

Я очень рад новой встречи с вами. Сегодня, возможно, наше последнее учение до сентября. Затем, если я за это время не умру, то где-то с сентября учение начнется снова.

В этом мире нет ничего определенного. Никогда не стройте планы на основе каких-то очень постоянных проектов. Потому что нет ничего постоянного и все ваши постоянные проекты обречены на провал. Так что у вас должно быть много вариантов в запасе. Если я умру, то у вас должен оставаться вариант, согласно которому вы можете получать учение от другого мастера. Я давал вам учение в течение последних четырех лет. И основной целью, с которой я вам давал это учение, это помочь вам вылечиться от болезни своего ума. В этом основная цель буддийского учения.

Вылечиться от болезни ума нелегко. Даже для того чтобы вылечиться от обычной болезни тела вам нужно принимать большое количество лекарств в течении длительного времени. И одного лекарства недостаточно, вы должны принимать разнообразные лекарства.

В прошлый понедельник я давал Учение о том как медитировать на Четыре Благородные Истины. И дал вам подробное Учение о том, как медитировать на первую благородную истину - благородную истину о страдании. Я так же упомянул о том, что чем больше вы медитируете на благородную истину о страдании, тем больше вы понимаете природу страданий, которая присуща сансаре. И для вас, для развития в вас отречения это очень полезно. Медитация на благородную истину о страдании также очень важна для развития сострадания. Я дал вам подробное учение о трех видах страдания, о восьми видах страдания, о шести видах страдания.

В результате анализа вы можете понять, какой вам кажется сансара, и какой она является на самом деле. Вы понимаете, что в сансаре не может быть настоящего счастья. Все сансарическое счастье подобно соленой воде. Чем больше вы пьете, тем больше вас мучает жажда. Не понимая страдающую природу сансары, мы продолжаем пить эту соленую воду, и продолжаем сами себя обманывать. Мы никогда не получаем удовлетворения, мы никогда не получаем свободу от этого страдания жажды. Во множестве своих предыдущих жизнях вы иногда получали Учение о Дхарме. Но не достигали реализации. Почему?

Даже если вы получали тантрические посвящения, основная причина, по которой у вас не было реализации это то, что вы не медитировали на благородную истину о страдании. И так и не поняли природу страданий, которые присущи сансаре. Вы можете на словах рассуждать о Тантре, о высоких духовных учениях, но на самом деле вам хочется одного - это соленой воды. Вы пьете соленую воду и при этом, разглагольствуете о высоких практиках. Иногда даже духовный нектар может стать соленой водой. Вы кладете в этот нектар столько соли, что этот нектар превращается в соленую воду.

И затем именем Дхармы вы возвращаетесь в сансаре. Когда в Тибет пришел Атиша, Дромтонпа задал Атише один вопрос, он сказал: « У нас в Тибете очень многие люди медитируют высоко в горах, скольким из них удалось достичь настоящей реализации, сколько из них идут по верному духовному пути?» Атиша подумал и засмеялся. «Из многих тысяч людей, которые медитируют в Тибете, - сказал Атиша - только 400 удалось достичь реализации, а другие, прикрываясь именем Дхармы Тантры, возвращаются в сансаре. Потому что у них отсутствует фундамент».

Так что, когда я даю очень подробное учение о страдании, вовсе не значит, что я хочу расстроить вас и сделать вас несчастными. Для меня эта история очень значимая и очень полезная. Но это был общий совет, а сейчас мы продолжим учение. В прошлый понедельник мы говорили о том, как медитировать на благородную истину об источнике

страдания. Когда мы говорим о благородной истине источника страдания, мы тем самым исследуем то огромное количество разнообразных страданий, от которых мы мучаемся. Мы исследуем, откуда берутся все эти страдания. Мы же не хотим этих страданий.

А если вы не хотите страдать, вы должны понять, в чем причина этих страданий. У нас есть философия, но она очень бедная. Мы склонны полагать, что источники нашего страдания находятся вне нас. Когда какой-то человек говорит вам неприятные вещи, вы выдумаете, что именно этот человек является источником неприятных эмоций, которые вы испытываете. И из-за этого вы злитесь именно на этого человека. Когда он создает вам все больше и больше проблем, то вы думаете, что если я убью его, то решу все свои проблемы. Этот образ мышления э присуще не только тибетцам или только русским, или англичанам. Эта философия объединяет всех людей и даже всех животных.

