

Карма. Четыре негативных кармы речи и три негативных кармы ума

Я счастлив видеть вас сегодня. Как я вам уже говорил, очень важно получать драгоценное учение по Дхарме с правильной мотивацией. Ваша мотивация должна быть связана с заботой о счастье всех живых существ. Сегодня вы получите более подробное учение по карме, и, чем лучше вы будете понимать его, тем меньше вреда вы станете причинять живым существам. Чем более безвредным человеком вы будете становиться, тем более спокойны, умиротворены будут окружающие вас люди. Поэтому получение учения по карме также будет являться источником спокойствия не только для окружающих вас людей, но в итоге и для всего мира. Как я вам уже говорил, одна из причин совершения людьми негативной кармы, негативных действий, заключается в непонимании работы механизма кармы и того, какие результаты она приносит.

Я начал давать учение по карме еще в прошлый четверг, и мы с вами уже обсудили четыре её характеристики. Мы приступили к обсуждению десяти негативных карм, и я уже объяснил вам, что такое три негативные кармы тела. Нам с вами осталось рассмотреть четыре негативные кармы речи и три негативные кармы ума. Эти десять негативных карм вы должны распознавать очень хорошо, ясно понимать, что это такое, даже во сне. Если вы прекратили создавать негативную карму даже во сне, это означает, что ваша практика стала сильной. Чем больше вы исполняете решимости не совершать в дальнейшем десяти негативных карм и стараться по мере возможностей воздерживаться от них, тем чаще и во сне вы будете воздерживаться от их совершения. Это первый шаг буддийской практики. Я уже повторял вам, что сам Будда сказал: «Несовершенство негативной кармы, накопление благих заслуг, укрощение собственного ума – таково мое учение».

Итак, нашей первоочередной и самой основной практикой должно быть несовершенство негативной кармы, и на это мы должны делать наибольший упор. На начальном этапе не надо стремиться перестать смотреть телевизор, перестать гулять, не надо пытаться закрыть все двери и окна, то есть изолировать себя от всего мира. Вначале это делать еще рано, вначале вы должны поставить основной акцент на воздержании от совершения десяти негативных карм, для вас это самое главное. Нет ничего плохого в том, чтобы ходить на вечеринки и веселиться – вы можете ходить туда, но, находясь там, вы должны очень внимательно за собой следить, отслеживать все свои действия тела, речи и ума, для того чтобы воздерживаться от совершения десяти негативных карм.

Как я вам уже говорил, от нашего тела исходят три негативные кармы – это убийство, воровство и сексуальная распущенность. Я уже объяснял вам, что это такое.

Далее, от вашей речи исходят четыре негативные кармы. Первая – это ложь. Различают два вида лжи – черную и белую. Черная ложь – это когда вы говорите неправду с неверной мотивацией, чтобы ввести других в заблуждение, обмануть их с целью причинения вреда. Такова черная, негативная ложь, которую вы не должны совершать никогда.

А что такое белая ложь? Это, например, если на работе вы говорите неправду своему начальнику, чтобы не обострять ситуацию, потому что в противном случае он может сильно разозлиться и разъяриться. Иногда для того, чтобы защитить себя от гнева начальства, это может быть допустимо. При этом у вас не должно быть ошибочной мотивации обмануть его, а должно присутствовать только одно – желание как-то защититься. Это белая ложь, но ложью она от этого быть не перестает. Даже и ее старайтесь произносить как можно реже. В настоящее время вы не способны полностью перестать лгать. Я знаю, что для вас солгать таким образом иногда бывает даже необходимо. А если вы говорите неправду исходя из заботы о других, во благо других,

такая ложь допустима, и вы можете в любое время ее произносить. Например, если мимо вас пробежал баран, то человеку, который за ним гонится, чтобы убить, вы можете смело сказать, указав в противоположном направлении: «Баран убежал в ту сторону». Не надо указывать, куда он в действительности убежал, потому что вы хотите уберечь его от смерти, спасти ему жизнь. Поэтому ради блага другого существа ложь дозволительна.

Когда вы берете на себя обет бодхисаттвы, вам дается разрешение совершать семь негативных карм из десяти. Это негативные кармы тела и речи, все они дозволительны, исходя из того, что вы делаете это ради блага других, с мотивацией бодхичитты. Но при этом строго запрещено совершение негативных карм ума, потому что их вы не можете создавать ради блага других. А совершение негативных карм тела и речи во имя других допускается. Итак, как я вам уже говорил, все очень сильно зависит от ситуации, от обстоятельств, и здесь большую роль играет ваша цель и ограничения. Например, возьмем убийство. Если вы видите человека, который вот-вот нажмет на ядерную кнопку и тем самым убьет через минуту-другую тысячи и тысячи людей – вы пытаетесь уговорить его этого не делать, объяснить ему, но он вас не слушает, тогда вы взвешиваете эту ситуацию: чья жизнь важнее – одного человека или тысячи людей. Вы приходите к выводу, что жизнь тысячи людей важнее. И для того чтобы спасти тысячу жизней, а также из сострадания к этому человеку – ведь если он совершит это действие, для него это будет тяжелейшая негативная карма – вы можете его убить. Но если вами движет эгоцентризм, то это абсолютно недопустимо.

