

Геше Джампа Тинлей

Ретрит по теории пустоты

Лекция № 6

24.12.2023 г.

Москва, пансионат “Лесные дали”

Для того чтобы получить драгоценное учение, Дхарму, и с моей стороны, и с вашей стороны породить правильную мотивацию – это очень важная задача. Лама Цонкапа говорил, что для получения учения и для практики Дхармы очень важны два момента: в начале порождение правильной мотивации, а в конце правильное посвящение заслуг – достижению состояния будды во благо всех живых существ. Тогда то, что вы делаете, будет значимым. Если вы допустите ошибку с этими двумя моментами, с началом и заключением, то в середине, чтобы вы ни делали, всё будет впустую. Нам очень важно побудить свой ум пониманием того, что с каждым днем мы приближаемся к смерти. Если проводить аналогию, то можно сказать, что с момента нашего рождения мы всё равно что выпали из летящего самолета. Каждый миг мы приближаемся к земле. Мы говорим, что мы живём, но на самом деле это не так. Мы не живём, а с самого первого мгновения нашего рождения мы умираем, приближаемся к смерти. Например, если вы выпали из летящего самолёта, вы не говорите: «Я живу», вы скажете: «Я падаю, я умираю». У нас такая мысль, что мы живём, мы будем жить долго – это концепция постоянства. А если мы говорим: «Мы будем жить вечно» – это еще более глупо. Долгая жизнь – все это красивые слова, но это заблуждение. Ваши враги напоминают вам о быстрой смерти, и это очень полезно, это открывает вам глаза. Когда враги говорят вам: «Скорее сдохни», – это правильно. А когда друзья говорят вам: «Живи долго», – вы так постоянно теряетесь. Поэтому я всегда говорю, что враги лучше, они напоминают нам о смерти.

Поэтому, если сравнивать буддийский образ мышления и мирской образ мышления, то они полностью противоположны друг другу. У Дромтонпы как-то спросили: в чем разница между мирской деятельностью и Дхармой? Дромтонпа сказал – это полностью противоположные вещи. Если вы будете делать что-то полностью противоположное мирскому образу мышления, образу действий – это будет практикой Дхармы. Например, в мирской деятельности вам нужно себя хвалить и критиковать других. А в практике Дхармы вам наоборот нужно критиковать себя, а других хвалить. В мирской жизни вам нужно слушаться команд своего эго, а что касается практики Дхармы, то здесь вы не должны подчиняться командам эго, а слушать только команды ума, заботящегося о других. В мирской жизни вы думаете о карьере, о накоплении денег, а здесь говорится, что всё это вам принадлежать не может, и вам нужно сделать упор на обретение внутреннего богатства. Большие заслуги – это настоящее богатство. Знания, благие качества ума – это настоящее богатство. Если вы практик Дхармы, то вы не должны гнаться за этими мирскими

благами. Вместо этого нужно гнаться за большими заслугами, за знаниями и благими качествами ума.

Миларепа говорил: «Мирское богатство в момент смерти вы не сможете забрать с собой, а у моего богатства Дхармы в момент смерти ценность только возрастает. Мирское богатство ненадежно, его могут украсть, с ним очень легко расстаться. Мое богатство Дхармы накопить непросто, но стоит его накопить, никто не сможет его украсть, и оно никогда со мной не расстанется. Оно будет вместе со мной жизнь за жизнью. Это разница между мирским богатством и богатством Дхармы». С такой мотивацией – мотивацией обретения высшего перерождения, мотивацией освобождения от болезни омрачений и с мотивацией достижения состояния будды во благо всех живых существ получайте учение.