Если вы ударите кошку палкой, то кошка решит, что ее обидела палка, что палка плохая. Почему кошка так думает? Потому что кошке кажется, что вред ей причиняет именно палка. Поэтому она прыгает на палку и пытается ее укусить. Но на самом деле эту палку держал в руках человек. Если бы человек не взял в руки эту палку, то палка не ударила бы кошку.

Мы со своей стороны немногим лучше животных. Мы не сердимся на палку, мы сердимся на человека. Мы говорим: «Этот человек очень плохой, он ударил меня палкой». С точки зрения высшей философии мы абсолютно идентичны этой кошке. Немного лучше, но мышление у нас такое же. Когда какой-то человек говорит нам неприятные вещи, причиняет нам вред, мы думаем что этот человек очень плохой. Вы думаете: «Именно в нем заключается источник моего страдания». И тогда вы начинаете злиться и говорить ему в ответ неприятные вещи. Он несчастен и вы становитесь несчастны. На самом деле этот человек подобен палки. Этим человеком управлял его собственные гнев и омрачения.

По своей природе никто из нас не желает причинять вреда другим. Но когда дело доходит до вопросов привязанности и гнева, люди начинают вредить друг другу. Когда дела обстоят нормально и благополучно, то никто не хочет другим причинять вред. Потому что никто из нас не хочет быть плохим. Если вы скажете человеку: «Ты плохой», то ему это не понравится. Но если вы скажете ему: «Ты хороший», он согласится с вами и скажет: «Да я хороший». И это говорит о том, что он хочет быть хорошим. Но из-за своей убогой жизненной философии он судит вещи по первому впечатлению.

Этот человек подобен палке им, его движет гнев. Когда этот человек под влиянием своего гнева говорит вам неприятности и причиняет вам вред, он становится своей первой жертвой своего собственного гнева. Сначала его гнев разрушает его счастье, потом разрушает ваше счастье. Когда в вас возникает гнев, вы теряете контроль и становитесь подобно палке, а гнев становится подобен человеку, который берет эту палку в руки и бьет ею.

Возьмите в качестве примера себя. Когда вы из-за гнева говорите неприятные вещи, то вы не повторяете их до бесконечности. Когда гнев проходит, вы очень расстраиваетесь и жалеете, что сказали такие вещи. И точно так же, такая же ситуация наблюдается и у всех остальных людей. Этот человек нуждается в помощи. Он идет в ложном направлении. Причиняя вред другим, он никогда не станет счастливым. Даже в этой жизни у человека будет все меньше и меньше друзей, потому что никто не любит тех, кто вредит другим. Он не будет счастлив в этой жизни, а что касается будущих жизней, то там дела обстоят еще хуже. Зачем сердится на человека, который страдает. Он первая жертва своего собственного гнева.

Так что не будьте подобны кошкам. Не злитесь на человека, подобно тому, как кошка злится на палку. В момент, когда вы сердитесь на человека скажите себе, что не будь подобен кошке, не сердись на палку. Этот человек находится под контролем своего гнева, а гнев подобен огню. Если вы добавите огня в огонь, то огонь разгорится еще сильнее. Так каков лучший выход? Гнев, подобный огню можно погасить любовью и состраданием, которые подобны воде. Так что очень важно проявлять по отношению к этому человеку любовь и сострадание.

Но будьте сильными. Иногда духовные люди впадают в другую крайность. Пытаясь развить в себе любовь и сострадание, они становятся слишком слабыми и позволяют другим людям делать все, что они хотят. Это также неверно. Вы должны быть подобны мудрой матери. Мать всегда любит своих собственных детей, относится к ним с сильным состраданием. И когда ее дети совершают ошибки, их мать не говорит: «Ну, делай все что хочешь». Она пытается их остановить, и она проявляет силу. Эта сила появляется из любви и сострадания. И с помощью этой силы вы должны удерживать других от неверных шагов.

Так что это очень искусный путь. Такова практика Дхармы. Вот так вы можете практиковать в повседневной жизни. В особенности, если вы живете в городе вы должны заниматься той практикой Дхармы, которая подходит для городской жизни. Не пытайтесь сбежать из города, оставайтесь в городе. Если вы чей-то муж, вы должны быть хорошим мужем. Не пейте слишком много, не бейте свою жену. И не надо все время носиться туда - сюда, попытайтесь проводить больше времени дома. Находясь в доме, вы можете находиться в большем умиротворении. Потому что ваши домашние, это люди, которые действительно вас любят. Во внешнем мире, может быть, вам кажется, что люди любят вас, но на самом деле вполне вероятно они любят ваши деньги или любят что-то еще.

