

Я счастлив снова вас видеть. Как обычно, сначала развеите в себе правильную мотивацию, необходимую для получения драгоценного учения по Дхарме. Нектароподобное учение Будды не устранит ваши страдания также легко, как можно вытащить колючку из ноги и не очистит вас от омрачений подобно воде, которая очищает грязь, но это учение раскроет ваше сознание, и благодаря этому все действия ваших тела, речи и ума станут позитивными, вы будете создавать позитивную карму. Создавая позитивную карму, вы сможете очистить ваши тело, речь и ум.

Очень важно получить учение по лоджонгу, в частности учение о десяти самых сокровенных сокровищах традиции Кадампы. Если вы не можете сразу же его практиковать, это не страшно. Но постепенно вы должны готовить себя к тому, чтобы в дальнейшем начать его практиковать. Если вы будете практиковать десять самых сокровенных сокровищ традиции Кадампа и будете сочетать эту практику с тантрой, то совершенно точно сможете достичь состояния Будды за одну жизнь. Итак, если вы хотите стать Буддой очень быстро, вы должны практиковать именно таким образом. А если вы хорошо проводите время, сидя дома, слушая музыку и смотря телевизор, и не способны вынести ни одной даже самой мелкой проблемы, то желание стать Буддой очень быстро будет у вас оставаться на уровне детских желаний.

Итак, из десяти сокровищ я объяснил вам, что собой представляют четыре сокровища – четыре вверения. Мы мирские люди полагаемся на совершенно другие вещи, как правило. Что такое четыре вверения? Первое вверение – это чистосердечное вверение себя Дхарме. В действительности, мы не вверяем себя Дхарме, мы не полагаемся на Дхарму, а полагаемся на мирские дела: на деньги, на богатство и т. д. Вот в чем заключается эта разница. Поскольку мы полагаемся на мирские дела, богатство, благополучие, то все наши действия и эмоции будут всего-навсего мирскими. Поэтому мы не можем вырваться из круговорота сансары. А почему мы опираемся на мирское счастье? Потому что мы не понимаем, что мирское счастье это не настоящее счастье. В действительности это счастье не что иное, как соленая вода. Чем больше вы её пьёте, тем больше хочется пить.

Еще одна причина заключается в том, что мы не понимаем, что мирское счастье подобно пище смешанной с ядом. Если вы будете питаться ядовитой пищей – пищей смешанной с ядом, то у вас не может быть хорошего здоровья. Реальность такова, что вся мирская деятельность и мирское счастье – это оскверненное счастье. Я уже давал вам учение о четырех вверениях и не буду повторяться, я просто повторяю вам еще раз, чтобы напомнить вам о них. Второе вверение это вверение своей практики Дхармы нищенскому существованию. Третье вверение – это вверение своего нищенского существования смерти. И четвертое вверение – вверение своей смерти горной пещере. Когда йогин умирает в горной пещере, то тем самым он исполняет своё желание. Таковы четыре вверения. Далее идут три ваджрных решимости, или три ваджры.

Первая ваджра.

Я несколько ошибся, когда давал вам комментарии во время ретрита до этого, а сейчас я уточнил. Итак, первая ваджра гласит: поставь ваджру непривязанности перед собой. Во-вторых, говорится: поставь за своей спиной, ваджру неблагодарности. В-третьих, положи себе за пояс ваджру нерушимости или неизменности. Что означает первая ваджра? Это ваджра непривязанности. Это означает, что вы исполняете решимости не привязываться к мирскому счастью. Мирское счастье подобно соленой воде. Как только вы начнете пить соленую воду, вы никогда не сможете утолить свою жажду. Поэтому эта соленая вода мирского счастья не что иное, как западня для вас. Для того чтобы развить в себе эту решимость, вы можете размышлять о трех уровнях страдания. В сансаре не бывает

истинного счастья, все сансарические переживания относятся к одному из этих трех видов страдания. Что такое страдание от страданий вы хорошо знаете.

Второе страдание – это страдание перемен. Мирские люди полагают, что страдание перемен это настоящее счастье, но в действительности, это нечто иное, как то же страдание: страдание перемен. Все то, которое кажется нам счастьем, в действительности представляет собой страдание перемен. Если вы голодны, то после того, как поедите, вам кажется, что вы очень счастливы. Но в действительности это не является счастьем. Когда вы едите, у вас уменьшается страдание от голода. Но одновременно, начинает возрастать страдание от принятия пищи: чем больше вы едите, тем больше чувствуете дискомфорт в желудке. И через некоторое время, если вы не прекратите кушать, то для вас съеденная еда будет сущим наказанием. До этого, для вас наказанием было испытывать чувство голода, не принимать пищу. После этого, вы начинаете мучаться от того, что вы переели.

Согласно буддизму настоящее счастье это тот объект, который чем больше вы его переживаете, чем больше вы соприкасаетесь с ним, тем большее ощущение счастья вы испытываете. Только такой объект способен подарить настоящее счастье, все остальное – это страдание перемен. Если вы пребываете в медитативном равновесии, переживая прямое познание пустоты, то, сколько бы вы ни пребывали в этом состоянии, вы можете зонами находиться в нем, но ваше ощущение счастья никогда не уменьшится, а, наоборот, будет лишь возрастать. Оно никогда не перерастет в страдание. В сансаре нет ни единого объекта, который мог бы принести вам настоящее счастье. О чем бы вы ни мечтали, если это не связано с Дхармой, это никогда не даст вам настоящего счастья, а принесет только страдание перемен.

