

Геше Джампа Тинлей
Осенние лекции
25.11.2023 г.
Лекция № 6
г. Москва

Для того, чтобы получить драгоценное учение, Дхарму, первый очень важный момент – это порождение правильной мотивации. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией достичь состояния будды во благо всех живых существ.

В прошлый раз мы с вами обсуждали четыре фактора, в силу которых позитивная и негативная карма становится более или менее весомой. Это очень важный момент, если вы хотите инвестировать большие заслуги в банк своего ума, то эта тема очень важна. Это естественный природный механизм, и вам нужно знать, согласно какой системе он работает. Тогда вы сможете сделать нечто такое, на что многие другие люди не способны. Настоящее богатство – это большие заслуги, оно действительно вам принадлежит. Материальное богатство сегодня у вас есть, а завтра его нет, оно не является прочным, надежным, может исчезнуть в любой миг. Что касается материального богатства, то вы можете быстро его использовать, какие-то временные проблемы с его помощью вы можете быстро разрешить, и поэтому начинаете думать, что оно в вашей жизни является очень важным. А такое богатство, как благие качества ума и такое богатство как большие заслуги, мгновенно ваших проблем не решат. Эйнштейн говорил, что если перед обезьяной положить на выбор какой-то фрукт и деньги, то обезьяна тут же выберет фрукт, потому что его легко взять и съесть. А что касается денег, там может быть сто долларов или тысяча долларов, на которые можно купить огромное количество подобных плодов, но обезьяна не знает, каким образом их использовать, поэтому она их не выбирает. И точно также, если перед обывателями, перед вами положить на стол большие заслуги и, например, тысячу долларов, то вы сразу же выберете тысячу долларов. На эту тысячу долларов вы сможете купить то, что хотите, но если у вас есть большие заслуги, то это в миллионы раз лучше. Но вы не знаете, каким образом они функционируют в долгосрочной перспективе, и поэтому выбираете деньги. Есть многие вещи, которых мы не понимаем, и из-за такой узколобости теряемся в какой-то очень маленькой области, которая тут же дает нам результат. Получая маленький результат, вы думаете, что это самое главное и дальше ничего нет. Как, например, если собака найдет кусок мяса, то далее она уже ничего не видит, только этот кусок мяса. Поэтому наш ум должен стать немного шире.

Далее, очень важен баланс. Я не говорю, что вам нужны только заслуги, нужно иметь и деньги. и еду, но важен баланс. Это главный момент! Что касается баланса, то здесь вам очень важно понимать свою ситуацию. Я не могу дать вам конкретный совет, но для того чтобы не впасть ни в одну из крайностей, чтобы выбрать золотую середину, сохранять правильный баланс, вам нужно хорошо знать свою ситуацию. Вы можете думать, что вот это срединный путь, это баланс, но в соответствии с вашей ситуацией это будет ошибкой. Настоящий баланс, по-настоящему срединный путь знают лишь очень немногие. В нашем мире, если вы заговорите о балансе, о срединном пути, все согласятся с вами и скажут: «Да, действительно очень важно сохранять баланс, иметь срединный путь». Но лишь очень немногие его придерживаются, большинство из этих людей впадают в крайности. У русских есть такое выражение как «золотая середина». Чтобы очень точно определить, что для вас является балансом и срединным путем, очень важно обладать обширным знанием Дхармы.

По поводу ошибок – вы знаете большое количество своих грубых ошибок, но массы тонких ошибок вы не знаете, не считая их ошибками. Вы не знаете даже многих грубых своих ошибок, как же вы можете знать тонкие ошибки? Когда вы узнаете об ошибках в вашей жизни, это становится первым шагом к вашему развитию. Так, когда вы узнаете об ошибках и далее не создаете этих ошибок, то ситуация в вашей жизни становится лучше. Компания, которой руководит умный человек, делает меньше ошибок и развивается лучше. А если руководитель глупый, не знает, где ошибается, то у него ошибка на ошибке, и потом в компании наступает бардак. Поэтому компания всегда платит больше денег опытным директорам, которые не делают больших ошибок. В компании прибыль – это очень хорошо, но самая первая, важная задача – не допускать ошибок. Что касается вашей жизни, то достижение реализаций – это очень хорошо, но первое, самое главное для вас – это не совершать ошибок. Не допускайте грубых ошибок, и затем постепенно вы сможете начать избавляться от тонких ошибок, и для вас это также будет реализацией. Вы думаете, что реализация означает что-то приобрести, но здесь, когда вы перестаете допускать ошибки, система вашего ума становится намного лучше. Если у вас будет меньше ошибок, меньше омрачений в вашем уме, то вам не нужно будет где-то искать умиротворение и спокойствие, автоматически в вашем уме воцарится покой. Грубые беспокоящие факторы исчезнут, и поэтому у вас не будет грубого беспокойства. Это логично.

Итак, рассмотрим четыре фактора, которые делают вашу позитивную или негативную карму более или менее весомой. Первый фактор – объект, второй фактор – мотивация, третий фактор – непосредственное действие и четвертый фактор – завершение.

Если как-то так получилось, что вы создали негативную карму, и у вас в ней, возможно, присутствует один или два фактора, убедитесь, что в ней нет всех четырех факторов. Что касается объекта, то в отношении самых весомых объектов вам нужно быть очень осторожными и не создавать негативной кармы. Это самая большая ошибка, это очень опасно! Ваш Духовный Наставник, будды, бодхисаттвы являются очень весомыми объектами для создания негативной кармы и также это очень весомые объекты для создания позитивной кармы. Родители этой вашей жизни для вас тоже являются очень весомыми объектами создания как позитивной, так и негативной кармы. В отношении этих объектов удостоверьтесь, что вы создаете только позитивную карму и никогда не накапливаете негативной кармы. Такой должна быть ваша стратегия.

Следующее – мотивация, которая делает вашу карму более или менее весомой. Это, например, сильный гнев. Если вы убиваете с сильным гневом, то накапливаете очень тяжелую негативную карму. Когда тигры пожирают других животных, они не испытывают сильного гнева, потому что они их воспринимают просто как еду, кроме того, они не понимают, насколько большие страдания переживают другие животные, и поэтому таким убийством они накапливают меньше негативной кармы. Например, если какое-то животное убивает тигр и такое же животное убивает человек, то человек накапливает большую негативную карму, потому что он знает о страданиях, которые испытывает это животное.

