

Геше Джампа Тинлей  
Ретрит по “Ламриму”  
Лекция № 14  
04.08.2024  
Байкал, Заречье

Итак, сегодня наш последний день, и я дам вам некоторые заключительные советы. В этот раз, благодаря вашему приезду сюда, ваша жизнь стала значимой. Ваша жизнь теперь не просто человеческая жизнь, она стала драгоценной человеческой жизнью. Вдобавок к этому, поскольку вы получили посвящение Ямантаки, ваша жизнь стала высшей драгоценной человеческой жизнью. И вы должны быть очень счастливы, потому что должны понимать, что сейчас с вами произошло нечто-то совершенно невозможное. Во многих прошлых жизнях вы обретали человеческую жизнь, но такой драгоценной человеческой жизни у вас не было. Поэтому вы должны быть счастливы.

Если вы хотите чем-то гордиться, то вам нужно гордиться тем, что у вас есть драгоценная человеческая жизнь. В буддизме не говорится, что гордость – это плохо, но если вы гордитесь чем-то нехорошим, то вот это действительно плохо. Это вам вредит. Например, если вы гордитесь тем, что вы хорошо выглядите, то это глупая гордость. Она создаст вам в будущем больше проблем, потому что рано или поздно вы станете уродливыми, и это будет очень болезненно. Если вы гордитесь тем, что вы богаты, это тоже глупая гордость. Рано или поздно ваше богатство с вами расстанется, даже ваше тело с вами расстанется. Если вы гордитесь тем, что обладаете лучшими знаниями, это немного лучше, но все равно глупо. Эти интеллектуальные знания вы тоже рано или поздно забудете.

Но если вы гордитесь тем, что вы мудрый человек благодаря опыту, вот это действительно стоит того, потому что это то, что будет длиться у вас жизнь за жизнь. Если вы гордитесь тем, что вы добрые, это тоже очень хорошая гордость. Благодаря этой гордости вы никогда не утратите своей доброты. Думайте так: “У меня есть то, чем я могу гордиться – это моя доброта. Если я утрачу свою доброту, то вместе с этим потеряю все”. Если вы гордитесь тем, что вы красивы, то, когда вы станете уродливыми, вы подумаете, что у вас ничего нет, и из-за этого возникнет депрессия.

Гордиться тем, что вы добрый – это правильно, думайте так, что вы никогда не захотите потерять вашу доброту, и жизнь за жизнью вы будете становиться все добрее и добрее. Далее породите божественную гордость. Это будет придавать вам силы, чтобы становиться еще лучше, еще сильнее. Высокомерие – это вообще нехорошо, это глупость, а гордость, основанную

на правильных причинах, вам нужно развивать. Вы должны гордиться тем, что вы принципиальный человек: “Я умру, но останусь при своих принципах”. Вот такую гордость вам нужно иметь.

Некоторые люди уезжают сегодня, кто-то уезжает завтра, кто-то остается здесь, и для всех вас мой совет – свою драгоценную человеческую жизнь используйте мудро, потому что снова и снова вы не будете обретать такой драгоценной человеческой жизни. И эта драгоценная человеческая жизнь, которой вы обладаете, скоро с вами расстанется, потому что рождение заканчивается смертью. Поэтому сохраняйте такое понимание: “Мы вместе лишь на короткий период времени, почему же я не могу ко всем относиться с уважением? Мы вместе лишь на короткое время, и если сравнивать меня и других, то другие для меня важнее”. Думайте так, что других большинство, поэтому они важнее меня.

Далее, если вы заботитесь о ком-то, даже об одном человеке, вам нужно понимать, что вы сами получите благо от этого. В “Ламе Чопе” говорится, что эгоистичный ум – это источник всех бед, а ум, заботящийся о других, – источник всякого счастья. Поэтому: “Да смогу я развить заботу о других больше, чем о себе!” В своей жизни все время пытайтесь отсекайте свое эго раз за разом, и постепенно его будет становиться все меньше и меньше. Если у вас отрастает ноготь, то не отрезайте палец. Точно также, если у вас растет недопонимание в кругу вашей семьи, с родственниками или с обществом, в этом случае не отсекайте отношения, а отсекайте свое эго. Это мой для вас золотой совет. Если каждый раз вы будете отсекайте свое эго, то это невероятное блаженство, огромное счастье. Нет счастья выше, чем ум, свободный от этого эго, которое является демоном. Как другие люди могут сделать вас несчастными? Их демон сначала делает их несчастными, затем в ваш адрес они произносят какие-то неприятные слова, но они не будут с вами все время. Если вы им скажете: “Пожалуйста, оставайтесь со мной, вы для меня очень хороший тренер”, то они вам ответят: “Нет, у нас нет такого количества времени”.