Здесь присутствует много людей, и у каждого человека своя мечта. У каждого присутствуют амбиции и цели. Большинство из вас преследуют мирские цели. Если это женщины, то они думают: «Если у меня будут хороший муж и дети, то я буду счастлива». Мужчины со своей стороны думают: «Если у меня будет хорошая жена, дети, красивая машина, я буду счастлив». Некоторые люди, возможно, думают: «Если я стану богатым, преуспевающим бизнесменом, то я буду счастлив». То есть каждый мечтает о своем. Некоторые думают: «Если вот этот мой маленький проект осуществится, то я буду счастлив, вот тогда-то я буду практиковать Дхарму. Сначала мне нужно сделать такую-то работу, когда я все это завершу, тогда я начну практиковать десять сокровищ Кадампы и уйду в горы». Но, в действительности, этими своими идеями вы только откладываете свою практику Дхармы, они не дают вам приступить к практике Дхармы немедленно, – они препятствуют.

Но с другой стороны, если вы вдруг загораетесь желанием прямо сейчас отправиться в горы и практиковать Дхарму, это тоже таит в себе опасность. Потому что вы не сможете стать ни йогином, ни мирянином. Так вы ничего не добьетесь. Поэтому придерживайтесь срединного пути. Думайте о том, что в будущем я совершенно точно буду медитировать, и готовьтесь к этому сейчас. Начните с небольших, но с ежедневных медитаций. В повседневной жизни думайте о том, что сансарические удовольствия подобны соленой воде, настоящего счастья они не приносят. Думайте также о том, что рано или поздно вам придется умереть. Совершенно определенно, на сто процентов всем придется уйти из этого мира в другой. Мы в этом мире гости на несколько дней или на несколько лет. Гость никогда не станет планировать остаться навсегда в каком-то одном месте, он будет знать, что рано или поздно ему придется покинуть этот дом и пойти в другое место.

Все мы путники, мы путешествуем с безначальных времен и по сей день, в этом отношении все мы – скитальцы. Вот когда вы достигнете состояния Будды или освобождения, тогда вы

сможете выбрать себе постоянное место жительства. Потому что это действительно надежное место. Но, то место, где вы хотите жить в настоящее время, крайне не надежно и даже опасно. Когда вы поймете, что вы путники, вы не будете привязываться к прекрасным деревьям, домам, вы будете использовать все это, но как нечто временное, что может приносить временную пользу, вы не будете к этому привязываться. А если будете думать о том, что сможете остаться здесь навсегда, то в этот момент у вас возникнет привязанность. Итак, очень важно осознавать себя подобно путнику, путешественнику, сознавать, что вы гостите в этом мире всего на несколько лет, и что все это мирское счастье подобно соленой воде. Мирские соблазны подобны дьявольским галлюцинациям. Они будут обманывать вас. Когда у вас будет такое осознание, то тогда вы сможете поставить перед собой ваджру непривязанности. Это очень полезная медитация. Если вы отправитесь в горы с подобной ваджрой, то сможете медитировать так же, как Миларепа. Тогда не будет никакой разницы между тибетским и русским Миларепой. Но для этого в вашем сердце должны быть эти десять сокровищ Кадампы.

Вторая ваджра.

В тексте сказано: «Поставь за спиной ваджру неблагодарности». Что это значит? Здесь подразумевается временная неблагодарность. Но, в действительности, проявляя вот такую временную неблагодарность, вы более благодарны, чем другие люди. Например, у вас есть горсть зерна. Это зерно у вас просят голодные люди, которые очень хотят есть. Если вы отдадите им эту горсть зерна, вы проявите благодарность по отношению к этим людям, но это будет глупая благодарность. Потому что они съедят это зерно и попросят еще. В данном случае настоящей благодарностью будет подумать о следующем: если я отдам сейчас это зерно голодным людям, то это не решит проблемы, лучше я посажу его в землю, и когда оно вырастет, я соберу урожай, и зерна будет гораздо больше, тогда я смогу накормить большее количество людей. Если вы не отдадите это зерно людям немедленно, то на первый взгляд будет казаться, что вы поступили не щедро, неблагодарно, вы проявили жадность.

Люди очень голодны, умоляют вас о том, чтобы вы им дали поесть, а вы говорите: «Нет, я не дам вам ничего». Выходит, этот поступок неблагодарный. Но это мирская неблагодарность. С духовной точки зрения это очень большая благодарность. Это был мой пример. Как это происходит в реальности? Когда ваши родственники, близкие вам люди, друзья или ваши ученики страдают, у них масса проблем, вы им помогаете, и им кажется, что ваша помощь для них очень полезна. Неожиданно вы объявляете, что собираетесь отправиться в горы и там медитировать. На первый взгляд, кажется, что тем самым вы проявляете к ним черную неблагодарность. Как же вы можете уйти в горы, если у ваших родственников столько проблем? Есть и многие другие люди со своими проблемами. Какой смысл, если один человек удалится в горы, будет там медитировать? Очень многие европейцы думают именно так. Они думают, если главная цель в буддизме это помогать людям, то какова польза от того, что один человек удалится в горы и будет там медитировать, когда надо быть в обществе и помогать всем тем людям, которые нуждаются в помощи.