А если вы чья-то жена, то старайтесь быть хорошей женой. Не надо проводить постоянных сравнений между женщинами и мужчинами. Очень важно делать то, что вы делаете и быть человеком. Не надо слишком много рассуждать о женских правах, мужских правах. Уважайте друг друга и тогда права возникнут сами по себе. Вы должны быть хорошей матерью. Вы должны думать, что возможно в предыдущих жизнях мой муж был моей женой, а я была его мужем. И он все время для меня готовил в предыдущих жизнях. А сейчас настал мой черед готовить для него, такова моя практика. Я очень счастлива, что этим занимаюсь. И тогда ваша работа по хозяйству станет практикой Дхармы. Даже когда вы будете резать картошку, вы будете заниматься практикой Дхармы.

Ваш ум всегда будет в спокойном состоянии, он будет очень счастливым. И во время приготовления пищи, вы даже можете петь песни. Не надо все время мантры читать. С добрым сердцем вы можете петь песни. И тогда ваше приготовление пищи станет очень хорошим упражнением. Это будет очень хорошей подготовкой к практике Дхармы. В противном случае, если вы все время будете думать о том, что мне все время приходится готовить, а мой муж никогда не готовит, зачем мне все время это надо делать. Тогда вы будете резать картошку с гневом и тогда есть опасность, что вы можете порезаться. Поэтому Будда и говорит что источник страдания внутри вас, а не вне вас. Источник вашего счастья появляется так же в вас самих, а не где-то снаружи.

Но мы думаем совершенно наоборот. Мы думаем, что счастье берется откуда-то извне. И этот образ мышления присущ нам, мы родились с ним. По утрам в семь часов все, как тараканы бегут в метро, если спросить этих людей, почему они бегают туда-сюда, то каждый человек даст вам один и тот же ответ: «Для того чтобы достичь счастья. Для того чтобы избавиться от страданий и быть счастливым».

Некоторые люди сейчас постоянно летают из одной страны в другую, и основная причина в том, что они хотят привезти из другой страны счастье. Думая о том, что если я попаду в Америку, то я буду счастлив. Это неверная теория. Если на основе этой теории, вы будете заниматься любой деятельностью, любой работой, то вся ваша деятельность будет бессмысленной. А что такое настоящая теория? Я со своей стороны исследовал, анализировал и нашел истинную теорию. И вы так же должны анализировать и исследовать, потому что этот выбор предстоит сделать только вам.

Понимание чистой теории и затем действие в соответствии с этой теорией, называется практикой Дхармы. Очень многие люди просят меня, чтобы я дал им практику Дхармы. Если я попрошу сделать вас сто тысяч простираций, но при этом у вас не будет правильной теории, то это не будет практикой Дхармы.

Может быть, я уже рассказывал эту историю. Один молодой человек в Тибете очень хотел заниматься Дхармой, но не знал, как практиковать. Он подумал: «Если я сделаю сто тысяч простираций, то это будет практикой Дхармы». Сделал огромное количество простираций. И тогда однажды один великий мастер Кадампы, который медитировал в горах, спустился с гор. Этот молодой человек сказал этому мастеру: «Я сделал столько простираций и как у меня ситуация с моей практикой Дхармы»? Мастер ему ответил: «Простираания - это хорошо, но если бы ты практиковал Дхарму, это было бы лучше».

И на следующий день молодой человек решил, что практика Дхармы это начитывание мантр, он получил огромное количество передач всяких мантр. Даже мантры относящиеся к высшей тантре, и начал читать эти мантры. А когда к нему приближались люди, он читал их еще громче. С такими огромными четками на шее. И затем в город, где он жил, снова пришел этот мастер Кадампы. Тогда этот человек спросил: «Сейчас я читаю много мантр, даже мантры высокого уровня. Как у меня дела с практикой Дхармы»? На что мастер ему сказал, что да, чтение мантр очень хорошо, но если бы ты практиковал Дхарму, это было бы гораздо лучше».

Тогда он стал думать, что же такое практика Дхармы? И пока он не задал мастеру этот вопрос, мастер не дал ему Учения. Такова тибетская традиция. Сам Будда говорил, что без просьбы об Учении не давайте Учения. Потому что буддизм выступает против миссионерства. Людям нужно помогать, а не пытаться обратить их в свою веру и не пытаться использовать их ради собственной выгоды. Тогда этот человек стал думать, что же такое практика Дхармы? «А, наверное, медитация» - решил он. Он сел в позу медитации, как делают это русские люди, а так же в Европе и везде. Сел в очень красивую позу для медитации, закрыл глаза полностью и четыре часа он так сидел. Его ум в это время летал везде, где можно.

