

Геше Джампа Тинлей  
Ретрит по Ламриму  
Лекция №13 (Наставления к садхане Ямантаки)  
03.08.2024  
Байкал, Заречье

Итак, получайте учение с мотивацией достичь состояния будды на благо всех живых существ. Также визуализируйте это здание не обычным зданием, это мандала, и вы находитесь внутри этой мандалы, и я пребываю в ней в облике Манджушри. Манджушри передает вам опытный комментарий о том, как выполнять практику керим, практику стадии порождения. Это приведет ваш ум к созреванию, и в будущем вы станете подходящими сосудами для практики стадии дзогрим или стадии завершения. Как я говорил вам, в практике стадии порождения самое главное – это привнесение Трех Кай на путь.

Я забыл сказать вам о том, что прежде чем привносить Дхармакаю на путь, вы должны поднести внутреннее подношение. Поскольку вы его уже благословили, то далее вы его подносите. Вы визуализируете перед собой Поле Заслуг и выполняете внутреннее подношение, разбрызгивая нектар, и каждый раз произнося мантру “ОМ А ХУМ”. Сначала вы подносите нектар внутреннего подношения Учителям линии преемственности – вы разбрызгиваете нектар от области вашего лба, далее божествам – от области вашего сердца, далее дакам и дакиням – от области пупка и защитникам Дхармы – от области колен. А мирским духам вы подносите нектар еще ниже уровня ног.

Совершение внутреннего подношения Учителям линии преемственности и божествам – это очень мощный способ накопления больших заслуг. Вы это подносите в качестве очень драгоценных подношений. Затем вы произносите мантру ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЭ ОМ А ХУМ и сами вкушаете каплю этого нектара. Этот нектар обладает тремя характеристиками. Первая характеристика называется “целебный нектар”, то есть это нектар, устраняющий ваши болезни. Чувствуйте, что нет такой болезни, которую вы не могли бы исцелить, вкусив этот нектар внутреннего подношения. Здесь очень важна вера. Если вы йогин высокого уровня и действительно можете превратить внутреннее подношение в нектар, тогда это будет обладать огромным потенциалом. Итак, этот нектар обладает тремя характеристиками. Одна из них – это нектар от болезней, вторая – нектар бессмертия, что означает, что благодаря этому вы будете жить очень долго. Третья характеристика – это незагрязненный нектар. Вы думаете, что благодаря тому, что вы его вкушаете, у вас зарождается переживание союза блаженства и пустоты. Также этот нектар уменьшает ваши омрачения. Это три характеристики нектара внутреннего подношения.

Итак далее, после совершения подношений, вы привносите Дхармакаю на путь. Я объяснил вам, как привнести Дхармакаю на путь. Далее, когда вы пребываете в качестве Дхармакаи, вам нужно подумать так, что в этом состоянии я не могу приносить благо живым существам. Для того чтобы действительно приносить

им благо, мне нужно проявиться в теле Самбхогакаи, то есть привнести Самбхогакаю на путь. Из сферы пустоты, из Дхармакаи появляется перевернутая пирамида, двойной треугольник, сверху на лунном диске пребывает слуг ХУМ. Далее этот слог ХУМ превращается в свет, из света вы появляетесь как Намце Дордже с супругой. Это главный защитник десяти сторон света. Далее он делает вдох через рот, вдыхает в себя свет со всех десяти сторон света. Защитники десяти сторон света втягиваются ему в рот в виде света, и по его каналам они опускаются вниз в союз лотоса и ваджры. После этого каждый защитник обретает рождение, появляясь в виде конкретного защитника стороны света.

Они рождаются у матери и далее занимают соответствующие положения по сторонам света на востоке, затем на юге, на западе, на севере, и в промежуточных направлениях, также сверху и снизу, то есть по десяти сторонам света. Они смотрят наружу и защищают от всех препятствий, от всех вредоносных духов по десяти сторонам света. Далее Намце Дордже превращается в свет, и из этого света вы появляетесь как Ваджрасаттва. Ваджрасаттва превращается в свет и появляется как основа для мандалы. Это фундамент мандалы. Сверху над ним из слога ХУМ вы появляетесь как Вайрочана. Из Вайрочаны исходит свет по всем десяти сторонам света, призывает существ мудрости, они растворяются в нем, далее Вайрочана растворяется и появляется как мандала. Мандала – это манифестация Вайрочаны в совокупности формы. Восточная сторона белого цвета, южная – желтого, западная – красного и северная сторона – зеленого цвета. Крыша очень похожа на крышу храма. Вот здесь вы можете это видеть. Это крыша мандалы. С четырех сторон есть ворота, и к каждому воротам ведут очень большие ступеньки. Вы можете увидеть, что внутри в мандале располагается множество особых объектов. Снаружи за пределами мандалы есть круг огня и говорится, что добрые существа могут спокойно пройти через него внутрь, а вредоносные, негативные живые существа не могут даже прикоснуться к этому огню. Для них это как электрический ток, они не могут его вытерпеть.

Далее, вокруг мандалы есть забор, ограда. За этим забором и стеной огня располагаются кладбища. Там восемь кладбищ, восемь драгоценностей, и так далее. Множество таких объектов, по восемь. В садхане вы можете найти их перечисление. Вам нужно знать, где именно их визуализировать в обширной садхане. Вот это те самые места. Сама мандала – это прозрачный дом. В центре на лунном и солнечном дисках появляется слог ХУМ. Из него исходит свет по всем десяти сторонам света, делает подношения, затем собирается обратно в этом слоге, и слог ХУМ растворяется в сфере пустоты. Из него вы появляетесь в облике Манджушри. Итак, вы думаете, что «я» – это Манджушри. Самбхогакая существует лишь номинально. Породите также божественную гордость, что «я – Манджушри», а не глупое существо, то есть не глупую гордость. И вот это является привнесением Самбхогакаи на путь.