Теперь я преподнесу в сжатой форме то учение, которое преподаю. В этот раз я в краткой форме передал вам учение по двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения и теории пустоты. Было бы хорошо, если бы это учение вышло в виде маленькой книги. Очень богатый материал изложен в краткой форме. Поэтому было бы хорошо, если бы мои ученики издали это учение в качестве книги, которая называлась бы «Двенадцатизвенная цепь взаимозависимого возникновения и теория пустоты». Потому что я знаю, что у вас очень плохая память, но если вы будете снова и снова читать эту книгу, то сможете лучше понять эти вещи. Когда выйдет книга, если вы будете её читать, то подумаете: «О, у меня такое ощущение, что раньше я не получал этого учения». Потому что у вас очень плохая память. Здесь очень богатый материал, и в этот раз я передал вам учение в очень сжатой форме. Если у вас будет такая книга, то она будет полезна не только для вас, она также поможет и возрождению буддизма в России. Будущие поколения смогут понять, что не существует таких вещей как гелугпинское воззрение, кагьюпинское или ньингмапинское – эти школы следуют воззрению Прасангики Мадхьямики. Потому что настоящие мастера пребывают в Индии в горах, медитируют. А в Россию, Европу и Америку часто приезжают те, кто говорят о ньингмапинском или кагьюпинском воззрении. Они говорят, что эти две школы следуют *пустоте от другого*, и это более высокое воззрение, чем воззрение Прасангики Мадхьямики, а гелугпинское воззрение – это *пустота от себя*. Они говорят вот такие глупости. Это нонсенс, нет такого как «гелугпинское воззрение», это воззрение Прасангики Мадхьямики. Просто Лама Цонкапа ясно его преподнес. Тот, кто произвёл величайшее возрождение воззрения Прасангики Мадхьямики – это был лама Цонкапа. Чандракирти был одним из величайших мастеров, кто возродил воззрение Прасангики Мадхьямики, раскрыл его. Но далее после Чандракирти следующим мастером, возродившим воззрение Прасангики Мадхьямики, был именно лама Цонкапа. Лама Цонкапа, Атиша, Гуру Падмасамбхава – это единая сущность, нужно понимать этот момент. Он являлся воплощением Ламы Тимей Палдена, который является Наставником всех трёх миров.

В истории «О Синегорлой Птице Бодхисаттве» Лама Тимей Палден сказал принцу Дава: “В будущем я обрету рождение в Тибете. Тибет будет находиться под управлением Авалокитешвары в человеческом теле. В трудные времена в первую очередь я явлюсь как Гуру Падмасамбхава для того, чтобы заложить фундамент буддизма в Тибете. Когда учение придёт в упадок, то я снова явлюсь в Тибете под именем Атиша для возрождения буддийского учения. Далее, после того как учение вновь придёт в упадок, я снова появлюсь в Тибете под именем Цонкапа, произведу возрождение буддийского учения и далее буду распространять его всё севернее и севернее”. Лама Тимей Палден также сказал, что в будущем, когда в Тибете будут наступать трудные времена, его эманация будет приходить в Тибет и спасать его. То есть это Его Святейшество Далай-лама. В любой трудной ситуации появляется Лама Тимей Палден, а Лама Тимей Палден – это Будда Шакьямуни. В нашем мире он появлялся как Будда Шакьямуни, но в действительности это Лама Тимей Палден, который является Духовным Наставником всех трёх вселенных и появляется там в соответствии с нуждами живых существ. В наши дни Лама Тимей Палден в человеческом теле – это Его Святейшество Далай-лама. Таким образом Его Святейшество – это и Гуру Падмасамбхава, и Атиша, и лама Цонкапа. Поэтому для нас это огромная удача, что Будда Шакьямуни до сих пор присутствует в этом мире в человеческом теле. Поэтому было бы очень хорошо, чтобы такая книга появилась настолько быстро, насколько вы можете её издать.

Так вот, если говорить в краткой форме, то для чего мы обсуждали воззрение? По поводу воззрения и медитации я вам говорил, что, насколько бы вы ни обладали глубинным воззрением и насколько бы ни была глубока ваша медитация, если это никак не меняет ваше поведение, то это бесполезное воззрение и также бесполезная медитация. Но даже если вы немного обладаете воззрением, немного медитируете, но это меняет поведение ваших тела, речи и ума – это будет означать, что вы идете в правильном направлении.

Воззрение и медитация предназначены для изменения поведения, и здесь мы говорим не столько о поведении речи или тела, сколько о ментальном поведении. Ментальное поведение, побуждаемое неведением и омрачениями – именно это вам нужно уменьшить. Как уменьшить такое поведение? Посредством знания воззрения. Благодаря этому вы уменьшаете свои омрачения. Вам нужно понимать, что омрачения в нашем уме возникают по двум причинам: одна из них – это неправильные рассуждения. Поэтому благодаря правильному воззрению ваших омрачений автоматически станет меньше. Вам не нужно как-то заставлять себя менять поведение. Развейте правильное воззрение и посмотрите – меняется ли поведение вашего ума, становится ли в нем меньше омрачений или нет? И если омрачений автоматически становится меньше – это значит, что лекарство работает.

