

Геше Джампа Тинлей

Осенние учения

Лекция № 3 (лекция после краткого цога)

23 ноября 2024 г.

г. Москва

Сегодня мне пришла новость, что одна из наших активных учениц Сэсэг Гармаева из Улан-Удэ находится в коме, в состоянии между жизнью и смертью, поэтому я распорядился о том, чтобы сегодня перед учением мы провели краткое подношение Цог. Если у нее есть шанс восстановиться от этой болезни, пусть это произойдет как можно скорее. Если она уйдет из этой жизни, то мы проводим это подношение Цог с молитвой о том, чтобы она обрела высшее перерождение, чтобы даки и дакини позаботились о ней после смерти и сопровождали ее в один из высших миров. Можно сказать, что все активные ученики центра – это одна большая семья. Если кто-то уходит из жизни, то мы проводим подношение Цог и молимся об их высшем перерождении. Вы также искренне молитесь о ней, поскольку у вас есть кармическая связь, вы вместе получали посвящение Ямантаки, она является вашей ваджрной сестрой.

Ежедневная молитва. Краткий Цог.

Для того чтобы получить драгоценное учение, Дхарму, в первую очередь породите правильную мотивацию. Получайте учение с целью обретения лучшего перерождения, с целью освобождения от болезни омрачений и с целью достижения состояния будды на благо всех живых существ. Когда вы будете получать учение с такой мотивацией, то само получение учения для вас станет очень мощной практикой Дхармы. Большой объем практики Дхармы не так важен, самое главное – это качество практики. Если вы будете заниматься практикой с отречением, бодхичиттой и с каким-то уровнем понимания теории пустоты, то она станет очень мощной. При этом не обязательно заниматься практикой слишком долго. С самого начала достаточно и получаса. Необходимо выполнять практику «Ламы Чопы» и также, если вы получали посвящение Ямантаки, каждый день выполняйте краткую садхану Ямантаки.

Теперь, что касается практики, в «Ламе Чопе» говорится о семичленном подношении. Это семичленное подношение является очень мощной практикой для устранения наших слабостей, в частности, таких слабостей, как очень малое количество заслуг и большое количество отпечатков негативной кармы в нашем уме. Первая наша слабость – это опора на неправильные объекты. Посредством практики «Ламы Чопы», в контексте этой практики мы в первую очередь принимаем прибежище в Трёх Драгоценностях, обретаем опору в правильных объектах, визуализируя перед собой Поле Заслуг. Для накопления заслуг визуализируйте перед собой Поле Заслуг. Это очень важный объект накопления больших заслуг. Накопление заслуг – это по-настоящему накопление внутреннего богатства. Вы знаете ценность материального богатства, денег, но при этом не знаете ценности больших заслуг и благих качеств своего ума из-за очень плохого понимания философии Дхармы. Эйнштейн говорил: «Если вы предоставите обезьяне на выбор плитку шоколада или слиток золота, обезьяна выберет шоколад. Потому что обезьяна знает, как можно съесть эту плитку шоколада, а что касается золота, то она не знает, каким образом продать этот слиток и на вырученные деньги купить миллионы таких же плиток». Это очень хороший пример, тем не менее я могу сказать, что если точно также Эйнштейну

предложить на выбор слиток золота и с другой стороны большие заслуги, благие качества ума, бодхичитту, то Эйнштейн выберет золото. Почему? Эйнштейн в этом смысле на более высоком уровне, чем животные. Он знает, как продать золото и на вырученные деньги купить всё, что он захочет, но при этом Эйнштейн не понимает ценности больших заслуг, а также благих качеств ума, бодхичитты. Животные знают ценность еды, а люди знают ценность тех вещей, которые можно покупать или продавать. Ничего другого они не понимают. Если у вас есть большие заслуги, то миллионы таких слитков золота будут жизнь за жизнью сами гнаться за вами. Если же у вас бодхичитта, то это нечто невероятное, это как бриллиант! Кроме того, золотом вы владеть не можете, вы не являетесь хозяевами даже своему телу. А что касается больших заслуг и благих качеств вашего ума: любви, сострадания, бодхичитты, мудрости, то это то, что действительно может вам принадлежать. Эти вещи называются неистощимым богатством. Почему? Сколько бы вы ни делились таким богатством, даже если вы поделитесь им со всеми восемью миллиардами людей в нашем мире, этого богатства меньше у вас не станет. Если вы миллиардер и у вас есть восемь миллиардов долларов, что вы сможете сделать? Даже если вы раздадите каждому человеку всего по одному доллару, то ваши восемь миллиардов закончатся. Илон Маск, например, человек, известный тем, что он владелец двухсот миллиардов долларов, и если каждый человек получит, может быть, по сотне долларов, то его богатство на этом иссякнет, и людям он особо не поможет. Если же говорить о ваших знаниях, если вы ими поделитесь с восемью миллиардами людей, то ваши знания от этого меньше не станут, наоборот, они у вас только возрастут, и это называется неистощимым богатством.