Далее вы думаете, что пока я пребываю в облике Самбхогакаи, я могу помогать только арья бодхисаттвам, меня способны видеть только они, а чтобы приносить благо обычным живым существам, мне необходимо проявиться в теле Нирманакаи. Из Манджушри исходит свет по всем десяти направлениям, затем растворяется обратно

в Манджушри. Манджушри растворяется в свете, и далее появляется солнечный диск. Все эти визуализации ясно объясняются в садхане. Далее слог ХУМ растворяется в сфере пустоты, и из сферы пустоты появляется девяти спицевая ваджра. Далее из этих ваджр эмануируется бесчисленное количество ваджр, которые распространяются по всем десяти сторонам света, благословляют всех живых существ, приводят их к состоянию Ямантаки и делают обширные подношения всем буддам и божествам. Далее все эти Ямантаки растворяются обратно в вас. Все живые существа также растворяются в вас, и все божества в облике Ямантаки растворяются в вас.

Далее из сферы пустоты вы проявляетесь как результирующий Ямантака с девятью головами, тридцатью четырьмя руками и шестнадцатью ногами. Центральный лик синего цвета с рогами, над ним красный лик гневного божества и над ним желтый лик Манджушри. Три головы Ямантаки располагаются справа, три слева, и всего получается девять голов, а цвет объясняется в садхане. Тридцать четыре руки, шестнадцать ног – это объясняется в садхане, поэтому повторять этого не нужно. Это самый важный механизм, а подробности вы можете найти в этом тексте. Под шестнадцатью ногами располагаются шестнадцать животных. Они символизируют омрачения и препятствия, то есть контроль над ними. Тело Ямантаки окружено огнем мудрости.

Вам необходимо визуализировать Ямантаку как трех существ. Первое – существо самаи, второе – существо мудрости и третье – существо сосредоточения. Существо самаи – это вы как Ямантака с девятью головами, тридцатью четырьмя руками и шестнадцатью ногами. Существо мудрости – это в сердце Ямантаки пребывает Манджушри, это существо мудрости. А в сердце Манджушри пребывает слог ХУМ, который является существом сосредоточения. Итак, вы становитесь единым с этими тремя существами. В будущем это существо сосредоточения станет Дхармакаей, существо мудрости станет настоящей Самбхогакаей, и существо самаи станет настоящей Нирманакаей. В настоящий момент во время проведения практики мы – это существо самаи, существо мудрости и существо сосредоточения. Они неразделимы, и это означает, что когда вы достигаете состояния будды, то ваши три тела: Дхармакая, Самбхогакая и Нирманакая неразделимы.

Итак, в теле Нирманакаи вы будете приносить благо живым существам, а в сердце всегда будет располагаться Самбхогакая. В сердце Самбхогакаи пребывает слог ХУМ, и это Дхармакая, которая также всегда там присутствует. Это ваше тело, речь и ум, и когда они уже полностью преобразованы, тогда они становятся Дхармакаей, Самбхогакаей и Нирманакаей. Итак, ваш ум превращается в Дхармакаю, ваша речь превращается в Самбхогакаю, и ваше тело, не это грубое тело, а наитончайшее энергетическое тело превращается в Нирманакаю. Ваше тонкое тело и тонкая речь – это как наитончайшая основа для ясного света вашего ума. То есть здесь нет разных сущностей, это как одна сущность.

Итак, в вашем сердце, сердце Ямантаки пребывает существо сосредоточения – слог ХУМ, вокруг которого располагается мантра ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ оранжевого цвета. Далее вокруг нее – мантра ОМ ЯМАНТАКА ХУМ ПЭ желтого цвета. Следующая мантра – ОМ ХРИ ТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЭ красного цвета. А сам слог ХУМ синего цвета. Далее, вокруг мантры ОМ ХРИ ТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЭ располагается мантра ОМ ЯМАРАДЗА САДО МЕЯ ЯМЕ ДОРУ НАЙО ДАЯ ЯДА ЙОНИ РАЯКЕЯ ЯКИ ЯЦЦА НИРАМАЯ ХУМ ХУМ ПЕ ПЕ СОХА синего цвета.

Итак, вы привнесли Три Каи на путь. Таково ваше тело Ямантаки. У него в трех областях располагаются три слога ОМ, А и ХУМ. В его глазах, носе, языке, на плечах располагаются восемь бодхисаттв.

Далее из вашего сердца исходит свет по всем десяти сторонам света и приглашает существ мудрости. Вы делаете такой жест. Далее, когда они оказываются перед вами, из вашего сердца исходят дакини подношений и делают подношения: “аргам, падьям” и так далее. Далее, после “шапта” существа мудрости растворяются в вас. Далее свет снова исходит по всем десяти направлениям и призывает божеств посвящения. Итак, существа мудрости растворяются в вас, и вам нужно понять, что вы как Ямантака и все Учителя линии преемственности становитесь единым целым. Все Ямантаки становятся едиными. И это самый мощный способ себя благословить.

Многие люди просят других даровать им благословение. Если это ваш коренной Духовный Наставник, то это хорошо. Когда он касается рукой вашей головы, вы получаете невероятное благословение, поскольку он для вас является очень особенным объектом заслуг. В противном случае, если это другие ламы, они могут быть даже как бы высокими перерожденцами, кто-то может быть тринадцатый или четырнадцатый, но если они коснутся рукой вашей головы, ничего особенного в этом не будет.