Например, если вы принимаете эффективное лекарство, то оно само окажет влияние на ваш организм. Вам не нужно как-то заставлять своё тело измениться. Если это лекарство правильное, то оно будет иметь эффект и в вашем теле произойдут положительные изменения. То есть вы не должны себя принуждать, говоря себе: «Я обязательно должен хорошо себя вести!». Не надо как-то выжимать это из себя. Просто устраните неправильное воззрение, замените его на правильное, и автоматически ваше поведение станет лучше. Что касается поведения, о котором мы слышали в школе – это глупые наставления по поведению, это такое принудительное поведение. В школе я не был учеником с особо хорошим поведением, потому что я делал все, как хочу. В школе лучшим учеником считался тот, кто сидел сложа руки за первой партой. Я сидел за последней партой, но никому не причинял вреда. Я даже не курил, но другие думали, что я плохой человек. В школе хорошее поведение означает, что вы сидите аккуратно сложа руки, и когда учитель что-то говорит, то вы послушно киваете: «Да, сэр! Все верно!». Но я не вёл себя таким образом. Я не говорил с легкостью «Да, сэр!». Наоборот, я задавал вопросы: зачем нам нужно это знать? И меня причисляли к худшим ученикам.

Здесь мы не говорим о таком поведении, которому учат в школах. Мы знаем, что там есть двойные стандарты. Настоящее поведение – это когда благодаря правильному воззрению негативного поведения вашего ума становится меньше. Но этого никто не видит. Поведение тела и речи могут увидеть все. А что касается поведения ума, то, если у меня нет ясновидения, я не знаю, каково поведение вашего ума. И слава богу, что у меня нет ясновидения! Если бы у меня было ясновидение, то, наверно, я бы подумал: зачем давать учение в России? Вы могли бы меня обескуражить.

Благодаря отсутствию ясновидения, уже прошло тридцать лет, и я продолжаю давать учение с надеждой, что вы станете лучше. Я все время на это надеюсь, надеюсь и надеюсь. Я не ожидаю, что вы сразу изменитесь. Измениться нелегко, это очень трудно. Но в вашем уме останутся большие отпечатки, и этого для меня уже будет достаточно. Когда я слышу, что бодхисаттва ради блага даже одного живого существа готов целую кальпу провести в аду – это вселяет в меня большую силу, благодаря которой я даю учение. Они готовы провести кальпу в аду ради одного единственного существа, а я ради многих людей даю учение на протяжении тридцати лет – это очень небольшой срок. Я никогда не думаю, что это долго. Бодхисаттвы говорят: “Пусть таким образом мы сможем осуществить совершенство энтузиазма”. Об этом говорится в «Ламе Чопе». В тексте «Лама Чопа» каждая строфа очень глубока! Вы произносите эти слова просто как их повторяет попугай, не погружаетесь в глубину смысла. И если бодхисаттва готов на это, то как же я могу говорить о том, что я в России провел целых тридцать лет,

ведь это на самом деле очень мало! Когда я думаю об этом, у меня не возникает даже капли высокомерия. Я думаю, что тридцать лет – это мало. Бодхисаттва даже кальпу может провести в аду, чтобы помочь одному живому существу. Для меня это очень полезно! Это для меня очень существенные инструкции. Вы этого не понимаете.

Когда вы думаете неправильно, то омрачения будут возникать, вы не сможете их остановить. Думать неправильно и при этом говорить: «Я не хочу порождать омрачения» – это просто невозможно. А если вы будете мыслить правильно, в соответствии с темами “Ламрима”, то в этом случае, даже если вы скажете: «Я не хочу любить всех живых существ», – вы не сможете остановить любовь ко всем живым существам. Если кто-то вам скажет: “Ты не должен любить всех живых существ, ты должен любить только меня”, – вы скажете: “Нет, я не могу этого сделать. Я люблю всех живых существ”. Потому что, если вы думаете правильно, то остановить любовь и сострадание будет невозможно. И они могут развиваться безгранично. С одной стороны, практиковать Дхарму трудно, а с другой стороны я могу сказать, что это совершенно нетрудно. Потому что это практика ума, и если вы не знаете, как правильно ее выполнять, то для вас это очень трудно. Но если вы знаете, как правильно заниматься этой практикой, то для вас это очень легко, поскольку это практика ума. Так же и с медитацией: если вы знаете, как правильно ею заниматься, то сможете улучшать сосредоточение очень эффективно. Искусность, навыки, очень важны. Что говорил Эйнштейн? «Упорный труд не очень важен. Самое важное – это искусная, эффективная работа, и для этого очень важны знания». Это действительно правда. Что говорил лама Цонкапа? «С помощью одного упорного труда вы не добьетесь результата, а с мудростью вы сможете осуществить всё что угодно». Смысл тот же самый.