Будда рассказывал историю об одном бодхисаттве, который убил бандита, чтобы спасти торговцев, ехавших на корабле. Этот бандит хотел убить их, но бодхисаттва, не дав ему это сделать, из сострадания лишил жизни его самого. Благодаря этому поступку бодхисаттва накопил большое количество позитивной кармы. Когда Будда рассказал эту историю, ее услышала одна монахиня и стала искать какого-нибудь разбойника, который хотел бы убить много людей. Наконец, она нашла такого, и, увидев его, подумала: «Если я убью этого бандита, я накоплю такие же заслуги, как тот бодхисаттва. Я стану более известной», – и убила разбойника. Ее мотивация при этом была не верна. Когда она рассказала об этом Будде, он ответил: «Ты совершила ошибку, у тебя была нечистая мотивация, в тебе не было сострадания к тому человеку, которого ты убила, ты сделала это из себялюбия. Ситуация была аналогична той ситуации, о которой я говорил, но у тебя не хватило сострадания, в твоём уме преобладало себялюбие». Поэтому я рассказываю вам эту историю, чтобы вы не совершили ошибку, как та монахиня.

Итак, сострадание имеет очень большое значение. Какую бы негативную карму вы ни намеревались совершить, лучше воздержитесь от этого, если у вас недостает сострадания. Даже если вы ругаете других людей, но чувствуете, что у вас при этом нет или мало сострадания к ним – лучше вообще не ругать. Иногда вы можете сказать себе: «Я хочу отругать его для его же блага». Верно, у вас может быть такая мотивация, но учтите при этом, что если у вас не хватает сострадания к этому человеку, то, ругая его, вы будете накапливать негативную карму. Вы наполовину исполнены заботой о том, чтобы он изменился к лучшему, но вторая половина вашего ума охвачена себялюбием. Вы просто не хотите, чтобы этот человек так себя вел по отношению к вам. Из-за этого на словах вы станете всем говорить, что делаете это из сострадания, но это будет ошибкой. Поэтому важно хорошо знать учение о карме. Оно изменит ваш внутренний мир, а не внешнее поведение.

Вторая негативная карма речи – это злословие. Это речь, которая вносит раздор между людьми. Ваши слова могут быть правдивы или неправдивы, но если вы говорите что-то с мотивацией поспорить других людей, внести между ними раздор, то ваши слова

превращаются в злословие. Если же у вас не было мотивации поссорить людей между собой, но из-за ваших слов они ссорятся – то ваша речь не становится злословием. Поэтому злословие – это негативная карма речи, но она очень сильно связана с мотивацией. Даже если вы говорите правду, но с мотивацией внести раздор между людьми, то это тоже злословие.

Итак, как я вам уже говорил, воздерживаться от негативной кармы злословия вы должны по двум причинам. Первая причина субъективна, она связана непосредственно с вами – чем больше вы будете злословить о других, тем больше они будут злословить о вас, и вы в итоге поссоритесь со своими друзьями и останетесь в одиночестве. Итак, не занимайтесь злословием исходя из заботы о самом себе. Вторая причина, по которой не следует совершать негативную карму злословия – это сострадание к другим. Когда кто-то пытается вас поссорить с близким другом, как вы себя почувствуете в этой ситуации? И точно так же почувствуют себя другие люди, если вы будете делать это по отношению к ним. Итак, из сострадания к другим, никогда не занимайтесь злословием. Я не знаю, много ли в России злословят. Но сейчас у всех телефоны в квартирах, и люди все время друг другу названивают, так что будьте осторожны, будьте бдительны. «Он о тебе так сказал, а еще вот это сказал», – такие вещи вовсе нет необходимости друг другу рассказывать.

Третья негативная карма речи – это грубая речь. Грубая речь не обязательно должна являться суровыми словами, руганью, это далеко не всегда так, иногда она может звучать очень сладко. Допустим, вы что-то говорите, но при этом каждое ваше слово так и дышит ехидством, сарказмом – это тоже грубая речь. Любая речь, которая разрушает гармонию, равновесие в сердцах других людей – это грубая речь. