неведения, то далее вы создаете новую негативную карму, которая приводит к новым страданиям, и этому не будет конца. И поэтому одно лишь очищение негативной кармы не столь эффективно. Вместе с очищением негативной кармы нам также необходимо устранить самый корень всех страданий – неведение, в этом главная цель учения Будды. С таким пониманием вы приходите к такому желанию: «Я хотел бы избавиться от болезни омрачений, хотел бы достичь освобождения». Это ваша цель, и когда вы устремляетесь к достижению такой цели, это называется «отречением».

А бодхичитта – это когда такую цель вы распространяете на всех живых существ: «Не только я, но и все живые существа должны быть свободными от болезни омрачений. У них есть такое право. Я приведу всех живых существ к состоянию безупречно здорового ума, и для этого мне нужно достичь состояния будды». И это называется «бодхичиттой». Эти два очень важны. То есть бодхичитта – это мотивация, это главная мотивация, а отречение – это основа, и, основываясь на отречении, далее вы развиваете бодхичитту. А третье – это противоядие от всех страданий, это мудрость, познающая пустоту. И в отношении этого Будда говорил: «Глубинный, умиротворенный, непронизводный ясный свет, свободный от умопостроений, непронизводный ясный свет». Это указывает на мудрость, познающую пустоту. Поэтому мудрость, познающая пустоту, представление о которой дается в школе Прасангика Мадхьямака, – это то, что устраняет самый тонкий объект отрицания. Это

наивысшее воззрение. И такое воззрение необходимо для практики тантры. Это то, что называется «три основы пути», и всякая практика тантры должна начинаться с этих трех основ пути.

Итак, во время предварительного посвящения, в части внутреннего посвящения Духовный Наставник визуализирует и также просит визуализировать учеников то, что они растворяются в сфере пустоты, они и Духовный Наставник, все вместе, растворяются в сфере пустоты. Это абсолютная природа, где ничто не рождается, не пребывает, не разрушается, в действительности такого не существует, в абсолютной природе такого не существует. Как, например, с Луной – с нашей точки зрения при взгляде с Земли кажется, что Луна растет, становится полной, но в действительности она не растет, не становится полной и не уменьшается. Это точка зрения при взгляде с нашей планеты. На самом деле мы вообще не рождаемся – это абсолютная природа. Мы также не пребываем и не разрушаемся. Откуда же появляется страх потери? Ведь нечего терять. И если вы по-настоящему понимаете учение махамудры, тогда вы поймете, что в пустом доме невозможно ничего потерять и также невозможно ничего украсть. И тогда вы освободитесь от всех таких концептуальных умопостроений, когда думаете, что эти люди делают против меня то-то и то-то, кто-то наводит на меня порчу и так далее, вы устранили все эти концепции о внешних врагах.

Например, в отношении Сирии, у Америки есть своя концепция, что Россия хочет иметь полный контроль над Сирией. А у России другая концепция, что Америка, наверное, хочет иметь контроль над Сирией. Этим концепциям нет конца. Но в реальности мы не рождались, мы не пребываем, мы также не разрушаемся, и это абсолютная природа. Но это не означает, что мы вообще не существуем. Здесь говорится о том, что кроме названия, нечто существующее со стороны объекта, объективное существование, о котором мы сейчас думаем, вот этого не существует. Но это не означает, что номинально существующее «я» не рождается, не пребывает и не разрушается – это две большие разницы. Для номинального существования осуществима полностью вся сансара и нирвана, но одновременно с этим вы устраняете представление о самобытии, и это воззрение Нагарджуны. И так вы не впадете ни в одну из двух крайностей.

А теперь то, что я бы хотел сказать. Во время этого внутреннего посвящения Духовный Наставник проводит ритуал, во время ритуала он произносит определенные слова, и смысл их такой: «Теперь визуализируйте, что ваш Духовный Наставник явился из сферы пустоты в облике божества с супругой». Когда Духовный Наставник представляется в виде мужского и женского божеств, то это не мирские мужчина и женщина, здесь мужской аспект подчеркивает аспект метода, а женский аспект – это аспект мудрости, и когда они в единстве, то это символизирует союз метода и мудрости. Это одно существо. Не два – мужчина и женщина. Это одно существо, имеющее два аспекта – метода и мудрости. Итак, все эти вещи очень важны. Вы проходите эти этапы во время предварительного посвящения, и в этот период вам не дается таких подробных объяснений. Далее то, что вы делаете, это, находясь на своем месте, из сферы пустоты вы являетесь в виде белого шарика света, затем входите в рот вашего Духовного Наставника, и далее через его центральный канал вы переходите в лотос утробы супруги. И там вы рождаетесь как маленькое божество. Далее из лотоса супруги вы возвращаетесь на свое место в виде маленького божества. В этот момент вы ментально создаете связь с Духовным Наставником, такую связь как у отца и ребенка. После прохождения внутреннего посвящения у вас есть право называть своего Духовного Наставника отцом. И это называется «внутренним посвящением». Далее вы принимаете тантрические обеты, обет бодхичитты и все это является подготовительным посвящением.

Поэтому вам нужно понимать, что во время предварительного посвящения самое важное – это внутреннее посвящение. Если вы не визуализируете все, как следует в это время, то вы пропустите этот момент. А затем во время самого посвящения первое – это посвящение сосуда. Посвящение, связанное с сосудом, называется «посвящением сосуда». Здесь вы порождаетесь, как пять дхьяни-будд, и получаете посвящение сосуда. Почему вы порождаетесь, как пять дхьяни-будд? Здесь каждая из ваших совокупностей возникает в виде конкретного дхьяни-будды. И каждый раз во время посвящения каждая ваша совокупность превращается в конкретного дхьяни-будду, так вы получаете посвящение и создаете очень хорошие знаки будущего достижения состояния будды.

Следующее посвящение называется «тайным посвящением». В действительности субстанции для посвящения – это белая и красная капли вашего Духовного Наставника, но они готовятся из таких субстанций как йогурт и мед. Вы визуализируете, что это то, что представляют тайные капли вашего Духовного Наставника, и вы вкушаете их в виде йогурта и меда. Духовный Наставник правильно его благословляет, и когда вы вкушаете это внутреннее подношение, то оно очищает все ваши энергии ветра, чакры, каналы и капли.

Третье посвящение называется «посвящение мудрости». Это когда во время посвящения Духовный Наставник создает знаки того, чтобы вы пережили ясный свет, и для реализации ясного света Духовный Наставник дает вам посвящение мудрости.

Четвертое посвящение называется «посвящение словом». И оно дается для того, чтобы достичь союза ясного света и иллюзорного тела. Духовный Наставник объясняет, каким образом этого достичь, и когда вы понимаете смысл этих слов, вы получаете «посвящение слова».

Итак, существует четыре вида посвящения и согласно четырем посвящениям также есть четыре вида подношений, связанных с четырьмя посвящениями. Здесь, когда вы делаете подношение, связанное с внутренним посвящением, то вы делаете внутреннее подношение. Внутреннее подношение можно делать чаем. Монахи строго следуют монашеским обетам, и поэтому, когда делают внутреннее подношение, то используют не алкоголь, а чай. Мастера традиции махамудры Гелуг-Кагью подчеркивают для своих учеников, что в качестве основы для достижения всех реализаций очень важно соблюдать этику, нравственность, и поэтому для того, чтобы не нарушать даже вторичные обеты, дается совет не делать внутреннее подношение алкоголем, а делать его чаем. А те, кто из вас не являются монахами, могут делать внутреннее подношение, используя алкоголь, но при этом вы не делаете так, что во имя внутреннего подношения пьете много алкоголя. Я слышал, что раньше в России были такие прецеденты, что люди, делая подношение цог, затем пили водку и становились пьяными и при этом говорили, что это не водка, это нектар. Это деградация тибетского буддизма. Поэтому, если мы будем вести себя так во имя тантры, это будет деградацией тантрического учения. Сейчас и так люди из традиции Тхеравады сомневаются в учении Ваджраяны, а если вы будете так делать, то они точно будут думать: «На сто процентов эта Ваджраяна – нечистое учение. Во имя тантры они пьют водку, имеют много супруг, вообще нет никакой морали». Если нет никакой нравственности, то они говорят, что на самом деле это не учение Будды, и у этих слов по-настоящему есть хорошая основа. Поэтому лама Цонкапа говорил: «Мои последователи внешне должны быть как практики Хинаяны с очень хорошей дисциплиной». Нравственность, этика очень важны, очень важно правильно себя вести, очень скромно себя вести, не ведите себя как практики тантры, которые надевают себе на шею какие-то особые ритуальные предметы, а ведите себя просто как обычные люди. Это совет ламы Цонкапы. Не демонстрируйте на улице такие предметы тантры как ганлин, дамару, колокольчик. Это сумасшествие. Это принесет очень плохую репутацию. Также вместе петь: «Харе Будда, харе Будда» очень некрасиво.

Итак, внешне вам нужно быть похожим на очень хорошего практика Хинаяны, который очень хорошо соблюдает обеты нравственности, придерживается этики, правильного поведения. А внутри вам нужно быть практиками Махаяны, то есть в вашем уме у вас должна быть забота о счастье всех живых существ. Ваш ум должен думать о том, как избавиться от страданий всех живых существ, и не должен думать о своем индивидуальном избавлении от страдания. Вы не должны думать: «Как бы мне избежать этих проблем, а то, что страдают другие, это не имеет значения». Итак, ваш ум должен быть сильно охвачен чувствами любви и сострадания, как у матери. Например, если загорается дом, то она не думает о том, как бы побыстрее спастись, а думает о том, как бы в первую очередь вынести детей, спасти своих детей из этого пожара. Так же и вы должны думать о том, как бы спасти всех живых существ: «Если возможно, вначале я хочу, чтобы все живые существа стали буддами, я хочу стать самым последним буддой», но потом вы понимаете, что это невозможно. Это хорошее желание, но практически это невозможно, по-настоящему невозможно. А что по-настоящему возможно? Сначала вам самим нужно стать буддой. Например, если вы хотите вылечить всех людей от болезни, то сначала вы должны знать, как надо лечить, вы сами должны стать врачом, и тогда вы можете лечить всех. Будда – как врач, и поэтому, чтобы лечить болезнь омрачений всех живых существ, я должен стать самым лучшим врачом, тогда я смогу лечить всех живых существ. В противном случае это будет такое неумное желание: «Пусть сначала все живые существа станут буддами, а потом уже я стану буддой», – это практически не работает. Что практически работает? Ради блага всех живых существ вначале я хочу стать буддой, и потом я буду помогать всем живым существам. Когда я лечу в самолете, мне очень нравится, как стюардесса говорит, что сначала кислородной маской нужно обеспечить себя, а потом ребенка. Это практический подход. Если вы сначала будете стараться помочь своим детям, то и себя не сможете спасти, и детей тоже не сможете спасти. Этот совет исходит из практики, они поняли это, и поэтому, что вы делаете? Сначала надеваете маску себе, а потом ребенку. Это мудро. Точно также, если вы по-настоящему хотите помогать всем живым существам, то сначала сами должны стать буддой. Если мать по-настоящему заботится о своих детях в такое трудное время, при аварии самолета, то сначала она защитит себя, а потом сможет защитить и детей. Они посмотрели, проанализировали и поняли, что это самое эффективное.

