

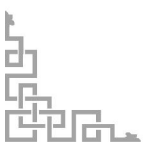


КАРМА

ЗАКОН ПРИЧИНЫ И СЛЕДСТВИЯ

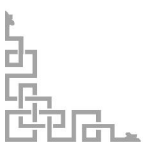
Автор: Досточтимый геше Джампа Тинлей

Перевод: Б. Дондоков





16 октября 2006 г. 19.00.....	3
17 октября 2006 г. 19.00.....	12
18 октября 2006 г. 19.00.....	22
19 октября 2006 г. 19.00.....	33



16 октября 2006 г. 19.00

Я рад встрече с вами, жителями Екатеринбурга. Так как вы обратились ко мне с просьбой, то я в течение четырех дней буду находиться здесь, с вами, и в течение этих четырех дней я буду давать буддийское учение. Это будет моим подарком вам. Если вы будете знать, каким образом использовать его, то он может стать очень хорошим подарком. Мы, тибетцы, имеем немного материальных вещей, которые мы могли бы дать вам, но то духовное, что накопили наши предки, — вот этим мы можем с вами поделиться. Это будет самым лучшим подарком для вас.

[Это вам будет полезно не только в этой, но и в следующей жизни.]

Если же я вам подарю какую-нибудь материальную вещь, то в случае, если вы завтра уйдете в мир иной, вы этот подарок не сможете взять с собой. Вы даже не сможете взять с собой в следующую жизнь свое тело. Только ваш ум, только та мудрость, только те хорошие качества, которые у вас есть, — вот это вы сможете забрать с собой в следующую жизнь. И эта мудрость даже в этой жизни будет очень полезна для вас. Вы должны делать упор не только на собирание материальных богатств, но и, прежде всего, на накопление внутренних богатств. Если у вас здесь есть богатства (Учитель показывает на сердце, — прим. ред.), и пусть у вас в кармане будет совсем немного денег, то я могу со стопроцентной уверенностью сказать вам, что все равно вы будете счастливы, все равно будете испытывать радость при наличии внутреннего богатства.

[Даже если у вас будет миллион долларов, я на сто процентов вам говорю, что вы счастливым не будете. <...>]

Я слышал, что некоторые бизнесмены, олигархи пьют чай из золотой чашки, а в чайном пакетике еще находится бриллиант. Они платят за это тысячу долларов.

[Но спокойный ум за деньги купить нельзя.]

За деньги невозможно купить внутренний покой, умиротворение. В Лондоне я знаю очень много магазинов, которые построены специально для российских олигархов. Но нет ни одного магазина, в котором можно было бы купить этот внутренний покой. И вот этот покой ума вы должны создать сами, его нигде нельзя купить. Как можно достичь этого внутреннего покоя? Через накопление мудрости, через *обретение* мудрости, через более глубокое видение окружающего мира. Чем глубже вы будете видеть этот мир, тем мудрее вы будете становиться, тем больший духовный покой, тем большее умиротворение вы будете обретать.

Тогда как просто интеллектуальная информация как таковая не приносит внутреннего покоя, — наоборот, она как бы нарушает этот внутренний покой. Эта информация будет вас заставлять что-то предпринимать, и так далее, толкать вас на что-то, будоражить ваш ум. Поэтому поверхностная информация недостаточна, потому что это обман. Вы должны окружающий мир узнавать глубже. И в течение этих нескольких дней я постараюсь дать вам что-то из этой мудрости, потому что даже в этой жизни то, что вы обретете в качестве мудрости, принесет вам радость. Оно не может принести вам не-радость, это сто процентов.

[Я врать не могу. <...>]

Та толика мудрости, которую я получил от Его Святейшества Далай-ламы, от других своих духовных учителей, день за днем, месяц за месяцем — я могу вам это с уверенностью сказать — приносит мне радость, все больше и больше радости.

[Мой ум счастливый. И в XXI веке это сто процентов работает.]

И эта мудрость даже в России совершенно работает. (Смех.) Если вы думаете, что эта мудрость может иметь эффект только где-то в отдаленных, заброшенных уголках земли, — нет, наоборот, в наиболее сложных ситуациях эта мудрость окажет еще большую помощь. Поэтому вначале вам необходима философия для того, чтобы думать правильным образом,

чтобы мыслить нормально. С буддийской точки зрения, то, как мы обычно думаем, — это ненормальный образ мышления.

[Большинство ненормально думает. Поэтому ненормальные концепции появляются. Все больше ненормальных концепций — и ум уже беспокоен. Вы сами разрушаете его спокойствие. <...> Когда вы нормально думаете, ваша речь нормальна, и такой разговор слушать приятно. Когда у вас ненормальные мысли, все от вас убегает. (Смех.)]

Нормальный образ мыслей ум естественным образом успокаивает, и омрачения сами по себе приостанавливаются. Просто сказав себе: «Не надо, не появляйтесь», — такими словами остановить свои омрачения невозможно. А вот если нормально мыслить, видеть с философской точки зрения, видеть чуть дальше своего собственного носа, — тогда эти омрачения (гнев, зависть и т. д.) как бы сами по себе останавливаются, перестают на вас оказывать воздействие. Поэтому буддийская философия говорит, что все омрачения возникают из-за недостоверного познания.

Почему у нас так много недостоверных осознаний? Потому что вещи не существуют таким образом, каким они проявляются перед нами. Все, что мы воспринимаем — друзья, враги, «любит», «не любит», — все это не существует, всего этого нет. И когда у вас будет больше понимания того, каким образом все эти объекты существуют, проявляются на самом деле, как вы сами существуете, и как они взаимозависимы, как эта взаимозависимость возникает, — тем глубже вы будете знать о законе действия кармы, о Четырех Благородных Истинах. Тогда естественным образом ваше видение станет другим, тогда ваши омрачения будут «успокаиваться», уходить. Также вы будете говорить: «Я хочу испытать гнев», — но не сможете это сделать.

[Иногда я хочу разозлиться, но я не могу.]

Я хочу иногда выглядеть гневным, испытать это чувство, но так как внутри нет этого пункта, за который можно было бы зацепиться и испытать это чувство гнева, для моего организма это составляет очень большую трудность.

Некоторые люди настолько отрицательно мыслят, что взрастить в себе любовь, испытать чувство любви к другим живым существам для них очень сложно, потому что нет настройки ума, на основе которой можно было бы взрастить это чувство любви. Поэтому у них улыбка очень искусственная. <...> Все положительные состояния ума возникают из достоверного познания, а все омрачения, отрицательные состояния ума — из недостоверного познания. Поэтому ... написал «Тракт о достоверном и недостоверном познании». Буддийская логика предназначена не для того, чтобы опровергнуть мнение другого человека, а чтобы опровергнуть, отбросить свое собственное отрицательное состояние ума.

Эту тему по логике мы будем обсуждать как-нибудь в следующий раз, ладно? Я вам сейчас показал как бы небольшой буддийский диспут, а теперь мы будем говорить о том, каким образом нам необходимо обуздать свой дикий ум.

Вы должны понять в первую очередь такое важнейшее буддийское положение, что, не обуздав, не успокоив свой собственный ум, кем бы вы ни стали, каких бы высот вы ни достигли, где бы вы ни жили, вы не будете испытывать счастье и радость.

[Это очень чистая теория.]

Даже если бы вы стали с детства расти ввысь, но поскольку вы не обуздали свой собственный ум, с ним невозможно достигнуть внутреннего покоя, покоя ума, подлинного счастья. [Его сто процентов нет.] Если вы не обуздали свой собственный ум, сколько бы у вас не было богатства, собственности, вы не будете счастливы, это невозможно. И если вы не обуздали свой ум, куда бы вы ни уехали, в какой бы стране вы не жили, невозможно испытать счастье. Вы иногда думаете, что «я поеду туда-то, там лучше, там хорошо», приезжаете туда, а там нет радости. Тогда вы едете назад или куда-то в другое место — опять нет радости. В этот момент вы должны сказать себе: «Это не вина этих мест, нет ничего неправильного в этих местах». Прежде всего, что-то неправильно в вашем собственном уме. И когда вам приготовят самую вкусную, самую дорогую пищу, а у вас

что-то не так, что-то вам не нравится, — вы должны сказать себе: «Это не вина пищи, в ней нет ничего неправильного, а вот здесь неправильно функционирует, в моем уме. Поэтому я воспринимаю так».

[Когда жена вам готовит, вам кажется что то не так, это не так, жена вам говорит: «Моя еда нормальная, твой ум ненормальный». Смех.]

Что бы вам муж ни купил, норковую шубу, к примеру, а вам опять не нравится (она коротковата, она длинновата, рукава длинные, рукава короткие и т. д.), муж должен сказать жене в этот момент: «Шуба-то нормальная, ненормально у тебя здесь». (Смех.) Если ум обуздан, какую бы вы еду ни ели, все будет иметь великолепный вкус, это стопроцентная гарантия. Буддийская теория гласит, что если ум чист, что бы вы ни ели, все будет иметь великолепный вкус. Современная квантовая физика близко подходит к буддийскому воззрению в том, что объективно невозможно сказать о том, что это есть вкусно или невкусно, все зависит от субъективного ума, воспринимающего этот объект. Я расскажу вам одну историю.

Однажды Будду пригласили в одну семью, хозяин которой хотел посмеяться над Буддой. Зная, что он такой великий человек, хозяин хотел поставить его в смешное положение и приготовил пищу с омерзительным вкусом. Он поднес эту пищу Будде, чтобы посмотреть, как тот отреагирует. И Будда ел эту пищу как нормальную. Когда пищи осталось немного, Ананда, его помощник, взял один кусочек попробовать и не смог съесть его, выплюнул, потому что у пищи был невозможный вкус. И Ананда спросил у Будды: «Как вы можете принимать такую пищу с ужасным вкусом?» — «Нет, — сказал Будда, — для меня это очень вкусная еда». — «Поверить не могу, — сказал Ананда, — я попробовал ее: абсолютно омерзительный вкус!» Тогда Будда сказал: «Хорошо. Попробуй так, как эту еду я пробую», — и он взял кусочек пищи со своего языка и дал Ананде. И когда Ананда попробовал ту же самую пищу, только с языка Будды, — ему показалось, что это настолько вкусная еда, какой он никогда в жизни не пробовал. И Ананда удивился: «Почему так? Ведь такого вкуса совсем не может быть!» Тогда Будда сказал: «Когда ум твой чист, все, что ты переживаешь, все, что ты пробуешь, все, что ты видишь, — все будет чистым и совершенным».

Как же мы поступаем? С безначального времени до сегодняшнего дня у нас лица грязные (на лицах грязь), и мы всматриваемся в тысячи зеркал и видим в них тысячи грязных отражений. И нам не нравится тысяча этих грязных отражений. Мы день и ночь пытаемся оттереть эту грязь, но при этом мы оттираем зеркала, отражения в зеркалах. Большинство людей все время чистит отражения лиц, никогда не задумываясь о своем собственном лице — о том, как бы почистить *свое* лицо. Конечно, когда вы стираете пыль со стекла зеркала, изображение становится четче, но вы не сможете так вычистить свое собственное отражение. А когда вы вычистите свое лицо, сотрете грязь с него, в тысяче зеркал вы увидите чистое отражение.

Что есть буддийская практика? Буддийская практика есть очищение своего собственного ума. Обуздание, успокоение, умиротворение, — что бы вы ни говорили, это все значит очищать свой собственный ум. И когда ум чист, то где бы вы ни находились, это место для вас будет чистой землей.

Однажды в Тибете у Панчен-ламы спросили: «Где же все-таки находится чистая земля? Вот люди все время говорят о «чистых землях», пожалуйста, скажите мне, где эта чистая земля?» И тогда Панчен-лама сказал: «Коллективная чистая земля, где много людей собирается, может находиться на очень далеком расстоянии, где-то далеко; но твоя собственная чистая земля, когда ты очистишь свой ум, — там, где ты будешь находиться, это будет твоей чистой землей».

[Если мой ум очень чистый, <...> мне не жарко, не холодно, всегда светло.]

Если ум Геше-ла будет абсолютно чистым, то он будет видеть все здесь в чистом, совершенном виде, и одновременно он будет видеть несовершенство. Почему? Потому что он будет видеть это с вашей стороны, как вы видите. Ваше грязное видение Геше-ла будет

видеть через вас, хотя сам все будет видеть в совершенном виде. Поэтому очищение ума, сознания имеет очень большую роль. Для того чтобы очищать свой ум, вы должны знать, *что* очищать, *как* очищать. Это очень важно. Буддийская практика — это не значит сесть в позу медитации, читать мантры, не спать самому, не давать спать другим, вашим соседям, читать громко. (Смех.) Это не буддийская практика. Вы можете увидеть, является ли ваша собственная практика именно буддийской практикой, если вы увидите, действительно ли она способствует очищению вашего ума. Если да, то это — буддийская практика. Если вы почувствуете, что даже какое-то очень маленькое ощущение наступило в вашем уме, что-то стало лучше, каким вы были год назад и насколько спокойны или нет вы сейчас, — значит, это имеет отношение к буддийской практике. Тогда ваша практика дает вам какой-то результат. После того, как вы узнаете, как и что очищать, и направите свою практику именно на это (не надо делать слишком много практик, которые абсолютно не направлены на очищение ума),

[Я не хочу, чтобы вы делали слишком много практик, не надо. Я хочу, чтобы у вас был чистый ум, хорошо? Каждый из нас может чуть-чуть очистить свой ум. Самое главное, чтобы вы стали добрым, хорошим человеком. Я не хочу, чтобы вы были буддийским фанатиком. Я хочу, чтобы вы были добрым человеком, чтобы ваш ум стал чистым. Когда у одного человека ум чистый, он может помочь другому человеку. Второй скажет: «Как так, мой ум не чистый». Он немножко подумает («так должно быть, а так не должно быть»), и его ум станет чуть чище. У ваших друзей тоже будут такие мысли, и их ум станет чуть более чистым. Потом они помогут другим.]

Сначала я хочу сказать вам, что необходимо очищать. В нашем уме, нашем сознании есть три типа препятствий, затемнений. Эти препятствия не позволяют нам реализовать возможности, потенции нашего собственного ума. **Первый тип этих препятствий — это отрицательные (или неблагие) кармические отпечатки**, которые являются прямой причиной наших страданий. Все наши страдания, если вы исследуете их, возникают из-за этих препятствий. А эти отрицательные кармические отпечатки возникают из **второго вида препятствий**, которые называются **омрачения ума** (клеши). Эти омрачения тоже в свою очередь откладывают отпечаток в нашем сознании, который в свою очередь становится препятствием к всеведению. Этот **отпечаток от омрачений — третий вид препятствий**. Вы должны понимать, что с помощью буддийской практики вы не должны создавать новые качества ума. Что-то новое в себе создавать не надо. Буддийская практика — это не значит создание какой-то ракеты (когда вы создаете, вытачиваете, соединяете какие-то механизмы и т. д., наливаете туда топливо, потом включаете и — взлетаете). Будда Майтрейя сказал в ..., что все плохие качества ума являются временными, тогда как все хорошие качества ума являются природой нашего ума. Поэтому потенции нашего ума и ума Будды одинаковы. Ум Будды познает все феномены, мы же не познаем все феномены. Мы даже не видим, что находится за этой стеной. Почему? Потому что наш ум затемнен, он весь в препятствиях к всеведению, к познанию. Когда наш орган зрения имеет какой-то дефект, мы не видим окружающие вещи ярко, четко. Когда врач лечит глаз, чтобы он четко видел, он не создает новое качество видения, он просто устраняет дефект этого органа зрения, и качество, которое присутствовало в нем изначально, проявляется.

Все потенции сознания зрения находятся здесь, в сознании. Видеть ясно, видеть четко — все это здесь есть, изначально присутствует. А только из-за дефекта органа зрения мы не можем различать ясным образом предметы, окружающие нас. Когда это препятствие устранено, возвращается нормальное зрение, сознание зрения все воспринимает ясным образом. Когда дефект органа зрения был устранен, способность ясного, четкого видения не была привнесена извне, просто эта способность изначально присутствовала. Когда устранили дефект этого органа зрения, сознание стало воспринимать ясно и четко. Что такое ясновидение? Ясновидение — это не что-то особенное. У всех нас есть эти способности. Наш ум обладает способностью к ясновидению, но оно у нас не проявляется, потому что она сокрыта препятствиями, особенно — неблагоприятными кармическими

отпечатками. Очень тяжелые кармические отпечатки не позволяют проявиться в нашем сознании этим способностям к ясновидению. И когда вы сможете устранить первое препятствие, очиститься от отрицательных кармических отпечатков, тогда ваша способность к ясновидению проявится сама по себе.

В качестве примера я хочу рассказать вам одну реальную историю. У Атиши был ученик, который слыл среди всех остальных учеников как имеющий наиболее худшие умственные способности. Этот ученик тоже знал о том, что он недалек умом. Зная за собой эту слабость, он обратился к Атише: «Учитель, вы знаете, я не могу заниматься очень продвинутыми практиками, визуализировать и так далее. Я не могу этого делать. Одно я знаю, что могу хорошо делать, — это служить вам, быть вашим слугой, помогать вам, готовить еду, убирать за вами, поклоняться вам. Я буду предан вам, и буду ради вас все делать. А эти практики — очень сложные». И после этого он всю жизнь убирал за Учителем. И когда монахи заходили на молитву, оставляя обувь за дверьми, он сам находился там и чистил их обувь, думая, что, очищая эту обувь от грязи, он так сможет очистить свой ум от омрачений.

[В этих историях много секретов, как нужно заниматься практикой. Если вы тихий, скромный, ваша практика очень хорошей будет. Громким быть не надо.]

И однажды, когда Атиша был болен, он был настолько слаб, что этот ученик убирал за ним все. И однажды он собрал руками экскременты Атиши и вынес их на улицу, не имея никакого чувства брезгливости, с очень сильной преданностью. И в этот момент, когда он их выбрасывал, что-то прояснилось у него в уме, и он сказал потом: «В этот момент мой ум стал очень-очень ясным». С помощью этой практики он настолько смог очистить свой ум, что в тот момент он смог увидеть тысячи миров. И в этом мире он увидел, что люди думают, что делают, — и так везде, куда бы ни направился его ум. И он сказал своим друзьям: «Вы не сможете достичь этого ясного видения, ожидая, что оно придет к вам откуда-то извне. Только когда вы очистите свой собственный ум, отсюда же и проявится это ясновидение». Понятно, что ясновидение не может проявиться, когда есть препятствия. Когда нет препятствий — ясный ум. Вообще, ясновидение — это буддийский термин.

Поэтому очищение ума, особенно от тех видов препятствий, как неblaгие кармические отпечатки, имеет очень большую роль.

Что касается неblaгих кармических отпечатков (результатов неblaгих деяний), — все в древнем мире, и буддисты, и не-буддисты, были согласны, что необходимо от них избавляться. Многие тогда не знали, как избавляться от этих неblaгих кармических отпечатков. Вначале я расскажу, как воспринималось это ощущение в небуддийских системах. Затем я расскажу, как это воспринимается и как практикуется в буддийской системе.

В те времена, во времена возникновения буддизма, было очень много различных индуистских школ (индуизм был в Индии основной религией того времени). Одна из этих школ считала (и до сих пор считает), что очищение от неblaгой кармы возможно через совершение омовений в реке Ганг. Они думают, что когда ты омываешься в реке Ганг, ты этим самым очищаешься от неblaгой кармы. А буддизм на это утверждает, что это нелогично. Он говорит о том, что неblaгие кармические отпечатки — это грязь ума, сознания, а не грязь тела. Грязное тело можно отмыть от грязи с помощью воды, это легко и не обязательно в Ганге. (Смех.) Тогда как грязь ума, сознания сидит очень глубоко, и насколько бы глубоко ты ни заплыл в Ганг, ты не сможешь очистить грязь своего собственного ума. Если бы воды реки Ганг действительно очищали от неblaгой кармы, то сознание рыб, которые находятся в этой реке, должно быть очень чистым.

Некоторые индуистские группы утверждают, что не только через омовение, но и через поведение можно очиститься (то есть продвинутая такая школа). Например, они утверждали, что если ты хочешь очиститься от этих кармических отпечатков, которые могут привести тебя к рождению собакой в следующей жизни, то ты должен в этой жизни вести себя как собака. То есть, чтобы не родиться собакой, они, совершив омовение,

начинают лаять, прыгать, как собака, чтобы эта карма проявилась. Буддизм говорит, что нет толку от лая. То есть, например, если ты принял яд, ты должен устранить этот яд из тела. Поэтому до того как ты произвел это очищение от яда с помощью врачей, если ты еще не испытываешь боли от действия яда, но уже ведешь себя как будто испытываешь эту боль, — этим самым ты не сможешь устранить этот яд из своего организма. То есть как бы ты ни действовал, как будто ты испытываешь боль, это не становится контрдействием против этого яда, это не является противоядием. Буддизм говорит: для того чтобы избавиться от отрицательных кармических отпечатков, необходимо использовать противоядие, которое противодействует, точно так же как если человек принял яд, ему делают противоядие, устраняющее действие яда. Это называется очищением тела. Тогда вы должны понять, что неблагие кармические отпечатки — это еще более опасный яд, который вы приняли давно и сейчас принимаете. Наш ум не видит дальше собственного носа, и поэтому мы не представляем, насколько опасны эти отрицательные кармические отпечатки нашего собственного ума.