Итак, очень важно в самом начале понять ценность. Вы знаете ценность таких вещей, как, например, еда или золото, но при этом также очень важно понимать, что такие вещи, как большие заслуги, благие качества вашего ума, и кроме этого, большие знания – всё это ещё более ценные вещи. Такое богатство вам нужно копить, пока у вас есть драгоценная человеческая жизнь. Богатство заслуг, богатство благих качеств вашего ума и богатство мудрости – это богатство будет с вами жизнь за жизнью, и в этом случае вы действительно будете по-настоящему богатыми людьми.

Чтобы накопить большие заслуги, в первую очередь очень важно рассмотреть четыре фактора, способные сделать позитивную карму более или менее весомой, которые рассматриваются в “Ламриме”. Также и с негативной кармой – становится она лёгкой или тяжёлой, это тоже зависит от встречи с четырьмя факторами. Итак, первый фактор – это объект, второй – это намерение, третий – действие, четвёртый – завершение. Если говорить о негативной карме, то ваш Духовный Наставник, ваши родители, а также Будда и бодхисаттвы – это очень весомые объекты. В “Ламриме” рассматриваются такие объекты, как маленькое насекомое и большое животное, например, слон, в этом случае говорится, что маленькое насекомое является менее весомым объектом в создании негативной или позитивной кармы. Слон является более весомым объектом по причине размера, поскольку в большом теле слона живёт огромное количество других живых существ. Если вы убиваете слона, то умирает также и огромное количество бактерий, это тоже живые существа. Также, если вы спасаете жизнь животному, например, насекомому или слону, то в случае спасения жизни слону вы накапливаете более весомую позитивную карму, поскольку этот объект больше по размеру. Если же сравнивать слона и человека, то человек окажется более весомым объектом. Почему? С точки зрения размера слон больше человека. Почему же человек является более весомым объектом кармы? Человек становится более весомым объектом не по причине размера, а по причине качества.

Человеческая жизнь, в особенности драгоценная человеческая жизнь является очень редкой и очень ценной. Именно поэтому, с точки зрения качества, человек является более весомым объектом. Например, убить человека – это убить очень весомый объект, и спасти человека – это также действие по отношению к очень весоному объекту. Среди людей, например, ваши родители являются более весомыми объектами, чем другие люди. У других людей также может быть драгоценная человеческая жизнь, но при этом ваши родители для вас являются более весомыми объектами по той причине, что они в этой жизни проявили к вам особую доброту. Итак, родители – это очень весомые объекты в отношении создания негативной кармы и также очень весомые объекты для накопления заслуг. Это для вас очень полезная информация, чтобы перестать создавать негативную карму и начать копить заслуги. Например, если вы занимаетесь бизнесом, то в первую очередь очень важно знать все законы, и здесь я для вас рассматриваю закон кармы. Это универсальный закон, а если говорить о законах страны, то такие законы могут измениться. Что касается закона кармы, то Васубандху в «Абхидхарме» очень подробно рассмотрел, что представляет собой карма. Здесь рассматриваются такие виды кармы, как ввергающая карма, завершающая карма, загрязненная карма, незагрязненная карма. Также рассматриваются проявления кармы, последствия проявлений кармы. Здесь также рассматриваются четыре фактора кармы и то, каким образом по этим четырем факторам оценивать – эта карма лёгкая или весомая? Эти вещи очень важны для практики Дхармы.

Итак, чтобы накапливать заслуги, в первую очередь перед собой визуализируйте Поле Заслуг, это самый весомый объект для накопления огромных заслуг. Поле Заслуг – это такое поле, в отношении которого вы сможете накопить невероятные, просто неизмеримые заслуги за короткое время. Поэтому в контексте «Лама Чопа», приняв прибежище и развив бодхичитту, вы в облике божества в первую очередь визуализируете перед собой Поле Заслуг. Это очень хорошая подготовка к накоплению больших заслуг за короткое время. Итак, визуализация Поля Заслуг – это объект накопления больших заслуг.

Если сравнивать обычных людей и ваших родителей, то ваши родители более весомые объекты. Далее, среди остальных людей монахи и монахини являются более весомыми объектами, чем другие люди-миряне. Следующий фактор относится ко всем – и к монахам и не к монахам: если они развили отречение, бодхичитту, то они становятся более весомыми объектами. Даже миряне, развившие отречение и бодхичитту, являются более весомыми объектами, чем монахи или монахини, не развившие отречение и бодхичитту. Если же говорить о бодхисаттвах, имеющих прямое познание пустоты, то они являются еще более весомыми объектами для накопления заслуг или создания негативной кармы. Здесь различие в тысячи раз. Бодхисаттвы на всё более и более высоких бхуми становятся всё более весомыми объектами. А если сравнивать бодхисаттву десятой бхуми и Будду, то Будда в сотни тысяч раз будет более весомым объектом. Поэтому, если у вас дома есть изображение Будды или статуя, и вы молитесь перед этой статуей, развивая веру в Будду, то тем самым вы накапливаете очень большие заслуги в силу объекта. В прошлый раз я говорил вам, что если вы перед собой поставите фотографию врача и будете молиться, то ваше здоровье от этого лучше не станет, это с точки зрения помощи. Так же и в случае с Буддой, если вы поставите перед собой изображение Будды и будете молиться, то непосредственной помощи вы не получите. Но с точки зрения накопления больших заслуг это совсем другое дело – в силу весомости объекта вы накопите очень большие заслуги. С точки зрения непосредственной помощи вы одинаково не получите эффекта, если будете молиться перед фотографией врача или перед изображением Будды, чтобы они излечили вас от болезни. Будда тоже не сможет вам помочь. Это факт.