Что касается мотивации для создания позитивной кармы, например, если ваша мотивация – это обретение счастья в будущей жизни, то это становится практикой Дхармы. Если вы создаете какую-либо позитивную карму с заботой об этой жизни, то это не будет практикой Дхармы. Это будет позитивная карма, но не практика Дхармы. Многие люди в нашем мире создают позитивную карму именно так, просто ради

каких-то преимуществ в этой жизни, например, ради славы или репутации, или просто хотят сделать что-то хорошее для других, даже не задумываясь о будущей жизни, и это не становится практикой Дхармы. Для практики Дхармы, как минимум, вы должны быть побуждаемы заботой о счастье в будущей жизни, и далее – заботой об обретении безусловно здорового состояния ума, освобождения от сансары и заботой о достижении состояния будды для избавления всех живых существ от страданий и приведения их к безусловному счастью. Если вы создаете позитивную карму, побуждаемые одной лишь заботой о счастье в будущей жизни, то такая позитивная карма не будет называться кармой, подобной освобождению.

Что такое кармический отпечаток, подобный освобождению? Это когда вы создаете какую-либо позитивную карму с мотивацией достижения освобождения или достижения состояния будды, то есть с мотивацией бодхичитты, в этом случае это карма, подобная освобождению. Но все равно такой кармический отпечаток является отпечатком загрязненной кармы. А что такое отпечатки незагрязненной кармы? Когда вы создаете кармические отпечатки с мудростью, напрямую познающей пустоту, то все они являются отпечатками незагрязненной кармы. Таким образом, вам нужно понять, что любые кармические отпечатки, которые вы создаете без мудрости, напрямую познающей пустоту, являются отпечатками загрязненной кармы. Потому что, когда вы создаете карму, вы находитесь под влиянием неведения, цепляния за истинность. Даже когда вы порождаете сострадание, но оно связано с цеплянием за истинность, то есть вы думаете, что хотели бы, чтобы истинно существующие живые существа были свободны от страданий, то такое сострадание не может развиваться безгранично. Что касается сострадания и любви, которые можно развить до безграничного состояния, то их должна поддерживать мудрость, познающая пустоту. Любое качество ума, позитивное или негативное, если оно поддерживается неведением, то оно не является прочным, стабильным и рано или поздно рухнет. Даже позитивное состояние ума, если оно поддержано цеплянием за истинность, не может развиваться до безграничности, потому что основа ошибочна. Поэтому, если вы порождаете любовь и сострадание, то они не должны в основе иметь неведение. Вы должны понимать, что это взаимозависимо существующие живые существа, и я также существую взаимозависимым образом, и тогда такое сострадание может развиваться безгранично. Такой анализ мы изучали в монастырях, и он очень важен, потому что в противном случае вы изучаете буддийские темы лишь грубым образом, перескакивая от одной темы к другой и полностью не узнаете ни одной из тем.

Некоторые западные мыслители изрекли такую мысль, что малое количество знаний опасно. Но я говорю, что иметь мало знаний не опасно. Мы с другом однажды обсуждали эту тему, и он сказал мне, что иметь мало знаний опасно, а я ему на это сказал, что нет, это не опасно. Я ему сказал, что малое количество знаний не опасно, но половинные знания действительно опасны. Я привел в пример некоторых людей, жителей деревни, у них может быть мало знаний, но при этом то, что они знают, они знают целиком. Они работают с землей, знают, что надо делать, когда надо сеять зерно. Они знают это полностью. Они многого не знают, но то, что знают, они знают полностью. Вы, русские люди, живущие в Москве, чуть-чуть знаете компьютер, чуть-чуть знаете науку, чуть-чуть знаете политику, бизнес, а что-то одно полностью не знаете, и это более опасно. Если на основе половинных знаний вы начнете что-то делать, то будет бардак. В России, Европе, Америке многие занимаются практикой Дхармы, но не получают результатов, потому что их знания половинные, а в тантре мы не говорим даже о половинных знаниях, потому что таких знаний вообще очень мало.

У людей мало знаний, а ожидания очень большие. Как же это возможно? Это нереалистично. Поэтому очень важны подробные знания о законе кармы. Что касается тантры, или даже теории пустоты, то вам нужно понимать, что настоящее понимание теории пустоты не должно противоречить закону кармы. Если это противоречит закону кармы, то это не теория пустоты. Когда вы по-настоящему обретаете убежденность в теории пустоты, то с другой стороны ваша убежденность в законе кармы становится еще сильнее, и тогда это настоящее понимание теории пустоты. Поскольку нет самобытия, то все существует взаимозависимо, а поскольку все взаимозависимо, то я в этом случае зависю от огромного количества разных факторов. Состояние моего тела зависит от многого, например, от правильных действий. Это закон кармы. Правильные действия обеспечивают здоровое тело. Это тоже закон кармы применимо к вашему телу. Например, все то, что ученые открыли в отношении вашего тела, тоже является законом кармы на физическом уровне, уровне тела. Если вы примете такую-то еду, то в вашем теле появится такой-то и такой-то результат. И это тоже закон кармы, связанный с вашим телом, этого никто не создавал, это природный механизм. Но когда Будда объяснял закон кармы, он больше рассматривал ментальные взаимосвязи причин и следствий. На физическом уровне это тоже есть, но физический закон кармы не является таким надежным, потому что на физическом уровне иногда можно избежать определенных последствий. Например, что бы вы ни ели, что бы ни пили, вы можете даже курить, но иногда вам удастся избежать последствий.

Однажды одному моему другу мама сказала: не пей и не кури. Он спросил: «А почему, что случится?» Она сказала: «Если ты будешь пить и курить, то заболеешь и умрешь». Он сказал, что если бы человек не пил и не курил и от этого не болел, то как же тогда насчет монахов монастыря Сера Мей, которые не пьют и не курят, но многие из них лежат в больнице? С точки зрения науки, если человек пьет и курит, то существует большой риск, большая вероятность того, что он заболеет, но полной убежденности в этом нет. Таким образом, если рассуждать с точки зрения вероятности, то в этом случае для вас будет большей вероятностью быстро заболеть и умереть, но тем не менее, из этого правила будут и исключения. Также говорится о том, что, например, у того, чтобы пить и курить есть одно преимущество. Оно в том, что вы не состаритесь, потому что умрете рано.