Я говорю об этом, чтобы помочь вам, а не напугать вас. Зачем вас пугать? У вас и так достаточно проблем. В случае если вы уже почти умираете (находитесь на смертном ложе), — в этом случае я не буду вас пугать. Я не буду говорить о том, что отрицательные кармические отпечатки, неблагая карма — это очень опасно, от этого нужно немедленно очиститься и так далее. Я этого не буду говорить, потому что слишком поздно, вы не сможете этого сделать, не успеете. Яд, который приносит вред нашему телу, очень быстро начинает оказывать действие, поэтому мы очень боимся его и, приняв, тут же начинаем действовать. Тогда как яд ума, который мы постоянно принимаем, оказывает очень медленное действие, но он гораздо опаснее, чем обычный, физический яд. И мы не испытываем страх. А так как наш ум не видит дальше нашего собственного носа, поэтому мы не испытываем страх от этого яда ума.

Одна из индуистских групп видит, что омовение в реке Ганг, поведение в виде того или иного животного, — это все, в общем-то, детские варианты очищения кармы. Она утверждает, что от неблагих кармических отпечатков ума возможно избавиться через страдания, наказав себя за плохое поведение в этой жизни — переносить страдания и тем самым очищать ум от негативной кармы. Но вы должны знать, что через наказание себя, через самоистязание вы не сможете очиститься от неблагих кармы. Поэтому некоторые индуистские школы, чтобы испытать страдания, лежат на гвоздях, бьют себя, до крови забивают кирпичами, используют крюки, железо и так далее, — испытывают боль, думая, что через это очищают свою карму. Некоторые христианские группы, как мы знаем, тоже так делают. Буддизм же утверждает, что через испытание страданий невозможно избавиться от причины страданий. Причина страданий должна быть устранена через применение противоядия, а не через испытание страданий. Если у вас рана на теле, и вы будете тыкать в нее пальцем, то не сможете избавиться от этой раны. [Будет еще хуже.] Вы должны применять противоядия, а не тыкать пальцем, испытывая еще большую боль. Иногда, действительно, можно так обмануть свой ум: мы надавливаем на эту рану, испытываем боль, убираем руку, и в этот момент боль становится меньше. Тем самым мы обманываем свой собственный ум. Это детский путь разрешения проблемы. Буддизм же утверждает, что если бы через испытание страданий можно было бы избавиться от причин страданий, то мы бы уже сейчас все избавились от этих причин, потому что с изначального времени до наших дней мы прошли через все виды страданий, испытали все возможные виды страданий в своих бесчисленных предыдущих жизнях. А те, у кого плохая жена или плохой муж, — те уже полностью избавились. (Смех.) Поэтому через испытание страданий невозможно освободиться от причин страданий.

Теперь у вас могли возникнуть вопросы: что есть неблагие кармические отпечатки, и как от них избавиться? Сейчас ваши умы готовы к тому, чтобы получить драгоценные наставления Будды. Такие наставления — то, что я вам даю сейчас — раньше, в прошлые времена, не давались публично, а только маленькой группе людей, которые действительно

были заинтересованы тем, каким образом можно очистить свой ум от неблагих кармических отпечатков. Для тех, кто понимал, что только через обуздание собственного ума, через очищение своего собственного ума можно избавиться от всех страданий и достичь совершенного счастья, — только для этого круга людей давалось такое Учение. Для тех же, кто думает, что в очищении собственного ума нет никакой нужды, что для разрешения всех проблем нашей жизни нужно собирать материальные объекты ума, Учение бесполезно.

[«Самое главное — это деньги. Деньги — источник счастья». — Так думать не надо, в этом нет пользы.]

Сначала вы должны понять, что накопление денег, накопление богатства, стремление стать кем-то, — все это не разрешает ваши проблемы. Таким образом наш глупый ум думает, что все проблемы разрешаются только с помощью денег.

[Денег нет, поэтому так плохо. <...> Больше денег — больше проблем.]

Чем больше у вас денег, тем больше вам требуется телохранителей. Не для того, чтобы телохранители делали вас счастливыми, приносили вам радость, а чтобы спасли вашу драгоценную жизнь. Вы все время будете испытывать страх. Ваш ребенок вышел на улицу и час не появляется, вам страшно: может, его украли? В заложники взяли? А если у вас нет денег, и вы будете просить: «Пожалуйста, возьмите меня в заложники!» — они не будут вас брать. (Смех.) Если вы будете спать на земле, на полу, перекатываться на этот бок, на другой бок, вы не падаете, так как некуда падать; вы спокойно спите. И если вам вредно богатство, вы должны интересоваться о наличии внутреннего богатства, которое никто не сможет украсть.

Миларепа говорил, что материальное богатство не только бесполезно, не приносит счастье, но в момент смерти оно превращается в ничто, его ценность нулевая, как у детской игрушки. Тогда как у внутреннего богатства в момент смерти человека ценность еще больше возрастает. Поэтому внутреннее богатство более надежное, потому что никто не может украсть его у вас, и, во-вторых, в момент вашей смерти стоимость этого богатства возрастает во много раз. В тот момент, когда у вас есть возможность накопления этого богатства (внутреннего богатства), вы на это не обращаете внимания, а все усилия направляете на то, чтобы накопить материальное богатство, которое не является надежным, верить в подлинность его нельзя, и, во-вторых, в момент вашей смерти оно становится бесполезным, не представляет для вас никакой ценности. Чем больше у вас богатства, из-за вашей привязанности к нему после смерти вы не сможете получить благое рождение. Эта привязанность приведет вас к тому, что вы переродитесь духом, связанным с этим богатством. Мы говорим о духах — духах местности. Они настолько могут быть привязаны во время того, как были человеком, к своему дому, что после смерти перерождаются духами, которые обитают в этом доме. Может быть, дух этого зала находится здесь, вместе с вами, и слушает Учение... и смеется. (Смех.)

Человек, который привязан к собственности, к богатству, не может переродиться из-за этой привязанности, получить благое рождение, и где-то здесь находится, возле собственного богатства. И в каждом доме есть духи; мы их не видим, но они существуют везде. Поэтому если наш глаз, наше зрение что-либо не видит, не надо думать, что этого не существует. Есть так много существ и вообще — вещей, объектов, феноменов, которые мы не воспринимаем ни органами зрения, ни тем более другими органами сознания. Современная наука тоже приближается к буддийскому воззрению, говоря о других измерениях, о параллельных пространствах, и такое существует. Поэтому я хочу вам сказать, что в момент смерти материальное богатство становится не только бесполезным, но и опасным. Почему? Потому что вы очень сильно привязаны к этому богатству, вам жалко с ним расставаться, и из-за этой привязанности вы не можете получить после смерти благое рождение.

С другой стороны, я не говорю о том, что у вас не должно быть никаких материальных богатств. Наоборот, я всегда говорю: «Очень важно делать упор, чтобы у вас

было пятьдесят на пятьдесят». Я говорю, что стопроцентно отдать себя накоплению материального богатства — это очень опасно. [Это дурак.] Если после того, как вы получили эти наставления, вы будете думать: «Все, я стопроцентно отдаюсь только духовному пути и буду накапливать только духовное богатство», — это другая грань, другой вид дурака. (Смех.) Очень важна золотая середина.

[Наш ум — дурак. Когда один человек говорит: «Мне деньги нужны, у меня денег нет. Без денег плохо... я хочу деньги, деньги, деньги...» Потом пришел я, говорю о внутреннем богатстве, и он: «Правильно, правильно, мне денег не надо, это слишком сложно, я хочу в медитацию». Так не надо, дураком быть не надо.]

Очень важно иметь срединный путь. Что есть срединный путь? Вы должны сказать, что внутреннее богатство — это самое главное, и это я должен накапливать. Но для того, чтобы возвращать это внутреннее богатство, я должен иметь физическое тело и поддерживать его в устойчивом виде, чтобы оно не слишком быстро в упадок пришло. В настоящее время ваше тело не настолько сильно, как у Миларепы, у вас нет этого внутреннего жара, вы не можете обходиться без одежды, вам необходимо покупать одежду зимой... Для этого надо зарабатывать деньги... То есть надо поддерживать тело. Вы можете заболеть, а для того, чтобы лечиться, тоже нужны деньги. [То и то важно, тогда ум спокойный.] Материальное богатство хорошо, когда оно направлено на внутреннее развитие, на накопление внутреннего богатства. Но не только на это, но и чтобы помогать людям. Если с такой мотивацией заниматься бизнесом (мотивацией, направленной на оказание помощи, для поддержки своего физического состояния, или чтобы вы могли практиковать Дхарму, чтобы помогать своим близким, детям, родственникам, отцу, матери), — тогда такое занятие бизнесом само по себе становится буддийской практикой.

В настоящий момент вы, хотя и читаете практики на благо всех живых существ, не сможете помочь всем живым существам. В настоящее время вы должны нести ответственность за своих близких — детей, семью, родителей. Если вы жаждете этого ради того, чтобы принести пользу *им*, чтобы *им* помочь, — вот это есть настоящая буддийская практика, если с этой целью вы занимаетесь бизнесом. То есть бизнес не как самоцель, а ради других. Или поработали день, вечером пришли домой, спокойно занялись уже буддийской практикой. Если вы даже готовите еду для других, то это само по себе тоже становится буддийской практикой, так как вы делаете это для того чтобы принести радость другому человеку. Именно в этом состоянии ума, в осознании того, что я не просто крошу картошку, а крошу картошку для того, чтобы обрадовать других. В буддийской практике очень важно это состояние ума. Поэтому не бросайте свою работу, занимайтесь работой, но делайте это с более глубоким пониманием, осознанием, нежели другие люди.

[Работать просто ради денег не надо, это не делает вас счастливым. Смотрите глубже, используйте другую мотивацию.]

Теперь вернемся назад, к карме. Чтобы очиститься от неблагодатной кармы, мы должны прежде всего знать, что есть карма? Мы очень много слышали что-то о карме, о кармических отпечатках, о том, как они действуют, о четырех противоядиях, с помощью которых мы очищаемся от неблагодатной кармы. **Карма — в переводе с санскрита означает «действие», «деяние», «поступок».** Здесь понятие «деяние» больше относится к ментальному акту, поэтому **карма есть намерение ума.** Плохое намерение приводит к неблагим поступкам, совершаемым телом и речью, это называется отрицательной, неблагодатной кармой. Если с неблагим намерением мы улыбаемся, говорим красивые слова, но все-равно это есть неблагая карма, неблагое деяние, хотя на деле это выглядит благим поступком. Человек улыбается, говорит хорошие слова, но его намерение — обмануть человека; это — неблагое намерение. Поэтому понять деяние речи и ума с внешней стороны очень сложно, — действительно оно благое или, может, неблагое, — потому что оно совершается под влиянием внутреннего, мысленного намерения, импульса ума, который толкает нас на совершение того или иного поступка. А если у меня хорошее намерение, но я ругаю человека, мое лицо гневное, — все равно у меня будет благая карма,

потому что я двигаю благим намерением. Умелый родитель из чувства любви к ребенку, из благих намерений, чтобы научить ребенка, показать ему верный путь может наругать ребенка, может даже ударить его и иметь при этом очень гневное выражение лица, но если внутри он переполнен добротой, — это будет благой кармой.

Вы не можете видеть намерение других людей, поэтому не надо судить о других. Вы видите только собственные намерения, что вы хотите, поэтому вам легче оценить свои собственные отрицательные кармические поступки. Судите о самом себе, вы не можете судить о других.

Буддизм утверждает: намерения, которые ведут нас к совершению того или иного деяния, поступка, не исчезают; каждое деяние, каждый поступок и каждое намерение оставляет след, отпечаток в нашем уме и сознании. [Это правда.] И поэтому наш ум является невероятным по своим размерам складом, хранилищем этих отпечатков. Разумом, конечно, очень сложно представить, как можно хранить все эти отпечатки; сейчас люди легче это воспринимают, потому что мы знаем, сколько можно загнать информации на маленький компьютерный диск, и эти диски все более и более совершенствуются. По сравнению с возможностями нашего ума и сознания они (компакт-диски, компьютеры и т. д.) — ничто, тогда как хранилище нашего ума невероятно. Поэтому природа механизма причинности и следствий очень сложна и абсолютно совершенна, этот механизм действует безо всяких сбоев.

Когда современная наука (биотехника, медицина и т. д.) исследует механизм действия нашего грубого тела, она удивляется, насколько сложен этот механизм. Какую бы пищу мы ни принимали, все это имеет какое-то воздействие, все это как-то используется. Наука это знает. Даже дыхание и то, чем мы дышим, — исследуем его: где мы дышим, чем мы дышим? Все имеет влияние на наш организм, на наше тело. Тогда как механизм действия нашего ума настолько совершенен. Никто этот механизм не создавал, он естественно существует.

Будда сказал: «Я не создавал закон кармы, я его просто открыл, в то время как этот закон наличествовал всегда». Когда вы для себя откроете этот закон действия кармы, вы станете очень умелым в том, каким образом достигнуть счастья, и каким образом избавиться от страданий. Карма — это намерение; с тем или иным намерением мы совершаем тот или иной поступок, который оставляет след, отпечаток в нашем уме. Этот отпечаток называется кармическим отпечатком, он может быть положительным или отрицательным, благим или неблагим. И когда этот кармический отпечаток встречается с тем или иным подходящим условием, этот отпечаток проявляется, и начинают появляться его последствия. Это то же самое, что когда вы делаете запись на магнитофоне, на диктофоне, на дискете, — при наличии соответствующих условий появляется звук. Точно так же при наличии соответствующих условий тот или иной кармический отпечаток в нашем уме и сознании может проявляться как следствие. Поэтому буддизм говорит: все, что мы переживаем в нашей жизни, все, что мы будем переживать в будущем, — все имеет результат тех деяний, поступков, которые мы совершили в прошлом (или в этой жизни, или в одной из предыдущих жизней). Причину мы создали, результат мы сейчас испытываем или будем испытывать рано или поздно.

Некоторые дети никакого отрицательного поступка не совершили, ни о ком плохо не думают, но они с детства болеют тяжелым хроническим заболеванием. Почему? Кто их наказал? Бог не наказывает. Не за что наказывать невинного ребенка. Зачем богу наказывать этого маленького ребенка, который даже не успел подумать плохое о других? Некоторые люди всю жизнь обманывают, накапливают богатство, пьянствуют и т. д., — почему бог их не наказывает? Поэтому вы должны понимать, что нет такого бога, который наказывает. Мы наказываем сами себя. Через принятие яда деяний мы наказываем себя сами. Поэтому вот ответ на вопрос: почему этот маленький невинный ребенок испытывает страдания от неизлечимых хронических болезней? — за то, что в предыдущих жизнях он

совершил такое кармическое деяние, принял яд отрицательного кармического деяния, и сейчас переживает его следствие, результат.

Некоторые люди обманывают других, но они очень успешны. Почему? Не потому, что обман приносит им успех, а потому, что то благое кармическое деяние, которое они совершили в прошлой жизни, принесло результат, который они сейчас испытывают, который проявился в виде успеха. Но эта благая карма исчерпается, и они будут испытывать последствия тех неблагих деяний, что совершают сейчас. Когда говорят о карме, у вас могут возникнуть сомнения на примере таких удачливых людей, которые на самом деле совершают плохие деяния. И это — ответ на ваши сомнения. Когда мы получаем этот ясный ответ, мы можем верить и вверить себя карме.

[Сначала, когда я слышу о карме, меня берет сомнение. Потом я слышу ответ, и мне становится очень легко, приятно. Потом жить очень легко. Но когда есть сомнения, они мешают, из-за них трудно жить.]

До свидания. Завтра мы будем говорить более детально. А сейчас — Посвящение заслуг. Посвятим наши добродетели от того, что мы слушали сегодня, достижению счастья всеми живыми существами.

[Не забывайте ту мудрость, которую я вам дал сегодня. Держите ее внутри, хорошо? Чтобы она осталась у вас в сердце.]

Те же люди, которые, может быть, слышали эти наставления раньше, — пусть эта мудрость станет для вас еще глубже, чтобы вы еще больше прочувствовали ее. В Тибете даже очень продвинутые геше, всю жизнь получавшие наставления, когда слушают наставления от высоких Учителей, от таких высоких мастеров как Его Святейшество Далай-лама, они говорят: «Я сегодня не услышал чего-либо нового, но я понял еще глубже». Даже 80-летние геше говорят, что услышали и поняли еще глубже; а если вы будете говорить: «Я уже слышал об этом, Геше-ла опять повторяется, но ничего нового не говорит», — тогда вам далеко до геше.

(Посвящение добродетелей.)

17 октября 2006 г. 19.00

Я рад вас видеть сегодня здесь. Сегодня у нас второй день Учений.

Вчера мы с вами говорили об очищении ума. Я вам говорил, что через очищение ума мы можем очистить все. Лучший путь для того, чтобы разрешить проблемы, избавиться от страданий, достигнуть счастья, — это очистить свой собственный ум. Через обуздание ума, через очищение ума все трудности, все проблемы могут быть разрешены. ... (3.45) говорил: «Если ты захочешь покрыть всю землю кожей, чтобы тебе было мягко ходить, у тебя не хватит на это кожи. Вместо этого если ты покроешь подошвы своих ног кожей, то тогда ты будешь ходить, где тебе заблагорассудится, не испытывая никаких трудностей». Точно так же, если вы будете стараться изменить внешние условия, то, изменяя их, вы не сможете разрешить проблему. У вас не будет достаточно сил, чтобы их разрешить, изменить. Если вы измените свое умственное отношение, если вы очистите свой ум, то где бы вы ни находились, вы не будете иметь проблем.

Главная цель буддийского учения — это обуздание ума, очищение собственного ума. Обуздание ума, очищение его — это нелегкий труд, его нелегко осуществить. Поэтому Будда дал столько много учений — 84 000 томов наставлений, — для того чтобы обуздать его.

Наш ум необуздан из-за трех препятствий. Если не устранить эти три препятствия, то, сколько бы вы себе ни говорили об очищении, успокоить ум вы не сможете. Наоборот, если вы будете говорить себе, не очищая свой ум, не зная, как это сделать: «Будь хорошим, стань лучше, не делай этого», — может случиться то, что в психологии называется «обратным эффектом» — наоборот, вы будете поступать с худшей стороны. Поэтому,

когда вы приступаете к обузданию собственного ума, к его покорению, то здесь необходимо иметь очень хорошее умение, навыки. Это умение обуздания собственного ума приходит от слушания Учений снова и снова. Если вы будете знать, *как* слушать Учение, тогда если мастер-Учитель невысокого уровня, тем не менее, его слова будут производить эффект, будут оказывать влияние на вас. Если же ум не готов слушать Учение, если у него нет навыка слушания Учения, то даже если Будда будет сидеть перед вами и давать вам наставления, они не будут иметь эффекта, и вы не сможете обуздать ваш ум. Поэтому вы должны знать, как правильно слушать Учение. Это очень важно.

Вначале вы должны знать, как слушать Учение, тогда каждое наставление будет иметь эффект. Вы должны слушать Учение без наличия трех недостатков сосуда. Первый недостаток сосуда — это когда *сосуд перевернут*. Сколько бы ни наливали нектар в перевернутый сосуд, нектар не попадет внутрь такого сосуда. Перевернутый сосуд (сосуд вашего ума) относится к тому уму, что когда вы во время Учения спите, не слушаете, не слышите, ваши мысли находятся где-то в другом месте, т. е. это называется перевернутым сосудом вашего ума.

Второй недостаток сосуда называется *дырявый сосуд*. В дырявый сосуд сколько бы ни наливали нектар, он входит внутрь, но вытекает из этого сосуда. Это значит, что вы слушаете Учение, но оно в одно ухо заходит, а в другое вылетает. Вы можете узнать, дырявый ли сосуд вашего ума, когда вы вернетесь назад домой, и если когда вас дома спросят: «О чем говорил там тибетский лама?», — вы скажете: «Ну, много чего говорил: о карме, о доброте, — но я ничего не поняла, забыла уже», — значит, сосуд вашего ума дырявый. Когда вы слушаете Учение, прежде всего, необходимо понимать, что все буддийские наставления связаны между собой. Все вроде бы независимые друг от друга вещи, такие как доброта, бодхичитта и т. д., — все они взаимосвязаны, как цепь, и когда за одно звено цепи дергаешь, вся цепь начинает шевелиться. Точно так же и буддийское Учение: одно понятие приводит в движение всю систему буддийских понятий.