Лама Цонкапа произнес эти слова очень много лет тому назад, и когда я услышал, что нечто подобное говорил Эйнштейн, я задумался: как же он об этом узнал? Я исследовал высказывания мировых ученых и обнаружил, что только Эйнштейн был философом. Если говорить о других, то, например, Стивен Хокинг не был философом. Он говорил что-то абстрактное о посещении других планет, вселенных. Люди слишком его разрекламировали, но я не нашел в нем ничего особенного. Но если бы Эйнштейн был жив, я хотел бы сходить на его лекцию и послушать.

Есть один анекдот, что Эйнштейн и его водитель были внешне очень похожи. Эйнштейн однажды сказал своему водителю: “Я уже устал каждый раз выступать с одними и теми же речами. Ты же знаешь, о чём я обычно говорю?” Водитель сказал: “Да, я знаю”. Эйнштейн сказал: “Тогда надевай мой костюм, выйди и произнеси слова за меня”. Это означает, что научные знания очень ограничены.

Например, я передаю учение тридцать лет, и всё время даю что-то новое. Здесь нет такого, чтобы я всё время повторял одно и то же. Итак, водитель Эйнштейна наизусть знал всё то, что обычно произносил Эйнштейн, и выступил с речью на конференции. Эйнштейн в это время отдыхал в зале, а его водитель произнес речь, выразил все те мысли, которые обычно излагал Эйнштейн. Все слушатели были поражены, насколько это невероятные слова, в конце речи все с восхищением аплодировали. Но в этот момент человек из аудитории задал очень сложный вопрос по математике. На это он сказал: “Это такой простой вопрос, что на него ответит даже мой водитель”. И он сел в зале, а настоящий Эйнштейн вышел и в костюме водителя ответил на этот математический вопрос. Когда Эйнштейн услышал, что водителю задали сложный математический вопрос, просто зажмурился и подумал: “Ну все, теперь он точно провалится, не сможет ответить”. Но водитель оказался умен, он сразу же взглянул на Эйнштейна и сказал, что вопрос настолько лёгкий, что ответит даже мой водитель. Мне очень нравится этот анекдот.

Итак, вернёмся к нашей теме. По таким ситуациям я понимаю, что и наука, и некоторые другие религии не очень глубоки. Ученые могут выступить так один-два раза с речью, и на этом всё заканчивается. Теперь вернёмся к нашей теме.

Одна из причин, по которой возникают омрачения, это неправильные рассуждения. Поэтому, чтобы уменьшить такие омрачения, нужно размышлять правильным образом. Вам нужно понимать, что омрачения возникают также из-за концепции постоянства. Мы вспоминаем четыре великие печати: первая из них гласит, что всё производное непостоянно. Замените концепцию постоянства на представление о непостоянстве, и ваших омрачений сразу станет меньше. Во-вторых, омрачения могут возникать из-за того, что вы думаете, что в загрязненных объектах можно найти счастье. Поэтому вы ищете счастье снаружи. Вы не находите его, начинаете злиться, и проявляются все другие омрачения. Это ваша ошибка – вы ищете счастье там, где его найти невозможно, как же вы можете стать счастливым? Второе – почему у вас в уме возникают омрачения? По той причине, что вы ищете счастье в неподходящем месте. Вы говорите: «Почему? Почему? Почему бог мне не помогает?» Потому что вы ищете счастье в неправильном месте. Вы взбиваете воду и ждете, что появится масло. Затем вы спрашиваете: почему у меня масло не получается? Потому что вы взбиваете воду, а нужно взбивать молоко. Если вы будете взбивать воду, то ничего не получится. Кто-то вот так взбалтывает и получает масло, и вы думаете: «Ну, я буду взбалтывать точно так же», но у вас не получается масло. Это потому, что вы взбиваете не молоко, а воду. Итак, это вторая причина, почему возникают омрачения – потому что вы ищете счастье в неправильном месте, в загрязненных объектах. Вторая великая печать утверждает, что всё загрязненное имеет природу страдания.