Был один великий йогин в провинции Амдо. Многие приходили к нему и просили о даровании благословения, на что он отвечал: “Я не тот лама, который дает благословение рукой. Если вы хотите получить благословение, то приходите на учение, получите это учение”. Поэтому самое мощное благословение, которое вы можете получить – это благословение, получаемое в силу слушания учения. Каким образом? Слушая учение, вы уменьшаете негативные эмоции и порождаете новое позитивное состояние ума. Даже если вы просто находитесь рядом с добрым человеком, который настроен позитивно, то вы тоже получаете определенное благословение, то есть тоже становитесь добрее в силу определенной атмосферы, исходящей от него. Но если вы находитесь близко к тем, кто настроен очень негативно, то и вы тоже оказываетесь подвержены негативному влиянию.

Что делает их негативными или что делает их позитивными – это состояние их ума. Их позитивное состояние ума благословляет их, и оно также способно благословить и вас. Это маленькое благословение. А почему они стали святыми существами? Благодаря позитивным состояниям ума. Почему же и вы не можете также зародить

позитивное состояние ума? Когда вы получаете учение и зарождаете позитивное состояние ума, в особенности любовь, сострадание, бодхичитту, то это станет для вас лучшим благословением. Отречение, бодхичитта, какой-то уровень понимания теории пустоты – это лучшее благословение, которое вы можете получать каждый день.

Каждый день, когда вы проводите аналитические медитации, развиваете чувство преданности Духовному Наставнику, чувство драгоценной человеческой жизни, непостоянства и смерти, веру в закон кармы – это невероятное благословение, идущее от аналитических медитаций на "Ламрим". Это благословение, с помощью которого вы сами способны благословлять себя каждый день, выполняя аналитические медитации на "Ламрим", выполняя садхану Ямантаки. Это лучший способ себя благословить. Вам не обязательно сидеть в строгой позе, просто проводите такой анализ тем "Ламрима" касательно преданности Духовному Наставнику. Когда вы размышляете на тему преданности Учителю и порождаете чувство веры и уважения, вы себя благословляете. Далее, когда вы переходите к размышлению на тему драгоценной человеческой жизни, здесь вы думаете о том, как же вам повезло обладать драгоценной человеческой жизнью.

А как поступаете вы? Вы себя заряжаете негативным благословением. Вы думаете обо всем противоположном, о чем думать не следует. Того, кто был к вам очень добр, вы считаете не очень добрым, проявляете неблагодарность, забываете о доброте Духовного Наставника. Вы думаете о каких-то маленьких ошибках, недостатках, которые он проявлял, и затем их преувеличиваете. В результате вы оказываетесь одержимы демоном, и у вас появляются негативные эмоции. Обычно говорят, что если вы водитесь с шаманами, то вредоносные духи могут вас захватить. Но даже если вы будете одержимы вредоносными духами, это не очень опасно. В это время они очень заняты. Они немного вам помешают, потом уйдут заниматься своими делами и вообще перестанут о вас думать. Но у ваших омрачений есть только одна цель. У злых духов есть много других дел, поэтому они вам немного навредят, но потом уйдут. Даже если вы их попросите остаться с вами, они скажут, что у них на вас нет времени, они просто не хотят тратить впустую свое время с вами. Им нужно туда, им нужно сюда. Но омрачения вам скажут, что они сейчас с вами с безначальных времен и пой сей день. Для них не нужно читать молитвы о долгой жизни. Они думают так: "Для меня представляет опасность лишь слушание учения. Остальное для меня не представляет опасности". Это худший демон.

Будда говорил, что самый худший демон находится не снаружи, это вредоносные духи, которые раньше были вашими матерями. Но, может быть, временно, пока они рождаются вредоносными духами, они проявляют такой вредный характер, но худший злой дух – это ваши омрачения. Когда ночью вы подходите близко к кладбищу, то вы начинаете сильно бояться: вдруг злой дух мне навредит? Но как они могут вам навредить? Вот так вы боитесь злых духов, но если бы вы так же боялись своих омрачений, как было бы хорошо!

Что касается ваших омрачений, то к ним вы проявляете невероятное терпение. Что бы они ни делали, вы их терпите. Ваше терпение просто железное не по отношению к живым существам, а по отношению к вашим омрачениям. Некоторые мои друзья просто потрясены моим поведением, они говорят: «Геше-ла, ваше терпение железное». На это я им говорю, что нет, мое терпение не железное. Вы потрясены моим терпением по отношению к живым существам, а я говорю о том, что это терпение не очень сильное, меня в свою очередь потрясает то, как живые существа терпят свои омрачения. Вот это для меня шок, как же они могут терпеть свои омрачения? Омрачения с безначальных времен мешают им, делают плохо, среди ночи не дают спать, из-за омрачений происходят разводы, дисгармония в отношениях между братом и сестрой. Но все ваши омрачения тем не менее вы терпите. Вы думаете, что причина дисгармонии в вашей семье – это то, что сосед навел на вас порчу. Но как может порча принести дисгармонию? Ваш злой дух – это омрачения, из-за омрачений у вас происходит дисгармония. Все беды из-за ваших омрачений, но вы этого не знаете. Когда вы об этом знаете, то понимаете, что никто из живых существ вам не вредит. Они были вашими матерями, невероятно добры к вам. Даже если они вам будут вредить, то для вас это, наоборот, полезно, потому что вы станете сильными, потому что вы будете развивать терпение. Если же вы будете терпеть свои омрачения, то вы от этого сильными не станете, а станете более слабыми. Вот в чем разница. Если же любое существо вам скажет что-то плохое, и при этом вы будете терпеть, то вы станете сильными от этого. Если же омрачения вам сделают плохо, и вы будете это терпеть, то от этого вы не станете сильными, а станете еще более слабыми, вы станете трусами, рабами. Это не терпение, это рабство. Поэтому вам нужно сказать: “Я совершу революцию со своими омрачениями, я никогда не буду терпеть свои омрачения”.