Теперь третий недостаток сосуда — это *грязный, загрязненный сосуд*. В грязный сосуд сколько бы ни наливалось нектара, драгоценный нектар сам тоже становится загрязненным. То есть это относится к тому, что если ум человека содержит неправильные мысли, неправильную мотивацию, неправильные воззрения, — в такой сосуд ума сколько бы ни вливалось нектара Учения, все Учение становится загрязненным в таком уме. Для таких людей Учение становится ядом, отравой. Вместо того чтобы обуздать ум, избавиться от омрачений, наоборот, Учение превращает такого человека в еще более высокомерного, более омраченного человека. Это наиболее опасный недостаток сосуда.

Очень важно получать наставления в чистый сосуд. Я не столько много знаю в буддийской философии, но я могу вам сказать, что те наставления, которые я получил от своих великих Учителей, я их старался получить в чистый сосуд. Поэтому те Учения, которые я получил, полезны для меня, и когда я делюсь этими наставлениями с другими, я вижу, что это также приносит людям пользу. Поэтому вы должны получать Учение с очень чистой мотивацией. Вы должны получать Учение для того, чтобы усмирить самого себя, обуздать свой собственный ум, а не для того, чтобы стать ученым с тем, чтобы оказать впечатление на других людей, показать себя. Не для соревнований, не для состязаний с другими, — это все детские мотивации. Понимание того, что только через обуздание ума, через его очищение я смогу разрешить свои проблемы и достичь совершенного счастья. С безначального времени до наших дней мы использовали все возможные методы, чтобы добиться счастья, разрешить наши проблемы, но все эти методы не были связаны с умом, не были направлены на его обуздание, очищение. Поэтому все эти методы были бесполезны, они не дали никакого результата.

Когда мы занимаемся бизнесом, мы говорим о прибыли, о доходах. В нашем случае доход — это счастье. Мы сделали столько много в этой нашей жизни, но посмотрите: принесло ли все, что мы сделали, чистый, настоящий доход — подлинное счастье? С точки зрения буддийской философии, мы в результате нашей огромной деятельности не

получили никакого дохода, ни грамма подлинного счастья не достигли; все, что мы принимаем за счастье, за радость, на самом деле это страдание, это природа страдания, это страдание перемен, это не подлинное счастье. И сильное счастье мы еще никогда не испытывали в нашей жизни. Если мы испытаем однажды подлинное счастье, тогда все остальное, что мы считаем за радость, будет ничто по сравнению с подлинным счастьем. Когда вы испытываете крайний голод, живя несколько дней без еды, в этот момент для вас кажется, что еда есть источник подлинного счастья. И когда вы наконец-то нашли место, где вас кормят, вы принимаете эту пищу и считаете, что испытываете настоящее счастье, — на самом деле это не подлинное счастье. С принятием пищи у вас уменьшается страдание от голода, но одновременно начинается страдание от насыщения. Потом, когда вы все больше и больше будете принимать пищу, это будет перенасыщение, и тогда это будет настоящее страдание.

Где подлинное счастье? Буддийская философия утверждает, что подлинное, истинное счастье наступает тогда, когда мы переживаем тот или иной объект как источник счастья, и чем дальше мы его переживаем, тем дальше мы испытываем счастье, т. е. никогда это не прерывается. Буддизм говорит: если втыкать иголку (источник страдания) в тело, то чем дальше мы втыкаем ее в свое тело, тем больнее, тем больше страданий, и боль не перейдет в радость. Это настоящий объект страданий, когда иголку втыкают в тело. Точно так же если объект, приносящий счастье, был бы подлинным, то чем больше мы бы его переживали, тем большее счастье мы бы испытывали. Как с иголкой: чем дальше втыкать иголку, тем больше страданий. И наоборот, если бы объект, который приносил бы счастье (еда), был подлинным, то чем дальше мы бы его испытывали, тем счастливее бы себя чувствовали. Это был бы подлинный объект, приносящий счастье.

Все люди, и даже все животные — все мы стремимся к счастью; это наша цель в жизни — избавиться от страданий, а испытывать только счастье. Мы стремимся к этой цели всеми фибрами души, но мы не знаем, что есть счастье, что есть страдание. Подлинное счастье мы не знаем, поэтому мы его не ищем, не стремимся к нему. Мы говорим о своих мечтах: «Я мечтаю о том-то». Объект, о котором мы мечтаем, для нас — объект счастья. И если исследовать то, о чем мы мечтаем (являются ли эти объекты приносящими подлинное счастье), мы увидим, что нет, потому что в сансаре любые объекты, все, о чем мы мечтаем, не являются подлинными объектами, приносящими счастье, потому что все в сансаре обладает природой страданий. Вы в природе страдания, в природе объектов сансары — страдание. Если я прошу у группы: «Что такое подлинное счастье?» — каждый ответит по-разному. Для некоторых счастьем будет закончить учебу, иметь хорошую работу; для некоторых людей счастье — это иметь спутника жизни, двухкомнатную квартиру, дачу, машину; для некоторых людей счастье — это иметь детей, увидеть своих внуков; для некоторых людей пойти в баню, попить пива, водки, поесть как следует мяса — это счастье. «Что ты все время мне о своих проблемах рассказываешь? Забудь обо всем! Пошли в баню, забудемся, расслабимся, попьем водки, и все будет нормально». Почему когда люди не могут разрешить проблемы, они накатывают и накатывают, как волны, а когда люди начинают что-то делать, еще хуже становится? И когда человек закрывает глаза, он видит перед собой только один путь — выпить водки; все проблемы тут же разрешатся, и думать ни о чем не надо будет. Проблема — это алкоголизм. Это социальная проблема. Люди, которые пьют, — это ведь не отбросы общества, это люди, которые не могут разрешить свои проблемы, не могут найти выхода для разрешения проблемы, и находят тот единственный выход. Поэтому таким людям необходимо помогать. Когда мы достигаем выполнения своего желания, какое-то время мы, естественно, испытываем радость; но мы не испытываем подлинного счастья, потому что опять возникает новая проблема. Когда у вас нет спутника жизни, вы думаете: «Вот будет у меня спутник жизни (жена, муж), тогда я буду счастлив». А когда у вас появляется спутник, несколько дней вы счастливы, а потом у вас начинается страдание от наличия партнера по жизни. (Смех.) И когда эти проблемы, эти страдания становятся очень

сильными от наличия спутника жизни, вы хотите с ним расстаться. Вы применяете так много усилий, чтобы избавиться от этого партнера: «Наконец-то развод! О, слава богу! Все, я свободен!» — почти что от сансары освободились. (Смех.) А от чего вы освободились? То есть объект страданий ушел, но придет новый объект, даже хуже будет. Одиночество — еще хуже. В сериале «Санта-Барбара» все из-за чего: они не знают, что такое подлинное счастье, и мечта достигнуть его исчезает. Сначала они страдают оттого, что не могут достигнуть этого. Это проблема «Санта-Барбары». Столько много предпринимателей бегает туда-сюда, как тараканы, чтобы достигнуть этого, сколько цветов дарят! (Смех.) Наконец-то они достигают желаемого объекта, но проблема не разрешается, опять начинаются страдания — от наличия этого объекта. Когда расстанутся, — начинается страдание от расставания. От наличия этих трех видов страдания вся наша жизнь так и проходит.

Все эти дебютные ошибки происходят изначально, оттого что мы не понимаем, что такое подлинное счастье. Я не говорю о том, что у вас не должно быть спутника по жизни — нормального спутника по жизни, — но не надо воспринимать его как объект, который принесет вам подлинное счастье. В наши дни мужчины женятся с мыслями, что будущая жена будет готовить ему, стирать, а жена — то же самое — надеется, что муж будет зарабатывать деньги, кормить, поить, одевать ее. [«Я, я, я.»] То есть с самого начала посыл (фундамент) неправильный. Это не любовь. Любовь — это забота друг о друге. Первоначальной мыслью не должно быть «что *он* или *она* будет делать для меня». Это с самого начала неправильный подход. «Что *я* могу сделать для него» или «что *я* могу сделать для нее». «То есть сейчас я, как буддист, конечно, думаю обо всех живых существах, но помочь всем живым существам — непрактично для меня сейчас. Я не смогу помочь всем живым существам, даже этому количеству людей не смогу помочь. Ближайшему окружению я сделаю все, чтобы помочь ему: сделать счастливым спутника жизни — это моя ответственность». Жена говорит: «Ради мужа я буду делать. Я не могу помочь всем, но могу сначала одному человеку хотя бы, и затем я постараюсь расширить этот «забор» на еще больший круг людей», — вот такие мысли. И муж точно так же: «Сначала я сделаю счастливым человека, который находится рядом со мной (практичный ход), затем — расширю этот круг до всех живых существ». Как же мы поступаем? Мы читаем молитву: «Пусть все живые существа будут счастливы», — и для нас в этот момент живые существа где-то далеко-далеко находятся. (Смех.) Мы не думаем о ближайшем окружении — о людях, которые рядом с нами каждый день находятся: муж, жена, родственники, родители, друзья и т. д., — с ними мы постоянно ругаемся, спорим, омрачаемся, накапливаем неблагодарную карму, заставляем их накапливать неблагодарную карму. Первый ваш долг как буддиста — это ответственность перед родителями, потому что родители являются очень тяжелым кармическим объектом. Сделать плохо родителям — это гораздо тяжелее, чем какому-то незнакомому человеку. В буддизме говорится: на первом месте должен стоять не спутник по жизни, не муж и жена, а ваши родители, которые дали вам жизнь, а затем уже спутник. Иногда в современных молодых семьях из-за того, что это меняют местами, спутник становится ближе, и этот спутник еще требует, чтобы другой бросил своих родителей, не слушался их. Это очень большая ошибка. Если так поступать, то даже в этой жизни результат этого неблаготворного кармического деяния будет тяжким.

Я расскажу вам одну настоящую историю, которая была в Тибете в прошлом.

Однажды в тибетской семье сын совершил ошибку, поставив на первое место свою жену, а не своих родителей. Жена постоянно ругалась: «Твой отец болеет, он бесполезный здесь, ничего не делает, уже старый, это груз для нас, никак не помогает, скорей бы умер...» Она постоянно давила, давила на мужа, и, в конце концов, муж не выдержал и решил избавиться от отца, чтобы успокоить жену. Он сшил кожаный мешок, затолкал туда отца и выбросил его в реку. А когда он сам стал старым, в результате этого кармического деяния сын его, в свою очередь, сделал с ним то же самое. Так же женился, так же жена его

пилила, и он так же вынужден был выбросить своего отца в реку, зашив в кожаный мешок. И таким образом в этой семье несколько поколений стариков-отцов выбрасывали в реку. Когда старики начинали болеть или становились беспомощными, их зашивали в мешок и выбрасывали. И однажды в этой семье все-таки родился мудрый ребенок. Ему было всего десять лет, когда он увидел, что его отец шьет кожаный мешок для того, чтобы засунуть туда его дедушку. И он сказал своему отцу: «Отец, когда ты будешь выбрасывать дедушку, пожалуйста, не выбрасывай его с мешком. Оттащи его к реке, выбрось его в реку из мешка, а мешок принеси, пожалуйста, обратно». Тогда отец сказал: «Зачем?» И тогда мальчик сказал: «Знаешь что, в будущем я не хочу новый мешок для тебя шить, сойдет и этот». (Смех.) Отец сказал: «Как ты можешь думать об этом? Я с такой добротой к тебе отношусь, я делаю все для твоего счастья, как ты можешь думать об этом?» — «Мой дедушка, твой папа, делал то же самое для тебя, так же с добротой относился, а ты готов его выбросить». И то, что ребенок сказал, стало для него как зеркало, и отец смог увидеть в этом зеркале свои ошибки. (Учение должно быть таким, чтобы вы могли увидеть свои собственные ошибки.) И затем отец сказал: «Да, действительно, это величайшая ошибка», — и с этого момента он стал еще больше заботиться о своем отце, о дедушке этого мальчика, и мир воцарился в этом доме.

Поэтому в семьях — в нормальных семьях — старшие люди занимают первое место, лучшие, почетные места, потому что они сделали всю самую основную работу. Они самые старшие, и поэтому они должны занимать самое почетное место. Если вы будете уважать старших, ваше уважение, самоуважение и уважение к вам будет так же расти. Вы должны понимать, что, уважая старших, вы не теряете свое уважение к себе, и вы не теряете уважение других к себе. Это буддийская традиция, и не просто культурная традиция, а традиция, которая связана с буддийской логикой и философией, потому что она приносит гармонию и покой в семье. В семье должна быть эта система уважения к старшим, к старшему поколению, в семье не должно быть выпячивания каждым его собственного «я». Мы говорим сейчас о демократии и так далее, в семье это может нарушить систему семейных ценностей. Демократия — это очень важно, мы слушаем друг друга, но система уважения к старшему поколению должна быть незыблема. В любой стране, в любой нации, если следовать этой традиции, это очень полезно. Это мой общий вам совет, который будет полезен в вашей жизни.

Теперь мы будем дальше говорить о карме. Для того чтобы очиститься от отрицательных кармических отпечатков, от первого вида препятствий, мы должны, прежде всего, знать, что такое карма. Вчера я говорил вам, что такое карма, очень важно теперь знать четыре характеристики кармы. Когда вы будете знать эти четыре характеристики, вы станете умелым в разрешении проблем, в очищении кармы, — обретете умение и таким образом достигнете счастья.

Первая характеристика кармы — карма неизбежна. Это значит, что какую вы причину создадите, такой результат вы достигнете, и это неизбежно. От плохого, вредоносного деяния невозможно достигнуть счастья, радостного результата. В прошлом вредоносные намерения никогда не приносили счастья, и в настоящее время так же, и в будущем будет так же. Карма, я уже говорил — это намерение. С плохими намерениями, намерениями нанести вред, сделать плохое, — что бы вы ни сделали, в результате вы всегда будете иметь страдание. С плохими намерениями, какую бы вы комбинацию своих действий ни придумали, словно гроссмейстер — комбинацию по жизни, думая, что, в конце концов, она будет иметь положительный результат, — это невозможно. С плохими намерениями, что бы вы ни делали, какие бы деяния ни совершали, какие бы ходы ни придумывали, невозможно достигнуть хорошего результата. Это похоже на то, что вы приняли яд и теперь придумываете такую комбинацию, чтобы доказать людям, что вы не принимали яд, чтобы они верили, что это не вы приняли яд. Но результата нет. То есть плохое намерение — это как яд. Совершение деяний, поступков с плохим намерением —

это как принятие яда. И что бы вы ни придумывали, чтобы избежать действия этого закона кармы, как бы вы ни хитрили, невозможно обмануть его: он все равно будет действовать.

Законы государства можно обмануть, здесь можно придумать комбинации, чтобы обойти закон, тем более у нас. Поэтому иногда люди начинают думать, что такую хитрость можно применить и к закону кармы, чтобы обойти его. Невозможно обойти его, никакая хитрость не работает. Только чистые намерения, только мудрый шаг может привести к хорошему результату. Комбинации тут не нужны, это детские игры, только правильный ход — деяния, совершенные с хорошими намерениями, с намерениями сделать добро другим. Только это может привести к хорошему результату. Совершить поступок с хорошими намерениями, например, заниматься бизнесом, который приносит пользу многим людям (вашим сотрудникам и т. д.) — приносит пользу и вам тоже: вы как бы питаете себя, поддерживаете свою жизнь, и здесь не нужно никаких комбинаций. В первую очередь — это намерение.

В нашей жизни как вы должны поступать: подготовить почву, посадить хорошее зерно, поливать, удобрять в нужное время и отдыхать. [А то вы как тараканы — бегае, бегае, бегае, а результата нет.] А затем, когда дерево вырастет, снимать плоды, потреблять самому и делиться с другими. Это — жизнь. То есть не бегать туда-сюда, не строить различные комбинации — «как бы обмануть», «как бы захватить преимущество», «что они там думают обо мне», «что они делают против меня», «что они там замыслили», «как надо шпионить за ними», «ага, он так думает, а она говорит то-то», «как бы купить машину лучше, чем у них», — такая жизнь — собачья жизнь.

Собака же спокойна. На завтра у нее еды нет, но она спит спокойно. Завтра наступит — завтра еда будет. [Назавтра отложить решение — человек так не может.] Человек же начинает думать: «Так, что я буду делать завтра?.. А через месяц?.. Если то-то случится, если так будет...» Если возникает маленькая проблема, он начинает думать: «Что будет, если она будет продолжаться, если будет через два года, как я буду жить», — и начинает сам себя. Покоя нет. Это не есть экономика, это глупость. Экономика говорит — надо считать, и если мы посчитали и в минус попали, начинаем думать: «Минус, минус, минус... как жить — неизвестно...» Это — неправильный подход. В нашей жизни всегда имеют место подъемы и падения, и всегда будет так. Не думайте, что, однажды попав в минус, вы всегда будете в минусе, а если вы в плюсе однажды, всегда будете в плюсе, — нет, вы все равно когда-то свалитесь. Вы должны знать, что нет ничего постоянного. Все непостоянно. Вы должны быть готовы к этому, это очень важно. Все может произойти с вами, и вы должны быть готовы к этому. Вы должны быть готовы к тому, что вы можете потерять ногу, у вас есть возможность потери глаза, а потерять своего спутника жизни — еще больше возможности.

Сейчас начало XXI века; люди разводятся, меняют своих партнеров по жизни, как мы одежду меняем. И это очень неправильно. Настоящие, надежные люди — это когда на всю жизнь один спутник жизни. Это — надежный человек, на такого человека в любой момент можно положиться, он никогда не обманет. И особенно, когда у вашего спутника жизни возникли трудности, проблемы, — вот тогда вы должны поддерживать его. В этом ваш долг прежде всего — поддерживать в трудную минуту. Для чего люди сходятся друг с другом? Не для того, чтобы только наслаждаться жизнью, а для того, чтобы поддерживать друг друга, когда кому-то из них трудно. Это главное. В наше же время, как только у другого человека возникли проблемы, тут же расстаются. «Все! Ты со своими проблемами иди, а я остаюсь со своими проблемами». Теперь вернемся назад.

Какую причину вы создаете, такой и результат вы будете иметь. И это нужно запомнить, как «дважды два». Вы должны быть на сто процентов уверены в том, что через нанесение вреда другим, через совершение плохого другим, с плохим намерением никогда, ни в коем случае вы не сможете достигнуть положительного результата для себя. От совершения деяний с плохими намерениями, по закону кармы, даже в этой жизни проявится результат в виде страдания. Или в следующей жизни, но проявится. И это —

стоцентная уверенность. А намерение принести пользу, помочь людям, — с этим намерением совершенные деяния обязательно или в этой, или в следующей жизни принесут вам положительный результат: радость, счастье. Благая карма — это деяния, совершенные с намерением оказать помощь. Не просто пожелать, а взрастить в глубине своей души желание «пусть все живые существа будут счастливы», искренне, всем сердцем проникнуться этим чувством, пережить это чувство на мгновение. Само по себе это переживание — очень большое благодеяние, добродетель. Если нет этого намерения (принесение счастья всем живым существам или окружающим живым существам), какие бы вы мантры ни читали, сколько бы вы ни читали ежедневную молитву с утра до ночи, — ваши вербальные действия (речь) или поступки, совершаемые телом, не будут иметь положительного результата. Поэтому очень важно иметь правильное намерение — благое, доброе намерение: принести благо, оказать помощь, заботу. Но ни в коем случае не получить заслугу! Это слово — заслуга — неправильное, потому что в буддизме нет понятия «заслуги». Какая причина — такой и результат. Никто, если вы что-то хорошее сделали, вам награду не даст. Не для наград, не для заслуги, вы просто совершаете спонтанное благодеяние. А не так: «Вот я сейчас хорошее деяние сделаю, за это я заслугу буду иметь, потом мне Будда медаль даст», — такого нет.

Я хочу вам одну историю рассказать, ту, что в старых текстах записана. Это истинная история, произошедшая в древности. Она нужна для того, чтобы вам было лучше понять, как работает механизм кармы. В наши дни говорится, что карма крутится на кончиках пальцев. Что это значит? Когда мы с плохими намерениями действуем, совершаем какой-то поступок, в последующей части жизни мы обязательно испытаем результат этого деяния. В других же мирах, говорится в «Абхидхарме», результат кармических деяний может занять несколько жизней, карма может проявиться через несколько жизней. Тогда как в нашем мире (на санскрите — Джамбудвипе, а по-тибетски — Джамбулинге) эти созданные кармические причины проявляются гораздо быстрее — уже в этой жизни или, в крайнем случае, в следующей.