Итак, вернемся к нашей теме. Если с мотивацией бодхичитты вы создаете позитивную карму, то она станет очень мощной позитивной кармой. Поэтому, когда вы создаете позитивную карму, убедитесь что вы это делаете с наивысшей мотивацией. Поскольку мы практики Махаяны, наш банковский счет – это бодхичитта. Когда вы накапливаете заслуги, они должны поступать на банковский счет бодхичитты. Так, если кто-то говорит, что хочет перевести вам деньги и спрашивает, каков ваш банковский счет, то банковский счет вашего ума – это бодхичитта. Каждый раз, когда вы накапливаете заслуги, убедитесь, что они у вас поступают на банковский счет бодхичитты. Что касается бодхичитты, то это ваша цель, это означает, что если вы накапливаете заслуги, то вы это делаете для достижения состояния будды во благо всех живых существ, очень важна эта цель. Что бы вы ни делали, у вас всегда есть определенная цель. Некоторые люди могут, например, практиковать щедрость для того, чтобы победить на выборах. Некоторые кому-то могут преподнести подарок, чтобы затем сфотографировать это и разместить фотографию на фейсбуке. Иногда так поступают даже некоторые монахи, но когда я такое вижу, мне действительно очень стыдно.

Во-первых, Будда говорил, что монахи не должны вовлекаться в практику материальной щедрости. Они должны практиковать Дхарму, и если выполнять практику щедрости, то это должно быть даяние Дхармы или даяние любви. Будда установил такой запрет для монахов и монахинь на практику материальной щедрости. Это будет питать их эго, а с другой стороны, особой пользы от этого тоже не будет. Будда сказал: “Если кто-то заболел, я сам начну ухаживать за этим человеком”. Во многих ситуациях, когда ученики Будды заболели, Будда сам им прислуживал. Это очень важный момент. Это пример того, как мы должны практиковать. Поэтому мотивация бодхичитты очень и очень важна.

Следующее, третье – это непосредственное действие. Когда вы практикуете “Ламу Чопу”, первый, самый важный момент – это вы визуализируете Поле Заслуг. В тексте “Лама Чопа” порядок другой, вначале вы порождаете мотивацию, а затем визуализируете Поле Заслуг. Далее начинается непосредственное действие, то есть вы совершаете подношения и так далее. Далее вы получаете четыре самопосвящения, выполняете полную аналитическую медитацию по темам “Ламрима”. После подношений также есть практика Гуру-йоги, обычная и необычная визуализация. Вы принимаете четыре самопосвящения и после этого переходите к аналитической медитации по “Ламриму”. В конце заключение – посвящение заслуг. Таким образом вы видите, что вся система “Ламы Чопы” основана на этом законе, законе кармы.

Это четыре фактора, которые делают карму очень весомой. Первый – это мотивация, мотивация бодхичитты, объект – это высший объект, ваш Духовный Наставник и все будды, все божества. Далее – подношения. Есть множество разных видов подношений: подношения, связанные с посвящением сосуда, подношения, связанные с тайным посвящением, подношения, связанные с посвящением мудрости и подношения, связанные с посвящением слова. Это семичленное подношение, здесь в начале производятся вот эти подношения, а затем оставшиеся члены семичленного подношения. Семичленное подношение знать очень важно, поскольку это очень мощный способ накопления больших заслуг. Нужно запомнить наизусть, каковы составляющие этого семичленного подношения. В “Ламе Чопе”, когда вы делаете подношение – это семичленное подношение. Первый этап – простирания. Следующий, второй этап – подношения, вы делаете подробное подношение, связанное с посвящением сосуда и так далее. Что касается простираний, то в “Ламе Чопе” они тоже объясняются очень подробным образом. Простирания могут быть физическими, вербальными и также ментальными – три вида простираний. Физические простирания тоже могут быть трех видов. Когда вы просто кланяетесь, это один из видов простираний. Далее, вы опускаете на пол пять точек вашего тела, это тоже один из видов простираний. И следующее – это полное простирание. Есть также подробная информация о том, что такое простирание, как выполнить сто тысяч простираний. Простирания тоже имеют огромные преимущества.

У одного монаха было маленькое тело, но он очень подробно знал, как выполнять простирания. Он знал, что выполняя простирания, он накапливает большие заслуги и жалел только об одном: он говорил, что вот если бы мое тело было побольше, то насколько большие заслуги я смог бы накопить! Он говорил, что если вы знаете, как правильно выполнять простирания, то накапливаете заслуги, соответствующие количеству песчинок, которые вы накрываете своим телом. Я не знаю на самом деле, насколько большее по размеру тело приносит больше преимуществ. Может быть, из-за жира человеку труднее выполнять простирания. Я слышал эту историю, но до сих пор

еще настроен скептически насчет этого большего по размеру тела. В этом я чуть-чуть сомневаюсь. Такая история есть, но я с этим не согласен. Поэтому, маленькие люди, не беспокойтесь. Когда вы изучаете буддизм, вы понимаете, что практика буддизма – это состояние ума, это наука об уме. Это не имеет отношения к размеру тела или к тому, мужское это тело или женское. Когда дело касается кармы и сравнивается, например, карма убийства слона и карма убийства маленького животного, то эта карма разная, но на это есть особая причина. Потому что в теле слона живет большое количество других микроорганизмов, насекомых, и если вы убиваете слона, то вместе с этим у них исчезает место обитания, они тоже погибают, и поэтому вы накапливаете более тяжелую негативную карму, это логично. В противном случае, если говорится о физических простираниях и о том, что они разные в зависимости от размера вашего тела, с этим я не согласен. Даже если так будет написано в книге, я не соглашусь. Это нелогично.