Этот ум был подобен очень умному следователю КГБ. Он занимался исследованием недостатков других людей. И тогда однажды к нему снова пришел этот великий мастер. Этот человек сказал ему: «В последнее время я занимаюсь медитацией и могу просидеть без движения четыре часа». Но про ум он ничего не сказал, только про тело. Спросил: «Ну как моя практика Дхармы»? Тогда этот мастер сказал: «Медитация это хорошо, но если бы ты практиковал Дхарму, то это было бы гораздо лучше. И вот тогда, он, наконец, его попросил: «Пожалуйста, расскажи мне, что же такое эта практика Дхармы?»

Тогда мастер Кадампа сказал: «Сначала сделай для меня трон. Но не потому что я великий человек, а потому что, то Учение которое я собираюсь дать тебе очень драгоценно и для того чтобы отдать свое почтение этому Учению, ты должен построить для меня трон». И

после этого он дал ему Учение. Это именно то самое Учение, которое я даю вам сейчас. Такова практика.

Необходимо ослабить привязанность к этой жизни. Не надо думать, что ваши страдания и счастье берутся откуда-то извне. Коренная причина вашего страдания находится внутри вас. И это - ваши омрачения. Каждый раз, когда вы совершаете какой-то поступок, что-то делаете, вы должны заняться самоанализом самих себя. И понять, что причина вашего страдания проистекает от ваших собственных гнева, зависти, алчности, неведения. После этого, когда вы это осознаете, ваш ум расширится. Когда ваш ум расширится, станет больше, вы естественным образом сможете измениться.

Вы не можете изменить себя силой, вы не можете перестать сердиться, если будете все время повторять себе: не злился, не злился, не злился; не привязывайся, не привязывайся, не привязывайся. Но когда вы откроете свои глаза и поймете, что привязанность и гнев создают вам только новые сложности, а не помогают, тогда постепенно вы станете рассматривать эту негативную сторону своего ума, как отравленную пищу. И тогда постепенно у вас разовьется отвращение к этой еде.

Маленьких детей, даже если вы скажете детям не есть сладкую отраву, вы остановить не сможете. И когда вы находитесь рядом с ними и говорите им не ешь это, они не будут это есть, но когда вы уйдете, то они тут же все съедят. Почему? Потому что они не знают, какой вред причиняют им эти отравленные конфеты. Они не причиняют вред сразу, потому что если бы они сразу же причиняли вред, то дети это поняли. И точно так же наши омрачения, наш гнев, наша зависть, все наши привязанности и т.д.

Особенно привязанности не причиняет вреда сразу. На первый взгляд, кажется наоборот, эффект такой хороши, они помогают. Поэтому мы продолжаем есть эти отравленные сладости, как маленькие дети. А затем, если рассказать детям, каким образом эта сладкая отравка приносит им вред, то у детей постепенно появится в этом убежденность. И тогда маленькие дети, даже если им дать эту сладкую отравку, не будут ее есть. Даже если скажите им: «Пожалуйста, съешь это, я дам тебе за это десять долларов», но они есть это не будут.

И чем больше вы занимаетесь подобным анализом, чем больше вы занимаетесь медитацией на благородной истине об источнике страдания, тем больше начнете понимать, что омраченные качества вашего ума, такие как гнев, привязанность, неведение действительно являются ядом. Тибетская медицина говорит, что основная причина наших заболеваний это неправильная диета. Если вы будете соблюдать неверную диету, то постепенно это начнет оказывать влияние на ваш организм и в вас разовьется болезнь. Но если ваша диета хороша, то ваше здоровье улучшится. Никто не создает ваше хорошее здоровье или плохое здоровье, все это создает ваша собственная диета.

Наш ум так же зависит от диеты. Чем же мы кормим наш ум большую часть времени? Гневом, ненавистью, привязанностью. Мы кормим его отравленной пищей. Как же можно укрепить свой ум, поддерживая его на такой диете. А что такое практика Дхармы? Это в первую очередь отказ от плохой, не качественной пищи. Это практика защиты. Омрачения тяжело сразу устранить. Сначала нужно практиковать защиту, чтобы не оказаться полностью во власти омрачений. Нужно

Чем меньше мы будем использовать свои омрачения, тем больше вы должны будете использовать хорошие качества ума. Потому что, какую-то часть ума вам в любом случае надо использовать, ум не может без подпитки. Когда вы уменьшите количество омрачений,

станете больше использовать хорошие качества ума, то в уме появится больше счастья и спокойствия. Вы будете счастливы, ваша семья будет счастлива. И признаком успеха вашей практики будет не сон, в котором к вам придет Манджушри и объявит вам о том, что вы великий практик. Это не признак. Иногда к вам, таким образом, может явиться дух и обмануть вас, раздуть ваше эго. И тогда вы скажете: «Да, я великий практик, а другие очень плохие практики».