Это философское учение. А что касается тантры Ямантаки, то это должно быть тантрическое учение. Но они все взаимосвязаны. Один великий йогин давал учение по тантре, но больше всего говорил о трех основных аспектах пути. И один из учеников, когда вернулся, рассказал другому великому йогину, что получал учение по тантре от такого-то мастера и в основном слышал о трех основных аспектах пути. Тот йогин сложил руки и сказал: «О, это действительно великий йогин! Он знает, что без трех основ пути любая практика тантры – это просто хум и пэ, просто пустые слова. Это великий йогин». Поэтому вам нужно понимать, что величие тантры берет начало в сутре. Итак, вам нужно практиковать тантру и в то же время иметь очень высокое уважение к сутре. Философия очень и очень важна. Но когда вы изучаете философию, вам нужно понимать, что с помощью одной философии, только с помощью отречения и бодхичитты вы не сможете достичь состояния будды очень быстро, и по этой причине вы хотите практиковать тантру. Итак, когда вы практикуете тантру, то склоняетесь при этом больше к сутре, а когда вы изучаете сутру, философию, то больше склоняетесь к практике тантры. Таким образом, эти две области сосуществуют в гармонии, поддерживают друг друга. Это система, которой обучал лама Цонкапа. Вместо того, чтобы усматривать какие-то противоречия между сутрой и тантрой, наоборот, лама Цонкапа объяснил, что они находятся в гармонии и поддерживают друг друга.

Итак, далее божества посвящения подходят к вам, и вы даруете им подношения: “аргам, падьям, генде, пушпе” и так далее, и просите о даровании посвящения. Они держат сосуды с нектаром и говорят, что, когда родился Будда, даки и дакини поднесли ему нектар, и также мы сегодня даруем вам посвящение. Ваше тело наполняется светом и нектаром, и остатки этого нектара у вас на макушке превращаются в Будду Акшобью. Далее все божества посвящения растворяются в вас. Это самое мощное благословение. Если вы будете так поступать каждый день, то вам не нужно будет, чтобы вас благословлял кто-то другой. Если они вас благословляют, то это очень хорошо, но вам не нужно будет специально отправляться за благословением.

Далее, подношение самопорождению. Вы, как Ямантака, являетесь воплощением всех будд и божеств. Из вашего сердца исходят дакини и делают подношения: “аргам, падьям” и так далее, – вам, как Ямантаке: ОМ ЯМАНТАКА АРГАМ – это для рук, ОМ ЯМАНТАКА ПАДЬЯМ – это для ног, ОМ ЯМАНТАКА ГЕНДЕ – это для сердца, ОМ ЯМАНТАКА ПУШПЕ – это подношение цветов для глаз, ОМ ЯМАНТАКА ДЬЮПЕ – это благовоение для органов обоняния, носа, ОМ ЯМАНТАКА АЛОКЕ – это светильники, солнце, всё, что рассеивает тьму, и вы это подносите. ОМ ЯМАНТАКА НЬЮДЕ – подношение вкусной еды. ОМ ЯМАНТАКА ШАПТА – это подношение музыки.

Итак, вы произносите: ОМ ЯМАНТАКА АРГАМ ПРАТИЦА ХУМ СОХА и визуализируете, как дакини подношений исходят из вашего сердца, делают подношения, и затем растворяются обратно в вашем же сердце. Таким образом вы приводите свое сердце к созреванию, чтобы в будущем вы могли спокойно собирать энергии ветра в центральном канале, и затем, чтобы эти энергии также могли выходить из центрального канала. Вы будете способны делать то, что захотите. Если говорить о сборе энергии ветров в центральном канале, то здесь в области сердца и пупка у вас наибольшее отверстие, и там легче собрать энергию ветра в центральном канале.

“ОМ ЯМАНТАКА АРГАМ ПРАТИЦАЯ СОХА, ОМ ЯМАНТАКА ПАДЬЯМ ПРАТИЦАЯ СОХА, ОМ ЯМАНТАКА ГЕНДЕ ПРАТИЦАЯ СОХА, ОМ ЯМАНТАКА ПУШПЕ ПРАТИЦАЯ СОХА, ОМ ЯМАНТАКА ДЬЮПЕ ПРАТИЦАЯ СОХА, ОМ ЯМАНТАКА АЛОКЕ ПРАТИЦАЯ СОХА, ОМ ЯМАНТАКА НЬЮДЕ ПРАТИЦАЯ СОХА, ОМ ЯМАНТАКА ШАПТА ПРАТИЦАЯ СОХА” – вы это произносите вот таким образом, нараспев. Когда вы делаете подношение себе или наружу, это одинаково.