В буддизме это очень хороший момент: если что-то нелогично, то вы не должны этого признавать. Его Святейшество Далай-лама в этом смысле для нас большой объект вдохновения, потому что он говорит о том, что не соглашается с определенными утверждениями из текстов, например, Васубандху, поскольку они не логичны. Что касается текста Васубандху “Абхидхарма”, то четвертая глава, посвященная карме, написана просто безупречно, безошибочно. А третья глава посвящена мироустройству, и это нонсенс. Это как в случае с Эйнштейном, он открыл теорию относительности, написал этот труд, и все ученые с этим согласились. Затем он также выступил с другой теорией, и ее уже никто не признал. Итак, здесь не имеет значения, кто написал текст, то есть самое главное – чтобы была логика, и если что-то логичное говорит даже обычный человек, вам нужно с этим согласиться. Даже если это Эйнштейн или это Васубандху, но его утверждение противоречит логике, вы должны сказать им “до свидания”. И не только логике, но также если они противоречат реальности.

Теперь вернемся к нашей теме. Итак, семичленное подношение. Первое звено – простирания, второе – подношения, третье – очищение, четвертое – сорадование, пятое – это просьба о повороте Колеса Учения. Итак, сорадование, просьба о повороте Колеса Учения – все это предназначено для накопления заслуг. Простирания – для накопления заслуг и также для очищения от негативной кармы, вместе. Подношения – исключительно для накопления больших заслуг. Третье – очищение, и главным образом для очищения от негативной кармы. Четвертое – сорадование, оно главным образом предназначено для накопления больших заслуг для ленивых людей. Если вы не можете прикладывать усилия и таким образом накапливать заслуги, то, как минимум, сорадайтесь заслугам других живых существ.

Много лет назад, когда я медитировал в горах Дхарамсалы, я не мог просыпаться рано по утрам, я также не мог себя слишком толкать к практике, потому что я знал, что практика Дхармы очень долгосрочна, и если я сразу же начну сильно себя принуждать, то ни к чему не приду. Поэтому у меня оставался только один вариант – это сорадоваться моим друзьям, которые занимались ретритами в горах. Поэтому в восемь утра, когда я просыпался, я окидывал взглядом пещеры друзей, которые в это время медитировали, и говорил, что я сорадуюсь тому, что вы все проснулись очень рано, выполняете практику. И таким образом вечером, когда я проводил подсчет, то у меня складывалось ощущение, что я накопил больше заслуг, чем они. Однажды я сказал об этом своему другу, который также медитировал, и он мне сказал, что я хитрый, потому что я сам сплю, а затем сорадуюсь заслугам других и в итоге накапливаю большие заслуги. Я ему сказал, что ты можешь поступать точно так же, почему ты не можешь

сорадоваться моим заслугам? Только из-за твоего эго, вот это наш враг, и он сказал: «Большое спасибо». Это не шутка, это очень полезно. Умные люди сразу понимают. Он сказал: «Да, действительно, это правда, почему же мы не можем сорадоваться?» Я ему сказал, как на самом деле можно выполнять эту практику: «Я сорадуюсь не только вашим заслугам, но также заслугам будд, бодхисаттв, которые накапливают намного большие заслуги». Поэтому, если вы знаете, как сорадоваться всем людям, и в особенности знаете, как сорадоваться буддам и бодхисаттвам, а они каждый день накапливают невероятно большие заслуги, то вместе с этим вы будете обретать огромные заслуги. Я также сказал ему, что мне нужно накапливать большие заслуги, потому что у меня есть одна очень большая цель. Он очень удивился и спросил: «А какая это цель?» Я ему сказал, что я пообещал своему Духовному Наставнику достичь состояния будды во благо всех живых существ – это моя цель, это обет бодхичитты. Вы воспринимаете обет бодхичитты только как обет, который нельзя нарушать. Вы не думаете об этом как о цели. Вы все дали этот обет и думаете об этом как о чем-то, что не надо нарушать, многие монахи тоже так думают, что самое главное – это не нарушить этот обет, сделать так, чтобы его не нарушить. Но самое главное – не забывать, что это цель, и думать о том, что нужно сделать для достижения этой цели, этого вы не понимаете.

Когда я сказал ему об этом, он признался, что я вновь приоткрыл ему глаза. Я ему сказал, что я на себя возлагаю ответственность за всех живых существ, и те заслуги, которые я накапливаю, в этом контексте очень маленькие. Когда вы взяли обет бодхичитты, вы взяли ответственность за всех живых существ. Шантидева сказал: «Если вы берете на себя ответственность за всех живых существ, а потом ничего не делаете для них, то вы обманули живых существ, всех будд, своего Учителя», – это правда. Вы думаете, что обмануть Учителя – это когда вы не дали ему денег. Если вы обещаете работать ради блага всех живых существ, а потом ничего не делаете – это обман. Шантидева сказал, что это самый худший обман, это самое худшее предательство. Вы обещали, что будете для блага всех живых существ работать жизнь за жизнью, но не можете даже чуть-чуть радовать других людей. Шантидева говорил – тогда зачем вы берете эту ответственность? Это не мои слова, это мысли Шантидевы.

Эйнштейн говорил, что если вы по-настоящему понимаете, о чем говорите, то сможете объяснить ту или иную вещь даже шестилетнему ребенку, и это будет означать, что у вас действительно есть понимание, так можно объяснить все что угодно. Поэтому, когда я учился в школе, у меня не было большого интереса к тому, что говорил учитель, его было трудно понять. Сейчас я вижу, что и сам он тоже многого не понимал. Я думал, почему он так сложно объясняет? Но потом понял, что он сам не знает того, что объясняет. Мы не знаем, и он тоже не знает, как в этом случае можно объяснить? Один слепой и другой слепой, как можно показать дорогу? Если вы что-то знаете точно, то даже шестилетнему ребенку сможете это объяснить, тогда вы по-настоящему умный человек.

Итак, вернемся к нашей теме. Существует очень много наставлений о сорадовании, и с этого момента, сколько бы вы ни накапливали заслуг, вам все время нужно думать, что их у вас очень мало. Вы поступаете наоборот, по поводу своих знаний вы говорите: «мне их достаточно», по поводу заслуг вы говорите: «мне достаточно», по поводу благих качеств ума вы тоже говорите: «мне достаточно», а если дело касается денег, то вы говорите: «мне мало». Сколько бы у вас их ни было, вы все время говорите: «этого мне мало, мало».