Но это не означает, что изображение Будды и фотография врача совершенно одинаковы, они очень отличаются с точки зрения накопления заслуг. Если вы смотрите на изображение Будды даже с нейтральным состоянием ума, то накапливаете очень большие заслуги. Есть такое утверждение, что идолопоклонство – это нечто глупое, но здесь, когда мы в буддизме говорим о статуе Будды, то речь не идет об идолопоклонстве, поскольку сама статуя Буддой не является, для нас статуя – это представитель Будды, через неё мы проявляем уважение ко всем буддам и бодхисаттвам. Когда я бывал в таких республиках, как Тыва, Бурятия, Калмыкия, в офисах у глав этих республик я видел фотографию Путина. У них нет поклонения этой фотографии, но эта фотография символизирует президента России, через эту фотографию они выражают свое уважение президенту России. Мы проявляем уважение не лично Путину, мы проявляем уважение президенту России. Кто-бы ни занял пост президента России, нам нужно уважать этого человека. Личности приходят и уходят, как, например, сейчас Байден покинет свой пост и его займёт президент Трамп, но должность президента очень важно уважать. Когда поют российский гимн, кладут руку на грудь, встают. Это проявление уважения к нации.

Что касается статуй и изображений Будды, то это представитель всех будд и божеств, и поэтому, если вы молитесь перед этой статуей или изображением, то вы молитесь всем буддам, всем божествам. Это совершенно не является идолопоклонством. Кроме этого, нужно отметить, что Будда накопил три неисчислимых эона заслуг и сделал такое посвящение, чтобы в будущем, кто-бы ни увидел его изображение, пусть в силу одного видения этого изображения это существо накапливало бы очень большие заслуги. Очень важно у себя дома иметь изображение или статую Будды, тем самым у вас дома появится представитель Будды. Когда вы смотрите на статую Будды, думайте, что смотрите на самого Будду, молитесь перед этой статуей, и тем самым вы будете накапливать очень большие заслуги. Там, где есть изображение Будды или статуя Будды, и люди с верой молятся, в этот момент невозможно, чтобы сам Будда не присутствовал перед ними. Это очень важная информация! В силу простого видения такого изображения, вы будете накапливать большие заслуги, обладая такими знаниями.

Дома вам очень важно иметь алтарь, где в центре будет изображение Будды и вашего Духовного Наставника, далее справа и слева изображения божеств и по краям изображения защитников Дхармы. В этом случае ваш дом станет храмом. Ту еду, которую вы принимаете каждый день, с самого утра, вначале эти свежие продукты подносите на алтарь, как подношение Будде, а после обеда вы можете взять эти продукты и съесть их. Ешьте это как благословение и думайте, что объекты Поля Заслуг приняли, извлекли суть вашего подношения, а то, что оставили вам – это для благословения. Если вы будете с такими мыслями принимать это в пищу, то могут произойти невероятные чудеса, это может стать лекарством. Это очень легко. Вам достаточно один раз установить у себя дома алтарь и затем каждое утро, перед тем, как вы что-либо съедаете, первый кусочек всегда кладите на алтарь. Когда я получал учение, то получал во всех подробностях, каким образом расставлять подношения на алтаре, и, в конце концов, сейчас эти знания становятся очень полезными для накопления больших заслуг.

Однажды один из друзей мне сказал, что малое количество знаний опасно, а я ему на это сказал: «Нет, иметь мало знаний не опасно». Это европейцы так говорят, у них есть такое высказывание: «Иметь мало знаний опасно», но я на это говорю, что иметь мало знаний не опасно, но опасно иметь половинные знания. У вас может быть мало знаний, но если вы обладаете целостными знаниями, в этом случае ничего опасного в этом не будет. Они будут вам полезны. Если говорить о накоплении заслуг, если вы во всех подробностях