Когда я медитировал в горах над Дхармасалой, очень многие мои друзья задавали мне этот вопрос. Они говорили: «У Его Святейшества Далай-ламы недостаточно поддержки и так, какова польза от того, что ты тут сидишь, медитируешь в горах? Какой смысл в том, что ты медитируешь в горах, когда общество так страдает? Ты должен вернуться в общество и помогать ему», – говорили они мне. Но я проявил к ним именно такую благодарность и поэтому ушел в горы. На первый взгляд было похоже, что я был неблагодарен. У моей матери, брата было столько проблем, а я медитировал в горах. Но, в действительности, ничего неблагодарного в этом не было. Некоторые люди уходят в горы из-за того, что в

обществе у них много проблем, они хотят убежать от общества, от проблем. Это неправильная мотивация. С такой мотивацией в горы уходить не следует. В данном случае к чему вы стремитесь? У вас очень большое желание помогать людям, вы хотите остаться с ними и помогать им. Но вы знаете о том, что эта помощь не будет для них настоящей помощью. Это лишь избалует их и предоставит им какую-то временную помощь и поддержку, но по-настоящему не поможет.

Например, если бы я остался в обществе и много работал, зарабатывал бы деньги на еду, а потом раздавал бы эту еду людям. Ну что с того? Они бы съедали эту еду, на следующий день они опять становились бы голодными и требовали бы еще. Я бы снова им давал еду, они потом опять пришли бы и сказали: «Я хочу есть». Они бы не брали никакой ответственности на себя. Я бы давал им еду, это решало бы их проблемы. Но если бы даже я дал им деньги, то по-настоящему я все равно проблем бы их не решил. То есть, похоже, что одна проблема решена, но взамен возникает новая проблема. Таким образом, если бы я зонами оставался бы в обществе и помогал им, то не смог бы помочь им по-настоящему.

А каков же лучший способ помочь им, вылечить их от болезни ума? Вылечить их я не могу, а могу лишь научить их тому, как самим вылечиться от своей болезни. Согласно буддизму вы сами можете вылечиться от своей болезни, никто другой вас вылечить не может. Если бы кто-то мог вылечить вас от болезни, то к этому моменту мы бы все уже достигли освобождения, потому что в мир приходило множество будд, и все они очень хотели, чтобы вы вылечились. В буддизме нет никакого творца и нет в нем постулатов о том, что все создано богом. Бог не может создать все, и Будда тоже все создать не может. Если бы Бог и Будда могли бы сотворить весь мир, то все было бы очень легко, потому что и Бог, и Будда очень сострадательны. Они бы сотворили все безупречно. Почему же они заставляют нас страдать? Это невозможно. Поэтому вы сами должны лечиться.

Для того чтобы вылечиться самим, вы должны знать, как вылечиться. Поэтому вам необходим наставник, который может учить вас и указывать вам путь, который поможет укротить свой ум. Лучший способ достичь счастья – укротить свой ум. Для того чтобы укротить умы других людей, сначала вы должны укротить собственный ум. И с таким пониманием вы говорите: «Да, сначала я должен укротить себя, а потом, только потом я смогу помочь другим людям укротить их умы, потому что это лучший способ достичь счастья. Если я помогу другим людям укротить их ум, то тем самым подарю им огромное количество спокойствия и счастья. Это лучший способ помочь живым существам. Поэтому, что бы они обо мне сейчас не думали, что я не благодарен и так далее, это не имеет значения, потому что для того, чтобы укротить свой ум, в первую очередь, я должен отправиться в горы и медитировать». Вот именно с такими мыслями вы ставите у себя за спиной ваджру неблагодарности. Ваши друзья могут подумать: «О, теперь он стал нищим, он убежал в горы, его родственники страдают, он так плохо поступил». Для вас все это уже не имеет никакого значения, потому что у вас более глубокий подход к этому, чем у этих людей. Ваше измерение, с которого вы рассматриваете мир, гораздо выше и многограннее, чем у большинства других людей. Поэтому совершенно неважно, что они не способны вас понять.

Итак, если они будут думать что вы неблагодарны, из-за того, что они вас не понимают - это неважно. Вы знаете, что в своих взглядах на жизнь вы возвысились над всеми этими обычными представлениями. Но для того чтобы развить в себе такую решимость, вы должны сначала все это очень глубоко проанализировать и как следует изучить Ламрим. Но как только вы поставили у себя за спиной ваджру неблагодарности, вы уже назад не оглядываетесь, смотрите только в сторону своей цели. У вас должно быть сострадание к ним, но не испытывайте к ним глупое сострадание. Если допустим, у вас с собой какая-то

ядовитая еда, а к вам подходит человек и говорит: «Я очень голоден, дай мне, пожалуйста, вот этой еды». Если вы дадите ему эту отравленную пищу, то тем самым вы проявите глупое сострадание к этому человеку. Поэтому, все мирское счастье, в действительности, осквернено. Исходя из этого, вы говорите: «Пока я пожертвую собой, буду медитировать для того, чтобы в будущем подарить им истинное, неоскверненное счастье». В своем сердце вы чувствуете очень большую близость и думаете о том, что я буду работать им во благо жизнь за жизнью. Но пока я должен медитировать.

Манджушри как-то сказал Ламе Цонкапе: «Когда ты ведешь речь о том, чтобы приносить пользу живым существам, не ограничивайся лишь этим миром, не думай, что принести пользу всем живым существам, которые населяют этот маленький мир этого достаточно, потому что миров огромное количество и живых существ, которые их населяют тоже бесчисленное множество. И поскольку живых существ бесчисленное количество, то лучший способ помочь живым существам – это медитировать в горах». Поэтому большую часть своей жизни Лама Цонкапа провел в горах, медитируя, подобно Миларепе, и огромное количество своих текстов он написал также в горах. Иногда люди думают, что Лама Цонкапа, наверное, жил в каком-нибудь большом монастыре. В те времена в Тибете не было больших монастырей. Большие монастыри были основаны учениками Ламы Цонкапы, такие монастыри как Сера, Дрепунг и Ганден. Сначала они изучали учение, потом отправлялись в горы и медитировали. Лама Цонкапа большую часть своей жизни медитировал в горах.