В те времена было два мальчика, один из клана царей, другой из обычной семьи. Но из-за определенной ситуации оба они были очень голодны, вели очень бедный образ жизни, хотели поискать пищу и решили попрошайничать. Мальчик из обычной семьи пошел в монастырь попросить еду в неподходящее время — т. е. время, когда монахи еще не успели поднести пищу Трем Драгоценностям. (Во время молитвы пища сначала подносится Трем Драгоценностям, потом можно приступать к еде самим или распорядиться пищей.) То есть он обратился с просьбой: «Дайте мне, пожалуйста, поесть», — но никто даже внимания не обратил, потому что они еще не закончили молитву, не поднесли Трем Драгоценностям. И он не понял, подумал, что эти монахи жадничают, рассердился и ушел от них. Мальчик же из клана царей пришел в нужное время, после того как монахи сделали подношение, после того как они прочитали все молитвы, после того как монахи уже сами поели, и он получил очень много еды. (Это очень интересная история. Если вы куда-то пойдете в подходящее время, вы все получите.) Он очень радостный вернулся назад, и первый мальчик спросил его: «Как ты сделал так, что тебе так много дали еды?» — «Я не знаю, но дали мне очень много». — «А почему эти монахи не дали мне?» — и из-за гнева, который он испытал, у него зародилось очень сильное плохое намерение.

(Чем сильнее плохое намерение, тем сильнее кармическое деяние, тем сильнее яд отрицательного кармического деяния. А чем сильнее ваше доброе намерение (вы готовы собой пожертвовать ради оказания помощи, ради блага других) — это невероятная по силе положительная карма, которая даст невероятный положительный результат. Это вы должны понимать, это стопроцентно чистая теория, без изъянов. Вот в это вы должны верить. Наш ум очень странно устроен. То, во что мы должны стопроцентно верить и вверять себя, мы относимся к этому с некоторой долей скептицизма. А то, к чему мы должны были скептически относиться, то, во что мы не должны верить, мы тем более начинаем верить. Это слабость существ сансары.)

И этот мальчик с очень плохим намерением, в гневе, со злостью искренне высказал: «В будущем, когда я стану сильным, когда я буду иметь всю власть и все возможности, я всем этим монахам поотрубаю головы». В этот момент он создал очень плохую, очень тяжелую неблагую карму. Второй же мальчик, царского клана, сказал по-другому: «В будущем, когда я буду иметь силу и власть, когда у меня будет богатство, я сделаю очень большое подношение всем этим монахам и построю для них очень большой храм». Он сказал это с очень сильным положительным намерением. И тут же карма проявилась. (Поэтому я и говорю, что иногда карма крутится на кончиках ваших пальцев — она в любой момент готова проявиться.) Каким образом? Вот они поспорили друг с другом, с разной мотивацией, не могли спать, разошлись и уснули в разных местах, с двух сторон от дерева. Невдалеке проезжала коляска, запряженная лошадьми. Лошади понесли, никто не смог удержать их. И так как коляска потеряла управление, колесо от коляски проехало как раз по шее этого мальчика и отрезало ему голову. (Никто его не наказал, просто лошади понесли, никто не направлял этих лошадей. Этот мальчик испытал результат отрицательной кармы неблагого деяния, неблагого намерения. Т. е. это один результат, эпизодический, тяжелая карма не иссякла, он будет испытывать его еще и еще.) Другой же мальчик спал с другой стороны, в другом месте. В этот момент царь этой провинции сказал: «Моя дочь выросла, я хочу, чтобы у меня был зять, я хочу выдать ее замуж, но за юношу, которого вы найдете. Идите, ищите, — сказал он своим подданным. — Но этот юноша должен быть необычным. Как только вы увидите необычного юношу, приведите его ко мне». И слуги царя как раз в тот момент подошли к дереву, где спал этот мальчик. Он лег под дерево таким образом, чтобы лежать в тени этого дерева. Солнце переместилось на другую сторону, но тень не ушла, осталась там, где лежал мальчик. Все удивились и сказали: «Да, это необычный человек». И они взяли этого мальчика с собой к царю. И таким образом он стал принцем, женился на принцессе. Вспомнилось его желание — он стал обладать властью, силой и могуществом, — и он сделал обширное подношение монахам этого монастыря и построил для них очень большой, красивый храм. И поэтому все, что вы в будущем будете достигать, все, что вы в будущем будете переживать, все зависит от ваших нынешних намерений, от того, о чем вы думаете сейчас, что вы желаете, какие у вас мысли крутятся, заставляя вас делать какие-то деяния.

Царь Ашока — знаменитый индийский царь, он стал царем через несколько веков после ухода Будды. В одной из своих предыдущих жизней он встретился с Буддой. В то время он был очень маленьким ребенком. Ему было шесть лет, он играл с другими детьми, и они увидели Будду. Он захотел сделать ему подношение. Эти дети с большим уважением относились к этому, они слышали, знали, кто такой Будда, они хотели сделать ему подношение, но у них не было того, что необходимо для подношения. И мальчик, который в будущем, через несколько жизней станет царем Ашокой, взял пригоршню песка и визуализировал, представлял ее как золотой песок. С таким намерением он сказал: «Сейчас мне нечего поднести, но я подношу эту пригоршню золотого песка вам, Будда, такому очень высокому объекту благоденствия. Пусть благодаря этому деянию в будущем я обрету возможность жизнь за жизнью помогать живым существам; пусть я смогу родиться очень сильным, могущественным человеком с тем, чтобы помогать живым существам». С таким намерением он произнес эти слова, и Будда увидел это намерение мальчика, он с очень большим уважением поднес свою чашу для подаяния и принял этот песок. Поэтому этот мальчик в последующем много раз перерождался в качестве могущественного царя Индии, который очень много сделал для процветания буддизма в Индии.

Это называется «карма» — намерение, плохое или хорошее намерение, которое толкает нас на совершение того или иного деяния, оставляющее отпечаток в нашем сознании, благой или неблагой кармический отпечаток. Поэтому проявление кармы неизбежно. Поэтому вы должны быть очень осторожными со своими намерениями. Когда у вас возникает неправильное намерение, тут же постарайтесь остановить себя, воспринимайте это свое плохое намерение как змею, которая готова ужалить вас.

Шантидева приводил такой пример: когда вам на ноги падает змея, вы тут же в страхе отбрасываете ее. И точно так же с появлением плохого намерения, ведущего к созданию неблагодатной кармы, вы должны тут же отбросить это плохое намерение в страхе, будто вы готовы принять яд. Это — буддийская практика. Первый шаг в буддийской практике — это верить в закон кармы, не совершать неблагих кармических поступков, а стремиться совершать благоую карму, накапливать благие деяния. В буддизме есть различные школы, и так далее, но различия нет, везде, во всех школах говорится одинаково о карме, карма есть и в хиньяне, и в махаяне. Первые шаги, первые практики и в хиньяне, и в махаяне абсолютно схожи — те же самые Четыре Благородные Истины; не надо создавать плохую, неблагоую карму, нужно стремиться к совершению благой кармы; освободиться от омрачений. Хиньянские практики стараются избавиться от первого и второго вида препятствий, каковыми являются неблагие кармические отпечатки и омрачения, а практики махаяны кроме этих первых двух препятствий избавляются от третьего вида препятствий — препятствия к всеведению, т. е. заботятся обо всех живых существах.

Поэтому не надо пренебрежительно смотреть на практиков хиньяны, это очень опасно, потому что вы на самом деле еще не являетесь настоящими практиками махаяны, тогда как хиньянские практики гораздо выше вас. Поэтому в буддизме очень важно быть скромным, никогда не судить других. Вы можете говорить о ком-то, что он такой или сякой. Нужно о самих себе говорить в первую очередь, какой я плохой. Судите самих себя.

Теперь вторая характеристика кармы. Первая характеристика в том, что карма неизбежна. Со стопроцентной уверенностью говорим себе: какую причину мы создадим, такой результат обязательно будем иметь. Вы должны понимать, что с плохим намерением, с плохими деяниями невозможно достигнуть хорошего результата. Какие бы вы комбинации ни придумывали, чтобы обмануть карму, все равно вам будет еще хуже и хуже становиться. С хорошего намерения, с совершения благого поступка, благой кармы всегда вы будете иметь хороший результат. Какова причина — таков и результат. Это естественный закон. В *это* надо верить. Естественным образом вы будете избегать совершения неблагих деяний. Я однажды буду заставлять вас совершить неблагой поступок, а вы будете избегать этого, потому что вы будете знать результат: «Не хочу, в ад попаду».

Вторая характеристика кармы — вы не будете переживать результат кармы, которую вы не создали. Мы хотим счастья. Но если вы хотите счастья, вы должны создать причину счастья. Если вы не создали причину счастья, невозможно пережить счастье, невозможно достигнуть счастья. Таков естественный закон. То есть только желать счастья — этого недостаточно, необходимо создать *причину* достижения. Не только закон кармы работает в обычной жизни; если вы хотите стать богатым человеком, вы должны создать причину для достижения этого богатства, создать систему, которая приносила бы вам деньги. Без этого на вас с потолка золотые монеты сыпаться не будут. С хорошим намерением создать систему: «Я хочу такую систему создать, я хочу помочь людям, и если я просто буду отдавать им деньги, они пропьют их. Вместо этого я создам предприятие, бизнес, который будет использовать труд многих людей, которым я буду платить, они будут иметь работу, они будут содержать свои семьи, т. е. я буду приносить пользу их семьям. Вот ради этого я хочу создать бизнес. Я тоже хочу иметь источник денег с тем, чтобы я мог помочь моим родственникам, моей семье и т. д.» Вот это — буддийское намерение. И если вы с такими намерениями будете создавать систему, то это будет очень надежная система; даже экономисты, не зная ваши намерения, будут видеть, что ваша система хорошо работает. Поэтому в нашей повседневной жизни так же: если вы не создали причин, вы не можете достигнуть какого-либо результата. Просто молиться: «Бог, дай мне, пожалуйста, денег, дай мне благополучия», — бессмысленно, без создания причин бог в данном случае не сможет вам помочь. Что может сделать бог? То есть бог в данном случае может дать вам возможность, шанс, помочь вам достичь успеха, но вы должны сами быть активными.

Я одну шутку вам расскажу, эта шутка со смыслом. Один человек очень сильно верил в бога. Он день и ночь молился ему. Однажды там, где он жил, случилось наводнение, и он забрался на крышу своего дома. Вода залила все вокруг, осталась только крыша. Он молится богу: «Бог, спаси меня! Пожалуйста, помоги мне, спаси меня!» И он думал, что сейчас, действительно, с неба опустится бог, поднимет и спасет его. И тут к нему подплыла маленькая лодочка, человек начал кричать: «Давай, слезай с крыши!» Но мужчина стал говорить: «Плыви, куда плыл, я в твоей помощи не нуждаюсь, мне бог поможет». Затем к нему подплыл катер, но он снова отказался от помощи, сказав: «Бог мне поможет, плывите дальше, своей дорогой». Затем вертолет к нему подлетел, а он им: «Летите своим путем, куда летели — туда летите. Бог мне поможет!» Но вода стала еще больше подниматься, поток воды его унес, и он утонул. И в бардо, то есть в состоянии после смерти, он встретился с богом и начал предъявлять богу претензии: «Почему ты не помог мне? Я столько тебя просил, чтобы ты меня спас!» Бог сказал ему: «Я тебе помогал. Сначала я тебе послал маленькую лодку, ты не захотел спастись. Я потом тебе катер отправил, ты не захотел спастись. Я тебе даже вертолет отправил, но ты не залез в него, ты не захотел спастись. Что еще больше я мог сделать для тебя?»

Подумайте над этим. Бог *таким* образом вам может помочь — послать вам лодку. Не надо думать, что только молитвы вам могут помочь. Обращение с молитвами нужно, потому что в этот момент божество может вам помочь встретиться с лучшим врачом, назначить лучшее лечение и принимать лучшие лекарства в нужное время, — это будет помощь. Таким образом божество может помочь. Невозможно увидеть такие чудеса, чтобы бог опустил к вам в палату, к вашей постели и — раз! — щелкнул пальцем и избавил вас от болезни. Только человек с очень высокой добродетелью, только человек, который смог установить в своей практике связь с божеством, очень сильную связь, — в таком случае это возможно, и божество действительно появляется. Для этого практик должен быть настоящим, сильным и чистым. Вы должны понимать, что иногда, когда у человека очень высокие добродетели, когда его неблагая карма очищена, тогда возможно совершение такого чуда как проявление божества, видение божества. Или между учителем и учеником такое может произойти.

Наропа — очень великий мастер, его духовным наставником был Тилопа. Это настоящая история о великих индийских Учителях. Тилопа сказал: «Если бы у меня был настоящий, хороший ученик, то он бы спрыгнул, согласно моим словам, с этой скалы». И Наропа спрыгнул с высокой скалы. Это такая неколебимая вера в Учителя, преданность, он вверил себя настолько, что слово Учителя — закон. Он спрыгнул со скалы, сломал себе ногу. Тилопа спустился к нему и спросил: «Тебе больно?» Наропа сказал: «Да, очень больно». «Ты сожалеешь о своем поступке?» — спросил его Тилопа. Наропа сказал: «Никакого сожаления!» Тогда Тилопа сказал: «Нет боли, нет страданий», — щелкнул пальцами, и нога Наропы стала такой же, как прежде. То есть такое чудо возможно только из-за такой кармической связи между Учителем и учеником. Тилопа не мог каждое живое существо, которое сломало ногу, вылечить щелчком пальца. Только Наропу он мог вылечить, потому что он знал, что сможет ему помочь, знал о преданности Наропы. Поэтому он сказал ему: «Прыгай», — потому что знал, что может избавить его от боли.

С другим человеком никогда такого не бывает. Чудо возможно только при действии двух сторон, одностороннего чуда не бывает. То есть, да, мы в буддизме верим в чудеса, но это не просто какое-то чудо как таковое, это очень высокого уровня действие механизма кармы. Так следует это понимать. То есть если вы не создали себе карму для того, чтобы увидеть, почувствовать это чудо, то Будда и не сможет показать вам это чудо. Для того чтобы получить помощь от Будды, от божеств, вы должны также создать причину для того, чтобы получить эту помощь. Главная причина — это вера в Будду, вера в божества, и при наличии сильной веры чудо возможно. То, что кажется чудом, по-настоящему это не чудо, на самом деле это действие закона взаимозависимого возникновения. Обычный человек не может его понять, поэтому и называет его чудом.

Итак, вторая характеристика: причина, которую вы не создали, результат иметь не может. Поэтому если вы хотите счастья, вы должны создавать причины для счастья. Если вы не хотите страдать, вы не должны создавать причину для страдания. Поэтому, исходя из этой характеристики, не надо беспокоиться о своем будущем, не создавая причины для будущих страданий, а те причины страданий, которые вы создали раньше, — постарайтесь очиститься от этих причин, и тогда ваше будущее будет хорошим. Имейте хорошие намерения. Ведите скромную, простую жизнь. Если вы очень сильный голод испытываете, не воруйте, попросите кусок еды.

В нашей жизни деньги приходят и уходят. Не надо стыдиться быть бедным. Иногда очень большие деньги приходят, а иногда вообще денег нет, — из-за этого не надо стыдиться. Стыдиться надо неблагих деяний. Вы должны испытывать стыд за ненадежные, неверные ваши поступки, вот этого надо стыдиться. Даже если может возникнуть такая ситуация, что у вас нет еды, вы испытываете голод, — надо в этот момент обратиться к друзьям и честно сказать: «Да, у меня сейчас проблемы, пожалуйста, помоги мне. Я за твою доброту отплачу». То есть надо иметь такие принципы. Если жить в согласии с этими принципами, быть честным, стараться не совершать, избегать неблагих деяний, иметь всегда хорошие намерения, только с добрыми намерениями совершать поступки, — жизнь ваша будет становиться все блестящей и блестящей. Вы должны быть как снежный лев: иметь принципы, иметь цели, иметь направление и не сбиваться с него; не быть как голодная, плохо обученная собачонка, которая бегаёт туда-сюда в поисках куска мяса. Бесплатный сыр только в мышеловке. Тогда у вас больше проблем не будет.

В наше время такие буддийские наставления очень важны, жизнь обретает смысл. В чем смысл жизни? Идти в правильном направлении, идти верным путем — по пути истины, по пути счастья, радости, всегда думать о счастье всех живых существ, ставить других выше себя. Ваше счастье к вам придет само по себе. Наши же мысли полностью противоположные. У нас нет какого-то одного пути, каждый день у нас все новые и новые мечты появляются. [Сегодня у нас одни планы, завтра у нас другие планы. Потом они опять меняются.] Мы сначала строим один план, достигнуть чего-то, потом, на другой день, меняем направление, строим новый план, и таким образом никакого настоящего плана нет в жизни. [Земля пустая, ничего не растет. Сначала это хочу, потом другое... Но в земле нет зерна.] Очень важно иметь одно направление, одну цель, и чтобы все остальные желания совпадали с этой целью. Когда вы будете желать счастья всем живым существам, ваше счастье придет к вам само по себе. Все ваши желания будут исполняться сами. Желание, которое исполняет все ваши желания, — это пожелание, чтобы все живые существа были счастливы. До свидания.

(Посвящение добродетелей.)

18 октября 2006 г. 19.00

Я рад вас видеть сегодня. Вы должны понимать, что вам очень повезло, что вы получаете такое драгоценное Учение о том, каким образом обрести счастье и каким образом избавиться от страданий. С безначального времени до сегодняшнего дня вы получали столько много знаний, главная цель которых была направлена на то, чтобы достигнуть счастья и избавиться от страданий, но все это не помогло вам достигнуть истинного счастья и по-настоящему избавиться от страданий, потому что все эти образовательные системы основывались не на подлинной теории. Все эти образовательные теории основывались на законах, созданных самими людьми, и применительно к той или иной ситуации, к тому или иному положению. Мы, конечно же, делаем некоторые открытия в области познания реальности, но все, что наука открыла, не было направлено на то, чтобы обуздать наш собственный ум, поэтому эти знания не могли принести нам подлинного счастья и избавить нас от страданий. [Когда вы маленькие, вы учитесь быть

счастливым.] Все образовательные системы были направлены на то, чтобы принести счастье, достичь счастья, избавиться от страданий. Но иногда получалось так, что чем больше мы получали информации, тем более запутанным становился наш ум, и тем больше проблем для самих себя мы создавали таким образом. Поэтому иногда некоторые люди говорят: «Неведение есть благо». Поэтому некоторые люди сравнивают себя с таким человеком: не имея никаких знаний и не получая никакой информации, он был счастлив в определенной мере, не знал об окружающих, радовался и был счастлив определенным образом. И потом, чем больше он получал информации, тем все сложнее становилась жизнь, тем более неустроенным становился мир, тем больше проблем он стал испытывать. Поэтому, исходя из этого, некоторые люди говорят: «Неведение есть благо». И многие люди начинают верить в это. Но это тоже неправильно. Да, в определенной ситуации, когда он был ребенком, он не обладал никакой информацией и испытывал какую-то радость, но это не было истинным счастьем. Затем, когда он получал все больше информации, у него возникало больше проблем, в зависимости от определенной ситуации. Тогда как буддизм утверждает, что неведение, как омрачение, есть корень всех наших страданий. Поэтому не думайте, что неведение есть благо. Неведение не есть благо.

С другой стороны, слишком много информации — это тоже опасно, поэтому лучше всего обрести мудрость. Вы должны понимать, что мудрость — это не просто знание, объем информации, мудрость есть те знания, которые помогают нам обуздать наш ум, помогают нашему внутреннему, духовному развитию. Вот эти знания, помогающие духовному развитию, и называются мудростью. И чем больше вы будете иметь такую мудрость, тем большее счастье вы будете испытывать; вы никогда не запутаетесь. Теперь вы поняли разницу между мудростью и интеллектуальной информацией. И то же самое: слишком много интеллектуальной буддийской информации тоже может вас запутать.

[Разные книги есть. Если вы будете много разных книг читать, вы можете запутаться. Но это не книга виновата, это вы сами виноваты. Надо помаленьку. Дети буддийское Учение не получают. Если учителя нет, и вы читаете книги, вам все равно нужны интерпретации, очень точные интерпретации. Иначе вы совсем неправильно поймете.]

Даже давая вам комментарий, очень детальный комментарий, я не хочу, чтобы вы впадали в крайности. Но вы все равно впадаете в крайности, начинаете неправильно интерпретировать даже мои комментарии. А уж тем более, когда вы книги читаете — сами, без комментариев, — тогда, конечно же, вы будете их, уже можно сказать заранее, интерпретировать неправильно. Наш ум имеет склонность слышать то, что он хочет слышать, не хочет делать открытий. Он хочет слышать то, что хочет слышать, и слышит это. Точно так же через наше зрение он видит то, что хочет видеть, а то, что он не хочет видеть, он не видит. Поэтому один объект разные люди воспринимают по-разному: кто-то испытывает приязнь, кто-то неприязнь к одному и тому же объекту. Точно так же наш субъективный ум слышит то, что хочет слышать.