Если вы им скажете: “Вы для меня очень полезны, пожалуйста, будьте моими тренерами из жизни в жизнь”, то они вам скажут, что у них не то, чтобы из жизни в жизнь, а даже одного часа времени на вас не найдется. Тогда в чем для вас сложность проявить терпение? Живые существа вам не вредят, они, наоборот, вас делают сильнее. То, что вас критикуют – это для вас очень полезно. Это самая лучшая молитва, которая убирает ваши препятствия. Живые существа вам никогда не вредили, они были вашими матерями, детьми, всегда вам помогали. Когда живые существа находятся под влиянием омрачений, они сами несчастливы и вам говорят негативные вещи.

Если вы сильные, то негативные слова живых существ вас сделают еще сильнее, еще лучше. Если вы смотрите с этой точки зрения, то ясно видите, что ни одно живое существо вам не вредит. Даже злые духи, они только так называются, а на самом деле они мои добрые матери живые существа. Когда вы их начнете любить, то и они вас будут любить. Поэтому, если вы будете испытывать любовь к злым духам, то ваша любовь будет самой сильной. Из-за вашей любви даже злые духи могут стать добрыми. Когда Будда стал буддой, все злые духи, Мара пришли к нему, стали ему вредить. Но Будда, наоборот, источал любовь по отношению к ним. Из-за этого они не смогли причинить ему вреда. Впоследствии Мара и злые духи стали очень скромными. Поэтому в нашем мире нет ничего сильнее любви. Вам нужно любить всех живых существ. Это безграничная любовь, и вам от этого только выгодно.

Если вы скажете, что я его любил, делал добро, а он по отношению ко мне проявляет неблагодарность, из-за этого с сегодняшнего дня я не буду больше его любить, то это проявление вашей глупости. Вы сами себе устанавливаете санкции. Это подобно тому, как Европа установила санкции по отношению к газу России. Кому нужен газ? Европе нужен газ. Они не покупают газ в России, и поэтому им приходится очень дорого покупать его в Америке. Из-за этого страдает экономика Европы. Кто в этом виноват? Сама Европа. Россия в этом не виновата. Европа по отношению к России поступает неправильно, но даже несмотря на это, Россия готова продавать газ. В Европе из-за своих же санкций они сами и страдают.

Даже если по отношению к одному живому существу вы говорите: “Я не буду его любить из-за его поступков по отношению ко мне”, то вы глупец, вы тем самым устанавливаете санкции самим себе. Поэтому, даже если кто-то отрубит вам ногу или захочет вас убить, вам нужно испытывать чувство любви по отношению к нему: “Пусть я смогу любить его из жизни в жизнь!” Тогда вы являетесь моим учеником. У меня, вашего Учителя, нет больших, глубинных знаний, но у меня есть одно – доброта. Даже если люди меня критикуют, говорят обо мне плохо, я, наоборот, их люблю еще больше. И это правда. Я думаю так: “Даже если они отрубят мне ногу или захотят убить меня, все равно – пусть я смогу их любить больше, чем самого себя”. Это мое самое хорошее качество. Я испытываю гордость из-за этого моего качества. У меня нет такого острого ума, как у Эйнштейна, но я очень горжусь тем, что у меня есть доброта. Поэтому вы, как мои ученики, должны гордиться своей добротой. Это мой для вас очень важный совет. Этого не забывайте.

Затем, когда вы вернетесь домой, и те, кто останется здесь, ни одного дня не пропускайте, выполняйте каждый день садхану Ямантаки. Например, когда вы летите в самолете, вам не обязательно читать садхану. Вы знаете процесс

привнесения Трех Кай на путь. То, что вы делаете, это просто мысленно вначале благословляете подношения. Если не помните полностью всего процесса, то просто представьте, что из сферы пустоты появляется капала с пятью видами мяса, с пятью нектарами, тремя слогами, из которых исходит свет, зацепляет тело, речь и ум будд и растворяется в слогах. Слоги очищают субстанцию подношений. Так вы благословляете. Громко в этот момент ничего произносить не нужно, потому что рядом с вами в самолете летят другие люди, и вам не нужно показывать, что вы читаете молитву, вам нужно вести себя так, как будто вы спите. Это качественный буддизм. В некоторых религиях нужно обязательно показать, что ты религиозный человек: что-то нужно делать, молитвы читать. Даже если ты мешаешь другим, ничего страшного. Тебе нужно показать свою религиозность. В буддизме наоборот. Ради блага других людей вам нужно заниматься практикой тихо. Даже не говорить, что вы занимаетесь практикой. Делайте вид, что спите, но внутри у вас качественная практика – это огромное подношение. Поэтому думайте так, что пусть в салон самолета придут все будды и божества и благословят всех людей. Вот так думайте. Это называется секретной практикой, как у йогов. После получения посвящения Ямантаки вы все йогов. Кто-то на пять процентов йогов, кто-то на десять процентов йогов, но все равно вы йогов.

