

Я очень рад всех вас здесь видеть, на Байкальском ретрите. Существует два ретрита. Один – это внутренний ретрит, второй – внешний ретрит. Более важен внутренний ретрит. Это означает, что пока вы здесь, – вы слушаете учение, размышляете на темы Дхармы, возвращаете позитивные состояния ума, – не выходите за эти пределы, не впадайте в негативные состояния ума. Это самый лучший ретрит. Ретрит вовсе не означает, что нужно начитывать мантры, даже когда вы пребываете здесь, если вы получаете учение, размышляете на темы Дхармы, улучшаете свое понимание, свое знание и возвращаете позитивные состояния ума, не выходите за их пределы и не впадаете в негативные состояния ума, то это тоже является ретритом. Когда вы накапливаете знания Дхармы, вы это делаете не для того чтобы продемонстрировать другим людям, показывать, что вы знаете то-то и то-то, а также не для сдачи экзаменов.

Главная цель обретения знаний Дхармы состоит в том, чтобы уменьшать свои негативные состояния ума и возвращать позитивные состояния ума. Сами собой негативные состояния ума вас не покинут. Возникают они из-за неправильного образа мышления. Если вы будете просто их подавлять, говорить себе: «Не думай так», может быть, вы их остановите на несколько недель или на несколько месяцев, но затем они проявятся снова. Лучше всего исследуйте, на основе каких умозаключений, на основе каких выводов появляются ваши негативные состояния ума, и вы обнаружите, что все они возникают на базе каких-то недопониманий, на основе очень узкого образа мышления. Когда вы не видите дальше своего носа, у вас возникают все негативные эмоции. Что это означает? Это означает, что если вы полностью потерялись в одной этой жизни и не думаете о жизни, которая вас ждет после смерти, что с этой точки зрения полезно? Ваша будущая жизнь – это очень длительный период, а эта жизнь – очень короткая. Из-за такой концепции постоянства у вас полностью спонтанно проявляются негативные эмоции.

Следующая причина – это эгоистичный ум. Это мысль: «Я самый главный, другие не имеют значения». Например, что бы вы ни делали, даже если вы кому-то звоните по телефону, вы думаете о том, что я могу получить от этого звонка: «Какая от этого польза для меня? Если пользы нет, тогда не надо звонить». Итак, когда все опирается на эгоистичный ум, также возникают и все негативные эмоции. Итак, концепция постоянства, эгоистичный ум, а также неведение – это главные причины, из-за которых возникают все негативные эмоции.

Получая учение, вы должны сокращать, уменьшать вашу концепцию постоянства, а также уменьшать ваш эгоистичный ум и неведение. А для развития позитивных состояний ума надо помнить о непостоянстве. Когда вы вспоминаете о непостоянстве и смерти, все позитивные состояния ума порождаются намного легче. Ум, заботящийся о других, – это источник всех позитивных состояний ума. Драгоценное сокровище находится не где-то снаружи, драгоценное сокровище – это ваш ум, заботящийся о других. Таким образом, возвращайте ум, заботящийся о других, и в этом случае все позитивные эмоции разовьются у вас спонтанно. А также развивайте мудрость, познающую пустоту. Она устранил все омрачения и поддержит все позитивные состояния ума так, чтобы они развились до безграничности. Наши позитивные состояния ума могут развиваться до безграничного состояния, если их поддерживает мудрость, познающая пустоту. Вам нужно понимать, что это как бы главная мишень, главная ваша цель. В тантре нет какой-либо другой цели, кроме этой. В тантре используется наитончайший ум ясный свет, с его помощью производится познание пустоты, и это называется ясным светом. В тантре также используется наитончайшая энергия, которая является основой ясного света, она трансформируется в иллюзорное тело, что является прямой причиной состояния будды. Итак, в краткой форме вам необходимо понимать эти вещи, и далее, опираясь на это, развивать свое понимание, делать так, чтобы оно углублялось, становилось все шире и шире.

Если вы действительно хотите произвести определенные преобразования в вашем уме, то очень важно знать все эти темы в подробностях, иначе без знания деталей изменений в уме не произойдет. Это означает, что нужно изменить экологию в своем уме, это очень важно. Все, что мешает здоровью нашего ума, нам необходимо устранить. Все, что помогает здоровью ума, нам необходимо возвращать, укреплять. Это также простой способ объяснения практики Дхармы. Говорить об этом легко, но если говорить о практике, то действительно устранить все факторы, которые разрушают экологию в вашем уме, совсем непросто. Если говорить об изменениях у вас дома, то навести порядок совершенно нетрудно. Вы можете взять пылесос, поменять постельное белье, и так вы произведете перемены за один или два часа. За два часа вы сможете увидеть преобразование вашего дома. Но в случае с умом все вовсе не так, это нелегко. Беспокоящие факторы не видны нашему глазу, а грязь у себя дома вы замечаете, видите очень легко. Вам необходимо видеть, каким образом эти факторы являются беспокоящими, мешающими в вашем уме, и среди омрачений и отпечатков негативной кармы, – в первую очередь необходимо устранять отпечатки негативной кармы. Даже для этого, для очищения от отпечатков негативной кармы тоже нужна определенная искусность.

Для того чтобы очищаться от отпечатков негативной кармы, чем лучше вы знаете учение по Ламриму, чем лучше понимаете четыре благородные истины, чем лучше знаете учение о бодхичитте, о мудрости, познающей пустоту, тем более эффективным будет ваше очищение. В противном случае вы можете заниматься практикой Ваджрасаттвы даже десять лет, но изменения произойдут очень небольшие. Поэтому лама Цонкапа говорил, что одной такой тяжелой работы самопринуждения, такой крайности недостаточно. Нужно действительно потрудиться, приложить усилия, но с помощью одной тяжелой работы, без мудрости результата не достичь. Поэтому знания Дхармы очень и очень важны.