Расскажу одну шутку. Одна молодая девушка думает о своем муже: «Мой будущий муж должен быть таким, таким...» И в этот момент к ней зашел человек, который бежал из тюрьмы, с ножом в руке, и угрожает этим ножом. Он спрашивает у этой девушки: «Жить хочешь?» И она, глядя на него, говорит: «С тобой я не буду жить!» (Смех.)

Каждый слышит то, что он хочет слышать. Она построила себе изображение. Поэтому вы тоже здесь: когда слушаете Учение, большинство из вас слышит то, что оно хочет услышать. Среди моих учеников некоторые очень ленивые, некоторые слишком активные. Поэтому я своим слишком активным ученикам, боясь, так сказать, за их духовное здоровье, говорю: «Вы слишком не увлекайтесь. Боюсь, что вы слишком много отдаете себя практике». Я говорю им: «Отдохните немного. Слишком много не занимайтесь», — но они этого не хотят слышать, не слышат, а те, кто ленивые (другая группа), они эти слова слышат. (Смех.) Они слышат, как геше Тинлей говорит им: «Не спешите практиковать, отдохните немного». А потом, когда я говорю своим ленивым ученикам: «Не теряйте свое время, более усердно занимайтесь практикой, не ленитесь, будьте активнее», — они этого

не слышат, а те, кто очень активны, услышат эти слова. «О, Геше-ла сказал, что надо еще активнее заниматься практикой», — и они всю ночь не спят, читают.

Поэтому очень важно уметь духовного учителя, наставника, который показывает вам путь, и его наставления вы должны воспринимать как зеркало, в котором вы видите самих себя. Я это Учение даю не для того, чтобы вы судили о других людях, а чтобы видели самих себя, прежде всего, чтобы использовали наставления в качестве зеркала, в котором вы видите свои недостатки. Поэтому, прежде всего, старайтесь стать лучшими людьми, чем вы есть, — более мудрыми, более глубокими по содержанию; стать принципиальными людьми, а не просто одевать на себя буддийскую шапку. Я не хочу, чтобы вы одевали буддийские шапки, они не подходят вам. Тем более я не хочу, чтобы вы тибетские шапки носили.

[Как тибетский буддист, да? Сначала тибетский буддист, потом гелуг, кагью, нингма, сакья, — такие шапки одевать не надо, хорошо? Желтая шапка, красная шапка — зачем вам это надо? Вам это не нужно. Никакие шапки вам не нужны. Вам надо стать хорошим, добрым человеком. Это очень важно. Потому что сначала вы говорите: «Я буддистом стал», — а это очень не хорошо.]

Поэтому, когда вы, может быть, говорите такое: «Мы, буддисты, самые лучшие, у нас самая глубокая философия, в христианстве нет этого, в исламе нет этого, — такого никогда нельзя говорить, это тоже сектантство, это есть фанатизм. Вы можете вести философские диспуты, но критиковать другую религию, плохо отзываться о другом духовном или религиозном направлении — это накопление неблагой кармы. В буддийской философии есть четыре философские школы, которые между собой не во всем согласны. Эти философские школы расходятся по какому-то одному положению, но это положение не должно стать отправной точкой для создания дисгармонии, потому что каждая философская школа рассматривает это положение со своей точки зрения. И никогда различие в философских системах не должно стать предметом религиозной розни. Даже у меня с другим таким же геше, с которым мы учились в одном и том же монастыре, принадлежим одной монастырской школе, — и то у нас могут быть различия в интерпретации того или иного утверждения, но это никогда не приводит к открытому столкновению, спору. Мы можем обсуждать те или иные положения, не соглашаться с утверждениями своего оппонента, но попытаться найти факты, аргументы в пользу того или иного утверждения.

[Я не говорю, что он плохо подумал, что он не согласен со мной, и это я дурак. Он тоже так не говорит. Внутренне он тоже со мной не соглашается, но дисгармонии нет. Иногда это очень интересно — разные вопросы, разные ответы.]

Поэтому различия в каких-то положениях той или иной школы, того или иного направления, той или иной философской системы не должны стать отправной точкой для разногласий, для возникновения дисгармонии, что подчеркивает Его Святейшество Далай-лама. Можно всю ночь спорить, вести философский диспут, но на другое утро улыбаться и относиться к другим с добротой. Поэтому старайтесь никогда не создавать дисгармоничных отношений с представителями других религиозных конфессий, и также внутри, среди буддистов, старайтесь не говорить о различиях хинаяны и махаяны, не надо подчеркивать эти различия. Не надо критиковать четыре махаянские школы и говорить, что я принадлежу к такой-то школе, а в другой того-то не знают, на том-то упор не делают и т. д. Если на этой основе создавать дисгармонию между разными группами, то это есть очень тяжелая неблагая карма. Если говорить «я — гелугпинец, а школа нингма — плохие», или «я принадлежу к кагью, у нас — быстрый путь, а гелуг — это ничто», — это очень плохая неблагая карма. Из каждой из этих четырех школ вышло столько много великих учителей — мы их перечисляли, когда читали молитву, — поэтому очень надо быть в этом смысле осторожными.

[Я сам — не сектант, честно вам говорю. Я уважаю учителей всех четырех школ. Я — несектарный буддист, и тоже открыт для другой религии. И не хочу, чтобы говорили, что буддизм лучше. Все религии надо уважать.]

Я тоже считаю, что некоторым людям подходит другая религия, именно подходит, потому что людям очень сложно понять, допустим, теорию взаимозависимого происхождения, теорию пустотности. Это очень сложно для понимания, и поэтому когда одна религия другой религии говорит: «Все создал бог, слушайте бога», — это тоже не позволяет людям совершать неблагие деяния — бог накажет за это. Это их предостерегает от совершения неблагих поступков. Это хорошо? Хорошо. Это для них подходит. Для этих людей подходит такая религия.

Точно так же в буддизме есть схожие вещи. Когда мы были маленькие, нам говорили о грозном божестве Яма: «Когда умрешь, тебя там встретит Яма и в зеркало увидит все твои грехи, всю твою неблагую карму, и он будет наказывать тебя». И мы боялись, думали: «О, какой страшный Яма! Будет наказывать меня, в ад сошлет, будет меня там жарить, и т. д.» Это помогает не совершать неблагих поступков, не накапливать неблагую карму именно в страхе перед этим божеством Яма. [Чем старше я становился, тем больше думал: «Зачем Яма наказывает?» Сначала я в это верил.] Потом, когда я стал взрослеть, и ум становился все более аналитическим, я начал задавать себе вопросы: «Зачем Яма меня должен наказывать? Я совершаю эти неблагие поступки из-за незнания, из-за неведения, поэтому вместо того чтобы наказывать меня, он должен помочь мне, показать мне, что делать, а что не делать». Тогда мне становилось трудно ответить на этот вопрос. Потом на помощь пришла буддийская философия. Уже приходишь к пониманию, что никто тебя не наказывает, ты сам себя наказываешь и сам же будешь наказывать себя в будущем. То есть ты ответственен за все свое будущее.

Это как бы общий совет вам перед наставлениями, чтобы у вас не было предвзятости. Когда вы станете несектарными людьми, когда вы все более и более чище будете становиться, все более и более настоящей практикой заниматься, тогда я буду к вам часто приезжать. Для меня самое главное — чтобы мои приезды были полезны для вас, чтобы вы становились лучше. Если я буду видеть, что это бесполезно — мои приезды, мои наставления, — то я буду приезжать реже. Я не хочу собирать много людей, в качестве своих последователей, мне количество неважно, лучше иметь мало учеников, но чтобы они были настоящие, качественные в своей практике.

Вчера мы с вами говорили о четырех характеристиках кармы. Когда у вас будет понимание этих четырех характеристик кармы, внутри, то ваш ум будет раскрываться, шире становиться в восприятии. Когда вы понимаете, что результат кармы неизбежен, это откроет что-то у вас внутри, а не просто вы будете воспринимать это как информацию. Американцы говорят: «Смерти и налога на доходы избежать нельзя», поэтому, когда они убедились в том, что за сокрытие доходов будешь наказан, они вовремя, законопослушно платят налоги со своих доходов. [Они знают: скрывать доходы нельзя. <...>] Вы должны понять, что действие американского закона о налоге на доходы — это ничто по сравнению с неизбежностью действия закона кармы. Когда вы что-то сделали, совершили неблагий поступок, нарушили закон кармы, вы должны бояться этого, испытывать страх, что рано или поздно результат проявится. В этой неизбежности вы должны развить в себе убежденность. В настоящее время мы не видим, в основном, дальше своего собственного носа, поэтому необходимо постараться увидеть как можно дальше, постараться расширить свое философское видение, с тем, чтобы развить в себе убежденность в действии закона кармы, в его неизбежности. Исходя из первой характеристики, вы должны прийти к пониманию, что «я буду пребывать в соответствии с законом кармы». Вторая характеристика — вы не испытаете результата кармы, которой вы не совершили. Это схоже с тем, что кто не работает, тот не получает зарплату. (Смех.) У нас, во времена социализма, мы могли и работать, и не работать, но были уверены, что все равно государство нам должно, и все равно от государства мы свое получим. Мы стопроцентно были уверены, что

пенсия будет, ее мы рано или поздно получим, поэтому мы как бы и не задумывались о своей карме. Итак, карма, которую мы не совершали, — ее результат мы не испытаем. Или: если мы не будем работать, мы не получим зарплату.

[Если вы не создали причин, бог вам подарка не дает. (Смех.) Чтобы что-то бог дал просто так — такого нет. Ели еда — даже если вы миллион мантр читаете, еда сама к вам не придет, и бог вам ее не даст. (Смех.) Если вы хотите есть, для этого надо что-то сделать: вы поедете в магазин, купите лучшие овощи, потом приготовите их, потом съедите.]

Для каждого результата, который вы хотите достичь, вы должны создать причину. Все взаимозависимо, все имеет взаимозависимое происхождение. Когда вы понимаете вторую характеристику кармы, вы становитесь более активны в жизни. То есть: «Я хочу достигнуть счастья — я должен создать причину для обретения этого счастья». Прежде всего, причину создать. И понимание второй характеристики вас не только сделает активными, но оно избавит вас от страха за свое будущее. [Мы все время думаем: «Что будет? Что будет?» Так не надо думать.] Поэтому не надо беспокоиться о своем будущем: если вы не создали причину для страданий, зачем бояться? Вы страдать не будете, если нет причины. Вы должны бояться только одного: вы должны бояться самих себя, потому что вы создаете причины для страданий. Другие люди не могут создать причины ваших страданий. Они могут действовать как условия для проявления вашей кармы. Если же вы будете сильными, они могут помочь вам, но они не смогут навредить вам. Вы должны понять, что только вы сами можете сделать себе плохое, вы сами можете себе навредить. [Никто другой этого не может.] Другие люди не смогут обмануть вас, если они обманут — это маленький обман. Вы сами себя можете обмануть. Потому что тот человек, который вас обманывает, он обманывает больше самого себя, чем вас. Вы, может быть, потеряете немного денег из-за его обмана, но через потерю этих денег вы получите больше, как возврат. То есть, это то, что в шахматах называется «гамбит», жертва: отдал коня — взамен получил выигрышную позицию. Вы должны понять, что жертвование немного своего собственного счастья, своих радостей ради радостей и счастья других — это очень хороший гамбит в жизни. (Смех.) Это — буддийская практика.

С чего можно начать? Самое простое — это когда вы вернетесь сейчас домой, к семье, будете смотреть телевизор, позвольте членам своей семьи смотреть то, что они хотят. Не смотрите свой любимый сериал, или свой любимый футбол, жертвуйте им ради жены или мужа. Вот вы сейчас придете домой, и хотели бы свой сериал посмотреть, а муж хочет посмотреть футбол — пожертвуйте. Постройте первый такой гамбит. И на работе так же. Ради блага, ради счастья, радости других пожертвуйте своими небольшими радостями. «Примите поражение на себя, отдайте другому победу», — говорят буддисты. Это как одна из практик. Но вы очень хорошо должны знать границы. Когда вы видите, что ваша жертва будет наносить им больше вреда, тогда из чувства сострадания не делайте этого. Если у вас все время есть стремление отдавать свои победы другим, но вы видите, что человек не удовлетворяется этим и все больше и больше хочет, — в этот момент остановитесь, из чувства сострадания к этому человеку. Когда человек болен, и когда он действительно нуждается в вашей помощи, в этот момент пожертвуйте всеми своими радостями ради того, чтобы помочь этому человеку — своему больному родственнику, близкому человеку, товарищу. Когда же вы видите, что занимаетесь самопожертвованием, а люди этим пользуются и становятся хуже, — в этом случае не жертвуйте собой, с самого начала остановитесь. Буддизм — это очень здравомыслящая система. Необходимо использовать свой здравый смысл, трезво смотреть на вещи. [В буддизме догм нет.] Буддизм не говорит: отдай все свои победы другим. В этом случае вы глупо будете поступать. С точки зрения буддизма, иногда вы должны отдавать победы, чтобы помочь людям, а иногда, наоборот, никаких побед отдавать не надо, надо быть сильным. Даже бить можно.

[Для его блага бить тоже можно. Понятно, да? Надо очень здраво мыслить. Это — буддийская практика. Она очень удобна. У меня нет сомнений. Я вижу, что в некоторых

ситуациях есть догмы: бог говорит, что это неправильно, а человек испытывает внутреннее неудобство.]

Вот если бы было догматично (вот бог сказал — и все, только так), и ты видишь, что в той или иной ситуации человеку плохо, а бог не разрешает тебе вмешаться, — вот это неправильно. Тогда возникает противоречие; вы видите, как что-то приносит вред, а вам не разрешено вмешиваться, т. к. это догматично. Тогда как буддизм не догматичен. Используйте здравый смысл. Для людей, у которых есть мозги, — для таких людей буддизм — самая лучшая пища.

[Самое лучшее питание. В нем много разной пищи есть. Это большое-большое море, вы можете в нем плавать и плавать, и ему конца все нет. И вы счастливы, очень счастливы.]

Вы должны постоянно анализировать цель и накладывать какие-то ограничения. Это очень важно, как если мы анализируем экономическую ситуацию. То есть, все время анализируйте цели: приносит ли эта цель вам пользу и насколько приносит пользу, насколько она вас ограничивает или ограничивает окружающих, что есть плохого и за что нельзя переходить. И если вы видите, что эти ограничения больше, остановитесь.

Вот вы — буддист. Вы приняли обещание не врать, не обманывать. Вы стоите возле дома, и рядом с вами пробежала овца, убегая от кого-то. И тут из-за угла появляется человек с ножом: «Не видел овцу? Куда она побежала?» И если в этот момент вы скажете: «Я буддист, я не должен врать... Баран туда побежал, иди туда, в переулок!» — если вы так скажете, тогда вы дурацкий буддист. (Смех.) То есть вы говорите, думая только о себе: «Я не должен врать, пусть этот баран умрет». [«Это не мое дело», — это дурак.] Вы наложили на себя ограничение — не лгать, но вы анализируете в данной ситуации: где больше неблагодой кармы — способствовать убийству живого существа или солгать в данном случае? Спасти животное — это большая цель. А если вы соврали этому человеку, указали неверное направление, то вы тем самым помогли этому человеку не совершить убийство живого существа. Эта ложь в данном случае спасла жизнь живого существа и предотвратила совершение убийства этим человеком. В такой ситуации ложь разрешена.

Поэтому мы говорим о белой лжи, черной лжи. [Это полезно.] То есть буддизм утверждает: ты вообще не должен лгать. [Это дурак, да?] Мы живем в таком большом взаимозависимом обществе, что вынуждены иногда лгать для блага, для разрешения проблем. Поэтому надо избегать черной лжи. Белая ложь — это не есть совершение неблагодой кармы, потому что намерение-то другое. Как мы говорили, карма — это намерение. Здесь наше намерение — спасти живое существо, помочь человеку, чтобы он не совершил убийства. Намерение у нас хорошее, поэтому это — благая карма. Если какой-то человек очень слаб, и ему сказать правду, это убьет его, сделает ему еще хуже. Из чувства сострадания его можно обмануть, сказать, например: «Какая ты красивая». Не сказать правду. (Смех.) Такая ложь — чтобы сделать людей счастливыми, чтобы обрадовать их. Когда человек становится сильнее, тогда можно сказать ему истину: «Ты не настолько уж красива». (Смех.) Используйте все время здравый смысл. Это — буддийская практика.

[Такая философия очень удобна. Сначала я слушал это Учение о карме от своего Учителя, а потом мне стало ясно, как нужно правильно поступать. Не нужно говорить зла. Иногда я говорил чистую правду, а потом я понял...]

Самое главное — это намерение, с каким намерением я совершаю то или иное действие: это намерение сделать хорошо, или это намерение сделать плохо.

Третья характеристика: кармический отпечаток никогда не исчезает. То есть тот кармический отпечаток, который остался у вас в сознании от того или иного действия, всегда будет у вас в сознании. Сам по себе он не исчезнет, он всегда здесь, с вами. Пройдут сотни жизней, миллионы лет могут пройти, вы совершили какое-то деяние, результат еще не проявился, а отпечаток будет здесь, и однажды он проявится. Хорошее деяние, плохое деяние — рано или поздно, они дадут результат, это со стопроцентной уверенностью можно сказать.

Что из этого вы должны понять? Когда у вас есть какой-то бизнес-проект, если вы знаете, что на 80 % вы будете иметь успех в осуществлении этого проекта, вы будете очень активно работать над его реализацией. Карма со стопроцентной вероятностью рано или поздно проявится. Исходя из этого, вы будете с огромной радостью накапливать богатство добродетели, благих деяний, потому что вы уверены, что однажды эти благодеяния, совершенные вами, дадут вам результат, и результат этот будет огромным, положительным результатом.

В настоящий момент вам невероятно повезло, потому что вы получили человеческую жизнь, что позволяет вам накопить огромную благую карму за короткое время — за человеческую жизнь. Такого шанса в будущем почти невозможно достичь. Это похоже на ситуацию, которая была, допустим, пять лет назад в Екатеринбурге. В тот момент у вас был очень хороший шанс купить себе недвижимость в центре города. Если бы в то время вы взяли в долг деньги в банке и купили эту собственность, то сейчас вам не надо было бы работать, вы просто сдавали бы ее в аренду и жили бы спокойно. Такой шанс в наши дни становится все меньше и меньше. То есть вы сейчас посмотрели бы на пять-десять лет назад: «Да, какой шанс был! В то время то здание продавалось совсем по дешевке, если бы я его купил в то время, сейчас ничего не надо было бы делать, жил бы спокойно, сдавал бы в аренду». Но это — ничто.

[Это — ничто, это просто детские игрушки.]

Вот в вашей человеческой жизни, которая с каждым моментом становится все короче и короче, сейчас вы имеете хороший шанс накопить очень большую благую карму, совершая благие деяния, чтобы было огромное количество этих положительных впечатлений. Если бы пять лет назад кто-то посоветовал вам купить: «Покупай, я тебе деньги дам, я помогу тебе взять кредит и т. д., покупай!» — то сейчас вы были бы очень благодарны этому человеку, если бы тогда он помог вам. Но это — ничто.

Когда вы имеете сейчас драгоценную человеческую жизнь — не просто человеческую жизнь, а драгоценную человеческую жизнь, — когда я вам объясняю, каким образом достигнуть счастья, избавиться от страданий на основе закона кармы, который является естественным законом, то, используя эту драгоценную жизнь, можно накопить очень большую благую карму. И это — несравнимый ни с чем кредит, это — огромная доброта вашего Учителя. Я говорю это вам для того, чтобы вы использовали то, что я вам говорю, для себя, а не просто так — послушали и ушли отсюда, словно это еще одна бесполезная, бесплатная информация для вас. В прошлые времена такое Учение давалось после того, как ученики преодолевали очень большие трудности; оно не давалось так легко, сразу. Когда человек прошел через испытания, когда он закалился духовно, — вот тогда давалось, и тогда это Учение становилось очень эффективным.

Когда Будда был принцем (за много жизней до того, как стать Буддой), потому как он имел очень сильные кармические отпечатки в предыдущих жизнях, где он был связан с Дхармой, — когда он родился принцем, с малых лет он интересовался только Дхармой, только Учением, как обрести счастье. Все другие виды образования его не интересовали, а смысл жизни, философия, обретение счастья — это его больше интересовало. Все остальное он воспринимал как детские виды обучения.

([Там глубины нет. <...> Слава — дешевая, там конца тоже нет.]

В науке тоже есть границы. [<...>] Когда два естественно-научных ученых начинают обсуждать какую-то проблему, то через 10—15 минут они уже заканчивают обсуждение, потому что дальше уже нечего обсуждать. Тогда как философские проблемы можно обсуждать долго, философия — это безграничный океан.)

По всему королевству он разослал такое сообщение: «Любой, кто знает Дхарму (т. е. истинное существование, подлинную Дхарму), пусть придет ко мне, — сейчас за эти знания я отдам все что угодно».