Некоторые бодхисаттвы говорят: «Я хочу, чтобы все живые существа стали буддами, а я буду самым последним буддой». Это называется «бодхичитта, подобная пастуху». А некоторые бодхисаттвы говорят, что я хотел бы достичь состояния будды одновременно со всеми живыми существами, и это называется «бодхичитта, подобная лодке». У них – и у тех и у других – любовь и сострадание одинаковы, но что касается метода их решения проблем – это то, что называется «бодхичитта, подобная лодке». И третье – «бодхичитта, подобная царю»: «Для достижения состояния будды, для принесения блага всем живым существам пусть я смогу достичь состояния будды», и это похоже на то, что принц для того, чтобы помочь всем людям в своем царстве, думает: «Вначале я стану царем, а затем я смогу решить все проблемы». И это очень эффективный метод решения проблем, потому у него появится вся необходимая власть для решения проблем. Из этих трех видов бодхичитты мой Духовный Наставник мне говорил, что самая практичная – это «бодхичитта, подобная царю». Это не просто доброе состояние ума, оно является очень практичным, хорошо спланированным, реалистичным проектом. Что касается бодхичитты, подобной пастуху, и бодхичитты, подобной лодке, то и то и другое – это добрые состояния ума, но они не реалистичны. И поэтому среди молитвенных обращений бодхисаттв есть также множество нереалистичных, но при этом они также помогают людям взрастить сильные чувства любви и сострадания. Вначале начните с бодхичитты, подобной пастуху, это полностью устранил ваше эго. «Вначале пусть все живые существа станут буддами, а я стану буддой последним», – это очень бескорыстный, бессамостный способ развития бодхичитты. И это то, что вам

нужно делать вначале, потому что если с самого начала вы скажете, что сначала буддой надо стать мне для принесения блага всем живым существам, то ваше эго очень обрадуется. Вашему эго понравится: «А, как хорошо, как интересно – стать буддой на благо живых существ». Поэтому вначале вам нужно тренироваться в развитии бодхичитты, подобной пастуху, это такой полностью самоотверженный способ, и далее вы приходите к тому, что если это непрактично, тогда мне необходимо развивать бодхичитту, подобную царю. Итак, полностью бескорыстно, с умом, сильно охваченным чувствами любви и сострадания, вы хотите достичь состояния будды только ради блага всех живых существ. И это метод развития бодхичитты.

Теперь мы вернемся к нашей теме. Далее лама Цонкапа говорит, что в тайне вам нужно практиковать тантру. Итак, внешне практикуйте как практики Хинаяны, внутри практикуйте глубинную Махаяну, то есть практикуйте бодхичитту, заботу о других больше, чем о себе. И далее лама Цонкапа говорит, что в тайне практикуйте тантру. Практика тантры должна выполняться в тайне. Даже ваши колокольчик и ваджру вы не должны показывать другим людям, то есть эта практика должна выполняться очень тайным образом, с пониманием того, что, если говорить о сутре и тантре, то без их союза практиковать невозможно. С пониманием того, что в сутре и тантре нет никаких противоречий, что они существуют в очень большой гармонии. И если вы следуете этому, то вы являетесь последователями ламы Цонкапы. Это совет ламы Цонкапы. Поэтому если вы хотите быть последователями ламы Цонкапы, то внешне вам нужно быть похожим на практика Хинаяны, придерживаться очень хорошей дисциплины, не говорить, что вы практик тантры, не пить водку, а быть хорошими леди и джентльменами. Важна очень высокая нравственная этика, нужно быть принципиальным человеком. Внешне не распространяйте никаких сплетен, если кто-то о ком-то плохо отзывается, никогда не поддерживайте разговоры о чьей-то плохой деятельности, всегда интересуйтесь только своими делами и не вовлекайтесь в дела других людей. Итак, это относится к внешнему поведению. Далее – внутреннее поведение: всегда боритесь со своим эгоистичным умом и взращивайте ум, заботящийся о других. Это главная практика Махаяны. А в тайне выполняйте практики стадий керим и дзогрим, которые представляют собой сущностные практики махаануттарайога-тантры. И если вы будете так поступать, тогда у вас появится шанс достичь состояния будды за одну жизнь или максимум за несколько жизней.