А что такое признак? Настоящим признаком успеха в практике является то, что в вас становится меньше омрачений. Вы становитесь добрее, чем раньше. Очень четко начинаете понимать свои собственные недостатки, начинаете замечать в других людях положительные качества. Когда вы осознаете свои собственные недостатки, то это будет первый шаг к мудрости. Когда человек знает свои собственные ошибки и рассказывает о них другим людям, то это говорит о том, что когда-нибудь такой человек, совершенно точно, станет мудрецом. И где бы вы не находились, вы будете счастливы. А если с вами случится какая-нибудь неприятность, вы не впадете в депрессию, как другие люди обычно это делают. Вы скажете, что такова природа сансары, до меня через это же прошли другие люди, теперь настал мой черед, я должен это принять.

То, что вы не можете изменить вы должны принять. Но буддизм не говорит при этом, что вы должны принять все страдания, это не сказано в буддизме, это другая крайность. С другой стороны буддизм не говорит, что вы должны бежать от страданий. От страданий вам не убежать. Страдания подобны тени: чем больше вы от нее бежите, тем больше она будет за вами бежать. Даже самый быстрый бегун в мире не способен убежать от страданий. Если ваше негативное состояние ума, которое находится внутри вас вы не излечите, то как бы быстро вы не бежали, в какую бы ракету вы не залезли, куда бы вы не полетели, причина страдания будет оставаться с вами.

А там где есть причина страдания, определенно возникнет и само страдание. Что касается гнева, то вы знаете, что гнев источник страданий, он разрушает ваше счастье, счастье других людей. Это действительно очень плохая вещь и вы об этом знаете.

Теперь с точки зрения привязанности. Некоторые могут подумать: «Чем же плоха привязанность? Привязанность может сделать людей счастливым». Когда я был молодым, я тоже так думал. Я думал, что если у человека нет привязанности, то его жизнь становится пустой, его ум становится сухим. Вы становитесь как камень и ничего больше не хотите. И иногда привязанность помогает. Она делает вас счастливым. Если вы привязаны к вкусной еде, то когда вы её едите, это вкусно, это хорошо.

Но буддизм говорит, что привязанность это вредно и это утверждение очень глубоко. Оно настолько глубоко, что если вы не займетесь его исследованием, вы не поймете это утверждение. И это подобно шахматной игре, если вы не исследуете тот или иной ход высокого уровня, то вы никогда не поймете, что это хороший ход.

А сейчас я объясню, почему привязанности причиняют нам вред. Я не хочу говорить о будущих жизнях, я буду говорить об этой жизни. В настоящий момент мы одновременно и верим и не верим в будущие жизни. Так что буду говорить с точки зрения этой жизни. Почему привязанность вредна для вас? Это и есть аналитическая медитация. Вот так вы должны анализировать, что вы думаете, что говорит Будда. Сравнить, выяснить, кто прав, уходить все глубже и глубже в это. И тогда вы поймете, что да, моя философия была глупой. На самом деле все не так, а должно быть вот так.

И чем больше вы будете исследовать, анализировать, тем больше в вашем сердце, а не в вашей голове будет появляться убеждение, что это правда. Тогда практика Дхармы не будет для вас очень трудной, а будет легкой. Она будет возникать спонтанно. Но если вы не разовьете в себе подобное убеждение, то я, как ваш духовный наставник буду говорить, что привязанность это плохо, гнев это плохо.

Говорить мантры, на которые я даю вам посвящения, заниматься практикой йоги божества и таким образом достичь состояния Будды очень быстро - это невозможно. Вам будет очень тяжело продолжать свою практику. Пока вы будете находиться рядом с духовным наставником, из-за его влияния на вас у вас будет возникать чувство, что вы практикуете Дхарму. И вы будете читать мантры, вы будете очень возбуждены из-за этого. Ваш Учитель скажет вам прочитать мантру тысячу раз, а вы захотите прочесть ее две тысячи раз, вот именно из-за этого возбуждения. А потом доложите своему Учителю, что я две тысячи раз прочел. И духовный наставник скажет, что очень хороший ученик, прочел две тысячи раз. Пытался этим заниматься, подходя к этому с множества различных сторон.

Но это не работает. В конце концов, все возвращается к одной фундаментальной вещи: к четырем благородным истинам Будды, это очень важно. Когда я думал об этом Учении, о четырех благородных истинах у меня на глазах были слезы, потому что я понял какой великий Учитель Будда и как я его уважаю от всего сердца.

А сейчас я расскажу вам, почему привязанности нам вредят. Вы анализируете, но не надо делать анализ в точности таким же, каким я его излагаю вам. Надо просто придерживаться основной последовательности положений. Если вы будете в точности повторять то, что я вам сейчас даю в ходе медитации, то это будет не аналитическая медитация, а созерцательная медитация. Вы будете созерцать положение за положением. Это медитация, приближенная к созерцанию размышления. Это будет хорошая медитация, но не очень эффективная.

Просто размышляя над положениями, вы не сможете развить в себе идущую из глубины своего сердца убежденность в этих положениях. Если вы, получив множество учений, все еще будете говорить, что я не знаю как медитировать, то это большой стыд. Привязанность не причиняет вам прямого вреда, но косвенный вред причиняет. Вы знаете, что гнев это плохо, что гнев причиняет вам вред, что гнев делает вас несчастными. Вы знаете что зависть, ревность это так же плохо, что зависть так же приносит вам несчастье. Как только в вас возникает зависть, она тут же разрушает ваше спокойствие ума.

Но на чем основаны зависть и гнев? Они основаны на привязанности. В особенности на привязанности к своему «я», на самовлюбленности. Все должно быть мое. И это основная фундаментальная, основополагающая ошибка, ошибка при дебюте в шахматной игре. Люди, которые не знают шахматной игры, думают, что то, что в конце происходит, имеет самое большое значение, а те ходы, что вы делаете вначале, не важны. Но на самом деле, все наоборот. На самом деле именно первые ваши ходы имеют основополагающие значение.

Если вы совершите ошибку при дебюте, то потом вы уже не сможете разрешить ваши трудности, они будут становиться все хуже и хуже. Очень хороший дебют приводит к тому, что вы становитесь все сильнее и сильнее. А сейчас я объясню вам, каким образом нам вредит привязанность в шахматной игре нашей жизни. Сейчас я проведу очень простую аналогию и надеюсь, что на основе этой аналогии вы поймете, каким образом привязанность служит основой для зависти и гнева.

Я сейчас приведу пример женщины, потому что среди присутствующих больше женщин. В древних текстах есть много примеров, касающихся мужчин, потому что в древние времена Учение слушали больше мужчины, чем женщины. А сейчас, в наше время больше женщин приходит слушать Учение. Так что для примера нужно взять женщину. Но я не хочу, чтобы мужчины соревновались с женщинами.

Одна женщина хотела пойти на вечеринку, и собираясь идти на вечеринку, она думала: «Я должна быть самой красивой девушкой на этой вечеринке». А если она была не так уж молода, то она думала: «Я должна быть самой блистающей и самой достойной, с самыми дорогими украшениями». И она делала ход с такой привязанностью, такой самовлюбленностью. И этим шахматным ходом она делала неверный дебют, она отправилась на вечеринку с такими мыслями.

И когда она шла, то она шла очень серьезно, чопорно. Потому что ее это не позволяло ей относиться к себе по-другому. Она воспринимала себя очень серьезно, и несмотря на то, что ей хотелось пить, она пила очень мало. Там на вечеринке она увидела еще одну девушку. Ее подружку. Она была более красива, у нее были более красивые дорогие украшения и более красивая одежда. И тогда вот это «я» самовлюбленное, «я» эта привязанность к «я» задала вопрос: «Почему у нее все это есть, почему у меня этого нет?»

А этот вопрос породил зависть. Как возникает зависть? Вы спрашиваете себя: «Почему у нее это есть, а у меня нет»? Вот так и возникает зависть. Вы можете ничего не говорить, но ваше мышление так работает. И вот тогда и возникает зависть. А когда вы начинаете завидовать, ваше лицо краснеет, вы становитесь не красивыми и тогда чтобы вы не говорили, окружающим не захочется вас слушать. Все ваши слова подобны стрелам, они причиняют боль кто бы не находился рядом с вами. Вы всех задеваете своими стрелами. Именно поэтому люди бегут от тех, кто ведет себя таким негативным образом, потому что из ртов этих людей вылетают стрелы.

Тогда вкусная еда, которая была на вечеринке, показалась ей не вкусной. Ее подруга так же была несчастна, потому что она чувствовала, что ее подруга ей завидует. И вам уже не хочется оставаться на этой вечеринке. Вам хочется убежать оттуда. Но кто разрушил это спокойствие, ваше умственное спокойствие на вечеринке. Это привязанность, это неверный дебют.