Лама Цонкапа говорил: «В наши дни те, кто медитирует, обладает очень маленькими знаниями Дхармы». Они получают лишь какие-то краткие наставления и с ними отправляются в горы, медитируют, думают, что практикуют ясный свет и скоро станут буддами. Они говорят: «Я будда, нужно просто распознать, что я будда». И таким образом, никакого прогресса не происходит. А те, кто изучает философию, лама Цонкапа говорит, что они впадают в другую крайность. Они полностью теряются в концепциях, в представлениях о том, что они ученые: «Я великий ученый». Так они гонятся просто за пустыми словами, за накоплением сухой интеллектуальной информации. У этих людей нет искусности, навыка хорошей, эффективной медитации. Даже если они что-либо говорят о Дхарме, и вы спросите, каким образом это связано с укрощением ума, каким образом это влияет на развитие ума, у них не найдется ответа. Это означает, что они не воспринимают знания Дхармы как наставления для развития ума. Лама Цонкапа сказал: «Поэтому я с радостью пишу «Большой Ламрим» для тех, кто действительно хочет медитировать, а не для тех, кто хотел бы стать высоким ученым».

Иногда люди думают, что лама Цонкапа основную часть времени провел в каком-то красивом доме, в каких-то хороших условиях, но в действительности это не так. Основную часть жизни лама Цонкапа провел в горах, и «Ламрим» он написал в пещере. Все тексты, которые мы сейчас видим, которые мы изучаем, лама Цонкапа написал, пребывая в различных пещерах по просьбе разных божеств. Существовало большое количество высоких мастеров, достигших больших реализаций в Тибете, но тем не менее лама Цонкапа проявил к нам особую доброту, потому что после него осталось такое наследие как большое количество подробных текстов. Если бы я не встретился с учением ламы Цонкапы, то, может быть, я передал бы вам какое-то посвящение, попросил бы вас начитать какое-то количество мантр, а затем смотреть в свой ум, чтобы вы стали буддой. Тогда никакого развития не было бы, не было бы прогресса, вы оставались бы такими же, как и всегда. Лама Цонкапа подчеркивал, что наблюдать свой ум важно, но при этом надо знать, где и как это делать, когда, какое время подходит. Очень важно

знать, какое время подходит для практики, важно знать уровень практики. Это очень важное наставление.

Лама Цонкапа говорил, что вначале не время бороться с омрачениями. Это очень хорошее наставление. В настоящий момент для вас не время бороться со своими омрачениями, омрачения над вами просто посмеются. Вы можете получить какое-то наставление и подумать, что вот теперь я приступлю к битве со своими омрачениями, но на самом деле для вас еще не время бороться с омрачениями, поскольку они слишком сильны, а вы очень слабые. Как в шахматной партии, в шахматной игре опытный тренер скажет вам, что не нужно сразу же открываться, переходить в атаку, иначе вы быстро проиграете. Вам необходимо закладывать стратегию для атаки, но одновременно с этим в самом начале лучше всего выстраивать хорошую оборону. Таким образом, лама Цонкапа говорил, что вначале не время бороться со своими омрачениями, а вначале подходящее время для того, чтобы держаться на расстоянии от объектов, вызывающих омрачения. Это очень важная стратегия, очень хороший дебют.

Итак, пока вы в ретрите, что вам необходимо? Это держаться на расстоянии от шести условий, вызывающих омрачения. Что касается одной из причин, порождающих омрачения, то это смотреть на объект омрачения. В повседневной жизни не смотрите на ошибки других людей, это вас не касается. Когда вы разглядываете ошибки других, у вас возникают омрачения, поэтому самое лучшее – это не смотреть на объект омрачения. Когда вы открываете глаза, ваши глаза не должны помогать вашим омрачениям. Наоборот, ваши глаза должны помогать объектам, усиливающим ваши любовь и сострадание. Когда вы смотрите телевизор и видите, как людям трудно жить, как они страдают, вы развиваете любовь и сострадание, можете заплакать. А если вы смотрите по телевизору передачи, которые поддерживают ваши омрачения, то это неправильно. Вам нужно смотреть то, что развивает ваши позитивные эмоции, любовь и сострадание. Вы сочувствуете людям, плачете, и это хорошо. То, что вы смотрите по телевизору, влияет на ваше состояние ума. Если вы смотрите сцены агрессии, вы тоже начинаете злиться. В Индии бывает, что после просмотра боевика молодые ребята выходят и затевают драки. Почему это происходит? Потому что то, что они видят в кино, увеличивает омрачения. Таким образом, держитесь на расстоянии от объектов, усиливающих ваши омрачения, это очень важно.

Далее, в ваши уши не впускайте те слова, которые разрушают позитивные состояния ума и усиливают негативные состояния ума, то есть слова, усиливающие омрачения. Это означает, что если люди говорят о чем-то полезном, то откройте свои уши, слушайте их, а если они говорят что-то бесполезное, что-то деструктивное, то в этом случае закрывайте уши, говорите: «Мне неинтересно». Особенно это касается неподлинного учения. Иногда люди в облике духовного учителя передают неправильное, ложное учение, это очень опасно. Это яд, и как только он проникнет внутрь, после этого мне будет уже очень трудно устранить этот яд из вашего ума. Например, мои ученики. Даже если это новые ученики, но у них в уме нет яда, тогда мне легко им помочь. А ученикам, которые давно меня слушают, но потом в их ум попал яд, они слушали разные странные учения, таким людям помочь очень трудно. Я это понял из своего опыта.