Не ищите счастье в загрязненных вещах. Почему всё загрязненное имеет природу страдания? Если подробно отвечать на этот вопрос, то здесь уже необходимо

рассматривать двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения. И так, если вы рассматриваете то, как вы вращаетесь по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, то развиваете отречение. И вместо того, чтобы привязываться к мирским объектам, вы начнете чувствовать к ним отвращение. И у вас останется только одно: только нирвана – это покой. Если вы будете искать нирвану с пониманием, что нирвана – это покой, то вы не будете жаловаться. Вы не скажете, что мэр города не поставил свою подпись на моем документе, и поэтому у меня нет нирваны. «Я почти достиг нирваны, но мэр города меня не поддержал, и мой глупый адвокат не повел себя правильно. Он обещал, что все сделает, но ничего не получилось», – вы так жаловаться не будете. С мирскими вещами все это возможно, но если вы ищете ум, полностью свободный от омрачений, то это будет вечным фактором счастья. Вечный фактор счастья – это ум, свободный от омрачений. И это невероятно! Ни ученые, ни другие религиозные мастера – никто не говорил о вечном факторе счастья, только Будда. И Будда не просто говорил о вечном факторе счастья, Будда объяснил, как его достичь. Наша главная проблема – это всепроникающее страдание: тело и ум, рождающиеся под властью омрачений. Что касается вечного фактора счастья, то это ум, свободный от омрачений. Когда вы обретаете ум, свободный от омрачений, поскольку это постоянное явление, то это станет вечным фактором счастья. Если фактор вашего счастья непостоянен, например, такой как солнце, то солнце через несколько миллионов лет погаснет. То есть это не вечный фактор. Если фактор вашего счастья является производным, то у него обязательно будет предел, а если фактор вашего счастья – это постоянное явление, то это вечный фактор счастья. Тогда возникает следующий вопрос: как же постоянное явление может стать причиной вечного счастья? Здесь наш ум находится на очень низком уровне, и мы думаем, что станем счастливыми, если приобретем какой-то объект – это детские мысли о счастье. Так, счастье, которое вы обретаете благодаря получению каких-то вещей – это всё временный фактор. Как только всё это закончится, ваше счастье тоже исчезнет, фактор счастья закончится.

В буддизме говорится, что нашему уму не требуется какая-то специальная причина, чтобы быть счастливым, быть умиротворенным. Ум всегда может оставаться спокойным, умиротворенным, но омрачения не позволяют ему быть в умиротворении. То есть, вам не нужно создавать причины для того, чтобы ум оказался в состоянии покоя, ум всегда будет спокоен, если не будет беспокоящих факторов. Например, если вы медитируете в горах, и вас никто не беспокоит, то автоматически ваш ум окажется в состоянии умиротворения. Не потому, что вы создали причину для такого мира в вашем уме. Просто в горах меньше отвлекающих, беспокоящих факторов, тех, что провоцируют омрачения. Благодаря этому омрачений становится меньше, и ум автоматически оказывается умиротворенным. Говорят, что у людей в Иране, которые живут в горах, хотя они и не являются духовными личностями, ум более спокоен. У них меньше

концептуальных мыслей, они живут очень просто, питаются простой едой, и их ум очень спокоен. Потому что нет омрачений. Нет причин и условий для омрачений. В городах, хотя люди живут в более хороших условиях, есть электричество, отопление и всё прочее, тем не менее, они гораздо более беспокойны, возникают омрачения. Почему? Потому что всё время есть какие-то факторы, провоцирующие эти омрачения. Одно омрачение уходит, а другое приходит вслед. Кто-то немножко успокаивается, хочет поесть и садится за стол. Но вдруг звонит телефон, он отвечает и снова проявляются омрачения: «Как так можно? Я тебе сколько раз сказал? Ты тупой, ничего не слушаешь!» Это беспокоящий фактор. Когда возникают омрачения, ум не может быть спокоен. По мере того, как этих факторов будет становиться всё меньше и меньше, когда вы полностью сможете от них избавиться, то можно сказать, что ум, полностью свободный от омрачений – это вечный фактор счастья. Это буддийская наука. Теперь вы видите причину.