После этих подношений вы начитываете мантры. Вначале вам нужно благословить четки. Итак, ваши четки растворяются в сфере пустоты, и далее из сферы пустоты, если вы будете начитывать мантру: “ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ”, то появляются драгоценные четки. Вы несколько раз начитываете: “ОМ ЯМАНТАКА ХУМ ПЕ, ОМ ЯМАНТАКА ХУМ ПЕ”, и затем дуete на четки, благословляете их. Это благословение чётков. Далее вы начитываете мантру: “ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ”, в руках вы перебираете эти четки, которые у вас превратились в драгоценные четки.

Итак, вы начитываете матрицу: “ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ”, пребывая в облике Ямантаки, в сердце которого располагается Манджушри, в сердце которого слуг ХУМ, окруженный мантрой “ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ”. Из этой мантры исходит свет и нектар и наполняет все ваше тело. Далее этот очень могущественный свет начинает выходить из ваших ноздрей, достигает шести миров и приносит благо живым существам. Далее он делает обширные подношения всем буддам и божествам, и на концах лучей света есть крюки, которые цепляют благословение всех будд и божеств, и втягивают это благословение вместе с лучами света обратно в вас. Это благословение заходит через левую ноздрю. Свет выходит из правой ноздри и в виде благословения заходит через левую ноздрю. Итак, этот свет и нектар растворяются в вас, и вы чувствуете, что становитесь еще более могущественными. Он входит в вас через нос, и когда касается слога ХУМ и мантры, то делает их еще более мощными. Думайте о том, что негативная карма, созданная в течение бесчисленных прошлых жизней у вас очищается. Вы визуализируете, что этот процесс происходит по кругу, раз за разом, и затем вы заканчиваете это визуализацией, что большое количество божеств Манджушри растворяются в вас вместе со священными текстами, вместе с мечами Манджушри, и вы получаете благословение мудрости. Это мантра “ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ”. Далее в конце вы говорите “ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ”, затем задерживаете дыхание и говорите: “ди-ди-ди...” как можно дольше. На одном дыхании, вот так: “ди-ди-ди-ди-ди-ди...”. В этот момент вы на конце своего языка визуализируете слог ДИ, и когда вы произносите “ди-ди-ди...”, то визуализируете, как свет и нектар, исходящий от будд и божеств, растворяется в этом слоге ДИ. Затем в конце вы делаете такое глотательное движение и вместе со слюной визуализируете, что проглатываете этот слог «ДИ», который опускается в вашу сердечную чакру, касается слога ХУМ и дарит вам благословение мудрости. Если каждый день вы будете это делать, то невозможно, чтобы ваша мудрость благодаря этому не возросла.

После этой мантры “ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ” вы переходите к практике мантры “ОМ ЯМАРАДЗА САДО МЕЯ...” – это гневная мантра. “ОМ ХРИ ТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ” называется сущностной мантрой. “ОМ ЯМАНТАКА ХУМ ПЕ” называется мантрой действия.

Итак, вы начитываете мантру “ОМ ЯМАРАДЗА САДО МЕЯ...” Здесь та же самая визуализация: из вашей мантры, располагающейся в сердце, исходит свет и нектар, который наполняет ваше тело, далее выходит из вашей правой ноздри, достигает всех шести миров, очищая эти шесть миров и приводя существ к достижению состояния Ямантаки и после этого преподносит подношения всем буддам и божествам. Далее, цепляя их благословение, он возвращается обратно, растворяется в вас, опускаясь в ваше сердце через левую ноздрю. Таким образом кальпы негативной кармы очищаются за краткие мгновения, растворяются в сфере пустоты. Самое мощное очищение от негативной кармы – это когда с помощью понимания теории пустоты и с помощью бодхичитты ваши отпечатки негативной кармы вы растворяете в сфере пустоты. Это самое мощное противоядие.

Я говорил вам, что ваша слабость состоит в невероятном хранилище отпечатков негативной кармы, и без такого могущественного божества, как Ямантака, очиститься от таких отпечатков почти невозможно. Например, очень старый металл лежит на глубине океана, там очень много воды, но так от грязи металл не очищается. Но если металл поместить в огонь, то он мгновенно полностью очистится от всей грязи, он станет чистым, даже без пятнышка грязи.

Итак, в сфере пустоты вы растворяете отпечатки своей негативной кармы, здесь вы сильно побуждаемы бодхичиттой. Вы думаете так, что для того, чтобы приносить благо всем живым существам, эти отпечатки негативной кармы представляют для меня препятствие, мешают приносить благо другим. Если они мешают только мне, то это не так страшно. Но отпечатки негативной кармы мешают мне достичь состояния будды ради блага всех живых существ. Мама говорит: “Если сосед мешает спать только мне, то ничего страшного, но он мешает спать моей дочери, поэтому я этого стерпеть не могу”. Когда сосед мешает спать маме, она может потерпеть, закрыть уши. Но когда сосед мешает спать ее дочери, тогда мама сойдет с ума. Точно также, если отпечатки негативной кармы мешают только мне, то это нехорошо, но это не так страшно. Но отпечатки негативной кармы являются главным препятствием к тому, чтобы я мог помогать всем живым существам. Поэтому мне обязательно нужно очищаться от отпечатков негативной кармы. Другого выбора у меня нет. Нужно очиститься от всех отпечатков негативной кармы.

Итак, сильно побуждаемые чувствами любви и сострадания ко всем живым существам, вы говорите: «Я должен очиститься от отпечатков негативной кармы. Если я приму рождение в аду, то это не страшно, но как же в этом случае я смогу осуществить желания всех живых существ? Ведь я не смогу помогать даже себе самому. Поэтому причины рождения в аду – для меня самые большие препятствия к достижению состояния будды. Я должен от них очиститься. С сильной решимостью думайте: “Пусть они растворятся в сфере пустоты”. Так, с пониманием теории пустоты, все отпечатки негативной кармы растворите в сфере пустоты, и это станет самым мощным очищением. Это ваша сила. Благодаря тантре Ямантаки вы обретаєте невероятную силу и способны очиститься от целых кальп негативной кармы за считанные минуты.

