

Так, вначале мы проведем подношение цог. Вам нужно понимать, что цог – это один из очень мощных способов накопления больших заслуг за короткое время. Цог означает собрание. Один из смыслов состоит в том, что это собрание больших заслуг. Второе – это собрание даков, дакинй, божеств. Третье – это собрание ваджрных учеников. Благодаря таким трем видам собраний в силу посвящения, которое делает Духовный Наставник, и посвящения великих мастеров прошлых времен мы имеем возможность накопить очень большие заслуги за короткое время, поскольку у нас нет большого времени для практики, для накопления заслуг. В духовной области для достижения реализаций в первую очередь очень важно очищать негативную карму. Во-вторых, важно накапливать большие заслуги. Далее необходимо хорошее знание о том, как медитировать и достигать реализаций. Вы получили учение по четырем благородным истинам очень подробное. Теперь у вас есть хорошая основа для медитации. Если с таким фундаментом вы медитируете, то медитация станет настоящей, а иначе она будет просто детской.

Итак, теперь мы проведем цог. Визуализируйте это помещение как мандалу Ямантаки и меня в облике Ямантаки. Вокруг нас все божества Поля заслуг. Визуализируйте, что подношение цог выполняете вы и также все живые существа для того, чтобы и вы, и живые существа накопили как можно больше заслуг для достижения состояния будды. Подумайте о качествах Будды, качествах тела, речи и ума божеств, подумайте, что я тоже хотел бы обрести такие качества тела, речи и ума, и для этого мне нужны высокие заслуги, чтобы я был источником счастья для всех живых существ жизнь за жизнью. С этой целью сегодня я выполняю подношение цог. Те, кто получал посвящение, визуализируйте себя божествами и через йогу божества с чистым видением выполняйте подношение цог. А те, кто посвящение не получал, выполняйте подношение цог как обычный человек, но с очень чистым телом. Теперь приступим. Из сферы пустоты мы являемся в облике божеств и приступаем к подношению.

Итак, наш двухдневный ретрит подошел к концу. Таким же образом однажды закончится и наша жизнь. Два дня прошли. Для нас это как один миг. Вот уже и закончился двухдневный ретрит. Точно таким же образом как одно воспоминание пройдет и вся наша жизнь. Какое бы счастье вы ни переживали, с какими бы проблемами ни сталкивались, все это останется просто воспоминаниями. Шантидева говорил, что даже если вы испытывали счастье в течение сотни лет, для вас это счастье пролетает как сон, а затем приходит смерть. Поэтому теряться в человеческом мирском счастье – это большая ошибка, потому что мы с вами говорили о ментальной болезни и это очень серьезная ментальная болезнь. Если вы не предпримете ничего для исцеления от этой болезни, то она окажется намного страшнее, чем обычная физическая болезнь. Телесные болезни просто ничтожны. Шантидева говорил: «Когда люди сталкиваются с обычными мирскими болезнями, они очень беспокоятся о них и делают всё что могут, чтобы от них исцелиться. А что касается нашей хронической болезни, болезни омрачений, то о ней мы даже не задумываемся и это очень большая ошибка». Это болезнь, которой мы страдаем с безначальных времен и до сих пор. И это называется сансара. Если мы не предпримем действий для исцеления от этой болезни, то и в будущем эта болезнь будет продолжаться. Это правда. Поэтому, пока еще не стало слишком поздно, сделайте что-то для избавления от этой болезни. А что самое важное, самое эффективное вы можете предпринять?

Каждый день размышляйте об учении по четырем благородным истинам и развивайте в уме прибежище. Постарайтесь в уме создать очень хороший фундамент для принятия прибежища. В этом случае естественным образом уменьшится ваша привязанность к этой жизни и также уменьшится привязанность к сансаре. И когда у вас станет меньше привязанность к этой жизни и привязанность к сансаре, тогда бодхичитту вам развить будет намного легче. Почему в настоящий момент мы не можем развить сильную любовь и

сострадание к другим? Потому что сейчас мы сильно привязаны к нашему временному счастью. Когда мы поймем, что это ненастоящее счастье, что оно приносит новые проблемы, когда откроем для себя, что в сансаре вообще нет настоящего счастья, тогда у нас в уме появится интерес к развитию здорового состояния ума, достижению освобождения.