знаете, как накапливать заслуги, это становится для вас очень полезно. А что опасно? Опасно немножечко извлечь из темы отречения, немножко из бодхичитты, немножко из мудрости, познающей пустоту, немножко из шести йог Наропы, – вот это может быть опасно. Когда всего вы знаете по чуть-чуть, но ничего из этого целиком, вот это опасно. Например, люди, которые живут в деревнях, не имеют большого количества знаний, но, тем не менее, те знания, которые у них есть – это целостные знания, например, о том, как вырастить урожай, как посеять семена, что-то вырастить, они используют эти знания и получают результат. А люди, живущие в городах, знают всего много, но ничего целиком. Например, некоторые женщины говорят: “Я ученый, образованный человек”, но не могут зарабатывать деньги, не умеют готовить. Она всего знает по чуть-чуть, но полного знания нет. Готовить еду не умеет, ничего не умеет, но много и очень красиво болтает. Некоторые мужчины тоже – бизнесом не умеют заниматься, работать не умеют, всё по чуть-чуть знают, но при этом хотят быстро стать богатыми, а потом сидят с долгами. Поэтому я подчеркиваю, что даже если у вас мало знаний – это не страшно, но очень важно иметь целостные знания.

Итак, что касается учения, то здесь очень важны четыре фактора. Карма может быть более или менее весомой с точки зрения объекта, с точки зрения намерения, с точки зрения действия, и также с точки зрения завершения. Это очень важно знать для того, чтобы вы при совершении позитивных действий действительно накапливали мощные заслуги. Например, когда вы создаете негативную карму, то в этом автоматически присутствуют все эти четыре фактора. Если говорить об объекте, то вы выбираете человека, а среди людей можете выбрать даже своего духовного наставника или кого-то из родителей – весомый объект, намерение – сильный гнев, а что касается действия, то вы совершаете нечто немыслимое, в завершении вы этому очень радуетесь и говорите: «Вот! Я это сделал». Тогда, если это негативная карма с присутствием всех четырех факторов, она становится очень тяжелой негативной кармой. И это не только негативная карма, но это также определенная карма.

Итак, различают два вида кармы – это определенная карма и неопределенная карма. Что касается смысла слова «определенный», то здесь он отличается от смысла этого слова в других областях. Так же и в английском языке бывает, что одно слово в зависимости от контекста может иметь разные смыслы, также и в тибетском языке, и в русском. Когда говорится «определенная» карма – это означает, что эта карма проявится очень быстро. По этой причине она называется определенной кармой. Например, если вы создали негативную карму с присутствием всех четырех факторов, – это такая свежая негативная карма, то последствия её проявятся уже в конце этой жизни или сразу же в начале следующей жизни. В нашем мире часто бывает так, что люди в ранний период жизни накапливают тяжелую негативную карму и последствия этой негативной кармы испытывают уже в этой же жизни, во второй ее половине. Так же можно сказать о тех, кто с ранних лет создают очень мощную позитивную карму, например, посредством очень сильной преданности Учителю, и также, если правильно выполняют практику «Ламы Чопы» каждый день. Благодаря таким заслугам они увидят их результат в этой же жизни, во второй ее половине. Причина того, что Миларепа достиг состояния будды за одну жизнь, главным образом, состоит в том, что Миларепа накапливал очень большие заслуги по отношению к такому объекту, как Духовный Наставник. Поэтому во второй половине жизни эти заслуги проявились, и он достиг невероятно высоких реализаций. В тибетском обществе также можно проследить – если кто-то нарушил преданность своему Духовному Наставнику, говорил очень плохо о своём Учителе, то в конце его жизни он заболевает

какой-то очень тяжёлой болезнью, и смерть его очень мучительна, ужасна. Если же у кого-то очень хороша преданность Учителю, даже если этот человек немного туповатый, не может быстро соображать, но, тем не менее, благодаря такой преданности к Учителю, во второй половине его жизнь становится очень светлой, а он – блестящим человеком, очень добродетельным человеком. Люди с ясновидением могут видеть такие вещи, они могут о ком-то говорить, что это люди с малыми заслугами, а о других, об одном или двух, сказать, что это люди очень добродетельные, с большими заслугами.

Если говорить об истории жизни Будды, то, когда Будда родился, его увидел один мудрец, который всю свою жизнь провёл в горах, развил шахматху, обладал ясновидением. Когда он увидел новорождённого Будду, у него из глаз потекли слёзы. Он сказал: “Сегодня в нашем мире родился такой невероятно добродетельный человек, с огромными заслугами. Наш мир получил благословение с появлением этого ребёнка”. Если вы накопите такие большие заслуги, как Будда, то даже если вы своей ногой ступите на территорию какой-то страны, эта страна тут же получит благословение. Его Святейшество Далай-лама является Буддой в человеческом теле, обладает невероятными заслугами. Несколько раз он посещал Россию, нашу страну, также побывал в Москве, поэтому Москву можно назвать очень благословенным местом.

Итак, он приложил ноги новорождённого Будды к своей голове и заплакал. Он сказал: «Нам невероятно повезло, что сегодня в этом мире родился такой невероятно добродетельный ребёнок!» Когда царь его увидел, то спросил: «А почему вы плачете? Вначале вы были очень счастливы, а сейчас вы плачете, почему?» Мудрец ответил: «На это у меня есть две причины. Я счастлив, поскольку в нашем мире появился такой невероятно добродетельный человек, родился ребёнок с океаном мудрости, и благодаря его появлению наш мир благословлен. Это невероятное богатство».