Поэтому, как в случае с Дромтонпой, не имейте слишком большого количества духовных учителей. Это мой для вас совет. Дромтонпа обладал очень большими знаниями, был очень сильным учеником, но тем не менее он говорил: «Мне не нужно иметь большого количества Духовных Наставников, одного-двоих мне достаточно». Когда Дромтонпа замечал, что какие-то геше отправляются в другое место, чтобы где-то получить учение, он задавал им вопрос: «Какое такое особенное учение вы сможете получить там, которое не передает здесь наш Учитель Атиша?» Он не был фанатиком, он говорил это, чтобы спасти людей от каких-то

ошибочных знаний, потому что, если они почерпнут такие ошибочные, неправильные знания, это очень опасно. Потому что наша лень хочет сделать нас буддой очень быстро. Атиша и лама Цонкапа подчеркивали, что в первую очередь очень важен хороший фундамент, и тогда вы сможете достичь высоких реализаций. Очень большой упор делайте на закладку фундамента. Некоторые ложные учителя говорят, что хороший, прочный фундамент не нужен, сразу же приступайте к медитации, и вы быстро станете буддой. Некоторые мастера в Тибете и в наши дни говорят, что необязательно изучать теорию, просто медитируйте, и вы достигнете больших реализаций. В качестве примера они приводят велосипед. Они говорят, что вам не нужно специально учиться ездить на велосипеде. Вы можете попробовать один раз и упадете, второй раз попробуете и упадете, но на третий раз поедете, научитесь кататься. И глупцы думают, что это очень интересный пример.

Но медитация вовсе не похожа на езду на велосипеде. Велосипед – это очень простое дело, здесь действительно не нужно специально учиться. Но даже для того, чтобы ехать за рулем на автомобиле, вам нужно учиться, иначе вы попадете в аварию. Это похоже на то, что вы хотите провести операцию, и я скажу вам, что этому учиться не нужно, просто отрежьте, если один-два человека умрут, ничего страшного, на третий раз получится. Здесь вам необходимо знать во всех подробностях, что именно нужно отрезать, когда это сделать, где и так далее. Важно знать, каково кровяное давление у пациента. В этом есть очень много тонких моментов, поэтому говорить, что делать операцию просто – это опасно. Так можно в тюрьму попасть. Поэтому, когда в Россию приезжают учителя, которые говорят, что медитация – это просто, что не надо специально учиться, просто медитируйте, это похоже на то, что можно просто делать операцию, если не получится сразу, ничего страшного, потом получится.

Вам нужно понимать эти ошибки, это очень важно. Для проведения операции вам нужны очень подробные знания, очень подробное учение, но медитация – это еще более сложное занятие, чем проведение операции. Врач-хирург должен иметь очень хорошие теоретические знания, но этого недостаточно, он продолжает обучаться у опытного профессора хирурга практике, чтобы понять тонкости профессии, и тогда становится хорошим хирургом. Точно также, если у вас только грубые знания учения Дхармы, медитации, этого недостаточно. Вам необходимо учиться у опытного мастера, получать подробное учение, чтобы знать тонкие моменты. Это как долгое время обучаться у опытного хирурга, получать тонкое учение, и тогда вы скажете: «Теперь я знаю, как проводить операцию, я сам могу это сделать». Таким образом, вам необходим живой мастер, который сам бы занимался медитацией, сам бы уменьшал негативные состояния ума, возвращал позитивные состояния ума. Вам необходимо пребывать с таким мастером длительное время, и тогда вы действительно сможете увидеть, что и ваших негативных состояний ума становится меньше, и укрепляются позитивные состояния ума. Поэтому в области медицины хирурги, когда хотят перейти к практике операций, хотя и получили до этого обширные знания, они этим не ограничиваются, они длительное время проводят с опытным хирургом, перенимают его опыт для того, чтобы далее самим приступить к этому занятию.

Для проведения операции необходимы такие подробности, а если говорить о медитации, то это ментальная операция, где вы отсекаете омрачения, пытаетесь полностью устранить их из своего ума. Те, кто не знает, как правильно проводить операцию, как правильно проводить отсечение, устраняют все свои концепции и тогда остаются полностью без каких-либо, даже добрых состояний ума. Ум становится сухим, эго растет, вы говорите: «Я йогин, я арья». Человек думает, что он уже арья, что очень близок к состоянию будды. Эго его становится очень большим, он думает, что другие люди просто ничтожны по сравнению с ним, его ум становится ненормальным. Это признак, что вы не знаете, как правильно практиковать. А если вы занимаетесь практикой правильно, особенно это касается тех, кто собирается провести шестимесячный ретрит по развитию шаматхи, после правильного проведения такого ретрита

вы станете более скромными людьми. Что касается тех людей, которые в прошлом году шесть месяцев медитировали вместе со мной, я взглянул на них после ретрита и обнаружил, что многие из них стали более скромными, более добрыми людьми. Это очень хорошо, я очень рад. Все улучшаться не могут, но большинство стало лучше. Они стали более тихими, и это означает, что дела идут хорошо.

Есть такая русская поговорка: где тишина, там и счастье. Мы об этом думаем каким-то другим образом, но интерпретировать эту фразу можно на разных уровнях. Например, мы думаем, что это означает, что нужно молчать о своей прибыли, тогда не придут налоговые инспектора. Это наша интерпретация, но это интерпретация очень низкого уровня. Здесь, когда говорится о тишине, речь идет о молчании вашего эго. Такой шум: «Я, Я, Я, почему меня не уважают, все должны меня уважать. Я самый главный, почему ты мне не звонишь, почему не даришь подарки?» Это шум. Надо быть тихим: «Я не главный, другие важнее меня». Тогда, куда бы вы ни отправились, вы везде будете счастливы. Итак, вот эту русскую поговорку: где тишина, там и счастье – вам нужно интерпретировать таким образом, что это относится к молчанию вашего эго. Когда затихает ваше эго, тогда вы всегда будете счастливы. Таким образом, Васубандху в «Абхидхарме» перечислил шесть причин, благодаря которым можно уменьшить свои омрачения, и это очень полезно.

Теперь, что касается учения, которое вы получите в этот раз, это учение по «Необычной Гуру-йоге, союзу блаженства и пустоты». Для получения такого драгоценного учения в первую очередь вам нужно сделать подношение мандалы. Это просьба к Учителям линии преемственности. Если говорить обо мне, то я могу просто дать вам это учение, но тем не менее без разрешения Учителей линии преемственности я этого делать не могу. В прошлые времена такое учение по «Необычной Гуру-йоге, союзу блаженства и пустоты» передавалось эксклюзивно, исключительным ученикам и никогда не давалось на широкую публику. Поэтому я не уверен, правильно я поступаю или нет. Но с другой стороны, если я не передам этого учения, то есть опасность, что оно полностью деградирует, поэтому у меня нет выбора. Тантра уже стала популярной. Поэтому приходится передавать такие учения открыто, выбора нет.