И когда у вас появится такое желание: «Да смогу я обрести совершенно здоровое состояние ума», то далее вы посмотрите на своих близких родственников, на детей и пожелаете: «Пусть они тоже обретут совершенно здоровое состояние ума». И это называется любовью. Чтобы полюбить других, в первую очередь вам нужно полюбить самих себя. А что такое любовь к себе? Когда вы желаете себе совершенно здорового состояния ума, это и называется любовью к себе. У вас нет такой любви. С одной стороны, это отречение. А с другой стороны это настоящая любовь к себе. А мы не знаем, как себя любить, мы желаем себе больших проблем. Это неправильный способ себя любить. Мы не знаем, как о себе заботиться. Хотя мы хотим иметь нечто хорошее, но тем не менее действуем так, что нам становится все хуже и хуже. Поэтому Шантидева говорил: «Хотя живые существа хотят быть счастливыми, но они отбрасывают причины счастья подобно яду. Хотя они не хотят страдать, но при этом гонятся за причинами страданий, думая, что это объекты счастья».

Итак, хотя мы хотим счастья, но из-за неведения поступаем противоположным образом и приводим себя к ужасным ситуациям. Шантидева говорил, что если человек не может полюбить себя правильным образом, как же он сможет полюбить других? Шантидева говорит, что такое драгоценное состояние ума, как желание себе безупречного счастья, у вас не возникает даже во сне, вы этого не желаете себе даже во сне. Как же вы сможете пожелать этого другим живым существам? Поэтому, если четыре благородные истины вы понимаете все глубже и глубже, то далее, если вас кто-то спросит, чего вы на самом деле хотите, то вы от всего сердца скажете: «Я хотел бы обрести совершенно здоровое состояние ума». Например, какой-нибудь врач объясняет вам, насколько опасна ваша болезнь. Вы размышляете об этой болезни и приходите к выводу, что если чего-то не предпримете, то через два или три года вас ждет кошмар.

Тогда если во сне к вам придет божество и спросит у вас: «Чего вы желаете?» – вы скажете: «Я хотел бы обрести здоровое тело, все остальное меня не интересует». Когда тогда ваш ум будет думать только это: «Здоровое тело – это очень важно». Вы подумаете, что ради этого вы готовы пойти на любую жертву. Так же, если вы размышляете о своей болезни омрачений, которой вы страдаете с безначальных времен, и начинаете считать это чем-то очень серьезным, то в этом случае вы по-настоящему от всего сердца пожелаете: «Пусть я смогу обрести совершенно здоровое состояние ума. Это главное, чего я хочу». Это отречение. Далее, с таким отречением вы посмотрите на то, как страдают другие живые существа, рассмотрите страдание живых существ и то, каким образом они страдают в сансаре, вращаясь по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Кроме этого, вы также поразмыслите о том, что все они были вашими матерями и нет ни одного существа, которое не проявило бы к вам доброты. Тогда от всего сердца вы подумаете: «Пусть все они обретут совершенно здоровое состояние ума, пусть все они избавятся от страданий и причин страданий».

И это то, что называется великая любовь и великое сострадание. Почему? Ваше желание относится не к одному существу, здесь всем живым существам вы желаете счастья. Поэтому это нечто великое. И второе величие состоит в том, что здесь вы желаете живым существам не простого временного счастья, а желаете им ума, полностью свободного от омрачений, при обретении которого все их проблемы будут полностью решены. и это будет состояние настоящего счастья. Поэтому желать всем живым существам безупречно здорового состояния ума – это великая любовь. Что касается великого сострадания, то, во-первых, оно

также относится ко всем живым существам и поэтому оно великое. Вторым признаком величия в том, что вы желаете живым существам освободиться не просто от временных страданий, а желаете освободиться от долговременных страданий, от всепроникающего страдания. Это основа всех страданий. Итак, если вы поможете им освободиться от такого страдания, то все их проблемы будут полностью решены. Поэтому это великое сострадание. И когда вы в чистоте разовьете такие два состояния великой любви и великого сострадания в вашем сердце, то сами эти любовь и сострадание очистят негативную карму. И сами любовь и сострадание принесут вам большие заслуги за короткое время.

Что касается очищения от негативной кармы, то здесь хорошо выполнять практику Ваджрасаттвы или простирания. Но при этом нет более мощного средства по очищению негативной кармы, чем великое сострадание.

Асанга двенадцать лет медитировал для обретения видения Будды Майтреи, при этом очищая негативную карму, накапливая заслуги, но не смог его обрести. Причина, по которой Асанга не мог иметь прямое видение Будды Майтреи состояла в том, что у него было большое количество отпечатков негативной кармы и очень мало заслуг. И хотя двенадцать лет он проводил практику очищения и накопления заслуг, он все равно не смог иметь прямого видения. У него в какой-то момент опустились руки, он подумал: «Я не смогу обрести прямое видение Будды Майтреи» и ушел из пещеры. В предыдущие годы, каждые три года, когда Асанга хотел выйти из пещеры, Будда Майтрея являлся ему в различных формах и не давал ему прервать практику.