(Знание Дхармы — знания о том, каким образом обуздать свой ум, успокоить, умиротворить его, как достигнуть внутреннего развития; это и называется Дхармой. Дхарма означает «защита ума».)

И во дворец к царю пришел очень старый мудрец. Он сказал принцу: «У меня есть драгоценная Дхарма, но я не могу дать эту Дхарму легко, просто так».

(Почему мудрец так сказал? Он сказал это для того, чтобы заставить принца понять ценность Дхармы, а не потому, что ему было жалко делиться знаниями Дхармы.)

И принц сказал мудрецу с очень большим уважением: «Скажите мне, что вы хотите в обмен за эти знания? Я готов все отдать». — Принц с очень большим уважением обратился к мудрецу. И мудрец, подумав, сказал: «В вашем царстве нет ничего ценного, за что я мог бы передать тебе эту драгоценную Дхарму». Тогда принц спросил: «А что вы хотите? Я могу все отдать, чтобы получить эти знания». И тогда мудрец ответил: «Если ты сможешь воткнуть в свое тело тысячу иголок, тогда я смогу дать тебе эти наставления».

(Если бы я сказал таким образом, в этом зале никого бы не осталось. (Смех.) Этот принц уже был Бодхисаттвой. Учитель говорит согласно уровню развития своего ученика. Если бы этот мудрец сейчас был здесь, он бы никогда не попросил вас воткнуть в себя тысячу иголок. Он бы сказал: «В течение двух часов потерпи свою боль от продолжительного сидения. (Смех.) За это терпение я вознагражу тебя своим Учением».)

Принц, этот Бодхисаттва, собрал тысячу иголок, воткнул их в себя и обратился к мудрецу: «Пожалуйста, даруйте мне Учение!» И мудрец увидел, что этот ученик необыкновенный, что он очень высокого уровня, чтобы просто так воткнуть в себя тысячу иголок, дабы получить мудрость, — и он сразу же это понял и произнес всего четыре строчки. В этих четырех строчках была сжата вся философия. Первая строчка: «Все производное непостоянно». «Все, что рождается под контролем омрачений, имеет природу страдания», — вторая. Третья строчка: «Все феномены пусты от самосущего существования». И четвертая: «Только нирвана есть счастье, покой». До свидания. (Смех.)

(То есть для Бодхисаттвы эти четыре строки были достаточны для того, чтобы погрузиться в их созерцание. Они — как цепь, дернув за которую вся буддийская философская система приходит в движение.)

Сказав эти четыре строки, мудрец встал и ушел. Принц остался в позе медитации, с тысячей иголок, размышляя, однонаправлено созерцая каждую строчку, которую он только что услышал. Погрузившись в медитацию, он достиг очень высоких свершений, духовного прогресса.

(Медитация — это не значит какая-то мистика, медитация — это словно привыкнуть к положительному образу мысли, с тем, чтобы это стало самой обыкновенной привычкой, остальное ушло, а в вас остался только положительный образ мыслей. Это и есть медитация. Цель медитации, ее достижение — это положительный образ мыслей.)

Когда он вышел из состояния созерцания, медитации, он достиг высоких духовных свершений, реализаций. Реализацией в данном случае стало то, что открылся его ум.

[<...> Потом очень мудрый стал.]

Понимание окружающих феноменов стало глубже. Когда человек воспринимает свои собственные проблемы с очень большого расстояния, они перестают быть для него проблемами. Мы же как обычно поступаем: маленькая трудность, которая у нас возникает, мы рассматриваем очень близко, и она для нас все закрывает. Так мы обычно поступаем. Перед нами встает маленькая проблема, мы к ней присоединяем то, что было в прошлом, то, что будет в будущем (произойдет то-то и то-то), и это как снежный ком.

[«Я даже жить не буду без моего мужа!» (Смех.) Такой человек дурак. Или одна ошибка, которую сделал муж, приводит жену к мыслям: «Раньше тоже так было, и в будущем тоже так, наверное, будет». Потом она думает: «Муж — это кошмар!»]

Это очень большая ошибка. Каждый из нас совершает ошибки. Но не воспринимайте близко ошибки другого человека, оставьте их там, где они были. Не собирайте все в одну кучу. Именно поэтому все становится грязным, большим, кошмарным и т. д. Мудрее надо

быть. Если жена мудрая, и она увидела ошибку мужа, то говорит ему: «У тебя очень много хороших качеств, но здесь я думаю, что ты неправильно сделал. Пожалуйста, не делай этого». Тогда он становится как белый слон, спокойный, послушный. То есть она не ставит условий: «Если ты будешь так поступать, я буду так-то делать, нарочно буду так делать. Ты так сделал, я тоже так буду делать», — от этого жизнь будет становиться все хуже и хуже. Поэтому вы, муж и жена, никогда не ставьте друг другу условий. Если вы будете ставить условия, человек из чувства противоречия будет поступать наоборот. То есть, это как в буддийском учении: Учитель никогда не говорит: «Ты не должен этого делать. Все, перестань». Он говорит: «Мой совет такой... Все зависит от тебя: хочешь — поступай так, не хочешь — не надо. Все зависит от тебя, сам думай». В этом случае в семьях будет гармония. То есть муж должен таким образом относиться к жене, жена таким же образом к мужу.

В XXI веке эта проблема дисгармонии в семье, непонимание друг друга возникает в любых сообществах — в Америке, в Европе, особенно в развитых странах, ну и у нас в стране тоже. Из-за этого, прежде всего, страдают дети. Поэтому Учитель считает, что больше надо делать упор на социально значимых сторонах буддийского Учения, с тем, чтобы помочь сохранить гармонию как в обществе, так и в семье. Начиная с семьи и заканчивая в обществе — гармонию межрелигиозных, межэтнических и семейных отношений. Оставим медитацию немного в стороне, пока не будем говорить о ней, а будем говорить о применении буддизма в качестве здравого смысла в нашей обыденной жизни. Для молодого поколения это тоже очень важно, потому что в будущем оно будет иметь основу для того, чтобы разрешать трудности, проблемы, которые неизбежно возникнут в нашей жизни. Самое главное — постарайтесь умерить свое собственное эго. Наше эго есть главный виновник всех наших проблем. Как в семье, если у вас нет мужа, жены, мы живем в обществе, и все те проблемы, которые возникают между личностью и обществом, это проблемы эго. [«Я, я, я...»] Чем больше вы будете говорить «я», тем больше и больше проблем будет возникать у вас, никогда вы не будете испытывать счастье. Меньше эго — больше покоя, — это стопроцентная гарантия. [Не забывайте это.] Это мой бриллиантовый вам совет.

Теперь вернемся назад. **Четвертая характеристика кармы — карма возрастает.** Что это значит? Когда вы одно семя яблочного дерева садите в почву, потом, когда из этого семени вырастает яблоня, она дает сотни, тысячи плодов, яблок. Из одного семени — сотни плодов. То же самое с кармой — если вы, допустим, в сильном гневе (с гневным намерением) обозвали кого-то собакой, этот кармический отпечаток от вашего деяния остается в вашем уме, он не исчезает и всегда будет здесь. Говорится, что этот кармический отпечаток обладает формой, но она невидима. Это не субстанциональная форма, а если проще сказать — не вещественная форма. Я не знаю: когда идет запись на компакт-диски, имеет ли эта запись субстанциональную форму, или нет? Что это? Кармические отпечатки, которые остаются в сознании, похожи на следы на компакт-диске, они тоже там. Когда мы смотрим на компакт-диск, мы не видим эти формы, мы не видим, пустой этот диск, или на нем есть запись. Когда мы посмотрим в микроскоп, сможем мы увидеть разницу или нет?.. Я не знаю, это наука, связанная с физикой... То есть это субстанция — компакт-диск, тогда как кармический отпечаток можно сравнить с отпечатком записи на компакт-диск. Они похожи, но кармический отпечаток не субстанционален, не обладает субстанцией, он не материален, невидим. Так как компакт-диск — это субстанция, материал, он может разрушиться, а запись с него можно стереть; это ненадежно. Тогда как в нашем уме, сознании из-за того, что этот отпечаток не имеет субстанции, не состоит из материи, он не может исчезнуть. Сколько бы времени не прошло, эта «запись» остается в сознании. Это настоящее открытие ума Буддой.

[Поэтому буддизм — это наука ума, это настоящая наука ума. Это не догма, а наука ума. Что есть наш ум, мы это не знаем.]

Мы не знаем механизм действия ума, кармы и т. д. Шантидева говорит: «Люди, живые существа хотят достигнуть счастья, но они отбрасывают причину достижения счастья, как отраву. Хотя живые существа не хотят страдать, но они ищут, видят и бегут за причиной страдания, как за лекарством». Поэтому живым существам всегда не хватает счастья, и всегда у них возникают трудности. Когда же мы знаем законы действия кармы, наш ум раскрывается, и мы осознанно начинаем искать причины достижения счастья, и устраняем причины испытания нами страданий. Мы бежим, мы ищем причины страданий. Это есть буддийская практика.

[В буддийской практике рано вставать и начинать читать мантры необязательно. Мантры читать — это хорошо.]

Но главное — это мотивация. Если с правильной мотивацией, с правильными, благими намерениями читать мантры — это сильная буддийская практика.

Теперь вернемся назад. Тот отпечаток, который остался у вас оттого, что вы кого-то в гневе обозвали собакой, когда он проявится в определенных условиях (условия необходимы для воспроизведения с компакт-диска звука или изображения), вы 500 раз будете рождаться собакой. Такова теория. То есть карма не просто прибавляется, увеличивается, а приумножается. Один раз обозвали человека собакой — создали себе причину для того, чтобы 500 раз получить рождение в виде собаки. Поэтому старайтесь даже маленькие неблагие поступки не совершать, не создавать неблагодарную карму, потому что когда результат проявляется, это может быть невыносимым. Даже маленькую отрицательную карму надо попытаться сразу очистить, устранить, потому что когда она проявится, это будет уже невыносимо.

С другой стороны, положительное состоит в том, что даже маленькая положительная карма (а вы должны с радостью сделать благо), когда проявится, принесет невероятно большой результат. В лотерее вы покупаете лотерейный билет безо всякой уверенности: может быть, выиграете, может быть, нет. Результата может и не быть (в основном не бывает). Тогда как здесь — это беспроигрышная лотерея — накопление благой кармы: однажды совершив хороший поступок, рано или поздно, вы будете иметь положительный результат. Поэтому мой Учитель говорил мне: «Не трать впустую время, когда ты просто так находишься, читай мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, — это самая лучшая мантра, мантра сострадания, любви и сострадания. Читая ее, надо все окружающее воспринимать с чувством доброты, быть переполненным этим чувством. Даже просто так находиться, читать мантру, — и уже тогда это будет приобретением беспроигрышного лотерейного билета (благого результата, благого деяния, накоплением добродетели). С чувством доброты смотри. Когда ты принимаешь пищу, прежде чем начать принимать ее, сделай подношение Трем Драгоценностям, и после этого приступай к еде. То есть, когда ты ешь, представь: в твоём теле очень много живых существ, как будто много детей внутри тебя (смех) — всякие бактерии и т. д., и ты всех их кормишь (смех), делишься собой, всей своей пищей, проявляешь даяние». Таким образом, прием пищи тоже превращается в практику Дхармы. Ведь обычно мы едим, чтобы только себя насытить. Если вы будете идти этим путем, белым путем, то с каждым моментом вы будете все счастливее и счастливее, все радостнее и радостнее. Другой же путь — обманывать людей, думать плохо о других, все время думать неправильно о других людях: только открыл рот и сразу же начинает говорить о других плохое, ни одну простую мантру человек за день не читает. Мантра — это слова невероятной силы, которые были благословлены очень многими Буддами и божествами, и изустную передачу которых в непрерывном виде вы получаете от них. И когда вы читаете эту мантру после получения устной передачи, с хорошим намерением, с благими мыслями, то накапливаемая добродетель от этого невероятно большая. И однажды вы испытаете результат этой добродетели, этого благодеяния, — вы испытаете невероятное счастье.

Когда вы поняли эти четыре характеристики: каким образом они направлены на обуздание, на успокоение нашего ума, как они связаны с нашей повседневной жизнью, с

нашей основной целью (достижение счастья и избавление от страданий), — тогда такое понимание имеет смысл. Если же вы просто прочитали четыре характеристики: карма неизбежна; причины, которые мы не создали, мы не будем испытывать в результате; карма никогда не исчезает; карма всегда возрастает, — просто прочитать это почти что не имеет смысла. А когда вы комментарий получили к каждой характеристике, каждая характеристика открывает ваш ум, и это — настоящая частичка мудрости. Это свет, который устраняет некоторую часть темноты неведения из нашего ума.

Раньше вы, скорее всего, этого не знали, вы думали, что когда вы делаете плохо, вы делаете плохо только этому другому человеку. Сами же вы нормально себя чувствовали, — наоборот, радостно: «О, я ему навредил!» А теперь вы понимаете, что если вы делаете плохо кому-то, вы косвенным образом делаете плохо самим себе, даже больше.

[Намного больше, в тысячу раз больше.]

Вы, может быть, немного навредили этому человеку, но от этого ему хуже не станет. Например, вы обозвали его собакой, сказали: «Ты — собака!» Может быть, ему немного больно будет, но он не станет от этого собакой. Вы же создали себе причину 500 раз переродиться собакой. То есть нанесение вреда другому — это нанесение вреда, прежде всего, самому себе. *Вы* создаете свою собственную карму. У него от ваших слов карма не ухудшилась. Наоборот, может быть, она улучшилась, потому что он проявил терпение, стал лучше. Свою же карму вы подпортили очень сильно — одним словом.

Когда вы понимаете законы кармы, вы видите, что это противоречит понятиям «бог», «творец всего сущего». У учеников Будды тоже возникал вопрос: «Как существует мир? Кто создал этот мир? Кто создал эту Вселенную?»

[Наш ум думает, что не человек это создал.]

Наш ограниченный образ мыслей заставляет нас всегда думать о том, что было когда-то начало. «Должно быть начало! Начало всему, что нас окружает, должно быть». Если есть начало, мы думаем, значит, был какой-то создатель всего, кто в самом начале все это создал. Из ничего, просто так, ничто не может возникнуть. Поэтому у нас мысли о том, что кто-то появился, кто все создал. Из-за этого ограниченного восприятия возникает такая теория — «создатель». Буддизм тоже утверждает: «гора Меру», «четыре континента»... Почему так говорится? На самом деле такого нет — четырех континентов, горы Меру. В те времена, во времена Будды, в Индии была очень сильная вера в то, что есть гора Меру, вокруг нее расположены четыре континента, дальше океан, а земля плоская. Тогда, если бы Будда сказал: «Земля круглая», — все бы сказали: «Будда сошел с ума. Если бы земля была круглая, люди бы упали». (Смех.) В то время Будда не мог объяснить, что есть гравитация, земное притяжение и т. д. Люди бы не поняли, что такое притяжение, гравитация. Будда не имел цели объяснять все это. Его главной целью было открытие ума человека, функционирование ума. То есть, когда я в свое время изучал Абхидхарму, мне было очень сложно поверить в гору Меру, в четыре континента, и я скептически к этому относился. И вот теперь Далай-лама говорит: «Это все сказано для *другого* времени и в *то* время». В те времена утверждали, что должно быть начало всему сущему, и люди принимали как должное теорию Творца. Иначе невозможно было найти ответ, откуда все произошло. А люди, которые в те времена начали анализировать, пришли к выводу (как и наука сегодня), что начала нет. На самом деле, нет начала. Но мы настолько ограничены, что считаем, что должно быть начало. Буддизм в этом случае использует логику: если есть начало, то зависит ли эта первая причина от предыдущей причины, или не зависит? Если это — причина, по которой появился мир (начало), — зависит от предыдущей причины, то, значит, уже нет начала. Это — не начало, потому что есть, оказывается, еще причина. Если же это начало не зависит от предыдущей причины, тогда как что-то может существовать без причины? Если что-либо не зависит от причины, то оно не может функционировать, оно должно быть постоянно. Тогда если бог является создателем всего сущего (это индуистская теория), зависит ли этот бог от предыдущей причины, или нет? Если он зависит от причины, то тогда нет начала, т. к. предыдущая причина должна зависеть от

другой предыдущей причины и т. д. Буддийская теория в этом случае говорит: нет начала, все сущее есть результат предыдущего; нет ничего нового, заново созданного, и каждое существующее вы не можете сделать несуществующим. Каждая частица будет продолжаться. Это очень сложная научная теория о сохранении массы и энергии. Наш ум, сознание с безначального времени и до сегодняшнего момента есть продолжение, постоянный континуум предыдущего ума, сознания. Когда Будде задали этот вопрос, Будда ответил: «Из-за возникновения это возникает. Из-за рождения это рождается. Из-за неведения возникают кармические отпечатки». И затем рассказал о двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения, которая объясняет эволюцию сансары, эволюцию живых существ в сансаре, и где утверждается, что нет начала.

У нас вышло время. Завтра будет благословление Белой Тары. Сейчас, в течение этих трех дней мы провели очень хорошую подготовку к тому, чтобы в следующий раз Учитель вам мог дать практику, каким образом очищаться от неблагих кармических отпечатков. Сейчас вы, конечно, не все представляете, каким образом очищаться от неблагих кармы, каким образом очищать свой ум, но у вас сейчас есть возможность понимать, каким образом не загрязнять дальше свой собственный ум. То есть стараться до нашей новой встречи избегать накопления неблагих, дурной кармы — не совершать плохих поступков, не делать плохого другим и стараться накапливать благую карму, стараться делать хорошее. Если вы помогаете другим, думаете хорошее о других, у вас постоянно хорошие намерения, и все ваши деяния пронизаны этими добрыми намерениями, то этим самым вы для себя больше хорошего сделаете. Так вы поняли сегодня объяснения действия кармы. Современная психология не знает закона действия кармы, но, тем не менее, когда она проводит все более и более глубокий анализ, она видит, что у человека, который делает и думает плохое, больше проблем. Человек, который думает хорошо, поступает хорошо, совершает хорошие поступки, — психологически он себя чувствует лучше

[Он счастливее. Они этот закон буддийской философии не знают. Человек, который всегда плохо думает, он в результате всегда несчастлив. Люди спокойные, с добрыми мыслями всегда счастливые. Даже если им говорят плохое, они не слушают: зачем плохое слушать? Не слушайте плохое, не смотрите плохо, плохо не говорите, хорошо?]

Даже если все люди будут говорить о вас плохое, не слушайте. Это все — пустые слова, от этого вам хуже не станет. [Хуже не станет. Понятно, да?] Будьте счастливы. До свидания.

Завтра благословление Белой Тары поможет вам устранить в какой-то мере помехи, препятствия в вашей жизни до следующего года, до следующего приезда Учителя. Это как бензин, который поможет вашей машине накапливать благую карму. Завтра я вам дам свой последний подарок за время этого приезда. Я не буду вас просить, как тот мудрец, воткнуть в себя тысячу иголок завтра, чтобы получить благословление, я буду просить одно: чтобы вы постарались стать лучшими людьми. Где бы вы ни увидели человека, который нуждается в вашей помощи, — бедный, больной, страдающий человек, — в этот момент отнеситесь к этому человеку, как к моей матери: «Это мать Учителя!» Помогите этому человеку в качестве оплаты за мою доброту по отношению к вам. До свидания.

(Посвящение добродетелей.)

19 октября 2006 г. 19.00

(Ежедневная молитва.)

Я рад вас видеть здесь в последний день моего пребывания в г. Екатеринбурге. Буддизм утверждает, что конец встречи есть расставание. В течение нескольких дней мы с вами встречались, а завтра мы с вами расстанемся на некоторое время. С другой стороны, конец расставания есть встреча, поэтому, я надеюсь, что в следующем году мы снова с вами встретимся.

Наша жизнь течет таким же образом: мы встречаемся и расстаемся, и поэтому с вашими друзьями, близкими, родственниками и т. д. — мы встречаемся на очень короткое время, и рано или поздно мы вынуждены будем расстаться. Поэтому, когда вы находитесь вместе в течение очень короткого времени, постарайтесь относиться друг к другу с добротой, заботиться друг о друге и терпеть друг друга.

Когда другие люди делают вам плохое, они не желают вам плохого, просто они в этот момент движимы гневом, и у них нет выбора. Поэтому они являются объектом сострадания в данный момент, а не объектом вашего гнева. Шантидева говорил: «Когда человек заболевает, у него нет выбора, — он заболел. Поэтому у него появляются симптомы кашля и т. д., и здесь было бы глупо испытывать гнев на то, что человек кашляет». У него нет выбора, поэтому, наоборот, надо испытывать сострадание в этот момент. И точно так же, никто не хочет испытывать гнев, никто не хочет злиться, просто гнев сам по себе возникает, как болезнь, как болезнь ума, и затем — «кашель», эта болезнь в виде грубых слов, ругательств; так начинает проявляться этот гнев как болезнь.