Если говорить об Илоне Маске, то какие у него есть заслуги? Может быть, он использует последние свои заслуги. Какими знаниями он обладает? Наверное такими, как зарабатывать деньги, знаниями о том, как запускать ракеты на Марс или какие-то другие планеты. Зачем нам нужно туда отправляться? Наша планета намного лучше. Наша планета является невероятной, но есть риск, что мы, люди, разрушим нашу планету, а если мы отправимся на Марс, то разрушим также и Марс. Если человек прилетит на Марс, то там на сто процентов живут другие живые существа, духи. Они будут говорить: «Это пришел наш кошмар, сейчас они всё будут разрушать».

Это очень важно для нас, потому что нам нужно прийти к тому, чтобы нас впечатляли не такие люди, как Илон Маск или Дональд Трамп, а чтобы по-настоящему благое впечатление на нас оказывали такие существа, как Будда, обладающие невероятно большими заслугами, огромной мудростью и невероятной добротой, те, кто заботится о других больше, чем о самом себе, кто развил любовь до безграничности. Если они производят на вас впечатление, то вы сами захотите стать такими же, как они. Это очень важный момент! Например, если ребенок смотрит на футболиста Месси, тот производит на него впечатление, и ребенок хочет стать таким же, как Месси. Для футболистов самое главное – иметь натренированное тело, уметь быстро бегать и забивать голы. Если ломается нога, то это просто кошмар, дальше жить они уже не хотят. Это зависит от того, что именно производит на вас впечатление, и в данном случае это неправильный объект. Что касается меня, то на меня всегда производили впечатление люди с невероятно большими заслугами, невероятно глубинными познаниями в Дхарме и также невероятной добротой.

С какой бы ситуацией они ни столкнулись, они никогда не теряют любви к живым существам. Такие люди действительно на меня производят огромное впечатление. Как говорится в «Ламе Чопе», если кто-то вам отсекает руки и ноги, бьет вас или даже убивает, вместо того, чтобы разгневаться на этого человека, вы молитесь о развитии совершенства терпения. Вместо гнева вы развиваете заботу о них больше, чем о себе, и думаете: «Да смогу я подобным образом осуществить совершенство терпения». Даже если вам вредят, в ответ вы хотите, чтобы эти люди становились всё счастливее и счастливее. Если у вас есть глубокие знания, то это нетрудно, наоборот, очень легко, поскольку это единственный выбор, который у вас есть, другого выбора у вас нет.

Если вам кто-то делает что-то негативное, почему вы не злитесь в ответ? Потому что понимаете, что этот человек глуп, вам его жалко. Он сам вредит себе еще больше. От того, что на вас кто-то злится, вам хуже не будет, это наоборот делает вас сильнее, этот человек – объект для развития вашего терпения, он накапливает большую негативную карму, а вы развиваете терпение. Поэтому, как можно злиться на него? “Из-за меня он создает очень большую негативную карму, мне это не вредит, а даже наоборот помогает, чтобы я стал терпеливее, поэтому, пусть он не накопит негативную карму”, – так думает бодхисаттва: “Он мне не вредит, он делает меня сильнее. Пожалуйста, закон кармы, сделай так, чтобы он не накопил негативную карму!” Но закон кармы не руководствуется желанием бодхисаттвы, так невозможно, чтобы он выпил яд, а я бы испытывал результат. Но бодхисаттва не желает никому плохого, наоборот, он считает так: “Мне они помогают; между нами появилась кармическая связь; и в будущем, когда я стану буддой, пусть они станут моими первыми учениками”. Вот так думает бодхисаттва. В голове есть мысль: “Даже если они злятся, наоборот, я буду их еще больше любить”. Почему? “Если я разозлюсь на них, наоборот, я сам себе сделаю плохо. Им и так тяжело, зачем я буду желать им еще худшего? Поэтому в будущем, когда я стану буддой, пусть они станут моими первыми учениками”, – так надо думать. Вот такие богатые мысли! Люди с бедным образом мыслей могут улыбаться, но внутри желать другим плохого, и такие мысли очень плохо пахнут.

Бодхисаттва даже может не улыбаться, но внутри у него такие богатые, такие светлые, добрые мысли, глубинные, мудрые мысли, поэтому те, кто развивают такой образ мысли, как они могут быть несчастливymi? Почему вы несчастны? Потому что вы думаете по-дурачки. Даже если вам никто не делает ничего плохого, вы завидуете, например, тем, кто красиво одевается, думаете: «Почему они красиво одеваются? У меня этого нет» Вы с ума сошли, не можете терпеть чужого счастья. Вы завидуете успеху даже своей сестры или брата, можете говорить, что любите их, но при этом внутри будете злиться. Это от дурацкого образа мышления.