Я слушал всевозможные выступления о чёрных дырах и тому подобном и не нашел смысла в этих темах. Никакого смысла нет. Какая в этом польза для меня? Это слишком далеко. Зачем это изучать слишком долго? В моем случае, когда я впервые услышал такие слова как “вечный фактор счастья”, мои глаза сразу же расширились, и я подумал: “Это возможно вообще или нет?” Может быть, я такой буддийский еврей, когда евреи слышат о золоте или бензине, их глаза становятся шире. А мои глаза стали шире, когда я услышал о вечном факторе счастья. Я подумал: “Не красивая ли это речь, которую произнес Будда? Это реалистично или нет?” И когда я изучил эту тему и начал экспериментировать, когда увидел, что моих омрачений действительно становится всё меньше и меньше, я понял, что это на самом деле работает. Поскольку омрачений становилось все меньше и меньше – это тоже пресечение омрачений. Даже благодаря такому небольшому пресечению омрачений, ум уже становится гораздо более спокойным, счастливым. А если достичь полного пресечения омрачений, то счастье должно быть невероятным. Это математика. Даже когда омрачений становится чуть-чуть меньше, какое это дает спокойствие! Тогда полное их отсутствие – это невероятное спокойствие. Это буддийская математика.

Когда вы узнаете, что есть такой вечный фактор счастья, у вас появляется желание: да смогу я достичь этого вечного фактора счастья! По этому поводу Будда говорил, что нирвана – это покой. Нирвана означает ум, свободный от болезни омрачений – это вечный фактор счастья. Вы думаете, что нирвана находится где-то снаружи, но на самом деле это не так, нирвана – это пресечение омрачений, а пресечение омрачений – это вечный фактор счастья. Сначала вы думаете, что для вас возможно обрести вечный фактор счастья. Затем задумываетесь о том, как страдают другие живые существа по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Вы начинаете желать таких вечных факторов счастья всем живым существам с мыслью, что все имеют право быть счастливыми. Будда говорил: «Я обрёл ум, полностью свободный от омрачений. И у всех вас есть такое же право на

наивысшее состояние покоя». Благодаря второй печати, которая гласит, что всё загрязненное имеет природу страдания, вы можете развить отречение и бодхичитту.

Третья печать – это что все феномены пусты и бессамостны. Мы с вами только что это обсуждали. Это благородная истина пути, которая помогает вам обрести вечный фактор счастья. Все феномены пусты и бессамостны, и когда вы это познаете с помощью шаматхи, то это будет вакцина, которая позволит вам достичь вечного фактора счастья. Эта вакцина устраняет омрачения. А когда осуществляется пресечение омрачений, то вы обретае ум полностью свободный от омрачений. Это называется освобождением. Это благородная истина пресечения, нирвана. Итак, третья великая печать – что все феномены пусты и бессамостны, помогает вам обрести благородную истину пути. Благодаря первой великой печати вы уменьшаете привязанность к этой жизни в силу понимания непостоянства. Вторая великая печать – что все загрязненные явления имеют природу страдания, имеет две части. В первую очередь, когда вы рассматриваете, как вы страдаете в сансаре по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, вы порождаете отречение. А вторая часть, когда вы рассматриваете, как другие живые существа страдают в сансаре – вы порождаете бодхичитту. Третья великая печать указывает на метод – каким образом достичь нирваны, или достичь состояния будды во благо всех живых существ. Если вы хотите обрести ум, полностью свободный от болезни омрачений, то одних молитв недостаточно, вам необходимо создавать причины. Для этого нужно развить шаматху и випашьяну, в особенности випашьяну – понимание абсолютной природы своего «я» и других явлений. Когда вы познаете пустоту и сможете избавиться от омрачений – грубых, средних, тонких, а также устраните препятствия к всеведению, то далее вы достигнете состояния будды. Итак, четвёртая печать: «нирвана – это покой» – это результат. Благодаря первым трем великим печатям реализуется четвёртая – это результат. Так состояние будды является конечным, а состояние архата – это вторично. Временно достигается состояние архатства, а позже эти архаты вступают на путь Махаяны и достигают состояния будды.

Итак, «нирвана – это покой». Существует два вида нирваны – это пребывающая нирвана и непребывающая нирвана. Пребывающая нирвана относится к практикам Хинаяны, которые в течение многих калп могут оставаться в этом состоянии нирваны. В этом нет ничего особенного и полезного, а для этого существа – это как состояние глубокого сна.

Что касается непребывающей нирваны, это достижение состояние будды на пути Махаяны. С обретением Дхармакаи ум полностью освобождается от болезни омрачений и препятствий к всеведению. Такая нирвана называется непребывающей нирваной, потому что даже не на второй миг, а в то же самое мгновение, когда достигается такая нирвана, когда обретается Дхармакая, великое сострадание побуждает это существо сразу же эманировать Самбхогакаю для принесения блага

чистым существам – арьям. В тот же самый момент появляется и Нирманакая в нечистом мире – для бесчисленных живых существ, у кого есть с ней кармическая связь, для принесения им блага.