Теперь еще один пример. Одна женщина из Москвы пошла на вечеринку после того как получила Учение, и идя на вечеринку она сказала себе: «Не думай, что ты должна быть самой красивой, все должны быть красивыми. Я хочу надеть это красивое платье, но вовсе не потому, что хочу быть самой красивой. Дело в том, что на этой вечеринке будет много народу и когда люди увидят меня в этом красивом платье, они будут счастливы. И вот ради их счастья я хочу надеть это платье».

И вот в своем уме вы думаете, что все должны быть счастливы, все должны быть красивы. И тогда все будут получать удовольствие. В подобном состоянии ума, а это и есть ваш дебют, вы идете на вечеринку. А на вечеринке вы видите свою подругу, она одета более нарядно, чем вы. С более красивыми украшениями и благодаря дебюту, который произошел в вашем уме, в вас спонтанно появляется ощущение счастья: «Как здорово, что моя подруга выглядит такой красивой». Вы думаете: «У моей подруги столько проблем, но сегодня она так счастлива и это очень здорово. Сегодня она такая красивая, пусть она останется такой же красивой всегда». И вы радуетесь. Откуда берется эта радость? Радость, сорадование берется из ума, который заботится о других, который бережет и ценит других.



Я хочу счастья, и другие так же имеют право на счастье. Благодаря подобному мышлению в вас спонтанно будет появляться ощущение радости и сорадования. Когда вы будете радоваться за других, ваше лицо будет сиять и в тот момент вы будете самым красивым человеком. Тогда в подобном состоянии ума, чтобы вы не сказали, люди захотят вас слушать все больше и больше. И в это время все ваши слова так же являются Дхармой, потому что возникают они благодаря уму, который заботится о других. Когда вы помогаете другим, вы сами счастливы.

Так что Дхарму можно практиковать и на вечеринке. Для занятия практикой Дхармы вовсе не обязательно закрывать окна и двери. Вот подобный анализ вашей жизни помогает вам понять, что привязанность это и есть основополагающая фундаментальная ошибка, через которую возникает множество различных страданий и появляется огромное количество проблем, как для меня, так и для других.

Из-за привязанности возникают войны. В древние времена какому-нибудь царю не хватало той территории, которой он владел и из-за привязанности он хотел завладеть еще другими территориями. И тогда привязанность двигала его поступками. Он хотел чего-то достичь и прилагал к этому силы. Тогда подходящим методом для него становилось убийство друг друга и войны. В конечном итоге эта территория оставалась ничьей, никто ее не завоевывал.

В древности очень многие люди убивали друг друга из-за того чтобы завладеть Москвой. Но с тех пор все они умерли, а город Москва все еще существует. Ничем нельзя завладеть навечно. Так что ложная теория, эта привязанность привела к тому, что он убил очень многих людей и как бы косвенным образом убил даже своих собственных родственников. Так же косвенным образом он убил самого себя из-за своей привязанности.

Вы не верьте сразу моим словам, сначала анализируйте: правда, то, что я говорю или не правда. Используйте свой здравый смысл. Если вы со мной не согласны, задавайте мне вопросы. Теперь еще один вопрос. Вы думаете, что если у вас не будет привязанности, вы не можете получать удовольствие от жизни и не можете быть счастливы. Это так же ошибка. Без привязанности вы можете стать более счастливым, вы сможете получать большее удовольствие.

Сейчас я вам приведу пример. Я занимаюсь подобной медитацией сам, этот пример для меня очень полезен и поэтому я привожу его вам. У одного человека был магнитофон. Магнитофон был новый и потому он сильно был к нему привязан, последняя модель. Он купил его и не хотел, чтобы им пользовались другие. Сам так же толком его не использовал.

Я помню, что в моей семье самые дорогие драгоценные вещи никто никогда не использовал. Моя мама помещала эти вещи в коробку, и говорила что это слишком хорошие вещи. Мама сама не пользовалась ими, а затем, когда я вырос, я так же не пользовался. Я поступал так же, как моя мать и собирался так же сказать своим детям, чтобы они так же поступали. Вот такая сильная привязанность. С такой сильной привязанностью вы боитесь использовать вещи, потому что опасаетесь, что с ними может что-то случиться. Например, сломаться и поэтому также не позволяете и другим их использовать. Когда другие люди что-то начинают с ними делать, вы твердите им: «Осторожней, осторожней, а то сломается». Иногда в скором времени вы их отбираете. Но на следующее утро кто-нибудь крадет их у вас, и тогда вы действительно начинаете злиться. «Кто украл магнитофон? Я хочу убить этого человека», думаете вы.