Бодхисаттва всегда радуется успеху других людей, даже если это люди, которые считают бодхисаттву своим врагом, говорят о нем плохо. Когда они достигают успеха, он рад за них, он в два раза счастливее, чем они. Потому что его ум работает правильно, думает правильно. Поэтому, когда вы получаете буддийское философское учение, ваш образ мышления должен становиться очень богатым. Это ваша практика, а не так, чтобы семь часов что-то начитывать. Так вы сойдете с ума. Вы молитесь о том, чтобы произошло что-то необычное, но так вы сойдете с ума. А просто размышлять подобным образом очень полезно – так и ваше тело не заболевает, и ваш ум тоже не заболевает. Ваше тело расслабится, а ум будет оставаться спокойным. Если вы развиваете по-настоящему правильные мысли, то в вашем организме каждая клетка отдыхает. Ученые могут проверить состояние тела человека, который развивает сильную любовь и сострадание,

понимание теории пустоты, – они увидят, что в его теле каждая клетка отдыхает. Такое спокойствие дает доброе состояние ума. Когда вы злитесь, завидуете, думаете: «Я, я, я – я самый главный», – вы заметите, что каждая клетка вашего тела кипит. Лицо становится красным, из головы дым идёт, даже если рогов не видно – вы становитесь как злой дух. Вы сами себя делаете злым духом. Настоящая практика такова, что вы каждый день поддерживаете доброе сердце, накапливаете очень большие заслуги. Также очень полезно читать книги. Книги читайте! Это в миллион раз лучше, чем сидеть в глупой «медитации» по четыре-шесть часов, так вы сойдете с ума.

Когда-то давно я был в Бодхгае, делал обхождение вокруг ступы, и там один мужчина сидел в медитации. Мы круг сделали, потом сидели, молитвы читали, потом я ещё круг сделал, посмотрел – он всё ещё сидит в медитации. Тогда я в шутку сказал: «Наверно, это русский мужчина», – и точно, оказалось, что это русский мужчина. Русские мужчины любят получать ощущения. Некоторые говорят: “У меня такое ощущение, что ступа с ее огромной энергией подействует на меня, когда я буду в медитации, во всём моём теле появятся реализации”, – это глупо, так не делайте. Также не увлекайтесь практикой экстремально. Вы, русские, или ничего не делаете, или сидите день и ночь. Вам нужно заниматься регулярной практикой: каждый день, пусть недолго, по одному часу, но строго постоянно. Вы так не умеете, вы или сидите по пять часов, или вообще ничего не делаете. Это неправильно. Так поступают не только русские мужчины, но и женщины, это одинаково. Сейчас я русский, поэтому я могу критиковать русских. Раньше я боялся критиковать русских, потому что я тибетец. Сейчас я полностью русский, поэтому мы – русские, и это наша ошибка. Но что есть у русских? Доброта. Мы очень добрые, и это самое главное. У нас, в отличие от англичан или американцев, нет второго лица. Мне не нравится, когда у человека два лица. Что есть, то есть, то и показываешь. Таких хитрых, коварных нет – это плюс.

Итак, мы говорим о весо́мом объекте. Если сравнивать Будду и вашего Духовного Наставника, то ваш Духовный Наставник будет в сто тысяч раз более весомым объектом. Поэтому в качестве центральной фигуры Поля Заслуг вы визуализируете Ламу Лобсанга Туванга Дордже Чанга – это ваш Духовный Наставник в облике ламы Цонкапы. В сердце ламы Цонкапы располагается Будда Шакьямуни, а в сердце Будды Шакьямуни – Будда Ваджрадхара. Если вы это знаете, то это невероятный способ накопления больших заслуг. Нет другого более весомого объекта, чем этот. Если вы можете визуализировать в Поле Заслуг какие-то другие фигуры – это хорошо, а если нет, то ничего страшного. Самое главное – визуализируйте центральную фигуру, вашего Духовного Наставника как Ламу Лобсанга Туванга Дордже Чанга, сидящего на троне. Это невероятный объект накопления заслуг!

Итак, с сильной верой визуализируйте всё Поле Заслуг. Вы можете видеть здесь на стене изображение большого Поля Заслуг. Вы визуализируете центральную фигуру Ламу Лобсанга Туванга Дордже Чанга, далее из его сердца исходят лучи света вверх: над Ламой Лобсангом Тувангом Дордже Чангом располагаются пять линий преемственности учителей тантры. Далее лучи исходят вправо и влево: справа линия обширного метода, а слева – учителя линии глубинной мудрости. Далее из сердца Ламы Лобсанга Туванга Дордже Чанга свет исходит вниз. Первые два ряда под ним занимают божества маха-аннута́ра-йо́га-тантры. В маха-аннута́ра-йо́га-тантре три главных божества – это Гухьясамаджа, Ямантака, Чакрасамвара, и четвёртое божество – Калачакра. Получается четыре великих божества. В эти два ряда божеств маха-аннута́ра-йо́га-тантры входят также Ваджрайогини и другие божества.