Третья ваджра.

Третья ваджра – это ваджра неизменности или нерушимости. Эта ваджра означает неизменность, нерушимость подобно металлу, который не подвержен коррозии. Подобно металлу, который можно погнуть, но он не согнется. Подобно этому, вы можете сломать себе шею, но не склоните голову перед мирскими делами или соблазнами. В этом плане вы неизменны, ваша решимость несокрушима, вы подобны снежному льву, который идет только к поставленной перед собой цели, в одном направлении. Если по сторонам от его пути будет разбросано мясо, то он даже не повернет голову, чтобы на него посмотреть. У собаки нет своего пути, она будет метаться туда-сюда, гоняясь за этим мясом. Именно такая несокрушимая ваджра должна быть у вас за поясом.

Какое бы решение вы не приняли, это решение окончательно, вы никогда уже его не измените. Ваши четыре вверения также неизменны и несокрушимы. Предыдущие две ваджрные решимости также окончательно и неизменны. Вот таковы три ваджры. Когда у вас будут эти три ваджры, ваш ум станет крайне сильным и мощным. Эти три ваджры превратят ваш ум в чистое золото. Прочность золота такова, что как бы сильно не дул ветер в разных направлениях, его порывы не смогут сдвинуть золото с места. Оно будет лежать там же, где и лежало. В настоящий момент ваше состояние ума подобно бумаге. Вы несетесь в ту сторону, куда дует ветер. Когда подует ветер Дхармы, ваш ум немного повернется к Дхарме. Затем, под порывом ветра мирской привязанности, вы несетесь навстречу мирским привязанностям. Сейчас вы слушаете учение, и ветер Дхармы двигает вас к Дхарме, слушая учение, вы думаете: «Да, да, я очень хочу медитировать».

А когда вы уйдете домой, подует мирской ветер, и вы начнете говорить о бизнесе или о чем-то другом, о всяких разнообразных проектах. И тогда ветер мирских проектов и бизнеса будет нести вас навстречу мирским делам и бизнесу. Тогда вы будете давать какие-то обещания, принимать какие-то решения, но затем подует очередной ветер с другой стороны, и вы понесетесь навстречу уже другому мирскому проекту. Поэтому, большую часть времени вы движетесь под порывами ветров в разных направлениях мирских проектов и бизнеса. Вы не держите свое слово, не выполняете своих обещаний из-за того,

что ваш ум подобен бумаге. В этой ошибке никто не виноват, потому что вы не хотите нарушать свои обещания, но из-за того, что ваш ум подобен бумаге, вам приходится их нарушать.

Итак, если вы хотите превратить свой ум в золото, у вас обязательно должны быть эти три ваджры. Это называется тренировкой ума. Для превращения любого страдания, неблагоприятного условия в счастье, вам необходимы эти три ваджры. Они дадут вам силу ума, которая подобна большому пламени. В настоящий момент в вашем уме горит огонек, но он очень маленький. Это означает, что пока у вас очень мало силы в уме, и на это указывает то, что огонек очень слабый и маленький. Ваш огонек, который горит у вас в уме, похож на пламя светильника. Для этого небольшого пламени ветер является большим препятствием. Всякие неблагоприятные обстоятельства и несчастья подобны ветру (кризисы и т. д.). Когда начинает дуть ветер кризиса и неблагоприятных перемен, он задувает этот маленький огонек. Но если у вас есть три ваджры, то в вашем уме горит большой огонь.

Когда появляется ветер всяких неблагоприятных обстоятельств и несчастий, то он уже ничем не может помешать этому пламени, которое горит у вас в уме. Вместо этого, такой ветер лишь разожжет это пламя еще больше, оно запылает еще ярче. Вот это и называется трансформацией неблагоприятных условий в духовный путь. Но если в вашем уме нет силы, то вы не способны трансформировать неблагоприятные условия в духовный путь. Потому что ваш ум будет подобен слабому огоньку. Пламя, которое горит у вас в уме, будет очень маленьким, ветер не сможет сделать так, чтобы оно горело ярче, а вместо этого лишь задует его. Очень многие люди говорят о тренировке ума и о преобразовании неблагоприятных условий в путь, но настоящим секретом этой трансформации являются как раз эти три ваджры. А примером должен служить именно такой пример.

Это объяснение очень логичное, а не то, что когда приходит что-то плохое, тебе помогает Бог, ты читаешь мантру и все трансформируешь. Происходит какое-то чудо, и все превращается в великое блаженство. Таких объяснений остерегайтесь, потому что это не имеет отношение к подлинному учению Будды. Настоящее учение Будды очень научно, и чем больше вы его исследуете, тем больше вы убеждаетесь в том, что это правда, оно очень точно. Сам Будда говорил: «Исследуйте мое учение, не верьте мне на слово только лишь потому, что об этом учу я, Будда. Вы должны проверить мое учение, исследовать его, ставить над ним опыты и лишь только потом начинать принимать его».

Наконец, последние три сокровища традиции Кадампы – это три Дхармы. Первая – Дхарма малой личности, вторая – Дхарма средней личности и третья – Дхарма высшей личности. Поскольку существует три вида личностей, то существует, соответственно, и три Дхармы. Не будучи личностью низшего уровня или малого уровня, вы не способны стать личностью среднего уровня. Большинство из нас, как практики Дхармы, не можем отнести себя даже к личности малого уровня. Мы относимся к сансарическим существам и не дотягиваем до малой личности. Сейчас я показываю вам, что такое настоящий путь. Один путь черный, другой – белый. В настоящее время (я надеюсь, что вас не расстрою) мы идем по черному пути. Но вы думаете, что вы идете по светлому пути. Потому что вы не видите своего собственного лица.