Далее, как говорил лама Цонкапа, корень всех реализаций – это преданность Духовному Наставнику. Лама Цонкапа говорил, что в повседневной жизни, когда вы делаете подношение Духовному Наставнику, визуализируйте его перед собой иногда в форме вашего живущего Духовного Наставника, иногда в облике Будды Ваджрадхары. А если вы хотите получить благословение, тогда визуализируйте Духовного Наставника у себя над головой. Если вам приснился дурной сон, или если у вас есть такое предчувствие, что кто-то наводит на вас порчу, делает что-то нехорошее против вас, такое тоже существует, в этом случае визуализируйте своего Духовного Наставника у себя над головой в облике Будды Ваджрадхары. Начитывайте мантру Гуру Ваджрадхары «ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ», визуализируйте очищение, свет и нектар, которые вас очищают, вся порча, все плохое очищается, и вы получаете благословение. И тогда даже препятствия этой жизни не смогут причинить вам вреда. Вам не нужно будет просить о защите защитников Дхармы, поскольку, если у вас над головой присутствует Будда Ваджрадхара, то, что касается защитников Дхармы, они являются его помощниками, поэтому, совершенно точно, они будут вас защищать. Далее лама Цонкапа говорит, что в основном визуализируйте своего Духовного Наставника у себя в сердце.

У нас в сердце, в сердечной чакре, есть одна маленькая капля красного и белого цвета, внутри которой и пребывает наш наитончайший ум ясный свет. Этот ясный свет неактивен,



когда активными являются наши грубые состояния ума. Но, тем не менее, какими бы активными ни были эти грубые состояния ума, все они возникают из этого наитончайшего ума ясного света, и растворяются обратно также в этом ясном свете. И для того, чтобы активировать это наитончайшее состояние ума, ясный свет, необходимо сделать так, чтобы все грубые состояния ума растворились обратно в ясном свете, и тогда он станет активным. По этой причине в тантре говорится о практике каналов, ветров и капель. Когда энергии ветра собираются в центральном канале, то все концептуальные мысли растворяются в ясном свете. Тогда, если вы пребываете в концентрации в этом состоянии наитончайшего ума ясного света, то ясный свет становится активным. И далее, если вы его используете для познания пустоты, то он обладает невероятной мощью.

Это общая информация о практике ясного света. Этот ясный свет существует с безначальных времен, и далее будет продолжать существовать вплоть до достижения состояния будды. И также вам нужно чувствовать, что этот ваш ясный свет смешан, как бы объединен с ясным светом вашего Духовного Наставника. И это объединение, единство Наставника и ученика. Поэтому визуализируйте своего Духовного Наставника в облике Будды Ваджрадхары в области сердечной чакры, там, где располагаются белая и красная капли. Итак, говорится о том, что в основном визуализируйте своего Духовного Наставника у себя в сердце в облике Будды Ваджрадхары. Также, какую бы пищу вы ни принимали, почувствуйте, что вы делаете подношение своему Духовному Наставнику Гуру Ваджрадхаре, который пребывает в вашей сердечной чакре. Где бы ни находился Будда Ваджрадхара, он является владельцем пяти дхьяни-будд. Везде, где есть Будда Ваджрадхара, есть и пять дхьяни-будд. Пять дхьяни-будд далее подразделяются на двадцать, двадцать подразделяются на сто и так далее, существует множество божеств, все из которых являются проявлениями Будды Ваджрадхары.