Как вы думаете, когда человек в гнев говорит вам «ты дурак» и т. д., оскорбляет вас? Вы думаете, что он действительно так о вас думает. [Вы так не думайте, хорошо?] Поэтому, когда человек испытывает гнев по отношению к вам, вы должны подумать: «Болезнь снова проявляется у него, это кашель у него начался в виде грубых слов, в виде ругательств. Как же мне его успокоить, охладить его?»

[Некоторые думают: «О, кошмар! Дальше еще хуже будет!» Потом все хуже и хуже. Потом оба несчастливы. Но такого нет. <...> Вот дом, семья. Если жена кричит — пусть кричит. Потом она устанет. (Смех.) Или если муж кричит — пусть кричит, потом он устанет.]

Поэтому, когда человек испытывает гнев, не надо реагировать на этот гнев, потому что этот человек — больной, в гнев он высказывает вам какие-то гневные слова. Вы же в этот момент здоровы, и не надо заражаться этой болезнью, не надо отвечать, как одна собака залаяла — другая в ответ лает. Не надо быть как собака. То есть в этом случае вы должны исполнять роль медсестры, дать какое-то успокоительное, чтобы гнев этого человека успокоился. Это нелегко, но это единственный путь, с помощью которого можно установить гармонию в семье. Тогда необходимо один раз так поступить, два раза, еще и еще, и постепенно в семье установится мир и покой, муж и жена перестанут испытывать гнев друг к другу. И ребенок будет естественным образом брать пример с родителей, и у него будет здоровый ум. Поэтому, как же родители могут просить ребенка, чтобы он был хорошим, если они сами курят, пьют, ругаются, создают негативную атмосферу? И просить ребенка, будучи таким (говорить «не кури, не пей, будь добрым, будь хорошим»), без примера родителей невозможно, ведь ваши действия имеют эффект на детей. Сначала вы должны подать хороший пример, и тогда ваши слова будут иметь результат, воздействие. Сначала не пытайтесь учить других, сначала попытайтесь сделать самих себя лучше. Прежде всего, нужно научить самих себя, и затем ваш пример уже сам по себе будет наглядным пособием: вы уже не будете учить, это ваш пример будет учить. Буддизм говорит: «Деяние говорит громче, чем речь».

Однажды к великому индийскому деятелю Махатме Ганди пришла женщина со своим сыном. Зная силу убеждения Махатмы Ганди, эта женщина обратилась к нему с просьбой: «Уважаемый, скажите, пожалуйста, моему ребенку, чтобы он перестал есть шоколад. Он слишком много шоколада ест». Тогда Махатма Ганди задумался и сказал: «Знаете что, придите через две недели. Я подготовлю свою речь для вашего ребенка». Женщина удивилась, но, тем не менее, через две недели она снова пришла со своим сыном. И тогда Махатма Ганди, глядя на ребенка, сказал: «Мальчик! Перестань есть шоколад! Это плохо для твоего здоровья». Потом он сказал: «Все, на этом моя речь закончена». (Смех.) Мать снова удивилась. Но когда она вернулась, действительно, ребенок перестал есть шоколад. Через месяц она снова пришла к Махатме Ганди и сказала: «У меня два вопроса к вам». (Смех.)

[Слава богу, не три и не пять! (Смех.) <...>]

«Первый вопрос у меня такой: почему такой великий мастер, учитель, как вы, целых две недели готовили такую речь, которую я каждый день говорю своему сыну? И второй вопрос у меня: почему с того момента, как вы сказали моему сыну «перестань есть шоколад», он действительно перестал его употреблять? Почему так?» И Махатма Ганди ответил: «Когда вы меня попросили сказать вашему сыну, чтобы он перестал есть шоколад, в этот момент я сам очень любил и ел очень много шоколада. (Смех.) И вот с того момента мне понадобилось две недели, чтобы отвыкнуть от шоколада и за это время приготовить истинную речь».

Красивую речь очень легко подготовить, а вот наполненную истинным содержанием, правдивую речь — очень сложно.

[Он сказал: «Не кушай шоколад», — и ребенок послушался. Поэтому истинная речь — очень сильная.]

«А на второй вопрос я отвечаю так, — сказал Махатма Ганди. — Ваш сын перестал есть шоколад не потому, что услышал красивую речь, а потому, что это была истинная речь. И поэтому он перестал есть шоколад».

[Когда я лекции читаю, я тоже стараюсь говорить истинную речь. (Смех.) Я сам в себе чувствую доброту. Потом я вам говорю, что надо быть добрым человеком. Поэтому у многих людей, которые меня слушают, это затрагивает сердце. Не потому, что моя речь красива (мой русский очень плохой), а потому что я говорю истинные слова, и вы внутренне чувствуете их.]

И так же некоторым людям я говорю: «Перестаньте употреблять алкоголь, бросьте курить», — особенно во многих городах — в Иркутске, в Бурятии, в Туве, в Калмыкии и т. д. Я прошу людей: «Перестаньте употреблять алкоголь, или перестаньте курить», — и на многих людей моя речь оказывает воздействие, потому что я сам этого не делаю. Так же и когда вы хотите, чтобы ваши родственники вели себя хорошо, вы сами должны быть такими. То есть если вы хотите, чтобы ваш ребенок не курил, вы не должны сами курить. Если вы хотели, чтобы ваши окружающие не пили, значит, вы сами не должны пить. И тогда ваш хороший пример сможет оказать воздействие на них. Но в буддизме никогда палец сначала не указывает на ошибки, недостатки других, сначала этот палец направлен сюда, на самого себя. Сначала *ты* исправься, а потом показывай пальцем на других. И в христианстве тоже так. Когда я смотрел фильм об Иисусе Христе, я видел, что это, действительно, был высоко реализованный мастер.

[Буддизм говорит, он Бодхисаттва.]

Буддизм принимает таких людей как Бодхисаттв; Иисус Христос в буддизме воспринимается как Бодхисаттва. Бодхисаттва — это тот, кто заботится о других больше, чем о самом себе. Вот такой человек — Бодхисаттва, и этот человек не обязательно должен быть тибетцем или из центра буддийского региона. Поэтому слово такого человека, слово человека, который заботится о других больше, чем о себе, который готов пожертвовать собой ради других, — слово такого человека очень весомо, очень значимо, оно очень глубокое.

В Евангелии говорится, что когда развратную женщину (Марию Магдалину) толпа была готова закидать камнями, тогда Иисус не сказал: «Перестаньте это делать», — он сказал: «Пусть тот, кто не согрешил сам, пусть он бросит в нее камень». И тогда, настолько его слова были сильны, он этими простыми словами заставил всех повернуть этот палец внутрь себя.

[<...> Если люди посмотрят внутрь себя, никто не бросит камень. У всех много недостатков.]

И это — практика. Такой здоровый образ мыслей — это и есть практика буддизма, это и есть практика христианства.

[Так и надо. Такой ум здоровый. Дурацкие мысли думать — это сансарические мысли. Утром глаза открываете: «Я, я, я... Что мне надо? Это надо, это надо». Никто от этого счастливым не станет.]

Это мой общий совет вам — жить в гармонии. Как этого достигать? Первое — это терпение. Второе — всматриваться, прежде всего, в самих себя, в свои недостатки: направить свой палец внутрь себя, чтобы он, прежде всего, указывал на ваши недостатки, а не на то, что вы хороший.

Сегодня вы получите благословление Белой Тары, и для того, чтобы получить благословление, очень важно иметь правильную мотивацию. Мотивация у вас должна быть направлена, по крайней мере, на достижение счастья в будущей жизни. Это — по крайней мере. «Я получаю благословление для того, чтобы достигнуть счастья в своей будущей жизни», — это должна быть минимальная мотивация. В своей жизни мы всегда думаем, заботимся о достижении успеха, радости, счастья в этой жизни — сегодня, завтра, послезавтра, все недели, месяцы, годы и т. д. Мы абсолютно не задумываемся о том, что у нас есть будущая жизнь. «Как я там буду жить? Куда я попаду после смерти?» — об этом мы не задумываемся. Мы очень заботимся о том, что будет с нами через год, два года, десять лет, но на более широкую перспективу мы не можем распространить наши помыслы. Нам кажется, что будущая жизнь наступит через много-много лет, для нас она кажется такой далекой, словно через миллионы лет будет. Это — концепция постоянства пребывания в этой жизни, и это очень большая ошибка. Что придет быстрее — будущая жизнь или следующий год? Очень сложно сказать. Завтрашний день или будущая жизнь, — что наступит быстрее? Очень сложно сказать.

Вчера для очень многих людей — молодых, здоровых, полных сил и энергии, которые думали, что следующая жизнь наступит через неизвестно, сколько миллионов лет, — сегодняшний день для них не настал, для них настала следующая жизнь. Однажды это случится и со всеми нами. Если вам сложно, трудно поверить в наступление будущей жизни, то, во всяком случае, нет ничего плохого, опасного в том, чтобы верить в наступление будущей жизни. Например, вы верите, что наступит будущая жизнь. И вот смерть наступила, и оказывается, что нет этой будущей жизни. [В этом кошмара нет.] Ну нет, и все. [Вы не будете кричать: «О, кошмар! Будущей жизни нет! Это кошмар!»] Если нет, значит, нет. Все. Стоп. Темнота. Если бы будущей жизни не было, то разрешить все проблемы и трудности было бы очень просто: ушел из жизни, и все, все проблемы решились. Но это очень плохой путь. Но если вы не верите, что будущая жизнь есть, но наступила смерть, и оказывается, что будущая жизнь — вот она, наступает, а вы не верили в это, не готовились к этому, — вот тогда это, действительно, кошмар. Куда вы теперь? Червем родиться? Это самый неверный путь, когда человек не был готов к этому. Потому что, когда человек не готов, он умирает и попадает в бардо (промежуточное состояние между этой и следующей жизнью), и в этом состоянии человеку неготовому будет очень сложно.

Допустим, кто-то приехал в Екатеринбург летом. Вы знаете, что зимой у вас очень холодно бывает, поэтому надо готовиться к этому, покупать одежду, утеплять квартиру, дом. А этот человек никогда не знал, что наступает зима и т. д. Он говорит: «О, как тепло! Так всегда будет!» Он не готов к этому. И когда наступает зима, для этого человека наступает кошмар. Не подготовиться к зиме, не думать, что зима наступит, — это кошмар, но не подготовиться к будущей жизни, не верить в ее наступление, и когда она наступает — вот это будет настоящий кошмар.

Говорится таким образом: мудрые люди заботятся о счастье в следующей жизни, и счастье в этой жизни к ним приходит само по себе. Не мудрые же люди думают только о том, как испытать радость в этой жизни, и даже в этой жизни они не испытывают никаких радостей, у них нет счастья. Поэтому очень важно думать, стремиться достигнуть счастья в будущей жизни, готовиться к тому, чтобы сделать это счастье в будущей жизни, и тогда радость и счастье этой жизни придет к вам само по себе. Очень важно знать о том, что

необходимо бояться страданий в будущей жизни, тогда страдания нынешней жизни исчезнут сами по себе.

[Это очень золотые слова. Не просто золотые слова, они настоящие. Вы только об этой жизни думаете: «У меня этого нет, этого нет, будет так — кошмар будет». Потом вы в депрессии. Потом в следующей жизни будете в депрессии. Мудрые люди думают о будущей жизни: «Если я не буду думать о будущей жизни, я могу родиться в следующей жизни животным».]

«Тогда это — настоящий кошмар. Еще хуже, я могу родиться голодным духом или в мире ада». И если думать о страданиях рождений в низших мирах, тогда человеческие страдания — ничто по сравнению со страданиями существ низших миров. Когда я иногда, во время медитации, начинаю размышлять о страданиях рождения в низших мирах, о том, какие там ужасные, невыносимые страдания испытывают существа, тогда мои собственные проблемы в этой жизни полностью исчезают. Когда меня спрашивают: «Геше-ла, какие у вас проблемы?» — я говорю: «У меня нет проблем». (Смех.) Когда у избалованного ребенка берут анализ и тыкают в палец иголкой, он начинает кричать, плакать. И с этим можно сравнить наши человеческие страдания, с этой иголкой. Поэтому великий индийский ученый Нагарджуна давал такой совет: «Три раза в день задумывайтесь о страданиях существ низших миров, и тогда ваш ум повернется к Дхарме».

Не надо думать, что ад где-то там, под землей находится. Ад — это проявление ваших отрицательных кармических отпечатков. Когда очень тяжелая отрицательная карма начинает у вас проявляться (в соответствующих условиях), место, где вы находитесь в данный момент, превращается в ад. <...>

Я хочу вам рассказать одну историю, которая приводится в сутрах, в подлинных коренных текстах. Эта история поможет вам понять, что такое ад.

Человек работал мясником, поэтому он каждый день был вынужден забивать скот, убивать животных. И однажды к нему пришел один мудрый человек и сказал ему: «Ты знаешь, у тебя очень нехорошее положение. Если ты будешь продолжать эту свою работу, то твое положение будет все больше и больше ухудшаться: ты убиваешь живых существ». Мясник сказал: «Я знаю, что мне будет плохо, но другого выбора у меня нет. Кроме этой работы у меня нет другой возможности зарабатывать. Я должен кормить семью, я должен кормить детей». Тогда мудрец спросил его: «Сможешь ли ты не забивать скот по ночам? Можешь ли ты принять обет, что ты никогда не будешь убивать скот по ночам?» И тогда мясник сказал: «Да, конечно, такой обет я смогу взять. Ночью я не буду убивать. Даже если будут просить меня, будут давать много денег, чтобы я забил какой-нибудь скот, я буду отказываться». И он принял этот обет, с заходом солнца он переставал заниматься своим ремеслом. После этого пролетело 40 лет, и он ушел из этой жизни.

(Точно так же у нас. Остаток нашей жизни пролетит как один миг: кому-то 40 лет осталось, кому-то 20 лет, кому-то 10, кому-то год, кому-то 2 года, — и это все мгновенно пролетает. Через 70 лет все здесь присутствующие умрут, никого не будет. Может быть, через 70 лет кто-нибудь один останется и будет говорить: «70 лет назад здесь был один тибетский лама, давал Учение, говорил о смерти, говорил о том, что есть ад. Но он умер».)

Так как кармические отпечатки остались в его уме, и он убивал животных каждый день, днем, когда он умер, эта тяжелая неблагая карма проявилась, и он переродился в мире ада. Днем, с восходом солнца он начинал испытывать страдания мира ада: его разрезали на куски, варили в кипятке, резали, тыкали ножом, — все адские мучения убиваемых животных он испытывал. Никто не создал для него этот ад, это создание кармы. И как только наступал вечер, заходило солнце, и это место, где он испытывал адские страдания, превращалось в великолепный дворец, а те, кто только что резал, истязал его, становились его слугами. То место, где его бросали в кипящую воду, превращалось в великолепный бассейн.

И поэтому вы должны понять из этой истории, что адские страдания или переживания чистой земли, — все это проявления вашей собственной кармы. Вы сами являетесь

создателями вашего счастья, создателями вашего страдания. Никого винить в этом не надо, только самих себя. Когда ваш ум начнет себя вести плохо, будет становиться недисциплинированным, скажите своему уму: «Если ты будешь вести себя так, то ты попадешь туда».

Один великий йогин по имени Друкпа Кюнле, обращаясь к людям, сказал: «Можно достичь счастья и в аду тоже». Его спросили: «Почему?» — «Потому что каждый из всех живущих очень стремится туда попасть. (Смех.) Каждый день вы что-то делаете, чтобы попасть туда. Наверное, там счастье есть. Может быть, в чистой земле большое страдание?» — «Почему?» — «Потому что никто из вас не создает причину, чтобы туда попасть. Даже если вас заставляют создать причину, чтобы испытать чистую землю, вы избегаете этого. Может быть, там действительно испытывают страдания?»

[Это очень глупо. Люди, йоги, которые говорят про смерть, славу, — нам всем это очень полезно.]

Теперь для того, чтобы получить благословение Белой Тары, прежде всего мы примем обет Прибежища. Что есть обет Прибежища? Главное в обете Прибежища — это то, что вы берете на себя обязательство никогда не наносить вреда другим. Или же, если для вас это трудно, то вы берете на себя обязательство «я буду стараться изо всех сил не делать плохого другим». Почему? Я не заставляю вас принимать это обязательство, вы должны сделать это добровольно, сами, с пониманием двух причин, для чего это надо. Почему мы не должны вредить другим? Первое: потому что вы понимаете, что когда вы делаете плохо другому, вы больше плохого делаете себе. Это первое понимание, почему вы не должны делать плохо другим. «Раньше я не знал, что когда я сделаю плохо другим, я сделаю плохо себе, даже больше. Теперь я понял, через закон действия кармы, что когда я приношу вред другим, я больше врежу самому себе». Буддизм отвечает на вопрос, почему, когда ты вредишь другим, ты больше вредишь самому себе. Потому что, говорит буддизм, ты зависишь от других, ты существуешь во взаимозависимом мире. Мы знаем эту прямую связь, прямую зависимость.

Когда вы видите, что напрямую зависите от своего начальника, вы остерегаетесь говорить ему плохое. Даже когда он вас ругает, вы стараетесь улыбнуться ему. (Смех.) Потому что вы очень умный человек, вы видите прямую зависимость от своего начальника. И здесь вы не показываете ему свой гнев, а потом вы возвращаетесь домой, и начинаете гневаться. (Смех.) Некоторые даже этой прямой зависимости не понимают. Они тут же отвечают начальнику, и назавтра теряют работу.

Что касается зависимости, вы должны понимать, что есть прямая зависимость, и есть косвенная зависимость. Буддизм утверждает, что все живые существа прямо или косвенно зависят друг от друга. Поэтому, когда вы вредите другим, вы косвенным образом вредите самим себе. Буддизм говорит о том, что в прошлом вы зависели от других живых существ, сейчас вы зависите от них, и в будущем так же будете зависеть от других живых существ. Политики, экономисты начинают анализировать будущую зависимость. С помощью анализа они находят это: «В будущем мы будем зависеть от того человека, и поэтому сейчас с ним необходимо установить хорошие взаимоотношения». Это дипломатия. Насколько вы видите эту будущую зависимость, тем больше преимуществ вы приобретаете. Поэтому мы должны понимать, что в будущем мы будем зависеть не только от одного-двух человек, но и от всех живых существ.

Для того чтобы освободиться от сансары, мы зависим от всех живых существ. Без них мы не сможем освободиться от сансары. Поэтому, для того чтобы стать Буддой, мы зависим от каждого живого существа. Мы зависим от них, для того чтобы развить в себе терпение, для того чтобы взрастить в себе щедрость, даяние; поэтому они очень добры по отношению к нам, потому что они помогают нам взращивать все эти положительные качества. Когда мы понимаем такое взаимозависимое происхождение, тогда вместо того, чтобы наносить вред другим, мы стремимся оказать как можно больше помощи другим живым существам, мы заботимся о них. Бодхисаттва рассматривает всех живых существ

как драгоценность, исполняющую желания, потому что благодаря этим живым существам желания Бодхисаттвы исполняются. Без живых существ невозможно взрастить любовь, без заботы о живых существах невозможно взрастить в себе сострадание, — это основные качества Бодхисаттвы. Без живых существ как можно накопить добродетель? Как можно принимать пищу без живых существ? Ведь благодаря их доброте мы принимаем пищу. Благодаря их доброте мы живем.

Когда у вас возникнет такой образ мыслей, тогда даже мысль о вреде другим не будет возникать. Когда вы заботитесь о своем ребенке, у вас никогда не возникает мысль о том, чтобы сделать своему ребенку плохо. Когда ребенок кричит, плачет, кидает в вас вещи, не обращая внимания, вы заботитесь о нем, всем сердцем любите этого ребенка. Для вас это как драгоценность, которая исполняет ваши желания.

[Когда я говорю: «Не надо вредить», — вам трудно. Я говорю причину, почему не надо. Тогда вы сами поймете: «Правильно, правильно, если не могу помочь, зачем вредить? Я никогда не буду». Нужно добрым быть.]

Вторая причина, по которой мы не должны вредить другим, исходит из здравого смысла. Если кто-то делает вам плохо, как вы себя чувствуете? Когда кто-то вам говорит плохое, как вы себя чувствуете? И точно так же, другие люди испытывают те же самые чувства, когда вы *им* говорите плохое, или *о них* говорите плохое. Когда кто-то забирает у вас вашу драгоценную жизнь, что вы будете чувствовать? Точно так же и тараканы, — когда вы забираете у них жизнь, они чувствуют то же самое. Иногда мы убиваем тараканов не из-за гнева, а из-за отсутствия здравого смысла.

[Большой дурак. Очень бедный здравый смысл, только о себе думает.]