Пока вы похожи на обезьян. Сейчас я вам приведу пример. Одна обезьяна была очень грязная, её тело было измазано грязью, эта обезьяна увидела другую обезьяну, у которой был немного запачкан хвост. Тогда первая обезьяна зажала нос: «Фу, посмотрите, какой грязный!» У самой-то хвост был ещё грязнее, да и тело тоже. Вот так мы иногда поступаем: «Он такой-то, такой-то!» Но в действительности, и вам присущи эти недостатки. Один

геше в Бурятии, по характеру он открытый и прямой человек, однажды был в обществе людей, разговаривал с ними. И он в этом разговоре чуть было не стал критиковать другого геше. То есть он еще даже не начал говорить про него плохо, но тут же поймал себя на этом желании и сказал: «Как же я могу его критиковать? То есть у меня тот же самый недостаток есть, на который я собирался сейчас указать». Вот это мудро. До того как начать осуждать других, сначала вы должны понять, а у вас-то самих есть этот недостаток или нет. Это очень важная практика Дхармы.

Я смотрел фильм про Иисуса Христа, и мне очень понравился в этом фильме один эпизод, который как раз относится к этому учению. Там была одна проститутка, и люди хотели её забить камнями. Они кричали: «Она грязная блудница! Она сделала то-то и то-то. У неё такие-то грехи». В тот момент подошел Иисус и сказал: «Кто сам без греха, пусть первый бросит в неё камень». Тут каждый из этих людей обратил внимание на самого себя, то есть, задумался о том, грешен он или нет. Это был искусный поступок со стороны Иисуса, потому что он позволил этим людям подумать о том, что они сделали сами. Тогда все присутствующие поняли, что сами они грешны и некоторые грешили даже еще больше, чем эта женщина. Ей-то приходилось поступать так от безысходности. Тогда все ушли из этого места. Для меня вот это учение очень полезно. Иисус, на мой взгляд, действительно давал буддийское учение и делал это искусно.

Некоторые говорили мне, что Иисус Христос был в Тибете и получал там учение от тибетских и индийских мастеров. Я думаю, что это вполне возможно, потому что в его учении очень много наставлений о бодхичитте и тренировке ума. Вначале Иисус Христос говорил о том, что творцом всего является Бог, но говорил он это в соответствии с иудейскими верованиями того времени. Но в конце же он стал говорить, что Бог неотделим от твоего ума, и эти слова являются указанием на то, что творцом всего является ваш собственный ум. Именно ваш ум создает все.

Итак, возвращаемся к теме. Мы сейчас идем по черному пути. Но благодаря моим учениям, сейчас вы, по крайней мере, не бежите по этому темному пути. Многие люди, которые идут по темному пути, очень быстро бегут по нему без малейшего сомнения, уверенные в том, что это самый лучший путь. Поскольку я все даю и даю вам учение, то вначале вы тоже бежали быстро, как и все остальные, а сейчас, благодаря учению, вы немножко притормозили. Вы не только притормозили, но некоторые ученики даже уже стали оглядываться: может быть, там какой-то другой правильный путь есть. У них впереди уже замаячил этот белый путь, они его увидели. В своем воображении они уже проследовали по начальному уровню этого светлого пути, по среднему промежуточному уровню и даже по пути тантры.

Очень хорошо, в своем воображении они уже посетили все эти пути. Но это не означает, что вы дошли до этих путей. Вы уже достаточно воображали себе, визуализировали, это очень хорошо. Но теперь вам нужно сделать что-то и в реальности. А в реальности, согласно методам мастеров Кадампы, вы должны начать с уровня малой личности. То есть теперь вы всем телом должны повернуться к правильному пути и вступить сначала на первый путь. Это вступление в Дхарму личности малого или низшего уровня. Как вы поймете, вступили ли вы на путь Дхармы или нет? Определяет это не ваше тело и не ваша речь. Определить это может только ваш образ мышления. Если вас заботит только счастье в этой жизни, то чтобы вы не делали, читаете мантры или делаете что-то еще, все эти ваши действия будут ничем иным, как мирской Дхармой. Итак, как минимум, ваш ум должен быть обеспокоен счастьем в будущей жизни, и тогда, если вы прочтете с таким настроением одну мантру, чтение этой мантры будет практикой Дхармы. Сейчас я в первую очередь дам вам определение малой личности и Дхармы малой личности. Как определяется малая

личность? Это тот, кто отказался от привязанности к этой жизни и занимается практикой ради обретения счастья в будущей жизни. Вот это малая личность. Существуют три категории малой личности.

Первая категория – это тот, кто, несмотря на то, что его заботит счастье в будущей жизни, верит в будущую жизнь, он хочет создать причины для обретения счастья в будущей жизни, он знает, что эта жизнь быстротечна, преходяща, что можно умереть в любой момент. Поэтому он знает, что мудро создавать причины для счастья в будущей жизни. И с этим пониманием, он примерно двадцать или тридцать процентов своего времени уделяет стремлениям создавать причины для счастья в будущей жизни. Но на семьдесят процентов его дела направлены на счастье в этой жизни. Это низший уровень малой личности. В чем заключается средний уровень малой личности? Человек, который обладает таким же пониманием, пятьдесят процентов времени уделяет Дхарме, а пятьдесят процентов – заботам о счастье в этой жизни. Это средний уровень малой личности. Чем больше такой человек медитирует на непостоянство и смерть, на Ламрим, то в конечном итоге в результате всех этих медитаций, он начинает все свое время на сто процентов посвящать только практике Дхармы, медитируя в горах, не занимается мирскими делами, живет подаянием. Вот это высший уровень малой личности, но все еще малой личности. Это настоящий путь. Не пройдя по такому пути невозможно практиковать тантру, Махамудру или Дзогчен и стать Буддой. Это невозможно, все это будет самообманом. Это я вам гарантирую на сто процентов.