За короткое время вы сможете очиститься от большого количества отпечатков негативной кармы. Это ваша сила. Потом, когда вы опираетесь на божество Ямантаку, вы привнесете Три Каи на путь, вы станете очень могущественными, сильными. Что станет сильным? Контроль ваших тела, речи и ума. Это ваша сила. Эту силу вы получите через тантру Ямантаки. Когда вы будете начитывать мантры, свет и нектар будет очищать от отпечатков негативной кармы шесть миров, и вы накопите очень большие заслуги. Даже если вы просто будете думать о том, чтобы одно живое существо не страдало, вы тоже накопите очень большие заслуги. Но когда вы думаете о том, чтобы не страдали все живые существа шести миров без исключения, чтобы они не только освободились от омрачений, но и стали буддами, тогда через ваше чтение мантры и визуализацию света и нектара, это становится огромной позитивной кармой.

И не только это. Когда вы подносите свет и нектар всем буддам и божествам – это ваша сила. Вы сможете накопить невероятно большие заслуги за короткое время. При рождении у вас, может быть, было очень мало заслуг и очень много отпечатков негативной кармы, был очень слабый ум. Но потом вы встретили Учителя, и ваша жизнь стала драгоценной человеческой жизнью. Потом, когда вы получили посвящение Ямантаки, вы обрели чудо. В первое время вы были неудачником, было мало заслуг, очень много отпечатков негативной кармы, ум был очень слабым, но, встретив Учителя, ваша жизнь стала не только драгоценной человеческой жизнью, после получения посвящения тантры Ямантаки вы обрели что-то невероятное. С помощью тантры Ямантаки вы копите огромное количество заслуг, очищаетесь от большого количества негативной кармы и становитесь могущественным человеком.

В чистых землях даки и дакини, когда видели вас при рождении, они понимали, что у вас было очень мало заслуг и огромное количество негативной кармы. У них не было надежды на вас. Но если они встретят вас сейчас, то увидят вашу трансформацию и подумают: «Зачем нам быть в чистой земле, мы хотим попасть в этот мир, где можно встретить учение ламы Цонкапы, союз сутры и тантры, благодаря чему можно получить такую трансформацию. У нас были большие заслуги, но сейчас у нас мало заслуг по сравнению с вашими». И все это благодаря тантре Ямантаки. Это правда на сто процентов. Поэтому вам нужно думать, как вам повезло. Это просто чудо! Вы не понимаете того, что с вами произошло чудо. Если вы выполняете практику Ямантаки и далее приходите на кладбище, то вы сможете увидеть, что вредоносные духи вместо того, чтобы вам вредить, наоборот, будут относиться к вам с уважением.

Итак, когда вы заканчиваете читать мантру ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ, она растворяется в мантре ОМ ЯМАНТАКА ХУМ ПЕ. Далее вы переходите к начитыванию мантры ОМ ЯМАРАДЗА САДО МЕЯ... Когда вы заканчиваете ее, то она растворяется в мантре ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ. После этого вы начитываете мантру ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ, и это главная мантра, которую вам нужно начитывать как можно больше. Когда вы выполняете ретрит, то вы лишь немного начитываете мантры ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ и ОМ ЯМАРАДЗА САДО МЕЯ... в качестве дополнительных мантр. А в качестве главной мантры вы начитываете ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ – сто тысяч раз.

Итак, вы начитываете ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ и выполняете точно такую же визуализацию. Вы начитываете эту мантру в течение ретрита, а в конце ретрита вам также нужно начитывать мантру ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ с окончанием ХУМ А АН ЦЕ. Визуализация для мантры ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ точно такая же, как для ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ и для ОМ ЯМАРАДЗА САДО МЕЯ... Разницы нет. Из вас исходит свет по всем десяти направлениям и достигает всех живых существ в шести мирах. Думайте так, что это мои матери живые существа, которые были ко мне очень добры в прошлых жизнях, и сегодня у меня появляется шанс принести им благо – не только освободить их от страданий, но и привести к безупречному состоянию будды. Нужно испытывать при этом невероятное счастье. Это называется безмерной радостью.

Итак, безмерная любовь – это вы желаете им безупречного счастья. Безмерное сострадание – это вы желаете им освобождения от страданий и причин страданий. Далее, безмерная радость – вы думаете, как было бы замечательно, если бы все они были свободны от страданий и обладали безупречным счастьем, состоянием будды. Это радость. Вы думаете, что если бы я выиграл лотерейный билет, как бы я был счастлив. Некоторые женщины думают, что если бы они встретили хорошего, богатого мужа, они были бы счастливы. Но все это ерунда. Если все живые существа освободятся от болезни омрачений и достигнут состояния будды, вот это настоящее счастье. Далее, безмерная равенность – здесь вы не проводите различий между живыми существами. Совершенно одинаково вы желаете всем живым существам освобождения от страданий и достижения безупречного счастья.

Итак, в конце ретрита последние три сессии мантру ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ вы заканчиваете таким слогом: ХУМ А АН ЦЕ. Итак, ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ ХУМ А АН ЦЕ. Вы визуализируете, как из вас исходит свет по всем десяти сторонам света, то есть визуализация та же самая, но в конце вы визуализируете, как огромное количество божеств Ямантак красного цвета растворяются в вас, и это существа мудрости.

Так, далее мантра ОМ ЯМАНТАКА ХУМ ПЕ. Итак, здесь мантра ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ растворяется в мантре ОМ ЯМАНТАКА ХУМ ПЕ. Вы начитываете эту мантру, и в первую очередь из нее исходит свет и нектар, который наполняет ваше тело и очищает вас от огромного количества отпечатков негативной кармы. Все беды, все препятствия, все у вас очищается. Затем свет исходит по всем десяти направлениям и очищает шесть миров. Это называется йогой очищения шести миров. Она связана с начитыванием мантры. Это невероятная комбинация. Вы не во всех комментариях к тантре Ямантаки найдете такие визуализации. Это можно найти только в особенных текстах. Это необычная визуализация.

Итак, этот свет и нектар далее растворяется в вас и очищает вас от большого количества негативной кармы, вы продолжаете начитывать мантру Ямантаки. Вы продолжаете этот цикл визуализаций до тех пор, пока не начитаете нужное количество мантр. Мантру ОМ ЯМАНТАКА ХУМ ПЕ вы читаете один круг на четках, мантру ОМ ЯМАРАДЗА САДО МЕЯ... – половину круга на четках, мантру ОМ А РА ПА ЦА НА ДИ – тоже один круг на четках. Мантру ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ старайтесь начитывать как можно больше в повседневной жизни. Если на четках, то как минимум три круга. Где бы вы ни ходили, вы можете начитывать эту мантру. Три круга – это всего три минуты. Что в этом трудного?

Далее, после этого вы благословляете подношение торма. Итак, вы произносите ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ ОМ СВАБХАВА ШУДДХА САРВА ДХАРМА СВАБХАВА ШУДДХО ХАМ, и точно так же субстанция торма превращается в сферу пустоты, из сферы пустоты появляются три человеческих головы, копала, в ней субстанции пяти видов мяса и пяти нектаров, и вы точно так же благословляете их, как внутреннее подношение. Если у вас не получается изготовить красивую торма,

то можете просто взять муку и смешать ее с маслом, и это должна быть жареная мука, вы кладете ее в банку. Или вы можете просто взять зерна, пожарить их, затем размолоть их в муку. Чтобы приготовить еду, у вас очень хорошо соображает голова. Вы отжимаете сок из фруктов, точно также можно измельчить и муку. Когда вы делаете свою цампу, то вы получаете больше заслуг. Потом в эту муку вы кладете мед, масло, сыр и все смешиваете. Эта субстанция не должна быть слишком сухой и не слишком жидкой. Это тесто должно быть не очень липким, должно легко переминаясь в вашей руке. И вот эту цампу вместе с мёдом вы кладете в красивую баночку и закрываете. Это торма на целый год. На следующий год выбросите эту торма и положите новую субстанцию. Вы можете оставить эту субстанцию, вот эту торма, у себя на алтаре, и когда вы куда-то уходите, уезжаете, то вы как огромный Ямантака, и поэтому, как бы далеко вы ни уехали, эта торма всегда будет рядом с вами. Когда вы представляете себя большим Ямантакой, тогда, даже если вы будете находиться в Китае, торма будет всегда с вами. Итак, это объектная основа для превращения в подношение торма. Так вы изготавливаете из нее огромное торма и визуализируете, как из всех девяти голов Ямантаки исходят такие ваджрные трубки, через которые он втягивает сущность этого подношения торма. Итак, первое – это подношение торма Ямантаке.

Вы читаете мантру ОМ ХРИТИ ВИТИТА НАНА ХУМ ПЕ ВАДЖРА БЕРАВАЯ АТИ ПАДИ ИМАМ БАЛИМТА КХА КХА КХА ХИ КХА ХИ ХУМ ПЕ СОХА – семь раз повторяя эту мантру, вы делаете подношение торма Ямантаке. Затем: ОМ ЯМАНТАКА АРГАМ ПАДЬЯМ... – вы делаете подношение самому Ямантаке, единому с вашим Духовным Наставником. Это очень обширное подношение. После этого вы делаете подношение торма пятнадцати защитникам Дхармы.

Итак, ОМ БУ ЦАРАНАМ... – с этой мантрой вы визуализируете, как их языки превращаются в трубки, они все в форме Ямантаки с одной головой и двумя руками. Это защитники Дхармы в облике Ямантаки, думайте таким образом. Три раза повторяйте эту мантру: ОМ БУ ЦАРАНАМ.... Далее: АРГАМ, ПАДЬЯМ... – сделайте внешние подношения. После этого растворение мандалы.

Если вы думаете, что вам грозит опасность, то в этом случае не растворяйте защитные круги, круг огня и также защитников Дхармы по десяти направлениям. А в противном случае вы визуализируете, как они растворяются в мандале, мандала растворяется в вас, как в божестве Ямантаке. Ямантака растворяется в Манджушри, Манджушри в слоге ХУМ, и слог ХУМ постепенно снизу вверх также растворяется. Вы растворяетесь в сфере пустоты. И после этого для принесения блага живым существам вы вновь появляетесь в облике Ямантаки с одним ликом, двумя руками и двумя ногами, уже без визуализации мандалы. В трех ваших местах также пребывают слог ОМ А ХУМ.

После этого есть продолжение молитвы. Это благопожелание, связанное с тантрой Ямантаки, и посвящение заслуг. Это практика керим. Самая главная практика керим – это когда вы способны визуализировать себя божеством Ямантакой, результативным божеством внутри мандалы, и в течение четырех часов вы способны с высокой

ясностью сохранять эту концентрацию. Глаза, уши, все это вы ясно можете представлять, ясно видеть. И не только это. Вы можете сидеть всю практику без отвлечения ума. Так вот, если вы таким образом сохраняете сосредоточение в течение четырех часов, то вы осуществили грубую стадию керим. Тонкий керим – здесь вы также в облике Ямантаки, и у вас во лбу пребывает маленький Ямантака в мандале, без супруги, он пребывает в мандале. Вы даже способны визуализировать в сердце этого Ямантаки Манджушри, и в сердце Манджушри очень маленький слог ХУМ, и в течение четырех часов вы удерживаете концентрацию на этом объекте, не отвлекаясь. Тогда вы довели до совершенства тонкий керим, и в этом случае вам будет невозможно не развить шаматху.

В прошлые времена, когда люди практиковали тантру Ямантаки стадии грубой и тонкой керим, то вместе с этим развивали также и шаматху. А кто не может развить шаматху, используя стадию керим, те также могут развивать шаматху с помощью практики дзогрим. Когда ветры собираются в вашем центральном канале, то автоматически ваш ум становится более тонким, и вы способны сохранять ясное осознанное состояние ума без какой-либо визуализации, и таким образом развить шаматху. Итак, это зависит от вашего потенциала, некоторые люди обладают потенциалом к ясной визуализации, и тогда им необходимо визуализировать объект медитации, или, если вы не можете хорошо все визуализировать, то в этом случае вы можете выбрать ум в качестве объекта медитации, и также развить шаматху.

Итак, я в краткой форме передал вам комментарии к тантре Ямантаки, как заниматься этой практикой, и сегодня в девять часов вечера проведите одну сессию, посвященную садхане Ямантаки. Это опытный комментарий, и поэтому вам нужно медитировать. После получения опытного комментария вам нужно заниматься практикой Ямантаки. Я передал вам опытный комментарий. Медитацией на преданность Учителю занимайтесь один день, потом делайте одну сессию, посвященную драгоценной человеческой жизни. Сегодня я вам дал опытный комментарий, как заниматься тантрой Ямантаки, как привнести Три Каи на путь, как читать мантры. Сегодня вы получили это учение и с сегодняшнего дня занимайтесь этой практикой. Самое главное, когда привносите Три Каи на путь, в это время не отвлекайтесь, очень важна концентрация. Также, когда читаете мантры, в это время тоже очень важно не отвлекаться. Когда свет и нектар очищает вас и других живых существ – это огромная сила, очищающая негативную карму, также вы накапливаете огромные заслуги. Когда вы произносите ХУМ А АН ЦЕ, все божества дают вам силу для контроля тела, речи и ума.

Вы получаете огромную силу, с помощью которой вы можете бороться со своими омрачениями, бороться со своими негативными поступками тела, речи и ума. Почему вы совершаете негативные действия телом, речью и умом? Потому что у вас нет силы бороться со своими омрачениями. Поэтому вам трудно остановить негативные действия. Когда вы обретете такую силу, тогда вы можете бороться со своими омрачениями. Поэтому вы все счастливики. Вы родились неудачниками, у вас было очень мало заслуг, но сейчас у вас есть не только драгоценная человеческая жизнь, сейчас вы встретились с полным учением ламы Цонкапы, с союзом сутры и тантры, с

инструкциями линии Венсапы. И вы должны думать: “Какое это чудо! Как же я могу быть сегодня несчастлив? Раньше люди думали, что драгоценная человеческая жизнь – какое это счастье! Тем более, если я еще и встретился с тантрой Ямантаки, я встретился со всеми сущностными наставлениями ламы Цонкапы. Это не мои заслуги. Какие заслуги у меня есть для этого? Все это произошло благодаря доброте моего Учителя, благодаря доброте Трех Драгоценностей” – через такое размышление у вас будет еще сильнее преданность Учителю.

Завтра утром в знак благодарности здесь состоится краткое подношение Цог. Это будет завершением нашего ретрита. Я дам вам несколько советов, и после этого председатели центров произнесут несколько слов. После этого будет ритуал Санг Сёл, и точно так же, как и раньше, мы будем жечь траву. Проведем этот ритуал.

Итак, раньше это делали тибетские ламы, а теперь они уехали, и поэтому наши ученики, сделайте все это, подготовьте. Точно так же, как и раньше. Помогите это сделать. Сложите вот этот можжевеловый дым, чтобы шел дым, и добавьте туда цампы, масла. Это называется Санг Сёл. Все возьмут в руку цампу, и затем мы подбросим ее в воздух – как знак на будущую удачу. После этого ритуала повышения удачи начнется наш пикник, будут петь песни, танцевать ёхор. Больше будет традиционных танцев: тувинские традиционные танцы, калмыцкий чичердык, тибетские танцы. Дальше у нас состоится пикник в два часа дня на берегу Байкала. Вы будете плавать. После этого состоится соревнование по борьбе, точно так же, как и раньше. Итак, песни, небольшой концерт на берегу, а затем вечером состоится грандиозный концерт у костра, вместе как обычно. Так, это будет вокруг костра.

Итак, тем, кто уедет завтра или послезавтра, я желаю вам счастливого пути. А тем, кто остается здесь на ретрит, мы с вами выполним в течение двух недель ретрит по Ямантаке. 21 августа состоится огненная пуджа, приедут ламы из Улан-Удэ. Затем 22-го числа начнется ретрит по шаматхе. Это наша программа.

До свидания!