Настоящий, воспитанный человек — это тот человек, который должен чувствовать свой здравый смысл, иметь это чувство по отношению не только к людям, но и ко всем живым существам. Когда вы сидите тихо, и вдруг кто-то сзади начинает шуметь, кричать, все люди будут на него смотреть как на человека, который потерял всякое здравомыслие. (Смех.) Мы по отношению к другим людям еще проявляем какое-то подобие здравомыслия (здорового образа мыслей), тогда как если взять по отношению *ко всем* живым существам, у нас очень мало в этом здравомыслия.

Наш мир, в котором мы живем, принадлежит не только людям, а принадлежит *всем* живым существам. Когда дикие животные, хищные звери испытывают очень сильный голод, тогда они убивают одного-двух оленей, чтобы насытиться. Потом они спят, отдыхают. Тогда как человек, если начинает убивать, он убивает бесчисленное множество живых существ. Кто больше приносит разрухи в этом мире? Кто больше всего разрушает? Кто больше всех убивает? Человек. Поэтому в старых текстах есть такое пророчество, что в будущем человек станет еще более диким. В текстах написано, что человек со своей дикостью будет сжигать леса, вырубать леса, убивать животных, загрязнять водоемы. То есть мы будем загрязнять окружающую среду. Мы должны понимать, что в нашем мире рядом с нами проживает очень много духов — духи воды, духи гор, духи леса, духи земли, духи того или иного выдающегося места (мы говорим — энергетические места). То есть это не обязательно плохие духи, — если с ними жить хорошо, они будут хорошими.

[Среди них есть плохие, но много есть и хороших духов. Не думайте, что духи — это плохо. Нет! У них тонкое тело, но они тоже живые существа. У них тоже чувства есть. И у них больше здравомыслия, чем у нас. (Смех.)]

У великого йогина Миларепы было больше учеников-духов, и меньше было людей. Когда вы сегодня слушаете здесь Учение, рядом с вами находится много екатеринбургских духов, и они слушают Учение, для них оно тоже полезно. Миларепа говорил: «Когда духи получают наставления, вначале они очень неподвластные, они не соглашаются со всем тут же; но, однажды согласившись, дав обещание, дав слово, они никогда его не нарушат». Человеку же кажется, что он обуздан, ему может показаться, что это очень легко, он плакать начинает, берет на себя обеты, обязательства, что он никогда не будет то-то и то-то делать, а на следующий день он запросто может забыть свои обязательства и стать еще

хуже, чем был. Человек внутренне слаб по сравнению с духами. В древних текстах было такое пророчество: из-за того, что человек так будет относиться к окружающей природе, очень плохо будет себя вести по отношению к другим живым существам, будет все более и более развратным в сексуальном плане, — духи местности, гор, рек, озер, морей, выдающихся мест будут испытывать все больше и больше недовольства. А из-за этого недовольства духов, из-за нарушения их среды обитания они будут посылать неизлечимые болезни, которых раньше не было. Это мы видим сейчас: птичьей гриппы, СПИД, рак, — то, чего раньше человечество не знало. Говорится, что все это можно изменить через изменение поведения людей — жить в гармонии с окружающим миром. Мы не сможем изменить весь внешний мир, но сможем изменить внутри себя, изменить свое собственное поведение, которое, в свою очередь, станет защитой от всех этих вредоносных влияний. Поэтому, исходя из здравого смысла, не надо наносить вреда другим. Из чувства сострадания не нужно вредить другим. Когда вам делают плохо, вы испытываете боль, и точно так же испытывайте сострадание к другим живым существам, которые испытывают боль.

<...> Так как вы берете на себя обет не наносить вред другим, этот обет будет защищать вас от вреда других. Когда вы берете на себя обет ненанесения вреда, даже во сне вы накапливаете очень большую благоую карму. Момент принятия того или иного обета — это очень важная составляющая: через правильное, ясное понимание очень сильная решимость принятия обета позволяет накопить благоую карму, совершить благодеяние в очень больших размерах.

(Обет Прибежища).

Вы должны понять, что, начиная с этого момента, двери вашего страдания начинают потихоньку закрываться. Лучший путь закрытия этих врат страдания — это перестать делать плохое другим. Даже мысленно (мы говорили о намерении).

Теперь я приоткрою перед вами дверь, ведущую к счастью. Открытие врат, ведущих к счастью, — это принятие обета Бодхичитты. Что есть обет Бодхичитты? Это когда вы берете на себя обязательство, что вы будете стараться изо всех сил помогать другим, понимая, что, помогая другим, вы косвенным образом помогаете самим себе. И второе — это здравый смысл. Когда вам нужна помощь, и кто-то вам помогает, какую вы радость испытываете? И вы думаете: «Точно так же, когда я буду помогать другим, они будут испытывать такие же радость и счастье».

Чтобы иметь такой образ мыслей, надо избавиться от одной ошибки. Иногда (для некоторых людей — в большинстве случаев) возникает такая неправильная установка, что мы не радуемся, видя радость других. Это ненормальное состояние ума. Мы испытываем несчастье, когда видим счастье других. Такие люди очень легко начинают испытывать зависть. Даже к близкому другу, когда он счастлив, испытывает радость, все на него смотрят, — и вот тут возникает зависть: почему не на меня? Вы должны понимать, что такое состояние ума — быть несчастливым, видя счастье других — это очень ненормально.

Еще более ненормальный ум — это когда человек радуется, видя страдание других. Это совсем ненормальный ум. Иногда мы начинаем звонить друг другу, говорить: «Ты знаешь, у того, кого мы не любим, сломалась машина. Как хорошо!» (Смех.) Если даже у бездуховного человека спросить: нормально ли, когда человек радуется, видя страдание других, — он скажет, что это — ненормальный человек.

[Это ненормально. Даже не с духовной точки зрения. Нормальный человек подумает, что это ненормально.]

Когда мы так думаем — радуемся, глядя на страдания других, — в этот момент у нас даже мысли не возникает, что мы — ненормальные люди. Мы продолжаем думать, что мы — нормальные люди. Если возникнет такое состояние ума, вы должны сказать: «Ты ненормален!» Когда вы становитесь ненормальными — в таком смысле, — в этот момент вы нарушаете свой обет. Вот сейчас вы, конечно же, не будете нарушать обет, потому что вы нормально себя ведете. Если же я дам вам сейчас сто долларов и скажу: «Ну-ка, нарушь

обет!» — вы скажете: «Я не хочу нарушать обет». Потому что вы сейчас в нормальном состоянии находитесь, вы пришли в нормальном состоянии. В этот момент ваше ненормальное состояние ума находится вне этого здания.

[Оно внизу, на улице. (Смех.)]

Оно ждет там, на улице, когда вы выйдете. (Смех.) Но когда вы попадете в ту или иную ситуацию, вы тут же станете такими, какими были раньше — будете испытывать несчастье, горечь, видя счастье других. Прежде всего, необходимо признать в себе это состояние ненормальности, увидеть его. Когда вы видите других, испытывающих радость от страдания других, вы видите, что это совсем не нормальные люди. Это нужно перенести на себя. Когда вы тоже радуетесь, видя горе других, страдание других, — вы тоже ненормальный человек. Когда вы не позволяете проявиться этим двум состояниям в вашем уме, тогда вы очень нормальны, вы очень хорошо держите свой обет.

Вот с этим пониманием вы должны принять на себя обязательство, обет, что вы будете стараться изо всех сил помогать другим. И взяв на себя такое обязательство, дав себе обещание, что вы будете помогать другим изо всех сил, и вы видите, что человек испытывает радость, счастье без всякой вашей помощи, вы должны, наоборот, испытывать еще большее счастье. «Как хорошо! Я обещал помогать ему, чтобы он был счастлив, а он сам себе принес счастье, без моей помощи! Как я рад за него! Как я счастлив, что он без моей помощи испытывает такое счастье! Я *сорадуюсь* этому».

Если ваш сосед или ваш родственник купил себе машину, то вы должны еще больше радоваться, чем он; по двум причинам. Первая причина — машина наша. (Смех.) То есть вы теперь в любой момент можете попросить соседа или родственника, чтобы он помог съездить туда-то, привезти то-то; возможностей у вас больше. Вторая причина: он сам себе ее купил, без вашей помощи; вам не надо ему давать деньги. (Смех.)

Наш ум — очень странный. Человек, от которого мы зависим, покупает машину, а мы начинаем испытывать зависть. Если вы хотите испытывать зависть, завидуйте тому, от кого вы не зависите. (Смех.) От Романа Абрамовича вы не зависите, — он на Чукотке или в Лондоне. Вот его машине можно позавидовать! (Смех.) Вы же не испытываете зависти к Абрамовичу, вы завидуете своим друзьям, родственникам, успеху людей, которые рядом с вами находятся. Но ведь от этих людей вы напрямую зависите. Поэтому надо быть чуть умнее. Если ваш ум не может обойтись без зависти, как некоторые не могут обходиться без курева, поэтому в качестве такого «курева» завидуйте тому, от кого вы не зависите, и кто от вас не зависит. (Смех.)

Вот с таким пониманием примите на себя обет Бодхичитты, который является обетом стараться изо всех сил помогать другим. С момента принятия обета вы начинаете открывать дверь, ведущую к счастью. И это — буддийская практика.

[Некоторые думают, что буддийская практика, это когда я рано утром встаю, что-то делаю, — нет. Буддийская практика — это закрывать двери в страдание, это не совершать неправильные поступки, прекращать делать плохие поступки, потому что это вредит другим — и себе тоже вредит. Это буддийская практика, ясно? А те поступки, которые делают счастливыми других, делают и себя счастливым. Это здравый смысл. Нужно работать (я не говорю, что не надо работать), никому не вредя, с улыбкой, с добротой, и все окружающие люди будут счастливы. Вы сами счастливы — и другие счастливы. Это буддийская практика, это путь к счастью.]

В буддийской практике нет догм, что ты должен одевать что-то себе на шею, что ты должен себе на голову возлагать что-то; оставайтесь такими, какие вы есть, внешне не меняйтесь.

[Я не люблю, когда у кто-то одежда меняется. Это вам не идет. (Смех.)]

Потому что ваша одежда, которая сейчас на вас, очень вам подходит. Особенно мужчины в галстуках очень красиво смотрятся. (Смех.) В будущем я, может быть, тоже надену галстук, и буду давать вам Учение. Мне, допустим, костюм с галстуком не идет,

мне идет такая одежда, а им идет такая. Поэтому одевайте то, что вам идет, не надо копировать других. Вы должны меняться изнутри.

[Внутри добрые, больше здравомыслия. «Я, я, я» не думайте. Потому что, когда человек «я, я, я» думает, здравомыслия нет. Когда думает: «Не я один, есть много других людей», — вот это здравомыслие. Когда человек не курит, думая: «Они этот запах не любят». Понятно, да? Это — здравомыслие.]

И здравомыслие также по отношению к тараканам. (Смех.) Я не говорю о том, чтобы вы развели тараканов у себя дома. В чистоте держите помещение! Старайтесь не убивать их; чисто будет — тогда тараканы уйдут. А если не убираться и продолжать их убивать, тогда все равно они от соседей придут.

<...> С этого момента врата, ведущие к счастью, по-настоящему станут открываться перед вами, и вы будете становиться все счастливее и счастливее.

(Обет Бодхичитты).

И вот когда такое сильное чувство доброты, которое вы испытываете, будет все больше и больше расширяться у вас, и однажды вы начнете заботиться о других больше, чем о самих себе, — тогда вы станете Бодхисаттвами. В этот момент вы станете святым человеком. В этот момент, если вы дотронетесь рукой до другого человека, вы сможете даже достигнуть такого состояния, что сможете излечить его от болезни. Только касаясь своей дланью слепых, Бодхисаттва исцеляет их. Почему? Потому что он сумел взрастить в себе это чувство — Бодхичитту, то есть заботу о других больше, чем о самом себе. Это самопожертвование: «Я ничто, остальные — всё!» — вот это чувство придавало ему силу излечивать других.

Когда я читаю Библию, для меня Иисус — это великий буддийский философ. Когда мне сказали, что в биографии Иисуса отсутствует его пребывание в течение 13 лет, у меня сразу возникло подозрение: наверное, он был в Индии или в Тибете. (Смех.) Как раз в это время, 2000 лет тому назад, в Индии был расцвет буддийской философской мысли, знаменитый монастырь Наланда как раз в то время достиг совершенства. Поэтому любой человек, который будет проявлять заботу о других больше, чем о самом себе, сможет излечивать болезни касанием своих рук.

(Благословение Белой Тары).

Таким образом, у нас завершилось благословение. Теперь я дам вам передачу мантр, сначала Белой Тары. Когда вы получаете устную передачу мантры и после этого будете начитывать ее, она будет иметь большой эффект. Если вы будете начитывать мантру без получения передачи, это будет похоже на то, что вы сжимаете песок с тем, чтобы получить из него масло. Я получил устную передачу мантры (из уст в ухо) от Его Святейшества Далай-ламы, который, в свою очередь, так же получил такую устную передачу от своих учителей, и таким образом эта передача (устная, непрерывная линия) восходит к самому Будде. То есть это очень чистая линия. В момент передачи вы в свое сердце получаете одну из самых дорогих антикварных вещей; это настоящее богатство. И когда вы будете носить эту мантру, богатство будет возрастать. Как я вам уже говорил, если здесь пусто (Учитель показывает на сердце, — прим. ред.), то сколько бы у вас денег в кармане не было, это не будет приносить вам радость.

[Понятно, да? Когда здесь пусто, даже если есть много денег, они не приносят радость. Туда поехал — несчастлив, туда поехал — несчастлив, везде несчастлив. А потом карман пустой. Спокойствие ума я купить не могу. Счастливое состояние ума я за деньги купить не могу. Кто-то покупает наркотики и говорит, что он с них спокоен. Наркотики не дают покоя ума. Наркотики дают галлюцинации. Люди, которые богаты (у них есть передача мантр, философия есть, они мантры читают), когда у них в кармане мало денег, и они покупают кусок хлеба, он им кажется вкусным.]

Если здесь человек богат, то даже чашка чая становится очень вкусной.

[Правда, да? Когда я в горах медитировал, одна чашка чая казалась мне вкусной. Такого вкусного чая я нигде больше не пил. Потому что там ум спокойный, чистый, и

любая еда очень вкусная. Еда, которую я кушал в горах, самая вкусная. (Смех.) Поэтому я говорю вам об этом опыте. Когда ум спокойный, чистый, любая еда вкусная. Когда ум совсем чистый, тогда для вас вся еда вкусной будет.]

Поэтому надо копить внутреннее богатство. Тогда где бы вы ни были, вы будете счастливы. У людей, у которых отсутствует внутреннее богатство, внешнее богатство также становится ненадежным, они постоянно испытывают страх его потери.

[В таком уме счастья нет. Правда, нет. Я таких людей видел — очень богатых, но в их словах нет счастья. Я разговаривал со своим знакомым, у него очень красивый дом, но у него много проблем. Как может быть так много проблем?.. Поэтому здесь надо быть богатым.]

Сначала Учитель даст передачу мантры Белой Тары. Мантра Белой Тары — это мантра долгой жизни. Ее начитывание будет способствовать продлению вашей жизни. Кто знает, какая продолжительность жизни у нас осталась? Поэтому чтобы хоть немножко увеличить жизнь, читайте мантру Белой Тары. <...> Это ваше украшение, это ваше богатство. Это мой подарок вам, бесценный подарок. Если я вам дам килограмм золота, это будет не настолько полезно вам. Может быть, из-за этого килограмма золота вас завтра убьют. Всю ночь вы не будете спать нормально. А то, что я вам сегодня дал, и то, что вы сейчас получите в виде передачи мантры, это ваше внутреннее богатство, никто не сможет украсть его, сюда не заберешься. В момент смерти кусок золота превратится в ничто, в песок, тогда как ценность вот этого внутреннего богатства, которое вы получаете сегодня, в момент смерти еще больше возрастает. Вы должны понимать ценность этого.

(Передача мантр.)

Теперь мантра Зеленой Тары, для достижения быстрого успеха в этой жизни.

(Передача мантр.)

Теперь мантра божества Авалокитешвары, для того чтобы взрастить в себе большие любовь и сострадание. Эта мантра помогает увеличить доброту.

(Передача мантр.)

Эта мантра должна стать вашей главной мантрой. Мы — тибетцы, для нас Авалокитешвара — основное божество, поэтому все тибетцы читают эту мантру. Все, от маленьких детей до высоко духовных лам. В Тибете нет ни одной истории, которая бы говорила о том, что человек начитал очень много раз мантру ОМ МАНИ ПЭДМЕ ХУМ и от этого с ума сошел. Такого нет. Когда слишком много *гневных* мантр начитывают, тогда в этом опасность есть. Поэтому, когда вам нечего делать, когда вы ждете кого-то, где-то стоите, вместо того, чтобы испытывать гнев оттого, что человек до сих пор не приходит, читайте мантру ОМ МАНИ ПЭДМЕ ХУМ. Когда вы будете читать ее с чувством сострадания к этому человеку, он очень быстро придет. (Смех.) А если будете все время на часы смотреть, вам будет казаться, что целая вечность прошла, прежде чем он пришел.

Теперь — мантра мудрости Манджушри.

(Передача мантр.)

У нас недостаточно мудрости, поэтому начитывайте как можно чаще мантру ОМ А РА ПАЦА НАДИ. От этого тоже не сойдете с ума. (Смех.)

Теперь мантра Ваджрапани для увеличения силы. В нашей жизни быть только добрым и мудрым недостаточно, потому что мы живем во времена упадка, и необходимо быть сильным человеком, иметь сильный ум. Мантра Ваджрапани сделает ваш ум сильным, отрицательные силы не смогут победить вас.

(Передача мантр.)

Теперь мантра Будды Медицины. В наши дни очень много самых разных болезней появляется, читайте эту мантру. И когда вы принимаете то или иное лекарство, прежде чем принять его, прочитайте эту мантру, подуйте на это лекарство, и лекарство будет очень эффективным. В общем-то, об этом говорится в коренных текстах по практике Будды Медицины. Ученые тоже приходят к такому же выводу, что одно и то же лекарство на разных людей производит разный эффект. То есть если в положительном состоянии ума

почитать мантру и принять лекарство, оно тут же будет влиять положительным образом на состояние здоровья. А если иметь отрицательное состояние ума, скептически относиться к лечению, быть бездуховным человеком, то ваш организм быстро привыкнет к самым сильным лекарствам, и они не будут иметь никакого положительного результата: тело начинает сопротивляться воздействию лекарства.

(Передача мантр.)

Теперь мантра Будды Шакьямуни.

(Передача мантр.)

Теперь мантра Гуру Ринпоче — Падмасабхавы.

(Передача мантр.)

Теперь мантра Ламы Цонкапы.

(Передача мантр.)

Теперь мантра Его Святейшества Далай-ламы. Мантра вашего духовного наставника является мантрой всех ваших наставников.

(Передача мантр.)

<...> С этого момента ваше тело становится храмом, в котором находится живая статуя божества. Поэтому очень важно содержать тело в чистоте, не обкуривать божество дымом сигарет, не заливать божество алкоголем. Но если вы *вынуждены* это делать, то цветок лотоса в вашем сердце, на котором находится божество, вы «закрываете», чтобы внутрь этого цветка ничего плохого, грязного не попадало. Потом, когда будете читать мантру, цветок раскрывается, божество начинает сиять, и вы читаете мантру. В момент смерти вы обращаетесь к Таре: «Пожалуйста, в момент смерти оставайся здесь! Ты — мое божество, ты — моя защита. В момент смерти возьми меня, пожалуйста, с собой; мой ум, мое сознание возьми с собой в чистую землю. Помоги мне получить чистое рождение». Чистая земля действительно существует. Очень важно знать, что если вы однажды родились в чистой земле, вы снова в сансаре не родитесь. Вы освободитесь от сансары. Даже если у вас очень тяжелая отрицательная карма, но вам удалось так или иначе с помощью божества туда попасть, там у вас есть возможность очиститься от этой отрицательной кармы, которая вам могла не позволить родиться там. То есть от всех препятствий, омрачений там можно избавиться. Потому что там, в чистой земле, только одно занятие остается — заниматься Дхармой, т. е. там ничего не надо делать. Еда сама приходит, не надо ее готовить, и т. д. Все, что вы пожелаете, вы можете получить от Древа исполнения желаний. Вот там легко заниматься Дхармой, легко очиститься и т. д., тогда как здесь, в нашем мире это все делается с большим трудом: вы должны жить в обществе, зарабатывать себе на хлеб, на одежду, для этого надо ходить на работу, ругаться (смех), вы вынуждены накапливать неблагую карму, и т. д.

(Благословение Белой Тары.)

Таким образом, благословение у нас завершилось. Сейчас, после того, как мы почитаем Посвящение добродетелей, которые мы накопили трудами на сегодняшнем этапе пути, вы будете по одному проходить перед Учителем и получать благословение. После чтения Посвящения добродетелей председатель местного буддийского центра «Ваджрапани» хочет выступить, сказать несколько слов.

(Посвящение добродетелей.)