Итак, духовный наставник должен учить тому, в чем нуждаются его ученики и тому, что интересуется их. Если бы я был миссионером, я бы учил вас только тому, в чем вы были бы заинтересованы. Если бы вас интересовала Махамудра, я бы учил вас Махамудре. Если бы вас интересовал Дзогчен, я бы давал вам учение по Дзогчену. Я бы говорил вам: «Созерцайте свой ум, и вы станете Буддой очень быстро. Не надо слишком много учиться, не надо слишком много медитировать». Вы бы сказали: «Как все это хорошо и интересно!» «Нравственность также не нужна, все это слишком трудно, расслабьтесь». Тогда бы вы расслаблялись лежа на земле. Расслабляться хорошо, когда вы уже парите высоко в небе. Тогда действительно незачем больше трудиться и можно спонтанно парить. Но если вы расслабитесь на земле, то никуда не улетите. Вы останетесь в точности таким же, каким вы были.

До встречи с учением вы расслаблялись лежа на земле, но, слушая учение в течение пятнадцати лет, вы все лежите абсолютно так же, как раньше. Кроме того, таких людей усмирить гораздо труднее, чем других. Умы таких людей, которые приходят с плохим пониманием Дхармы, мне очень легко укротить. Людей, совершивших много негативных деяний в прошлом, которые приходят с чувством сожаления, я могу учить гораздо легче. Но если люди приходят, думая, что у них очень хорошее знание Дхармы, они занимаются высокими продвинутыми медитациями, такие люди самые трудные из всех, их ум труднее всего поддается укрощению. У них появляется невосприимчивость к Дхарме. Если люди едят много разных лекарств, то лекарства перестают им помогать.

Если люди занимаются большим количеством разнообразных медитаций, каких-то странных медитаций, то с помощью Дхармы усмирить их умы становится очень трудно. Я надеюсь, что большинство из вас все же относятся к малой личности низшего уровня. Некоторые люди еще не относятся даже к малой личности низшего уровня, потому что они еще не уверены в том, что есть будущая жизнь, они еще сомневаются, думают, есть ли она или нет. Их очень интересуют учения буддизма, но особо они не заботятся о счастье в будущей жизни. В первую очередь вы должны подготовиться к тому, чтобы стать



счастливым в будущей жизни. Потом вы можете начать готовиться к освобождению от сансары. Лишь после этого, вас может уже заботить счастье всех других людей.

Если вы не способны позаботиться о своем собственном счастье, как же вас может волновать счастье всех живых существ. Вы должны быть практичны. Бодхисаттвы знают, как сделать счастливыми самих себя. Но только лишь этим они не удовлетворяются. «Если я счастлив, – говорят они, – это счастье лишь одного человека. Каков смысл в том, что один человек счастлив, если все другие живые существа страдают. Поэтому я хочу сделать счастливыми всех живых существ и хочу освободить их от страданий, привести их к безупречному состоянию счастья. С этой целью я хочу стать Буддой». В противном случае вы можете довольствоваться состоянием архата. Бодхисаттвы очень хорошо знают о том, как стать архатом. Они знают, как освободить самих себя от сансары. Но не в этом их цель. Вначале они тренируются и затем понимают, что могут освободиться сами. Но они понимают, что этого недостаточно, они должны освободить и всех живых существ.

Бодхисаттвы хотят достичь Пробуждения для того, чтобы помочь всем живым существам. Итак, в первую очередь, вам необходимо тренироваться с помощью Дхармы начального уровня. Какова основная практика Дхармы малой личности? Основной практикой является отказ от негативной кармы и создание позитивной кармы. Почему? Потому что, основная цель малой личности – это достижение счастья в будущей жизни. А бояться больше всего они перерождения в низших мирах. Страданий в этой жизни они не боятся. Проблемы, связанные с человеческими страданиями, люди могут разрешить. Собаки могут как-то выживать в этом мире, добывать пищу, то почему же в этом мире не выживут и люди? Все эти человеческие страдания ничто по сравнению с той ситуацией, если вы умрете и родитесь в низших мирах.

В настоящий момент в нашем сознании присутствует почти на девяносто процентов причина для перерождения в низших мирах. Эту причину никто кроме нас не создал, такова реальная ситуация. Вы создали эту причину. И всего на десять процентов у вас есть шанс переродиться в высших мирах. Вы должны думать о том, что если я умру неожиданно через несколько лет или несколько дней, то я вполне могу переродиться в низших мирах, это будет ужасная катастрофа. Вот чего вы должны бояться. Вы должны бояться перерождения в низших мирах, а не этой человеческой жизни. Мы не боимся того, чего нам действительно следует бояться, а боимся того, чего бояться не следует. Какова причина перерождения в низших мирах? Если мы исследуем, то мы поймем, что это наша негативная карма.

Вы должны бояться своей негативной кармы. Вы рождаетесь в низших мирах не потому, что вас кто-то туда толкает, а основной причиной для этого служит ваша негативная карма. Поэтому вы должны бояться негативной кармы. Как я вам уже рассказывал, когда одного тибетского йогина государственный оракул Тибета Нечунг спросил, чего он боится, то этот йогин ответил: «Я боюсь негативной кармы». Я вам рассказывал эту историю? Итак, вы должны бояться негативной кармы. Больше ничего не бойтесь, бойтесь только своей негативной кармы. Вредоносные духи ничто не смогут вам сделать. Если вы не создаете негативной кармы, они не могут причинить вам никакого зла.