Таким образом, я объяснил вам в сжатой форме четыре великие печати, это для книги. Так, одна из частей, это – каким образом посредством воззрения вам уменьшить омрачения. Но даже если вы безусловно владеете воззрением, омрачения всё равно могут возникать. Тонкая привязанность по привычке с прошлых жизней, даже хотя вы обладаете воззрением, всё равно будет проявляться. Иногда вы думаете, что вот этот человек – великий философ, как же у него может быть привязанность? Но на самом деле эта привязанность не та, что возникает из-за каких-то глупых рассуждений. Это тонкая привязанность, которая возникает из-за отпечатков, идущих из прошлых жизней. У некоторых великих мастеров в Тибете тоже иногда проявлялись омрачения, и люди думали: «Как же вообще такое возможно?» Но это возможно. Это происходит по привычке, и эти омрачения подобны надписям на воде, они исчезают в следующий же миг. А ваши омрачения из-за неправильных рассуждений подобны надписям, высеченным на камне. Некоторые ваши омрачения – это надпись на металле. При этом вас шокирует то, что у некоторых высоких мастеров проявляются омрачения. У них могут быть омрачения, но это как надписи на воде. Надписи на воде и надписи на камне – это очень большая разница.

Речунгпа был самым хулиганистым учеником, он сказал, что медитация не приносит никаких результатов и ушел, женился. Кто-то хотел отправиться за ним, позвать его обратно, но Миларепа сказал: “Нет-нет, пусть идет, через год он вернется”. Люди говорили Миларепе: “Как же так? Это ученик, обладающий невероятно хорошим пониманием, как он вообще может так поступать?” Миларепа сказал: “Не переживайте, это по привычке с прошлых жизней, через год он вернется”. Итак, в течение года он жил с женой, но она его очень сильно мучила, и через год он вернулся к Миларепе. После этого он приступил к медитации и стал невероятно высоким мастером. Поэтому, если вы замечаете какие-то омрачения у мастеров, это не должно вас шокировать, потому что их омрачения – это надписи на воде. Ваши омрачения – это надписи на металле, а их омрачения – это надписи на воде. Есть большая разница. Самое лучшее – не смотреть на своего Духовного Наставника с этой точки зрения, это не ваше дело.

То, что возникает по привычке, вам нужно устранить посредством изменения этой привычки, то есть, через медитацию. В медитации приучайте свой ум только к позитивному мышлению и не позволяйте проявляться негативным мыслям. Как только они возникают, вам сразу нужно менять точку зрения, и тогда постепенно эта привычка исчезнет. У вас, русских, глупое представление о медитации. Для вас это означает сидеть спокойно, ни о чём не думать, ни о прошлом, ни о будущем, пребывать в настоящем моменте. Вам это очень нравится, потому что вы лентяи.

Думать вы не хотите, работать не хотите. Когда приходит учитель махамудры или дзогчена и говорит: «Не думай о прошлом», – вы соглашаетесь: «Да-да, в прошлом было столько плохих историй». Почему вы не хотите думать о прошлом? Потому что там было много плохих историй. «О будущем зачем думать? Да-да, меня это беспокоит», – скажете вы. Сейчас вы сидите в настоящем времени: «О, как хорошо! А когда я стану буддой, будет еще лучше». Но как можно стать буддой, не прикладывая к этому усилий? Это не медитация. Медитация означает – приучение своего ума к позитивному образу мышления, и это совсем непросто. Для того, чтобы приучить свой ум к позитивному мышлению, вам нужен очень богатый материал. Есть два вида медитации – это развитие однонаправленного сосредоточения и аналитическая медитация. Основную часть времени посвящайте аналитической медитации, это больше вам подходит. И иногда также уделяйте внимание и медитации однонаправленной концентрации, развивайте внимательность, бдительность – это тоже важно. Когда вы будете медитировать на шаматху и випашьяну и полностью устранили все омрачения из своего ума, тогда вы достигнете вечного фактора счастья.