Далее под ними располагаются божества йога-тантры, далее под ними – божества чарья-тантры, и под ними – божества крия-тантры. Сейчас вы можете посмотреть на это изображение и идентифицировать все объекты Поля Заслуг. Далее, под божествами располагаются тысяча будд этой кальпы. Если вы смотрите на Поле Заслуг и идентифицируете все фигуры, о которых я сейчас говорю, то само по себе это приносит вам огромные заслуги. Если вы не используете знания, то они остаются просто пустыми знаниями. Например, если вы просто заучите наизусть какой-либо текст в связи с использованием компьютера, но при этом не будете его применять, какой тогда смысл в этих знаниях, какая польза? Некоторые наши тибетские ламы, тибетские геше наизусть запоминают толстые книги, но в жизни не умеют ими пользоваться. Это похоже на айтишника, который прочитал все эти книги, но компьютер даже не открывал, хотя у него в памяти есть все эти тексты. Знания должны сочетаться с практикой – и книги читать и работать на компьютере, только так вы поймете весь смысл и пользу этих книг. Поэтому знания философии, которые вы получаете, далее применяйте в повседневной жизни, улучшайте свой образ мышления, и тогда они станут вашими знаниями.

В монастырях бывают два вида геше. Один вид геше – когда они получают знания, учатся, вместе с этим они применяют знания на практике и в итоге обретают глубинные познания. Если они говорят, дают какие-либо советы, то это очень полезные советы. А другие геше, бывает так, что они запоминают наизусть огромное количество текстов, хорошо проводят диспуты, но когда вы спрашиваете у них: «А что вы сами думаете по этому поводу?» – как правило, им нечего ответить. Они говорят: «Шантидева так сказал, Чандракирти так сказал, Нагарджуна так сказал» – «А что вы думаете?» – «Я ничего не думаю». Это бедный образ мышления. Правильный ответ: “Я думаю как Шантидева, провожу свои эксперименты и прихожу к выводу, что это точно так и есть, другого выбора у меня нет”. Когда у вас есть свой опыт, тогда эти знания – это по-настоящему ваши знания.

Эйнштейн говорил: “Владеть большим количеством информации не так важно, гораздо важнее понимать какой-либо один механизм. Если у вас есть знания об одном механизме, то вы сможете их использовать и добиться развития”. То же самое говорится в буддизме. В буддизме самое главное – это механизмы. Для того, чтобы понять механизмы, вам необходимо во всех деталях изучить учение. Чтобы достичь материального развития, нужно изучить устройство атома, из каких именно частиц он состоит: электронов, протонов, нейтронов. Если вы узнаете это, то затем вы сможете использовать движение электронов для выработки электричества. Так учёные обнаружили, что любая материя состоит из атомов, а все атомы в свою очередь состоят из электронов, протонов, нейтронов. Такого подробного объяснения устройства атома, электронов, протонов, нейтронов в буддизме не существует. Об этом лучше говорит наука. Некоторые тибетцы говорят, что в буддизме изучаются все частицы. Я прошу так не говорить – это другая область. Буддизм относится к области ума, вы ум лучше знаете, но не говорите, что вы лучше, чем учёные, знаете атом. Это смешно. Это неправильно.

В отношении субатомных частиц, когда дело доходит до квантового уровня, учёные здесь дают объяснения гораздо лучше, чем в буддизме. Потому что они не просто изучали эту область, но также проводили эксперименты, и в результате пришли к выводу, что то-то и то-то является фактами, является истиной. Вот такого подробного изучения материальных частиц в буддизме нет. Неполные знания в области науки – это не позор буддизма, потому что у буддизма другая специфика. Существует много других областей, например, бизнес – профессия о том, как зарабатывать деньги, или футбол. Человек должен быть профессионалом в своей сфере. Неправильно говорить: «О, мы, буддисты,

профессионально умеем играть в футбол, а если не умеем, то это позор». Это другой аспект. Если мы не умеем профессионально играть в футбол, или заниматься бизнесом, чего нам стыдиться? Это разные аспекты. Мы умеем развивать ум, это мы точно умеем и очень детально. Вот так надо говорить, тогда вы не фанатики. Иначе вы также становитесь фанатиками. Некоторым своим друзьям геше я говорю, что вы тоже фанатики. Некоторые геше хотят изучать науку, а я у них спрашиваю: «Зачем вам изучать науку? В этом нет особой необходимости. Вам нужно обладать общей информацией о науке, чтобы правильно представлять учение, но что касается подробностей в области науки – это скучно». Когда говорят очень детально в области науки, я не хочу развивать эти вещи, я хочу знать общий механизм, а детально – мне неинтересно. В математике есть множество уравнений, но изучать детально это всё очень скучно, это просто мучить детей. Дети все это изучают, но что из этого по-настоящему полезно?