Если мудрые люди правильно поймут эту теорию, то они перестанут бояться чего-либо, кроме своей негативной кармы. Когда шахматист хорошо понимает ситуацию, в которой он находится в процессе игры, то не боится, когда к его фигурам подбирается королева противника или другая фигура. Но плохой игрок пугается, когда королева противника подбирается очень близко к его королю. В панике он начинает совершать ошибки. В действительности, с вами происходит то же самое, когда в вашей жизни возникает

неблагоприятное условие, вы тут же начинаете паниковать. Но, в действительности, во всем виновата негативная карма и это похоже на дебютную ошибку, которую вы делаете в шахматах. Хороший шахматист боится совершить ошибку в начале игры – дебютную ошибку. Если он совершил дебютную ошибку, то даже если королева противника находится на противоположной стороне доски, он знает, что у него будут большие проблемы, потому что дебютная ошибка уже совершена. Дебютная ошибка похожа на негативную карму. Если вы создаете негативную карму, то рано или поздно, у вас начнутся проблемы, потому что вы совершили дебютную ошибку. Вы сделали ход, руководствуясь ложной теорией.

Буддийское учение учит вас тому, как научиться играть в шахматы вашей жизни. Неважно, проиграете вы или выиграете в настольные шахматы. Шахматы же вашей жизни очень важны, потому что если вы проиграли, то переиграть уже не сможете. Итак, практикующий малого уровня должен бояться негативной кармы. Поэтому, основная практика этих людей – это, из чувства страха перед негативной кармой, стараться уменьшить негативную карму и, в конечном итоге, вовсе отказаться от неё, очищаться от негативной кармы. Здесь очень важна практика Ваджрасаттвы. Вам необходимо делать практику Ваджрасаттвы для того, чтобы очиститься от своей негативной кармы. А если вы занимаетесь практикой Ямантаки, то пока используйте её для осуществления целей практики малого уровня, то есть для очищения от негативной кармы. А не с такими мыслями, что, практикуя Ямантаку, завтра вы станете Буддой. Потому что очень глупо было бы так думать, и это означало бы, что вы парите в облаках. Поскольку вы практик малого уровня, то вы должны даже тантру использовать для целей практика малого уровня, то есть для очищения от негативной кармы. Визуализация себя Ямантакой и чтение мантр – это очень мощная практика для очищения от негативной кармы. С такой практикой за час вы можете очиститься от негативной кармы, накопленной за много жизней. Вот тогда вы будете заниматься настоящей практикой Дхармы.

Какова должна быть ваша вторая забота? Первая ваша забота – это страх перед низшими мирами. А второе – это забота о счастье в будущей жизни и желание достичь более благоприятного перерождения. Одного желания недостаточно. Какова причина высших перерождений? Какова причина счастья? Это накопление позитивной кармы. Какую бы причину вы не создали, вы достигнете подобного ей результата. И это закон природы. Никто этот закон не создавал. Будда лишь открыл этот закон. В соответствии с этим законом, он достиг совершенного безупречного состояния ума. И учил нас об этом истинном законе. Он сказал: «От любого другого закона, придуманного людьми можно убежать, можно скрыться, но от этого закона, от закона природы убежать невозможно. В прошлом никому еще не удавалось его избежать, в настоящем и будущем это также невозможно». Так что вам остаётся только одно: вы должны быть крайне осторожны с соблюдением этого закона, потому что перехитрить его вы не сможете.

Например, если вы играете со слабым шахматистом, то даже если вы сделаете ошибку в дебюте, вы все равно можете выиграть. Но если вы играете с профессионалом, с игроком высокого уровня, то, совершив дебютную ошибку, вы уже не исправите свое положение. И точно также с законом кармы, если вы совершите дебютную ошибку с законом кармы, то вы будете вынуждены испытывать последствия этой ошибки, кроме того случая, если вы очиститесь от этой кармы. Очищение подобно тому, что вы совершаете дебютную ошибку, а потом снова возвращаетесь на исходную позицию. Поскольку причиной счастья в будущих жизнях является позитивная карма, накопление позитивной кармы должно стать вашей основной практикой.

А что такое позитивная карма? Например, ум, который желает пресечь негативную карму, также является позитивной кармой. Скажите себе: «Убийство – это плохо как для меня, так для других, поэтому я убивать не буду. Для меня это плохо, потому что если я буду убивать, то сократится срок моей жизни, и я буду вынужден испытать на себе последствия этого убийства. Я не буду убивать других, потому что другие также как и я не хотят умирать. Для другого существа его жизнь самая драгоценная. И если я не могу ему помочь, то, какое право я имею отбирать у него его драгоценную жизнь. Поэтому я никогда не убью». Подобное мышление является позитивной кармой.

Позитивная карма не означает, что вы начитываете мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, ОМ ТАРЕ ТУТАРЕ... и т. д., думая: «Вот сейчас божества меня благословят, и я стану особенным. Благодаря этой мантре у меня будет всё успешно в жизни, я не буду страдать. Перестанет болеть голова. Мне во всем будет сопутствовать удача. Люди перестанут плохо обо мне говорить. О, как хорошо! ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ...» Духовную практику так не делают. Это мирская дхарма. Буддийскую Дхарму можно практиковать, даже не читая мантру. К примеру, вас укусил комар, и вы чуть было не убили его, но вовремя вспомнили: «Я практикую Дхарму. Для этого комара, так же как и для меня, очень важна его жизнь. Зачем он пьет мою кровь? Потому что он очень голоден. Я в прошлых жизнях много раз пил его кровь, поэтому в этой жизни он пьет мою. Если я не хочу отдавать ему свою кровь, зачем же мне убивать его?» Вы из сострадания принимаете решение не убивать этого комара – это позитивная карма. В момент, когда вы удержались и не прихлопнули его, вы создали позитивную карму.