Один из таких случаев произошел спустя девять лет. Всех историй я вам сейчас рассказывать не хотел бы, но одну расскажу. И вот, спустя девять лет, когда Асанга вышел из пещеры, и пошел по дороге, он увидел, как один человек большой кусок металла точит о камень. Он тер этот кусок металла о камень, и Асанга спросил у него: «Чем ты занимаешься?» Он сказал: «Я хочу сделать гвоздь из этого куска металла». Асанга спросил: «Ну как же такое вообще возможно?» Тот ответил: «Если у тебя есть энтузиазм, если ты регулярно прикладываешь усилия, то для тебя нет ничего невозможного. Вот, посмотри, один гвоздь у меня уже есть». Это была эманация Будды Майтреи. Когда Асанга все это увидел, он подумал: «Этот человек ради такого маленького результата, чтобы сделать простую иглу или гвоздь, стачивает такой большой кусок металла с энтузиазмом. Почему же я, тот, кто стремится к обретению прямого видения Будды Майтреи, не могу практиковать с энтузиазмом?» Он вернулся в пещеру и снова принялся медитировать, но все равно так и не мог обрести видение Будды Майтреи. Асанга обладал по-настоящему большими, мощными отпечатками, при этом он медитировал, но не мог обрести видение Будды Майтреи в течение двенадцати лет. Если говорить о наших учениках, то кто-то медитирует шесть месяцев и думает, что он достиг высоких реализаций. Это просто смешотворно.

Итак, после двенадцати лет, когда Асанга шел по дороге, он увидел лежащую собаку. Это произошло по такому же случаю, когда он уже потерял надежду и подумал, что Будду Майтрею он так и не увидит. Итак, он увидел на дороге лежащую собаку, у которой половина тела разлагалась, была изранена. В ранах копошились насекомые. Асанга почувствовал сильное сострадание к этой собаке. Он подумал, что если я сейчас сниму с нее всех насекомых, то они умрут. А если я ничего не сделаю, то умрет собака. Асанга отрезал кусок своей плоти с намерением пересадить на эту плоть всех насекомых. Он подумал: «Пусть благодаря этому действию я смогу всех живых существ избавить от страданий, привести к безупречному счастью». И с очень сильным состраданием он захотел языком пересадить всех насекомых с собаки на кусок этой плоти, чтобы насекомые не умерли. Он закрыл глаза и уже хотел было прикоснуться, но не смог этого сделать, а когда открыл глаза, то увидел, что перед ним собаки нет, перед ним Будда Майтрея. Поскольку он развил очень

сильное великое сострадание, это привело к тому, что он мгновенно очистился от всех остатков негативной кармы, которые мешали иметь видение Будды Майтреи. Когда Асанга увидел Будду Майтрею, первая его реакция была сразу же вопрос: «Где же ваше сострадание? Я медитировал двенадцать лет, чтобы увидеть вас, но никак не мог этого добиться». Будда Майтрея на это сказал: «Я был рядом с тобой с самого первого дня твоей медитации. Если ты мне не веришь, посмотри: в ретрите ты плевался по сторонам, вот посмотри на мою одежду, здесь есть твои плевок». Благодаря этой истории сейчас у тибетцев всегда во время практики есть с собой носовые платки. Чтобы можно было отхаркивать слюну туда, в платок, чтобы не попасть на одежду божества. Будда Майтрея сказал: «С самого первого мгновения твоей практики я был перед тобой, но из-за отпечатков негативной кармы ты не мог меня увидеть. И сегодня я специально явился тебе в облике собаки, чтобы ты мог развить великое сострадание. Благодаря великому состраданию ты очистился от невероятных отпечатков негативной кармы и обрел невероятно большие заслуги. Поэтому теперь ты можешь меня видеть».

Итак, эта история показывает, что нет более мощного средства для очищения негативной кармы и накопления высоких заслуг, чем великие любовь и сострадание. Поэтому Шантидева говорил, что сама бодхичитта очистит негативную карму, сама бодхичитта принесет большие заслуги. Шантидева говорил, что если все Будды соберутся вместе и будут обсуждать, какое можно передать самое лучшее учение, то все они единогласно, единодушно придут к выводу, что это учение по бодхичитте.

А чтобы учение по бодхичитте стало эффективным, здесь четыре благородные истины – это просто невероятный фундамент. В этот раз мы с вами рассматривали четыре благородные истины с точки зрения сущности, с точки зрения функции, а также с точки зрения функции и результата. И четыре благородные истины с точки зрения сущности мы рассмотрели очень подробно. Мы закончили рассматривать благородную истину страдания, благородную истину источника страдания. А благородную истину пресечения и благородную истину пути мы рассмотрим с вами в следующий раз, поскольку это тоже очень обширное учение. Тогда вы очень ясно сможете понять, что такое нирвана. Кроме этого, если вы поймете, что такое благородная истина пресечения и благородная истина пути, то вы сможете правильно понять, что есть Дхарма.