Причина в том, что у вас очень глупое состояние ума, вы глупцы. Если бы вы были по-настоящему умными, то, сколько бы у вас ни было материального богатства, вы сказали бы: “мне достаточно”. По поводу знаний, по поводу заслуг вы говорили бы: “мне их мало”, и вот тогда вы были бы действительно умными людьми. Теперь, почему думать, что мало знаний, мало хороших состояний ума – это правильно, а думать, что мало материальных вещей – это неправильно? На это должна быть причина. Если вы скажете, что это потому, что так говорится в буддийских текстах, это будет догма. И теперь я объясню вам, какова эта причина. Во-первых, материальные объекты не являются очень важными в вашей жизни. Есть множество таких проблем, которые невозможно разрешить с помощью материальных объектов. Определенные проблемы с их помощью решить можно, но это только то, что связано с бедностью, а ментальные благие качества могут спасти вас практически от всех проблем. Даже если говорить о бедности, то в этом случае у вас будет меньше проблем, меньше страданий, чем у других людей. У Миларепы, например, не было ничего, но он не страдал от бедности. Иногда желудок был пуст, но наоборот это было полезно для здоровья. Сейчас ученые говорят, что если вы не кушаете шестнадцать часов, то ваш желудок очень хорошо работает. Ученые также говорят о том, что раковые клетки, которые образуются в теле, тоже зависят от той еды, которую вы принимаете, поэтому, если в течение шестнадцати часов вы ничего не едите, то им не поступает пища, и из-за этого они умирают. С точки зрения буддизма здесь есть особая, очень мощная, причина. С буддийской точки зрения то, что говорят ученые – это слабо, слабый аргумент. Если не кушать, то рак умирает – это слабая причина, но, тем не менее, ученые дают такие объяснения.

Итак, первая причина состоит в том, что знания и благие заслуги являются очень надежными, очень продолжительными факторами, более ценными, а материальные вещи имеют меньшую ценность. Вторая причина является очень сильной – что касается материальных вещей, даже своего тела, то вы не можете ими владеть. Вы думаете, что вы ими владеете и поэтому гонитесь за ними. Если человек думает только о деньгах, то это самый глупый человек в мире. Вроде у него человеческое тело, но он даже хуже, чем собака. Поэтому, когда я вижу такую ситуацию, я думаю о том, что сказал Эйнштейн.

То, что сказал Эйнштейн, действительно правда: «Я могу измерить океан, но не могу измерить человеческую тупость». Это действительно так. Он говорил с точки зрения науки, но и с точки зрения буддийской философии люди очень глупы. Что касается благих качеств ума и больших заслуг, то вы действительно можете ими владеть, и кроме этого, они обладают особой высокой ценностью, вот в этом состоит причина. Если вы ясно знаете эту причину, понимаете ее в глубине своего сердца, один раз вы обретете в этом убежденность, второй раз убедитесь, в третий раз, и в конце концов, ваши глаза откроются, и вы уже не захотите гнаться за материальными вещами. Вы не будете сорадоваться, когда люди обладают большим количеством имущества и материального богатства, а будете сорадоваться только большим благим качествам ума. Вы не будете завидовать тем, кто обладает богатством и имуществом, потому что вы будете знать, что все это неважно, и владеть этими вещами вы тоже не можете. Как можно завидовать? Если один сторож говорит: “Я сторож восьми магазинов в Москве”, то другой сторож ему завидовать не будет, не будет говорить: “Жалко, я сторож только одного магазина, как же ему повезло, он сторож восьми магазинов, а я только одного, у меня меньше работы”.

Как вы можете завидовать? Если зависть и будет, то будет небольшая белая зависть к тем людям, кто обладает большими благими качествами ума и высокими реализациями. Вначале вам нужно допустить небольшую зависть – это будет белая зависть по отношению к большим благим качествам ума других людей, большим заслугам, потому что в этом случае, если вы действительно сможете почувствовать такую небольшую белую зависть, это будет признаком того, что вы уже начинаете понимать ценность внутренних благих качеств, и поэтому в качестве реакции у вас появится зависть. Зависть – это реакция ума, когда вы видите вещи, которые вы цените, и если видите, что у кого-то их больше, чем у вас, то вы завидуете. Раньше у вас были материальные цели, потом появилась духовная цель, и когда вы видите, что кто-то получил реализации, много знаний, у вас появляется небольшая зависть, это человеческая реакция. Потом вы думаете, что у нас одинаковый потенциал, и если у меня будет энтузиазм, то я тоже могу получить такие же реализации, этот человек вас вдохновляет, вы думаете: “Я хочу стать таким же, как вы, вы мой кумир!” Как Месси.

Вы станете поклонником такого человека, сами захотите стать таким же, как он, великим бодхисаттвой. Поэтому удостоверьтесь, что однажды у вас проявится такая белая зависть к тем людям, которые обладают большими реализациями. Скажите себе: «Не завидуй, но если ты действительно хочешь позавидовать, то завидуй тем буддам и бодхисаттвам, кто обладает большими благими качествами, чем ты». Это то, каким образом я сам тренируюсь. Я себе говорю: «Не критикуй. Если ты хочешь критиковать, если у тебя так чешется язык, то критикуй самого себя». Это очень полезно. Этого нет в книгах, но я так делаю, и мне это очень полезно. Наверное и вам поможет. Скажите себе: «Не критикуй, а если тебе щекотно, тогда критикуй сам себя». Это очень полезно.

Далее – не хвали, но если ты действительно хочешь хвалить, у тебя там что-то чешется, тогда хвали других. На самом деле хвалить себя или других – это не очень хорошо, поэтому так особо не хвалите. Но если ваш ум все-таки хочет хвалить, тогда хвалите других. Я себе об этом говорю, это очень полезно. В этом случае, когда я говорю себе такие слова: “Если ты хочешь кого-то хвалить, то хвали других”, тогда у меня пропадает всякое желание кого-либо хвалить. Себя я не хочу хвалить и других тоже не хочу хвалить. Сиди тихо, это тоже хорошо. Зачем говорить о себе, что я такой умный, такой необычный человек. Во время учения чуть-чуть можно говорить о своих качествах – для вдохновения. Это тоже ради блага других. Но находясь в обществе, хвалить себя очень некрасиво.