Итак, в вашем сердце Будда Ваджрадхара, и каждый раз, когда вы принимаете пищу, вначале очень важно ее благословить, когда вы трижды произносите «ОМ А ХУМ». Итак, для тех из вас, кто получал посвящение, какую бы пищу вы ни принимали, ваш обет состоит в том, чтобы каждый раз благословлять ее, произнося «ОМ А ХУМ, ОМ А ХУМ, ОМ А ХУМ», и если вы этого не делаете, даже принимая какую-то крупицу еды, то вы нарушаете вторичную тантрическую самаю. Поэтому в отношении приема пищи каждый раз, когда вы приступаете к еде, у вас должна сохраняться такая внимательность, что, не благословив ее слогами «ОМ А ХУМ», я не приму этой пищи. Итак, когда вы произносите трижды «ОМ А ХУМ», тем самым вы также очищаете все загрязнения, негативные стороны, связанные с приемом пищи. Потому что, какая бы ни была эта пища, – мясо это или не мясо, что бы вы ни ели, по мере того, как эти продукты превратились в вашу еду, умерло очень много животных, насекомых. Мясо это или не мясо, значения не имеет. Иногда люди, которые не едят мясо, говорят: «О, если вы едите мясо, то, сколько живых существ умирает, вы виноваты». Но это относится и к другим продуктам тоже. Тогда нельзя есть, например, рис. Чтобы вырастить рис, люди обрабатывают землю, при этом умирает огромное количество насекомых. Когда вы варите варенье, сколько умирает бактерий! Наука это знает. Если вы хотите, чтобы никто не умирал, тогда ничего не надо есть, и дышать тоже не надо, тогда в ваш рот не будут попадать бактерии, и они не умрут. Если вы так думаете, тогда и дышать не надо, и ходить пешком не надо. Это не эффективно, и это не является сильным аргументом.

Поэтому в буддизме говорится о том, что какую бы пищу вы ни принимали, мясо это или не мясо, не имеет значения, все равно в связи с приемом пищи существуют определенные негативные стороны, и поэтому, когда вы принимаете пищу, вам нужно делать посвящение тем животным, насекомым, которые умерли в процессе ее появления. Также в отношении приема мяса в буддизме говорится, что нужно есть мясо, которое свободно от трех видов

загрязнений. Первое загрязнение – если вы сами убили животное и съели его мясо, то это первый вид нечистого мяса. Второе загрязнение – даже если животное убивали не вы, но вы кого-то попросили убить животное, чтобы вы его потом съели, это тоже является загрязненным мясом, нечистым. И третий случай – даже если вы не отдали приказа, но принимаете в пищу мясо этого животного, которое убили ради вас, и вы знаете, то есть слышали о том, что это животное убили специально для вас, то это тоже загрязненное мясо. Теперь, какое мясо вы можете есть? Это мясо, которое уже является доступным на рынке, это не те животные, которых убили специально ради вас. Тем не менее, все равно очень важно есть меньше мяса и меньше еды вообще. Если вы едите меньше еды, то создаете меньше негативной кармы, также тело будет стройнее, болезней меньше. Это все приходит от привязанности к еде. К еде надо уменьшать привязанность, кушать чуть-чуть меньше. Когда на ваш язык попадает чуть-чуть еды, вы сходите с ума, не можете остановиться, и это тоже сумасшедшее состояние ума. Поэтому вы едите очень много вкусной еды, а невкусной – меньше. Я думаю, что в этом отношении кризис – это хорошо, из-за кризиса вы не получаете вкусной еды, а когда еда невкусная, то едите меньше, и фигуре хорошо, и болезней меньше, поэтому это хорошее качество кризиса. Также меньше есть – это полезно для вашего здоровья.

Затем также благословляйте еду – как внутреннее подношение, и подносите Будде Ваджрадхаре, пребывающему в вашем сердце. Согласно практике тантры еда для вас – как проведение огненной пуджи: во рту у вас горит пламя, вы принимаете пищу, и далее подношение поступает вашему Духовному Наставнику Будде Ваджрадхаре – как огненная пуджа. Как говорил Друкпа Кюнле: «Когда я принимаю пищу, это для меня как подношение цог, это подношение Будде Ваджрадхаре. Когда я пою песню, это не просто песня – это духовная песня. Когда я мою свое тело, тем самым я также омываю храм Будды Ваджрадхары». Поэтому для тех, кто практикует тантру, очень важно уважать свое тело, и при этом есть большая разница между уважением и привязанностью.