Теперь визуализируйте меня в облике Манджушри, лама Цонкапа в облике Манджушри. Избавьтесь от обычного представления обо мне, от обычной видимости и представляйте меня как ламу Цонкапу в облике Манджушри. Сейчас вы получите передачу «Ламы Чопы», того учения, которое лама Цонкапа получил напрямую от Манджушри. «Лама Чопа» – это необычная Гуру-йога, союз сутры и тантры, это также союз Гуру-йоги и йоги божества. Нет такой практики, которая не входила бы в эту практику. Начиная от преданности Гуру и заканчивая союзом ясного света и иллюзорного тела, все практики входят в эту необычную Гуру-йогу. Кроме этого, для реализации преданности Гуру в эту практику также входят все практики нендро, для очищения негативной кармы, для накопления больших заслуг. В этом тексте по необычной Гуру-йоге говорится, что, если у человека вначале очень мало заслуг, но он регулярно занимается практикой необычной Гуру-йоги «Ламы Чопы», то во второй части его жизни он станет учеником, подобным бриллианту. Чтобы стать буддой за одну жизнь, не став при этом бриллиантовым учеником, это невозможно. Очень немногие рождаются как ученики подобные бриллианту.

Большинство из нас при рождении являлись сандаловыми учениками. Что это означает? Когда вы получаете учение, то становитесь добрее, более добрыми, а затем, после получения учения, вы возвращаетесь к тому же состоянию, в каком были до этого. Если говорить о естественном состоянии вашего ума, то у вас порождается больше негативных состояний ума, чем позитивных, это признак того, что вы являетесь сандаловыми учениками. Но у вас есть интерес к Дхарме, и это хорошо, – это намного лучше, чем в случае тех людей, у которых

вообще нет интереса к Дхарме. У вас есть качества сандалового ученика, и это намного лучше, чем в случае тех людей, кто вообще не является учениками. Когда вы получаете Дхарму, вам очень трудно ее понять. Когда вы ее поняли, вам очень трудно применять ее в вашей повседневной жизни. Далее, вы очень легко, быстро ее забываете. Это признаки сандалового ученика. Но не унывайте, с помощью практики «Ламы Чопы» вы сможете сделать себя бриллиантовыми учениками. Чтобы каждый день заниматься практикой «Ламы Чопы», вам необходима передача этого текста.

Итак, это место визуализируйте мандалой Манджушри. Внутри пребывает божество Манджушри, неотделимое от вашего Духовного Наставника. Не ищите божество отдельно от вашего Духовного Наставника, это большая ошибка. Воспринимайте любое божество как проявление, манифестацию вашего Духовного Наставника, и вы получите невероятное благословение. Если вы развиваете веру в Будду, в божества, то вы получаете очень мощное благословение, но при этом, если вы видите божеством своего Духовного Наставника, то получаете не только мощное благословение, но это будет очень быстрое благословение. Есть большая разница между созерцанием отдельного божества и созерцанием вашего Духовного Наставника в качестве божества. Поэтому в «Ламе Чопе» говорится, что, созерцая вашего Духовного Наставника в качестве воплощения всех божеств, вы получите благословение всех божеств. Здесь не идет речь о том, является ли на самом деле ваш Учитель божеством или нет, здесь, благодаря простому созерцанию вашего Учителя в качестве божества, вы получите благословение всех божеств. Те, кто получал посвящение Ямантаки, себя визуализируйте Ямантакой. Вам необходимо чистое видение. А те, кто посвящения не получал, просто визуализируйте себя очень добрым человеком. Визуализируйте, как передача «Ламы Чопы» исходит из моего рта в виде белого света и проникая через ваш рот, остается в вашем сердце как передача «Ламы Чопы».

Итак, вам нужно заучить наизусть текст «Ламы Чопы». Когда вы читаете текст «Ламы Чопы», то не блуждайте в уме по сторонам, сосредоточьтесь на смысле всех прочитанных вами слов, и это также будет развитием концентрации. Говорится, что старик смысла, не опираясь на палку слов, не может подняться с земли. Поэтому в тибетской, монгольской, бурятской традициях, если кто-либо приступает к медитации, то делает медитацию на основе текста, а не просто так. Очень опасно медитировать без текста, потому что, если вы этим занимаетесь, то постепенно перейдете к медитации на собственные концепции. У вас в голове будет каша, это нью-эйджевская медитация. Это очень опасно. Такая каша только взрастит ваше эго и не поможет позитивным состояниям ума. Поэтому для нас очень важно придерживаться нашей традиции, придерживаться коренных текстов, строго следовать словам текстов. Каждый раз, когда вы произносите ту или иную фразу, думайте о смысле этой шлоки.

Я вспоминаю одного из своих Учителей Кинсу Ринпоче, это очень высокий мастер в области тантры. В Новой Зеландии я его переводил. Он ушел из жизни уже давным-давно. Я жил тогда рядом с его комнатой и слышал, как по утрам он занимался практикой. Вначале он произносил определенную фразу, затем затихал, затем, спустя какое-то время произносил еще одну фразу, снова умолкал, и это означало, что он медитировал над смыслом каждой строки. Итак, он опирался на все слова текста, произносил соответствующие фразы, далее умолкал, переходил к развитию углубления смысла, к медитации, и затем продолжал свою практику. Это хорошая традиция, но постепенно она немного деградирует. В наши дни люди просто читают текст и не задумываются над его смыслом.