Также, что касается критики, когда вы в кругу людей, если хотите покритиковать, то критикуйте самого себя. Но когда вы не захотите себя критиковать, если у вас будет всего один вариант на выбор – это критиковать самого себя, тогда вы никого не будете критиковать. Например, если вы управляющий компании, у вас есть подчиненные, которым вы платите деньги, и они совершают ошибки, в этом случае вам нужно их за это критиковать, это ваша ответственность. Здесь, когда я говорю про критику, то я имею в виду критику под влиянием гнева или зависти, или когда вам не нравится кто-то, в этом случае не критикуйте, это глупо. Это должно быть правилом вашей жизни. Если у вас есть правила, есть определенные принципы в жизни, в этом случае вы станете таким человеком с характером, человеком принципов. А если вы живете свою жизнь, не придерживаясь никаких правил, никаких принципов, в этом случае ваша жизнь пустая. Такой человек, когда смотрит на себя в зеркало и видит свое лицо – ему стыдно. Он себя знает, и знает, как много он делает неправильно. Когда он видит свое лицо в зеркале, ему становится неприятно внутри, потому что другие люди не

знают, а он сам себя знает, и знает, что он много делает неправильно. Он даже не может смотреть на свое лицо. Даже надев дорогие часы и костюм, он смотрит в зеркало, и если есть хоть чуть-чуть совести, то ему стыдно. А если без совести – тогда стыдно не будет, это еще кошмарнее. Раньше у него были принципы и характер, а потом деньги заменили все – и характер и принципы. Он продал все принципы ради денег, потом смотрит на себя в зеркало, и ему стыдно. Что ты получил? Чуть-чуть денег получил, но деньги тоже ненадежны. Потом он начинает ненавидеть себя. Психологи говорят, что многие люди ненавидят себя, чувствуют вину. Это из-за отсутствия принципов. В моем случае, хотя у меня нет большого количества денег, когда я смотрю на себя в зеркало, я чувствую гордость.

Вроде мое лицо стало страшнее, постарело, но тем не менее, я с гордостью смотрю в зеркало на свое отражение, потому что у меня есть характер, есть принципы. Даже став старым, имея много морщин, но я горжусь. Потому что есть характер, есть принципы. Я говорю правду. Поэтому внутри ни одного дня я не чувствую, что ненавижу себя, я очень себя люблю. Эта любовь правильная, это непривязанность. Я говорю: «Ты молодец, ты делаешь все правильно. Ты сам счастлив и делаешь других счастливыми. Молодец!» Это внутренняя гармония. Внутри каждого человека есть тонкие состояния ума, они очень чистые, эти тонкие состояния ума пришли из прошлой жизни и потом пойдут в следующую жизнь. Грубые состояния ума приходят и уходят. Когда эти тонкие состояния ума видят, что грубые состояния что-то делают неправильно, они обижаются, говорят: «Ты, грубое омрачение, приходишь, создаешь бардак, а мне потом весь этот бардак придется забрать с собой в следующую жизнь. Я с тобой не согласен». Я говорю это как аналогию, не буквально. У тонкого сознания есть много причин, и ему не нравится, когда вы поступаете неправильно, а когда вы поступаете правильно, оно радуется. Когда грубое состояние ума вы делаете позитивным, правильным, оно очень радуется. Поэтому внутри гармония. Вы сразу же получите эффект в вашей жизни.

Поэтому, если в своей жизни вы хотите что-то продать, вы можете это продать, но никогда не продавайте свой характер, свои принципы. Кроме этого, если говорить о характере, то у разных людей характер разный, и вам не нужно этого менять. Например, если вы любите разговаривать, то пожалуйста, разговаривайте с другими, общайтесь. Если вы молчаливый человек и говорить не любите, то в этом случае можете не говорить, а молчать. Если, например, говорить об учениках Будды, то многие из них были архатами, и у архатов был разный характер. Некоторые архаты все время смеялись, шутили, а другие архаты наоборот были серьезными, особо не разговаривали. Какой характер у них до этого был, такой и сохранился в состоянии архатства, но тем не менее, ум стал безупречно здоровым. Кто-то смеется и шутит, и у него здоровый ум. А кто-то не смеется, не шутит, спокойно сидит, и у него тоже здоровый ум. Говорилось о том, что был один архат, который не только шутил, но он даже прыгал как обезьяна. Бегал, прыгал туда-сюда, у него был такой характер еще до того, как он стал архатом. Люди думали, как можно такому человеку стать архатом? Но он стал архатом с таким характером. Он вроде прыгает как обезьяна, но это архат. Поэтому не думайте, что прыгать – это плохо, что разговаривать – это плохо или наоборот, быть молчаливым – это плохо. Все может быть хорошо, но только если это состояние не под влиянием негативных эмоций. Если это под влиянием негативных эмоций, то быть молчаливым – это нехорошо, смеяться, шутить в этом случае, под влиянием негативных эмоций – тоже нехорошо, и любое другое поведение тоже будет нехорошим. А под влиянием позитивных состояний ума любое поведение хорошо.

Теперь вернемся к нашей теме. Итак, мы возвращаемся к семичленному подношению. Мы закончили рассматривать сорадование, я говорил о сорадовании очень коротко. Далее – молитвенное обращение. Что касается молитвенного обращения, то это просьба вращать Колесо Учения. По той причине, что существует множество различных мировых систем, в одних из них Будда уже ушел из жизни, в некоторых Будда только родился, где-то Будда достиг просветления и еще не передает учение. Сейчас подробных объяснений я давать не буду, но в общем объясню, что когда вы обращаетесь с такой просьбой, то эту просьбу направляете тем буддам в тех мировых системах, где они уже достигли состояния просветления, но еще не передают учение. Вы просите: «Пожалуйста, вращайте Колесо Дхармы». Это пятое звено семичленного подношения – просьба о вращении Колеса Учения. Шестое – это молитвенное обращение с просьбой не уходить из жизни. В “Ламе Чопе” также подробно объясняется, как выполнять этот этап практики, и это лучшая пуджа долгой жизни для вашего Духовного Наставника. Каждый день, когда вы читаете эту строфу в “Ламе Чопе”, в этот момент вы также выполняете пуджу долгой жизни для вашего Духовного Наставника, обращаясь с просьбой: «Пожалуйста, не уходите из жизни, пожалуйста, живите дольше!» Вы также обращаетесь с такими просьбами ко всем буддам в тех мировых системах, где Будда находится на пороге ухода из жизни. Вы тоже просите их: «Пожалуйста, задержитесь еще, пожалуйста, даруйте учение!» Если говорить о пудже долгой жизни для вашего Духовного Наставника, то на самом деле это также лучший способ провести пуджу долгой жизни для самого себя.

И седьмое звено – это посвящение заслуг. Вы посвящаете заслуги, созданные этим семичленным подношением, достижению состояния будды во благо всех живых существ. Здесь вы не заканчиваете практику “Ламы Чопы”, вы закончили семичленное подношение, посвятили заслуги, и далее начинается сама практика “Ламы Чопы”. Это была подготовка. Сама практика “Ламы Чопы” – это когда вы читаете мантру Мигзем и выполняете визуализацию, здесь есть обычная и необычная визуализация. В настоящий момент я объясняю это лишь в общем, потому что я хотел бы, чтобы у вас появилось полное представление о практике “Ламы Чопы”. В начале это важнее.

Итак, после краткого посвящения заслуг начитывайте мантру Мигзем с мантрами ОМ АРА ПАЦА НАДИ, ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, ОМ ВАДЖРАПАНИ ХУМ ПЕ. Здесь есть обычная и необычная визуализация. Вы порождаете сильную преданность Учителю и размышляете о восьми преимуществах правильного вверения себя Духовному Наставнику. Также вы развиваете веру в Духовного Наставника, размышляя о том, почему он является буддой. Далее вы порождаете уважение к Духовному Наставнику с памятованием о его доброте и после этого переходите к начитыванию мантр. Без порождения преданности Гуру, если вы просто начитываете Мигзем, это просто как болтовня попугая. Говорится, что наоборот в таком случае вы рискуете накопить негативную карму пустословия. Начитывать мантры без правильной мотивации – это тоже пустословие. Если вы практикуете Дхарму, то вам нужно знать, как это правильно делать, потому что в противном случае вы можете думать, что начитываете мантры, а в действительности создаете карму пустословия.

Некоторые русские люди говорят: “Я целый месяц делал ретрит”, но может быть он целый месяц создавал негативную карму. Например, человек читает и думает: “Тара, приди и благослови меня. Я буду так думать, и у меня появятся особые реализации”, – это всё пустая болтовня. Это тоже негативная карма. Так закончится месяц, но никакого прогресса нет, и тогда есть опасность попадания под ложные взгляды. Появится

мысль, что божеств нет, практика Дхармы не дает результатов, все, больше не буду заниматься. Все это из-за отсутствия правильных знаний. Если вы хорошо знаете Дхарму, если правильно практикуете Дхарму, то даже если не достигнете каких-то поверхностных реализаций, внутри вы будете чувствовать, что все делаете правильно. Невозможно не почувствовать это внутри. Когда вы знаете, как заниматься, вы чисто и правильно занимаетесь и чувствуете, что вы счастливы. Так вы будете заниматься с радостью. Вот это признак, это симптом. Один месяц заниматься ретритом и ничего не чувствовать – это симптом того, что вы неправильно делаете практику. Это похоже на то, что вы положили деньги на неправильный банковский счет. Внутри ваше тонкое состояние ума говорит вам, что ваши действия неправильные, поэтому вы чувствуете, что у вас ничего не получается. Так вы создаете негативную карму.

После этого – молитвенное обращение, вы произносите строфы, посвященные тому, что в Учителе вы видите Будду. Вы говорите: “В эти времена упадка Вы продолжаете нами руководить, я Вам поклоняюсь!” Вы обращаетесь с такой молитвой, а после этого переходите к однонаправленному молитвенному обращению. Вы говорите: “Вы – Гуру, Вы – Идам, Вы – все Дакини и Защитники, с этого момента и до просветления я буду полагаться только на Вас и ни на кого больше!” Это означает, что я не буду полагаться на мирских богов, не свободных от сансары, и после такого троекратного молитвенного обращения вы принимаете четыре самопосвящения. Существует краткое самопосвящение и подробное самопосвящение. Чтобы выполнять подробное самопосвящение, вам нужно выполнить ретрит, иначе вы не сможете так подробно себя самопосвящать. Далее, после этого из сердца Ламы Лобсанга Туванга Дордже Чанга исходит маленький Лама Лобсанг Туванг Дордже Чанг, размером с большой палец, и перемещается в пространство над вашей головой. Это воплощение всех будд и всех божеств. Хотя он маленький, но невероятно могущественный. Как, например, ученые говорят о том, что черная дыра – это объект очень маленького размера, он кажется маленьким, но он настолько тяжелый, что по массе превосходит все объекты нашей солнечной системы. Это хороший пример. Лама Лобсанг Туванг Дордже Чанг выглядит маленьким, но нет таких будд или божеств, которые были бы более могущественными, чем он. Он является воплощением всех будд и божеств. Вы можете спросить: «Геше-ла, почему Вы читаете книги по науке?» Просто для того, чтобы приводить хорошие примеры, а не потому, что ученые могут рассказать о чем-то новом. Нового ничего нет. В отношении черных дыр есть что-то другое, а обо всем остальном буддийская философия говорит точно. Черные дыры или белые дыры, я не знаю, но, наверное, и ученые тоже сами не знают, они только догадываются. А вот маленькие объекты, но очень тяжелые – это мне интересно. Это правда. Это действительно очень интересно.

Дже Ринпоче говорил о том, что всего существует три места для визуализации Духовного Наставника. Это очень важный момент! Для тех, кто хочет инвестировать огромные заслуги в банк собственного ума, эта информация является очень важной. Это как компьютерный хакер проводит разные анализы. Здесь три анализа, и если вы это знаете, то развиваете творческий ум.

Итак, лама Цонкапа говорил, что для визуализации Духовного Наставника есть три места, с разными причинами. Лама Цонкапа говорил, что перед собой вы визуализируете Учителя для накопления заслуг. Когда вы перед собой визуализируете Поле Заслуг, это предназначено для выполнения семичленного подношения. Когда вы хотите сделать подношение, вы визуализируете объект перед собой. Далее визуализация над своей головой – для получения благословения. Когда Духовный

Наставник перемещается в пространство над вашей макушкой, когда вы его визуализируете над головой, то вы его просите о даровании благословения. Потому что вы очень тупые, у вас очень много омрачений, вы говорите: «Я такой тупой, у меня так много омрачений, пожалуйста, благословите меня! Если я не могу стать таким, как Вы, то пусть я стану хоть чуть-чуть таким же, как Вы! У нас потенциал одинаковый. Только Вы можете благословить меня, Вы для меня важнее всех будд и божеств!» В этом случае невозможно, чтобы вы не получили огромное благословение! Это один секрет.

Итак, вы говорите: «Пожалуйста, благословите меня, с безначальных времен я встречался с огромным количеством будд, и они не могли меня усмирить. Это была не их ошибка, это была моя ошибка, моя тупость!» Будды все делали, создавали условия, но ваша тупость закрывала глаза. Интернет был, связь была, роутер Будды работал, но вы сами отключили связь. Вы отрубили веру и потеряли связь. Когда у вас было чуть-чуть веры, то была связь, но потом вы отрубили веру и потеряли связь. Вы сами виноваты. Ваши цели были ограничены только временным счастьем одной этой жизни. Будда старался дать вам сигнал, но таких чудес, как вы хотели, без создания вами причин, не бывает. Вы думали, что Будда все сделает за вас щелчком пальцев, но это нереально, таких чудес не бывает. Реальные чудеса есть, но для этого вы создаете половину причин, а половину может создать Будда. Такие чудеса бывают. Но вы ничего не создали, никаких причин и при этом говорите: «Будда, почему мне не дают того, что мне нужно?» Это невозможно, это нереально. В буддизме говорится: создавайте правильные причины, а будды со своей стороны половину причин уже давно создали, они готовы помогать нам, но мы даже половины причин не создаем.

Думайте таким образом и далее обращайтесь с просьбой: «Пожалуйста, благословите меня!» Визуализируйте, как из Ламы Лобсанга Туванга Дордже Чанга над вашей головой исходит мощный свет и нектар, который нисходит на вас, благословляет вас и очищает. Это будет самым мощным благословением. Говорится, что благословение Будды является очень могущественным, а благословение Духовного Наставника очень быстрым, и когда они объединены вместе, когда вы думаете что Будда и Духовный Наставник едины, тогда благословение становится и очень быстрым и очень мощным. Благодаря такому благословию, может быть, в ранний период жизни вы были таким большим аферистом, очень негативным человеком, у вас было очень мало заслуг, но благодаря получению такого благословения, во второй половине вашей жизни вы очень сильно изменитесь, вы обретете большие благие качества ума и также большие заслуги, вы станете другим человеком. Васубандху говорил об очень быстром проявлении кармы, и что самое быстрое возможное проявление кармы – это в следующей жизни. Но если говорить о карме, созданной в отношении Духовного Наставника, то она может проявиться даже в этой жизни, во второй половине. А если ваша преданность очень сильна, то такая карма может проявиться даже в течение года, и это чудеса!

Итак, Лама Лобсанг Туванг Дордже Чанг далее постепенно растворяется у вас в области макушки и перемещается в вашу сердечную чакру. Вы начинаете практику Гуру-йоги, это другая практика Гуру-йоги, с Учителем, пребывающем в сердце. Вы думаете о том, что ваши тело, речь и ум стали едины с телом, речью и умом Будды, и это становится необычной практикой Гуру-йоги. Лама Цонкапа говорил, что чаще всего визуализируйте своего Духовного Наставника в своем сердце. Ваш тонкий ум и тонкое энергетическое тело стали едиными с Буддой Ваджрадхарой, потому что они могут превратиться в Будду Ваджрадхару. Не грубое тело, а тонкий ум и тонкое тело, именно

они могут превратиться в Будду Ваджрадхару. В настоящий момент, когда функционирует грубый ум, этот тонкий ум и тонкое энергетическое тело остаются не функционирующими, для вас это очень важная информация. Итак, они становятся едиными с Буддой Ваджрадхарой, вы думаете, что в этот момент ваше тонкое энергетическое тело превращается в Будду Ваджрадхару, становится единым с ним. Начитывайте мантру: ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЕ, это мантра Духовного Наставника. Мантра ОМ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЕ – это мантра Будды Ваджрадхары, а когда вы начитываете мантру ОМ А ГУРУ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЕ – это мантра единства вашего Духовного Наставника и Будды Ваджрадхары.

В повседневной жизни думайте о том, что в вашем сердце пребывает Будда Ваджрадхара и все будды и божества. Думайте так: “Кто бы меня ни увидел, пусть он создаст кармическую связь с Буддой Ваджрадхарой и всеми буддами и божествами”. Когда вы принимаете душ, думайте о том, что этим душем вы оmyваете резиденцию Будды Ваджрадхары. Если вы практикуете йогу божества, то в этот момент вы совершаете омовение не только резиденции Будды Ваджрадхары, но также и Ямантаки, вы получаете дополнительное преимущество. По мере того, как вы добавляете вот таких плюсов, преимуществ, ваша практика становится более эффективной. Это так же, как и в IT. Если у вас есть две-три силы, он тоже будет функционировать в две-три силы. Добавьте еще одну, две, три, еще четыре – будет невероятная сила! Не только в IT, везде одинаково. В сфере бизнеса так же – везде одинаково.

И далее, если вы принимаете еду, то для вас это как подношение Будде Ваджрадхаре. Согласно тантрической самае, после получения посвящения, какую бы пищу вы ни принимали, вы не можете ее есть, не произнеся перед этим ОМ А ХУМ — это тантрическая самая. Иногда я тоже об этом забываю, но немножко забыть – ничего страшного. Самое главное, помните то, что каждый раз, когда вы вкушаете пищу, вам перед этим нужно произнести ОМ А ХУМ, благословить эту еду и сделать подношение божеству. Если вас приглашают в гости друзья, родственники, приглашают с ними отобедать, то это станет для них большим преимуществом. Вы благословляете еду, эта еда – как подношение божеству, вы вкушаете ее сами, а они получают огромные заслуги.