Привязанность – это глупое состояние ума, которое причиняет вам больше боли. Из-за привязанности вы также теряете уважение к своему телу. Из-за привязанности, когда ваше тело становится толстым, вы начинаете злиться и теряете уважение к своему телу. Вы его бьете, делаете операции, убираете жир, удаляете органы – все это через привязанность, это тупое состояние ума. Итак, очень важно уважать свое тело, но когда доходит дело до сравнения вашего тела и других, то к телам других относитесь с большим уважением. Вам нужно любить себя, а также любить других, но когда доходит до выбора, кто важнее – вы или другие, то вам нужно больше уважать других, потому что их большинство.

Поэтому, когда в буддизме говорится о любви к другим, об уважении к другим, тем самым не говорится, что вы не должны любить себя, не должны себя уважать, вы не должны привязываться к себе, но у вас должны быть и любовь, и уважение к себе. Это очень тонкая грань, когда без привязанности вы любите себя, уважаете себя, и это как отречение. А что такое любовь к себе? Это забота о себе. Каким образом вы о себе заботитесь? Вы хотите обрести здоровое состояние ума и это самая лучшая забота о себе. Это любовь к себе. Это называется отречением. А когда дело касается блага других живых существ, то самое главное – это здоровье их ума, поэтому даже если приходится приносить в жертву здоровье своего ума, то ради здорового ума, ради блага всех живых существ, я готов на это. Но это не поможет. Чтобы реалистично помогать всем живым существам – обретать безупречно здоровое состояние ума, вначале мне необходимо самому обрести совершенно безупречно здоровое состояние ума, достичь состояния будды, и тогда я на практике смогу помогать другим.

Именно таким должен становиться ваш образ мышления, ваша философия, ваши принципы, и тогда вы понимаете буддизм. А если ваш образ мышления очень узкий, связан только с

этой жизнью, с этим маленьким городом Москва, и все, о чем вы думаете: «Как было бы хорошо мне найти хорошую работу. Если бы у меня была трехкомнатная квартира, машина, дача – как хорошо!» А потом, если вы это получите, вы захотите не только это, еще и другое, – если вы так думаете, то это не буддизм. Вы думаете, что если есть трехкомнатная квартира – хорошо, а нет – ничего страшного, самое главное – здоровье ума. Друзья есть – хорошо, а нет – тоже ничего страшного, самое главное – здоровый ум. Думайте так, что здоровый ум для меня – это самое главное, и тогда вы потихонечку-потихонечку обретете понимание буддийской философии.

В нашей жизни слава, репутация, богатство – это хорошо, но есть нечто важнее этого – это здоровое тело, и поэтому богатство, собственность – все это хорошо, но при этом здоровое тело важнее. Далее, если говорить о здоровом теле, то если нет здорового ума, то здоровое тело тоже не является самым главным. Итак, здоровье ума – это первое, самое главное. Это ум полностью свободный от омрачений, это нирвана. Это третья благородная истина, это то, чего бы я хотел достичь. Будда говорил: «Только нирвана – это покой», и эти слова имеют очень глубокий смысл. Будда тем самым говорил, что все остальное, что мы считаем покоем, умиротворением, не является в действительности таковым, что только нирвана, полное освобождение – это настоящий покой. Поэтому Будда говорил, что только нирвана – это покой, и тем самым он отсек все остальное кроме безусловно здорового состояния ума. И это самое сущностное буддийское учение, вы никогда не должны забывать его. Чтобы то учение, которое я передал вам сегодня, понять более подробно, вам также необходимы все остальные подробные наставления, и все они связаны с этим учением.