Как вы выполняете садхану Ямантаки? Просто читаете текст садханы, совершенно не медитируете, и это тоже крайность. В тибетском сообществе тоже бывает так, что некоторые монахи говорят: «Мне нужно закончить свою молитву». Это означает, что нужно сесть и побыстрее прочитать текст, это также ошибка. Но без текста опасность еще больше. Если вы

читаете текст, то как минимум вы получите определенные отпечатки. В тантре Ваджрайогини говорится, что даже если вы просто читаете садхану Ваджрайогини без понимания смысла, одно это уже создаст причины для вас переродиться в чистой земле Ваджрайогини. Поэтому, даже если вы не понимаете смысла, то читать подобный текст – это намного лучше, чем заниматься какой-то странной медитацией без опоры на текст. Если вы вместе соберете какие-то разные нью-эйджевские техники, то у вас получится еще более опасная каша. У вас уже достаточно своей собственной каши, зачем вам каша других людей?

Теперь, что касается практики «Ламы Чопы». Чтобы практиковать «Ламу Чопу», практику необычной Гуру-йоги, союза блаженства и пустоты, в первую очередь нужно знать, как правильно выполнять эту практику, а узнать, как правильно практиковать, не получив учение, невозможно. Даже если вы получали учение раньше, этого недостаточно. Даже если вы его слушаете в десятый раз, в какой-то момент вы все равно обнаружите, что не понимали какие-то вещи, хотя и слушали раньше. Однажды один монгольский геше, после того как получил в тридцать четвертый раз комментарий к «Ламриму», сказал: «Вот теперь я наконец понимаю смысл «Ламрима». Теперь я понимаю механизм, каким образом взаимосвязаны все темы. До этого я понимал просто слова, но не понимал механизма». А из-за этого, если вы не понимаете механизма, в вашем уме изменений не происходит. Когда вы поймете механизм «Ламрима», тогда, даже если вы скажете своему уму: «Не меняйся», – он все равно изменится. Например, если вы обнаружите определенное обоснование, определенные причины испытывать сострадание, если после этого я скажу вам: «Не сострадайте определенным существам», – вы скажете: «Геша Ла, мне очень трудно удерживать свое сострадание». Если вы скажете себе: «Не нужно испытывать сострадания», вы скажете: «Я не могу не сострадать, потому что я вижу очень большие причины для сострадания». Итак, даже вы все равно почувствуете сострадание, поскольку у вас в уме уже заработал такой механизм, и позитивные эмоции порождаются спонтанно. Если вы скажете своему гневу: «Пожалуйста, не уходи, как же мне без тебя жить», ваш гнев все равно вас покинет.

Великий йогин Друкпа Кюнле говорил: «Однажды утром, когда я проснулся, я обнаружил, что у меня нет неведения. Тут я подумал, как же в сансаре мне оставаться без неведения, ведь это моя виза. Я начал искать, кто же украл мое неведение? Я искал, искал и обнаружил, что это в монастыре школы Ньингма украли мое неведение. На следующее утро, когда я проснулся, я заметил, что у меня нет высокомерия. Я подумал, что теперь, когда я без высокомерия, другие будут смотреть на меня свысока. Как же в таком обществе мне прожить без высокомерия? Я начал искать, кто же украл мое высокомерие? И тогда я обнаружил, что это в монастыре школы Гелуг украли мое высокомерие. На следующее утро, когда я проснулся, я обнаружил, что у меня нет скупости. Я подумал, как же мне теперь прожить без скупости? Наверное, я обнищаю. Я начал искать, кто же украл мою скупость? И я обнаружил, что это в монастыре школы Сакья украли мою скупость. В другой раз, когда я проснулся, я обнаружил, что у меня нет привязанности. Я подумал, как же теперь мне наслаждаться в сансаре без привязанности? Какой тогда смысл от красоты девушек, от красоты одежды без привязанности? Я начал искать и обнаружил, что это в монастыре школы Кагью украли мою привязанность».

Друкпа Кюнле был высоким мастером, он придерживался несектанского подхода и подчеркивал слабые стороны каждой школы. Итак, если вы правильно понимаете механизм Дхармы, что касается всех этих качеств ума, если вы скажете им: «Не уходите», они все равно вас покинут, как в случае с Друкпа Кюнле. Это тонкая шутка. Если вы правильно понимаете учение, то омрачения вас покинут, даже если вы им скажете: «Пожалуйста, не уходите, вы моя виза в сансаре», – для них не будет места, они все равно уйдут. Вы скажете: «Привязанность, не уходи, как я без тебя буду в сансаре?» – но поскольку основы нет, она уходит. Это очень тонкие мысли. Вы можете подумать: «Зачем он позорит буддийские

школы?» Но он никого не позорит, он говорит о том, что самое главное – это понимать суть, механизм учения, тогда, даже если вы будете просить омрачения остаться с вами, они сами уйдут, потому что для них нет места.

Поэтому понимать механизм Дхармы очень важно. А как вы можете к этому прийти? Это благодаря слушанию сущностных наставлений от вашего Духовного Наставника. Без вашего Духовного Наставника, даже если вы всю свою жизнь будете читать книги, вы не сможете получить от этого даже трех или четырех сущностных наставлений. Точно также это касается учеников, студентов, без опытного профессора они не смогут для себя открыть даже одной или двух теорий. А благодаря помощи профессора они за короткий период смогут открыть для себя множество разных теорий. А если говорить о развитии ума, то Духовный Наставник в этой области в миллион раз более важен.

Итак, необычная Гуру-йога, союз блаженства и пустоты рассматривается в трех частях. В первой главе рассматривается подлинность этих наставлений. Вторая глава – это рассмотрение величия этих сущностных наставлений. И третья глава – это непосредственно как заниматься практикой этих наставлений по необычной Гуру-йоге, союзу блаженства и пустоты.

И теперь, первое. Для того чтобы рассмотреть подлинность текста, здесь перечисляется линия преемственности Духовных Учителей. В самом начале текста приводятся слова на санскрите «Гуру-пуджа калпанама». Хотя этот текст не переведен с санскрита, тем не менее в начале текста используются слова на санскрите, почему? Автор говорит, что в этом заключается глубокий смысл. Текст написан тибетскими мастерами, тем не менее в начале текста в качестве выражения поклонения приводятся слова на санскрите «Гуру-пуджа калпанама». Это означает «Садхана Гуру-пуджи Лама Чопы». И здесь, хотя текст не переведен с санскрита и написан тибетскими мастерами, тем не менее, поскольку слова приводятся на санскрите, это подчеркивает, что в этом тексте нет ни одной фразы, имеющей какой-либо новый смысл, привнесенный тибетскими мастерами, какого не было бы у великих мастеров прошлых времен. Это учение идет по непрерывной подлинной линии преемственности и восходит к Будде Шакьямуни и далее к Будде Ваджрадхаре и через Учителей, великих махасиддхов Индии переходит к тибетским Учителям. Поскольку это очень важно, здесь автор подчеркивает, каким образом это учение по непрерывной линии преемственности оказалось в Тибете.