В своей повседневной жизни, когда вы чуть было не сказали что-то плохое другому человеку, вовремя сдержались и подумали: «Если кто-то мне говорит плохое, как я себя чувствую? Когда мне кто-то скажет что-то неприятное, я не могу уснуть из-за этого. То же самое, если я скажу человеку что-то грубое, то он почувствует себя точно также. Поэтому, я не скажу ему ничего плохого, но искусным способом я постараюсь удержать его от совершения дурного поступка». Это является практикой Дхармы. Вы сразу же увидите её результаты. Ваш гнев исчез, вы ничем не навредили тому человеку, он остался счастливым, и вы сами будете чувствовать себя счастливым. Вы очень быстро увидите эти результаты.

Благодаря этому в будущем вы опять сможете в чем-то полагаться на этого человека, потому что он будет вам помогать. Что мы делаем? Мы на кого-то злимся, в порыве гнева говорим неприятные вещи, а в будущем, когда вы будете от него зависеть, он будет в ответ говорить вам всякие неприятные вещи уже в ваш адрес. Я просто сейчас вам рассказываю о том, как быстро проявляется карма. Более глубокие реакции кармы гораздо мощнее. Вот это лишь временная реакция. Если с таким пониманием вы будете воздерживаться от негативной кармы и накапливать позитивную, то это будет ваша практика. Вы будете практиковать Ямантаку и все остальное с целью очиститься от негативной кармы и накопить позитивную карму, осознавая эту цель, вы будете начитывать мантры и принимать Прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе. Вы будете принимать Прибежище, испытывая страх перед низшими мирами. Будете просить, чтобы Три Драгоценности защищали вас жизнь за жизнью.

Вы испугаетесь низших миров только в одном случае, если вы будете медитировать на непостоянство и смерть, если вы не будете медитировать, то вы не сможете вызвать в себе страх перед низшими мирами. Для вас рождение в низших мирах – это что-то такое из области фантастики. То есть, например, возможно, завтра кто-то к вам придет и отрубит вам руку – это реальная опасность, вы этого очень боитесь. Если вам кто-то скажет, что придёт и отрубит вам руку, вы будете всю ночь метаться и думать, как же вам избежать этого страдания. «Кто же мне поможет? Может быть, мне поможет Ельцин», – будете

думать вы. Тогда вы пойдете к Ельцину и примете в нем прибежище, обратившись к нему с просьбой защитить вас. Когда Ельцин согласится вас защищать, вы почувствуете огромное облегчение. Вот так мы принимаем прибежище.

Мы принимаем прибежище, боясь каких-то очень маленьких страданий. Если отрублена одна рука, ничего страшного, потому что останется другая рука, и ваша человеческая жизнь будет сохранена, вы все еще сможете практиковать. Но вот если вы завтра умрете и переродитесь животным, это будет катастрофа. Вы не сможете слушать Дхарму. В это время я появлюсь перед вами как ваш Духовный Наставник и скажу вам: «Послушай теперь меня». Вы не услышите ни единого слова Дхармы. Даже если вы будете слышать звуки, которые я издаю, вы не сможете понять, что они означают. Это будет ужасным несчастьем. Такое происходило в прошлом, происходит сейчас и в будущем тоже может случиться. Я уже пять лет в России, и за эти годы, возможно, некоторые мои ученики переродились в баранов, и теперь они не могут получать мое учение. Они слушают, но слушают невнимательно. Они не практикуют то учение, которое я даю, а просто слушают его. Вот когда они переродятся баранами, тогда они действительно пожалеют об этом.

Вам очень повезло, что вы еще не переродились баранами. Вы пока люди. У вас все органы чувств. У вас есть драгоценная человеческая жизнь. Но все это останется с вами ненадолго. Совершенно точно, когда-нибудь к вам придет смерть. Это будет подобно тому, если вас кто-то выбросил из самолета. Когда вы рождаетесь, этот процесс подобен падению с самолета, потому что с момента своего рождения вы с каждой минутой все ближе и ближе к смерти. Точно также, выпав из самолета, вы с каждым мгновением все ближе и ближе к земле. Совершенно неизбежно вы упадете на землю. Мудрые люди в момент падения не будут танцевать, петь песни, воображать, что они летят, хотя на самом деле они падают. Они будут думать только об одном: «Как бы мне удачнее приземлиться». Итак, если вы не будете думать о непостоянстве и смерти, то, выпав из самолета, будете воображать, что вы на самом деле парите в воздухе. Вы раскинете руки как крылья, будете петь песни и говорить: «Я летаю, как птица». Это очень опасно. Это самообман.

Если бы вы действительно летали по-настоящему, то было бы другое дело, но вы не умеете летать. Поэтому необходимо медитировать на непостоянство и смерть. Эта медитация откроет ваши глаза, вы испугаетесь низших миров. Тогда вы по-настоящему примете Прибежище в Трех Драгоценностях. Только тогда вы станете настоящими буддистами. Ваше поведение совершенно изменится. Вы перестанете совершать негативные поступки естественным для себя образом и начнете спонтанно совершать позитивные поступки. Итак, медитация на непостоянство и смерть крайне важна и необходима для малой личности.