Так что, все это ощущение несчастья возникает из-за привязанности к объекту. Чем сильнее у вас привязанность к магнитофону, тем сильнее ваши страдания, когда вас с ним разлучают. Привязанность создает в вашем уме рану. И пока у вас есть рана, вам очень легко сделать больно. Привязанность подобна расчесыванию ран. Это сначала немного приятно, но затем ваша рана будет становиться все больше и больше. Так что не думайте что расчесывание ран это счастье. Настоящие счастья это тело свободное от ран. Это не мои слова, это слова Шантидевы.

Настоящее счастье, это ум свободный от ран и привязанностей. Затем другой человек, у которого есть этот магнитофон, но он не сильно к нему привязан. Он знает, что магнитофон непостоянен и он сам также непостоянен. И знает, что когда-нибудь этот магнитофон разлучат с ним или его разлучат с магнитофоном. Если вас разлучат с магнитофоном, то это означает, что вы умираете. Умирая, вы разделяетесь с магнитофоном. А когда вы живете, и кто-то крадет у вас магнитофон, это означает, что магнитофон разлучают с вами.

Этот человек очень хорошо знал это и поэтому использовал магнитофон, не испытывая особой привязанности. В буддизме не говорится, что нельзя пользоваться магнитофоном. В буддизме говорится, что можно использовать все хорошие вещи. В буддизме не говорится, что не надо есть пищу. Буддизм говорит, что не надо кушать слишком много, с привязанностью. И знание об этом делает людей цивилизованными.

Иногда люди не цивилизованы. Они носят очень дорогую, достойную одежду, но мышление их совершенно не цивилизованное. «Я», «все деньги у меня». Это мышление подобно мышлению животных. И человек, который так мыслит, сам никогда не будет счастлив. А если человек без сильной привязанности сам слушает музыку и разрешает другим слушать музыку, все получают удовольствие. Но на следующее утро кто-то крадет у него магнитофон. Для него это небольшая трагедия, небольшой шок. Почему?

До того как это случилось, он уже предполагал это. Хороший шахматный игрок сразу же предполагает все самые худшие возможности варианты. Если произойдет самое худшее, я сделаю такой то и такой то ход и поскольку он уже об этом знал, то когда эта ситуация наступила, он сделал свой ход и не впал в депрессию. Но люди обычно не думают о подобных ходах, их ходы очень постоянны. Они думают, что если я сделаю такой то и такой то ход, то я выиграю игру. Это называется детские шахматы. И тогда противник делает неожиданный ход и у вас начинается депрессия. Зачем я так сделал, я такой плохой.

И поэтому этот человек уже заранее знал, что совершенно определенно либо магнитофон с ним разлучат, либо его разлучат с магнитофоном и это не постоянно. И когда на следующее утро кто-то украл магнитофон, он сказал: «Ну вот, произошло то, чего я ожидал. Кто-то украл мой магнитофон. Мне очень повезло, потому что магнитофон со мной разлучили, а не меня с магнитофоном. Драгоценная человеческая жизнь очень важна. Если вас разлучают с магнитофоном, то какой смысл в том, чтобы иметь магнитофон. А здесь один магнитофон ушел, другой к вам пришел, ничего страшного.

Этот магнитофон украл какой-то другой человек, он хочет слушать музыку. Вы скажете: «Это мой подарок этому человеку». Независимо от того, как вы будете этот магнитофон отдавать как подарок или не как подарок, магнитофона у вас все равно уже нет. «Все равно он уже пропал, так что пускай, по крайней мере, мое мышление будет правильным, я дарю его этому человеку».

И есть еще одно положение для обдумывания. В буддизме говорится о карме. Нечто происходящее в этой жизни не может произойти в отрыве от кармы. У всего есть причина. Будда говорил, что даже сухой лист не движется туда-сюда без причины. Карма означает причины. Если вы не создаете карму, то не встречаетесь с ее последствиями. Если бы я не украл магнитофон этого человека в предыдущей жизни, то в этой жизни он не украл бы мой магнитофон. Он забрал обратно свой собственный магнитофон. Это очень хорошо, я уплатил свой кармический долг и вот таким образом ваше мышление изменится. И вот в этой реальной ситуации вы ведете себя совершенно не так, как повел бы себя обычный человек. Потому что такой образ мышления называется практика Дхармы.