Итак, это необычная Гуру-йога, союз сутры и тантры, и с точки зрения сутры, в сутре самое важное наставление – это учение о развитии бодхичитты, аспект метода. И также очень важны наставления о том, каким образом вступить на путь накопления, далее с пути накопления перейти на путь подготовки, с пути подготовки перейти на путь видения, с пути видения на путь медитации, и с пути медитации далее перейти на путь более не учения, а это состояние будды. Итак, каким образом продвигаться шаг за шагом полностью по всем путям, также объясняется в аспекте метода. Так, что касается учения Будды с точки зрения сутры, то здесь есть два самых важных аспекта – это учение по обширному методу и учение по глубинной мудрости. Подробное учение по аспекту метода, по поэтапному пути, продвижению шаг за шагом, как развивать отречение, бодхичитту, как развиваться, переходя с одного пути на другой, как развивать шаматху, все стадии шаматхи (это не относится к теме випашьяны). Все эти наставления, учения относятся к аспекту метода.

Когда Будда совершал поворот Колеса учения в Индии, это было три поворота Колеса учения. Первый назывался «поворотом Колеса учения четырех благородных истин». Второй поворот Колеса учения – это наставления по бессамостности. В третьем повороте Колеса учения, в третьей доктрине Будда говорил о тонком уме, о ясном свете и объяснял тему природы будды.

Это фундамент для будущего учения по практике тантры. Итак, вам необходимо понимать, что нет каких-либо других учений, кроме трех поворотов доктрин. Нет какого-то особого тибетского учения, учения школы Ньингма, или школы Кагью, или школы Гелуг и так далее. Все это подробные наставления о развитии метода и мудрости, что перешло от великих махасиддхов, мастеров прошлых времен.

Лама Цонкапа говорил, является учение вашего Духовного Наставника подлинным или нет, это зависит от соответствия коренным текстам. Если его учение противоречит коренным текстам, то, как бы вы ни восхваляли вашего Духовного Наставника, это учение не будет особо высоким учением. Поэтому вам нужно понимать, что нет каких-либо сущностных наставлений, отдельных от коренных текстов. Тогда вы можете подумать: «Зачем же мне в этом случае Духовный Наставник, который дарует сущностные наставления?» Причина состоит в том, что, хотя все сущностные наставления есть в учении сутры, но если говорить о полном своде учений сутры, то это восемьдесят четыре тысячи томов, как же вы сможете все их там обнаружить? Даже из одного текста вы не можете нормально извлечь сущностные наставления, как же вы сможете обнаружить их все в восьмидесяти четырех тысячах томов? Таким образом, с помощью вашего Духовного Наставника вы сможете обнаружить сущностные наставления, хотя все они изложены в коренных текстах.

Теперь вернемся к нашей теме. Итак, Будда Майтрея являлся держателем линии учения обширного метода и далее передал его своему ученику Асанге. Асанга далее передал его своему ученику, и так это учение перешло к Атише. Далее Атиша передавал учение своим ученикам, и оно оказалось у ламы Цонкапы. Итак, лама Цонкапа являлся держателем непрерывной линии преемственности учения по обширному методу, которое получил по линии преемственности от Атиши. Эта линия далее восходит к великим мастерам: к Асанге, Будде Майтрее и далее к Будде Шакьямуни. И это один из очень важных аспектов практики. В Махаяне нет учения более важного, чем учение по обширному методу и развитию бодхичитты. Все наставления по обоим методам развития бодхичитты также от Будды Майтреи перешли к Асанге, к великим мастерам Индии, далее к Атише и далее к тибетским мастерам.

Что касается линии учения глубинной мудрости, то это учение от Будды Шакьямуни перешло к Манджушри. Манджушри передал эти наставления Нагарджуне. От Нагарджуны это учение перешло к его ученику Чандракирти, и таким образом оно также оказалось у Атиши. Хотя есть четыре философские школы, тем не менее совершенно чистое, безупречное учение Прасангики Мадхьямаки, незапятнанное учение перешло от Атиши далее к ламе Цонкапе.

А что касается линии тантры, есть три главные тантры – это Гухьясамаджа, Чакрасамвара и Ямантака. Будда Шакьямуни в облике Будды Ваджрадхары передал такое учение. В тот момент такие наставления получали большей частью нечеловеческие существа, людей было очень мало, и далее дакини забрали все эти наставления, инструкции в чистые земли. Что касается тантры Ямантаки, то Будда Ваджрадхара в облике Ямантаки передал эту тантру, это учение, и после этого дакини забрали ее в чистую землю. В нашем мире тантры Ямантаки в течение долгого времени не было. Лалитаваджра являлся одним из величайших мастеров, который отправился в чистую землю и оттуда принес тантру Ямантаки в наш мир. Ра Лоцава, также величайший мастер, очень добрый мастер, который тантру Ямантаки из Индии перенес в Тибет. Лама Цонкапа опирался на такие тантры как Гухьясамаджа, Чакрасамвара и Ямантака, но при этом очень высоко восхвалял тантру Ямантаки.