Когда мне было десять лет, наш учитель математики писал на доске какие-то уравнения, и я ему задал вопрос, сейчас я понимаю, что задал правильный вопрос. Я спросил своего учителя: «Если мы будем знать все эти уравнения, какую пользу это принесет в жизни?» Учитель разозлился. Сейчас я понимаю, что в десятилетнем возрасте задал хороший вопрос, я хотел узнать о механизме, а он же разозлился и сказал мне: «Если ты хочешь сдать экзамен, тогда учись». Это означало, что мы учимся для сдачи экзамена. Какой в этом смысл? У меня есть диплом бакалавра, есть диплом геше, но я никому не показывал эти дипломы – какой в этом смысл? Я даже не знаю, где сейчас находятся эти дипломы, они просто исчезли.

Поэтому даже в области математики учителям очень важно говорить детям: то, что пишут на доске – это лишь математические примеры, а настоящая математика – это те вычисления, которые мы проводим в уме. И тогда вы поймете, что буддизм – это действительно высшая математика. Когда вы поймёте буддийскую философию, детально изучите закон кармы, тогда вы сможете делать предсказания, что с вами будет в будущем. С точки зрения теории вероятности вы практически можете уже предсказать, что с вами произойдёт в будущем. Если вы будете очищаться от негативной кармы, накапливать большие заслуги, то с полной уверенностью можно будет сказать, что ваше будущее будет светлым. Если же вы не будете очищаться от негативной кармы – это ваша слабость. Если вы не будете накапливать заслуги, не будете принимать прибежище в Будде, Дхарме, Сангхе, не будете контролировать негативные действия тела, речи и ума, то я с уверенностью могу сказать, что ваше будущее будет кошмаром. Также врач может вам сказать, что если вы будете неправильно питаться, употреблять вредные продукты, не будете делать упражнения, то сахар у вас в крови будет все больше увеличиваться. И если вы не возьмете ваш образ жизни под контроль, то в будущем диабет будет разрушать ваши органы, и наступит кошмар. Это математика, когда вы предсказываете, что если делать так и так, то потом будет такой-то результат. Это математика, но математика без теории пуста.

Когда вы знаете теорию о том, как работает ваше тело, тогда вы можете даже не гадать о том, что будет. Если вы не будете соблюдать осторожность, есть что попало, курить, пить, не делать физических упражнений, тогда сахар будет все выше и выше, потом все органы начнут разрушаться, и вы умрете раньше истечения жизненного срока. Например, жизненный срок у вас – восемьдесят лет, но вы неправильно питались, все неправильно делали и в результате можете умереть в сорок-сорок пять лет. Ваш срок жизни может быть восемьдесят лет, но если вы неправильно питаетесь, не соблюдаете режим сна и движения, то прожить столько не сможете. А если вы правильно питаетесь, соблюдаете правильный режим, то сможете прожить даже больше восьмидесяти лет. В буддизме нет идеи фикс, нет

догм. В Тибете одна женщина обратилась за гаданием с вопросом, сколько лет проживет ее мама. Гадание показало восемьдесят лет, но ее мама прожила восемьдесят девять лет, потому что заботилась о здоровье. Восемьдесят лет составлял срок её жизни, но каждое утро она делала обхождение вокруг ступы, ела правильную еду и прожила здоровой восемьдесят девять лет. Вы тоже можете прожить восемьдесят восемь или восемьдесят девять лет, а если ведете неправильный образ жизни, то умрете раньше. Но это не предопределено. В буддизме говорится, что у вашей жизни есть миллионы разных вариантов. Также и математики говорят, что в нашей жизни есть миллионы и миллионы разных вероятностей. Поэтому, если кто-то говорит с точки зрения астрологии, например, вы родились в такой-то день, в такой-то момент времени, в такой-то час, в таком-то месте, то это обязательно означает, что у вас всё предопределено, с вами произойдет то-то и то-то, – это просто нонсенс. Поэтому я в астрологию не верю. Как это возможно, чтобы столько людей в один момент времени, в один час, в одну минуту, в одну секунду родились – и все они одинаковые? У всех жизнь складывается по-разному. Кто-то правильно заботится о здоровье и долго живёт, кто-то не заботится и быстро умирает. Это всё зависит от человека. Поэтому учёные говорят, что ваше тело является следствием того, что вы едите. А в буддизме говорится, что ваша жизнь – это следствие ваших мыслей.

Итак, Поле Заслуг. Под буддами располагаются бодхисаттвы, ниже бодхисаттв – архаты Хинаяны, под ними – даки и дакини, далее ещё ниже – защитники Дхармы. Это одиннадцать уровней с лотосовыми тронами, и они располагаются на древе, исполняющем желания, у которого золотой корень. Итак, я в общем объяснил это вам. Это очень полезно для накопления больших заслуг. Используйте эти знания для накопления больших заслуг. Тогда день за днём вы действительно будете становиться внутренне более богатыми людьми. В этом случае вам не понадобится, чтобы вас вдохновлял человек с большими заслугами. Это хорошо, если такой человек с большими заслугами вас вдохновляет, но гораздо полезнее вам самим накапливать большие заслуги. Кто мешает вам накопить большие заслуги?