И тогда, если вы произносите: «Я принимаю прибежище в Дхарме», – для вас речь будет идти не о чем-то внешнем. Вы захотите взрастить Дхарму в своем собственном уме. И эта Дхарма защитит вас от страданий. Это непосредственное противоядие. Вы должны понять, что посредством развития подлинной чистой Дхармы в своем сердце вы становитесь арьей. Итак, из Трех Драгоценностей в первую очередь вы возвращаете драгоценность Дхармы в своем сердце, а далее становитесь Сангхой. Так, вначале вы развиваете Дхарму, а далее становитесь Сангхой. И после этого, позже становитесь Буддой. Все арьи, будды, все рождаются из Дхармы. Дхарма – это Праджняпармита, мудрость, познающая пустоту. Все будды рождены из этой Дхармы. И ваш будда в будущем тоже родится из мудрости, познающей пустоту. Праджняпармита известна как мать. Это мать всех будд. То есть это то, из чего рождаются все арьи, все будды. Вам нужно понимать, как вы становитесь Буддой. Вначале вы в своем сердце возвращаете Дхарму. Далее становитесь Сангхой. Позже становитесь Буддой. Сангха – это существо, имеющее прямое познание пустоты. Так вы становитесь Сангхой. Когда далее эта Сангха устраняет все омрачающие загрязнения и препятствия к всеведению, она становится Буддой. И далее, став Буддой, вы не пребываете ни единого мгновения в состоянии собственного умиротворения, для бесчисленных миров вы эмануируете бесчисленное количество тел для того, чтобы даровать учение по четырем благородным истинам и защищать живых существ.

Для того чтобы помочь живым существам зародить Дхарму, вы даете учение по четырем благородным истинам. Поэтому Дигнага, когда возносил хвалу Будде, произнес следующие слова: «Ставший достоверным существом, приносящий благо живым существам, Учитель, ушедший за пределы печали, великий защитник, Вам я поклоняюсь». Дигнага тем самым подчеркивал, что когда Будда достиг состояния будды, то, как далее он защищает живых существ? Посредством дарования учения по четырем благородным истинам он защищает живых существ от страдания, и это очень важно. Все Будды трех времен защищают всех живых существ от страданий посредством дарования учения по четырем благородным истинам. Будда Шакьямуни защищал живых существ, даруя учение по четырем благородным истинам, и также будет поступать каждый последующий Будда. Дигнага не говорил, что Вы защищаете живых существ, даруя посвящение. Он подчеркивал, что это происходит посредством учения по четырем благородным истинам. Итак, не даруя посвящение, не накладывая руку на голову, а посредством передачи учения по четырем благородным истинам вы защищаете живых существ от страданий. И это очень глубокое учение.

Его Святейшество Далай-лама рассказывает одну историю о высоком мастере, который жил в провинции Амдо. Люди попросили его о даровании защиты прикосновением руки к их голове. Он сказал: «Я не такое существо, которое может освободить живых существ от сансары, просто коснувшись рукой их головы. Я тот, кто может помочь вам освободиться от сансары посредством дарования учения по четырем благородным истинам. Это возможно». Это очень глубокий мастер. Среди тибетских мастеров сейчас очень популярны посвящения, посвящения, посвящения. Это неправильно. Далай-лама говорит: «Зачем много посвящений? Учение по четырем благородным истинам, «Бодхичарьяаватара», философия четырех буддийских философских школ лучше подойдет, чем посвящения, посвящения. Посвящения тоже нужны, но, когда ученики хоть чуть-чуть готовы к ним, иногда. Эксклюзивно. Здесь не надо рекламы. Без рекламы. Чем меньше людей, тем лучше посвящение». Это говорю не только я. Об этом говорит Его Святейшество Далай-лама и Кхедруб Ринпоче, и лама Цонкапа. И все великие мастера монастыря Наланда говорили то же самое. Об этом не забывайте.

Итак, учение окончено. Следующий зимний ретрит – это учение о пустоте, он состоится в Москве с двадцатого декабря. Это для вас такая новость. Ретрит очень полезен, поскольку я могу глубоко рассмотреть ту или иную тему. А иначе если просто в ваших городах вы послушаете одно-два учения, особой пользы от этого не будет. Мне приходится давать много общих наставлений, потому что приходит множество разных людей, новые люди.

А в таком ретрите я могу уходить в тему все глубже и глубже. Даже если люди не понимают, не имеет значения, не страшно. Я все равно углубляюсь. Я хотел бы произнести те же слова, что и этот высокий Мастер из провинции Амдо. Что я не тот, кто способен защитить живых существ, накладывая руку им на голову. Я тот, кто может помочь живым существам освободиться от сансары посредством учения по четырем благородным истинам. Это очень важно.