Однажды лама Цонкапа сказал, что у тантры Ямантаки есть пять уникальных характеристик, особенностей, которых нет у других тантр. Кхедруб Ринпоче тут же поднялся, сделал подношение мандалы и обратился с просьбой к ламе Цонкапе: «Пожалуйста, расскажите, что

это за пять особенностей, которые есть у тантры Ямантаки и которые отсутствуют у других тантр?» Лама Цонкапа после этого объяснил эти пять характеристик. Что касается наивысшей йога-тантры, здесь лама Цонкапа подчеркивал, что очень важное значение имеет тантра Ямантаки, в особенности в наши времена упадка. В моем случае я также очень сильно опираюсь на божество Ямантаку и не практикую большое множество разных божеств. Причина состоит в том, что садхана Ямантаки короткая, ее практиковать очень просто. Если говорить о садхане Гухьясамаджи, то она очень длинная, очень трудная. Среди тибетских монахов есть такое мнение, что путь тантры Гухьясамаджи очень длинный и очень сложный, ухабистый, неровный. Если говорить о Чакрасамваре, то там очень много подношений. Для меня тантра Ямантаки – это такая очень ровная, гладкая, очень короткая дорога. То есть, монахи говорят такое в шутку.

Во всех этих тантрах есть полный свод наставлений о том, каким образом достичь состояния будды за одну жизнь. И практика ясного света и практика иллюзорного тела в целостности изложена в каждой Махаануттарайога-тантре. Если вы хотите заниматься практикой ясного света, то это нужно делать с опорой на одно из божеств, а иначе, если, не опираясь на божество, вы практикуете ясный свет, вы не добьетесь никаких реализаций. Без йоги божества, без практики стадии керим, если вы сразу переходите к ясному свету, к стадии дзогрим, то вы не добьетесь никаких реализаций. Кроме этого, если вы практикуете в соответствии с единой системой, то тогда вы действительно сможете добиться подлинных реализаций. Если дело доходит до тонких нюансов, то здесь возникают отличия. Если сравнивать тантры Гухьясамаджи и Ямантаки, то в определенных тонких нюансах есть отличия с точки зрения стиля практики. Итак, не смешивайте все подряд, занимайтесь практикой в соответствии с каким-то одним божеством, и вы сможете добиться результата. Например, в бизнесе тоже существует множество разных подходов, и если все их вы смешаете вместе, то не достигнете никакого результата. Например, если вы хотите заниматься ресторанным бизнесом, то здесь есть множество тонких нюансов, и вам не нужно смешивать ресторанный бизнес, например, с торговым бизнесом, с бизнесом торгового центра. Иначе вы все потеряете.

Тантры всех этих трех божеств от Будды Ваджрадхары перешли к великим махасиддхам Индии, далее не только от Атиши они перешли к ламе Цонкапе. Большинство тантрических наставлений лама Цонкапа получил по линии преемственности от Ра Лоцавы. Например, тантру Ямантаки лама Цонкапа получил по линии преемственности от Ра Лоцавы. Эти наставления пришли в Тибет, к тибетским мастерам, и далее от них перешли к ламе Цонкапе. Если говорить о тантрах Гухьясамаджи и Чакрасамвары, то они перешли от таких великих мастеров как Тилопа, Наропа, Марпа, Миларепа и так далее. Это линия преемственности учения тантры.

Мы рассмотрели длинную линию преемственности, далее есть также и короткая линия. Короткая линия – это наставления, которые лама Цонкапа получил напрямую от Манджушри. Если вы посмотрите на Поле заслуг ламы Цонкапы, Ламы Чопы, то вы обнаружите, что справа и слева рассматриваются линии преемственности Учителей обширного метода и глубинной мудрости. Далее также представлены линии передачи четырех главных божеств Махаануттарайога-тантры. В этой тантрической линии в качестве центральной фигуры везде, на всех уровнях представлен только Манджушри. Это подчеркивает краткую линию передачи тантры. Итак, если говорить о короткой линии передачи, то большое количество тантрических наставлений и других инструкций по практике лама Цонкапа получил напрямую от Манджушри. Особенно эти наставления по необычной Гуру-йоге, союзу блаженства и пустоты лама Цонкапа получил напрямую от Манджушри. Итак, это краткое рассмотрение, далее, если говорить об обширных инструкциях, то все они также полностью входят в

практику необычной Гуру-йоги «Ламы Чопы». Каким образом лама Цонкапа получил эти наставления напрямую от Манджушри?

Вначале лама Цонкапа общался с божеством Манджушри через переводчика, но затем смог обрести прямое видение божества Манджушри так же, как один человек видит другого человека. Таким образом лама Цонкапа получил огромное множество очень ценных сущностных наставлений напрямую от Манджушри. В тексте подчеркивается, что лама Цонкапа обрел огромное преимущество от прямого общения с божеством Манджушри, и также, что касается теории пустоты, лама Цонкапа получил очень много детальных пояснений напрямую от Манджушри. Лама Цонкапа излагал теорию пустоты очень подробным образом. До прихода ламы Цонкапы в Тибет в Тибете не существовало таких детальных инструкций.

Итак, однажды лама Цонкапа спросил у Манджушри: «Если кто-либо захотел достичь состояния будды очень быстро, за одну жизнь, на благо всех живых существ, то, что он или она должны предпринять?» Манджушри ответил: «Чтобы стать буддой за одну жизнь, вам необходимо знать, как создать прямую причину Дхармакаи и прямую причину Рупакаи. Если вы не создадите прямой причины Рупакаи и прямой причины Дхармакаи, то за одну жизнь будет совершенно невозможно достичь состояния будды». В сутрах не объясняется прямых причин Рупакаи и Дхармакаи. Рупакай означает тело формы будды, а Дхармакай – это тело истины будды, что является ментальным телом будды. В сутрах объясняются непрямые, косвенные причины Рупакаи и Дхармакаи, а прямые причины не излагаются. Для того чтобы создать непрямые причины достижения состояния будды, Дхармакаи и Рупакаи, необходимо накопить три неисчислимых эона заслуг, поэтому на достижение состояния будды требуются три неисчислимых эона. Если вы просто накапливаете заслуги, вам необходимо развить бодхичитту, и без прямой причины на практику у вас уйдет три неисчислимых эона. Итак, бодхичитта – это очень хорошо, но для того чтобы обрести тело формы будды и тело истины будды, очень важны прямые причины.

В тантре объясняется прямая причина Дхармакаи, и это практика ясного света. Во всех тантрах Махаануттарайога-тантры: это тантры Гухьясамаджи, Чакрасамвары и Ямантаки, объясняется, что прямая причина обретения тела истины будды, Дхармакаи – это практика ясного света. А прямая причина тела формы, Рупакаи – это иллюзорное тело. Как только вы обретете иллюзорное тело, если достигнете этой реализации в этой жизни, то далее на сто процентов за одну жизнь вы достигнете состояния будды. Поэтому очень важными сущностными наставлениями являются инструкции о том, каким образом трансформировать наше тонкое энергетическое тело в иллюзорное тело. Здесь важны не просто слова, вам необходимо на деле это актуализировать, и это совсем непросто. Итак, если вы обрели эти две причины: иллюзорное тело и ясный свет, то вы с легкостью сможете достичь состояния будды за одну жизнь. Все это объясняется в разделе практики дзогрим тантр Гухьясамаджи, Чакрасамвары и Ямантаки. Нет каких-то отдельных практик махамудры и дзогчена, все они объясняются в этих главных тантрах. Если вы практикуете только ясный свет, вы не сможете стать буддой, потому что вы не создаете прямой причины обретения тела формы будды.

Чтобы стадия дзогрим стала эффективной, Манджушри говорил, что нужно заниматься практикой стадии порождения. Здесь самое главное – это йога божества и привнесение трех кай на путь. Это приводит ваш ум к созреванию для достижения реализаций стадии дзогрим. Манджушри говорил, что для тех, кто желает достичь состояния будды за одну жизнь, очень важно в практике объединить эти три божества. Для тех, кто практикует тантру Ямантаки, также важно читать текст тантры Гухьясамаджи, в ней заключаются очень важные наставления. Манджушри также подчеркивал, что в качестве фундамента практики тантры вам нужно получить посвящение. Без посвящения, какой бы тантрической практикой вы ни

занимались, все будет бесполезно. И кроме этого, важно не просто получить посвящение, очень важно, чтобы подлинный мастер передал посвящение подходящему ученику.

Итак, вам необходимо найти подлинного мастера, который бы являлся держателем непрерывной линии преемственности тантры. Но одного этого также недостаточно, вам необходимо сделать себя подходящим, квалифицированным учеником для получения тантрического посвящения. Если сочетаются эти два условия, тогда вы получаете посвящение. Если у вас нет подходящей квалификации, вы можете находиться на посвящении и можете подумать, что получили посвящение, но на самом деле вы не получили никакого посвящения.

Квалификация – это три основных аспекта пути. Манджушри говорил, что очень важно обладать хорошим пониманием теории пустоты, далее бодхичитта, если это не спонтанная бодхичитта, то как минимум нужен какой-то уровень искусственной бодхичитты. Бодхичитта должна опираться на отречение, понимание учения о четырех благородных истинах, что является позвоночником учения Будды. Чтобы уменьшить привязанность к сансаре, вам необходимо уменьшить привязанность к этой жизни. Чтобы уменьшить привязанность к этой жизни, вам в своем уме очень важно длительное время осваивать тему непостоянства и смерти и драгоценной человеческой жизни. А корень всех реализаций – это преданность Гуру, очень сильная преданность Духовному Наставнику. Тогда за одну жизнь вы сможете достичь состояния будды.

Кроме того, для практики существует большое количество внешних и внутренних препятствий. Поэтому без опоры на защитника Дхармы вы не сможете достичь хороших результатов в вашей практике, особенно в медитации, поскольку возникает большое количество препятствий. Манджушри говорил, что вам не нужно полагаться на любого защитника Дхармы, необходимо выбирать того защитника, который соответствует практике Ламрим. Для практики начального уровня защитник Дхармы – это Каларупа, потому что он защищает вас от преждевременной смерти. Для драгоценной человеческой жизни существует большое количество препятствий, и для того чтобы с вами не произошло преждевременной смерти, нужно полагаться на защитника Каларупу.

На уровне практики промежуточного, среднего уровня защитник Дхармы – это Намсарай. На уровне практики среднего уровня главная практика – это практика нравственности. А на начальном уровне главная практика – это очищение от негативной кармы и накопление заслуг. Вайшравана – это защитник чистой нравственности. Опираясь на него, вы обретете чистоту тела, речи и ума. А для высшего уровня практики защитником Дхармы является Махакала. Если вы практикуете бодхичитту, то защитником Дхармы для вас является Махакала. Главным образом Махакала защищает вас от вашего эго, от себялюбивого ума. Махакала – это Авалокитешвара в гневном аспекте. Он защищает вас от эгоистичного ума, который для вас является главным препятствием к развитию бодхичитты. В ходе медитации, если вы становитесь более скромным человеком, и ваше эго не разрастается, это благодаря тому, что защитник Дхармы Махакала вас защищает.

Манджушри этого не говорил, но в повседневной жизни в качестве нашего главного защитника Дхармы мы полагаемся на Палден Лхамо. Для всех моих центров одним из главных защитников Дхармы, – это как наша мать, – является Палден Лхамо. Манджушри говорил, что даже в вопросе выбора защитника Дхармы вы не должны полагаться на любого защитника, о каком бы ни подумали, здесь тоже очень важна система. Если говорить о таком противоречивом существе как Шугден, не полагайтесь на такого защитника, вам не нужно даже ничего слушать о нем. Итак, это сущностные наставления, которые Манджушри передал ламе Цонкапе, и благодаря ним вы можете достичь состояния будды за одну жизнь.

В пять часов состоится учение по теме «Випашьяна», основанное на «Среднем Ламрине» ламы Цонкапы. Для вас это очень большая удача. Хотя вы не пребываете в монастыре, но тем не менее вы получаете сущностные наставления, сущность того учения, которое изучается в монастырях. В особенности, если говорить о необычной Гуру-йоге «Ламе Чопе», то такое учение вообще открыто не передается, даже в монастырях. Поэтому для вас это большая удача, произошло нечто невероятное. Итак, радуйтесь этому!