Таково представление о воззрении, медитации и поведении. Благодаря такому воззрению и медитации вы обретете безупречное поведение тела, речи и ума. Это называется состоянием будды. В настоящий момент в поведении ваших тела, речи и ума очень много ошибок. В будущем, благодаря правильному воззрению и правильной медитации в вашем поведении тела, речи и ума не будет ни единой ошибки. Это будет эффективное поведение, приносящее благо всем живым существам. И ваши тело, речь и ум преобразуются в Нирманакаю, Самбхогакаю и Дхармакаю. Тело превратится в Нирманакаю, речь преобразуется в Самбхогакаю, а ум превратится в Дхармакаю.

Люди обращались ко мне с просьбой о передаче мантр. Я передам вам все мантры. Меня просили передать мантру Палден Лхамо. В первую очередь после такого учения я дам вам обет бодхичитты. Главная цель получения такого учения – не для собственного освобождения и не ради славы и репутации. Главная задача – это достижение состояния будды во благо всех живых существ. Установите такую цель в своём уме. И теперь вы обещаете, что никогда не оставите такой цели своей жизни. Что касается обетов бодхичитты, то здесь первый обет – это не критиковать других и не хвалить себя. Если вы действительно очень хотите высказать критику, тогда критикуйте себя. Если у вас чешется язык, вы обязательно хотите похвалить себя, в этот момент хвалите других. Скажите своему уму: “Если ты захочешь критиковать, то я буду критиковать тебя, если ты захочешь хвалить, то я буду хвалить других”. Тогда ваш ум не захочет ни хвалить, ни критиковать. Он подумает: “Лучше никого не хвалить и не критиковать. Если меня нельзя хвалить, то лучше никого не хвалить. Если нужно критиковать меня, то лучше никого не критиковать”. И это будет лучший способ соблюдать этот обет. В моём случае я стараюсь жить таким образом – это очень полезно.

Итак, соедините руки и визуализируйте меня в облике Манджушри. Над моей головой Его Святейшество Далай-лама в облике Будды Шакьямуни. Когда я буду произносить слова обета бодхичитты, повторяйте их за мной. И на третий раз, когда я щелкну пальцами, визуализируйте как изо рта Будды над моей головой, из моего рта исходит белый свет, проникающий через ваш рот, и остается у вас в сердце как обет бодхичитты. Это означает такое обещание, что вы никогда не оставите желания достичь состояния будды во благо всех живых существ – это ваша главная цель, а все остальные – это вторичные цели. Получится их достичь – хорошо, нет – ничего страшного. Моя главная цель – стать буддой ради блага всех живых существ. Тогда, когда в вашей жизни что-то не получится, вы не будете огорчаться – ничего страшного, это моя вторичная цель. Моя главная цель – стать буддой ради блага всех живых существ. Если вы думаете, что что-то мирское – это моя главная цель, тогда вы будете думать, что вы неудачник, у вас ничего не получается. Почему люди чувствуют, что они неудачники? Потому что глупые мирские вещи они считают главной целью. А когда у них что-то не получается, они переживают депрессию: «Я неудачник». Поэтому возникает депрессия. Это все вторичные цели. Если муж уйдет – до свидания. Жена уйдет – до свидания. Ничего страшного в этом нет. А бодхичитта – нет, пожалуйста, не уходи. А все остальное, что уйдет – до свидания, ничего страшного. Если бодхичитта захочет уйти, скажите: «Пожалуйста, не уходи, я сделаю что угодно, чтобы ты была моим спутником жизни». Настоящий спутник жизни – это бодхичитта. Если бодхичитта скажет, что вы неправильно поступаете и захочет уйти, вы должны сказать: “Нет, пожалуйста, не уходи! Ты у меня и так слабая. Остайся, пожалуйста, я буду тебя укреплять. Ты моя надежда, что я буду делать без тебя в сансаре?” Также и мудрости понимания пустоты скажите: “Ты – мой папа, а бодхичитта – моя мама”.

*Передача обета бодхичитты и мантр.*

*Когда Геше-ла передавал мантру Его Святейшества Далай-ламы, то сказал: “Когда вы будете начитывать мантру Его Святейшества Далай-ламы, думайте о нем, как об отце, а обо мне – как о его сыне. Таким образом, это будет наша общая мантра”.*

Теперь для вас хорошая новость. Поскольку вы меня об этом много раз просили, на будущий год во время байкальского ретрита я дам посвящение Ямантаки. Когда у вас есть понимание теории пустоты, трех основ пути, если вы хотя бы немного чувствуете их вкус, в этом случае вы сможете почувствовать и вкус тантры. А в противном случае тантра будет оставаться просто слогами “хум” и “пхе”.

Будьте счастливы!