Думайте так: “После посвящения я стал йоговом на пять процентов, и это невероятно! Но с каждым днем я хочу увеличивать этот процент. Сначала до десяти процентов, потом до двадцати процентов. До того, пока я не стал йоговом на сто процентов, я буду стараться практиковать. Когда вы станете йоговом на сто процентов, тогда вы достигнете состояния будды. Поэтому надо всегда думать, что я йогов Ямантаки, но это нужно держать в секрете. Никому не говорите, что вы йогов Ямантаки. Иначе вы глупы, вы тем самым нарушите самую ради своего эго. Внутри себя всегда думайте: "Я йогов Ямантаки", а когда люди будут спрашивать вас, то говорите: “Я простой человек”. Это называется тантрической практикой. Вы выглядите как простой человек, но внутри вы йогов Ямантаки, сначала на пять процентов, потом на десять, двадцать, двадцать пять, даже на пятьдесят процентов – все равно люди не должны этого видеть. Вот так нужно заниматься практикой. Это мой главный совет для вас.

Вам необходимо понимать, что богатство, возникающее на основе слушания учения, богатство, возникающее на основе размышлений, и богатство, возникающее на основе медитации, – это мудрость, порождаемая на базе слушания, мудрость, порождаемая на базе размышления, и мудрость, порождаемая на базе медитации, – это неистощимое внутреннее богатство. Вы должны стремиться к такому богатству. Вы должны испытывать жажду в отношении этого богатства.

Когда в буддизме говорится об удовлетворенности, речь не идет о том, что вы должны довольствоваться всем, чем только можно. Если речь идет о каких-то мирских вещах, то в их отношении у вас должна быть удовлетворенность. В мирских вещах вам нужно быть довольными тем, что у вас есть. Если вы родились женщиной, у которой нос немного кривой, ноги немного кривые, вам все равно нужно быть удовлетворенными, потому что у вас драгоценная человеческая жизнь. Драгоценная человеческая жизнь подобна золоту. Какая разница, что у вас нос кривой или ноги, вы все равно обладаете драгоценной человеческой жизнью. Будьте довольны этим. Если вы не довольны своим телом, тогда, если у вас будет даже очень красивая фигура, красивые волосы, но вы все равно будете несчастливы. Вы будете искать в себе изъяны: глаза узкие, нужно бы увеличить, вас не будут устраивать ваши уши. Потом вы прибегните к хирургической пластике и станете самой уродливой девушкой. Откуда это возникло? Из-за вашей неудовлетворенности. Какую карму вы создали в предыдущей жизни, этим вам нужно быть довольным, говорить: "Спасибо, у меня есть драгоценная человеческая жизнь".

А в чем у вас не должно быть удовлетворенности? В знаниях. Думайте так: "У меня мало знаний, у меня мало заслуг, доброты еще меньше. До тех пор, пока я не стал бодхисаттвой, я хочу становиться все добрее и добрее". И это правильно. Во внутренних качествах всегда нужно испытывать неудовлетворенность, развивать их больше и больше. Когда вам скажут: "Какой вы умный!" – нужно отвечать: "Нет, у меня очень мало знаний. Вот у бодхисаттв и арья-бодхисаттв огромные знания. Как я могу назвать себя умным, мудрым человеком? У меня мало знаний", – вот так нужно говорить. Тогда вы будете всегда счастливы. Итак, это мой для вас совет, не забывайте его.

Здесь мы вновь увидимся в следующем году, если вы будете живы, и если я буду жив. Кто знает? Гарантий здесь нет. Когда вы будете понимать, что нет гарантий, будете вы живы на следующий год или нет, то в этом случае вы мудро будете использовать драгоценную человеческую жизнь. Благодаря такому пониманию непостоянства и смерти вы не будете интересоваться тем, что делают другие люди, о чем они говорят. Вас не будет интересовать, что они делают, о чем они говорят, к какой группе они относятся. Вас это не заинтересует. Вас не заинтересует, какой религии они следуют.

Что для вас должно быть интересно? Вас должна интересовать ваша ситуация: "Вдруг на следующий год я умру, у меня есть большой шанс переродиться в низших мирах. Свою драгоценную человеческую жизнь я могу потерять. Ради того, чтобы не попасть в низшие миры я буду искренне заниматься. Буду убирать три свои слабости: бесконтрольность своих тела, речи и ума; огромное количество отпечатков негативной кармы, малое

количество заслуг. Через контроль своих тела, речи и ума каждый день я буду заниматься очищением негативной кармы, каждый день буду копить заслуги. Через этот путь я смогу сделать свою драгоценную человеческую жизнь значимой”.

На этом учение окончено. Сейчас мы проведем подношение цог. Это лучший способ выразить благодарность вашему Духовному Наставнику и также всем буддам и божествам за то, что они сделали вашу жизнь драгоценной человеческой жизнью. Итак, визуализируйте Поле Заслуг перед вами, вашего Духовного Наставника, единого с Его Святейшеством Далай-ламой, в облике Ламы Лобсанга Туванга Дордже Чанга.

Итак, начнем с ОМ А ХУМ. (Подношение цог).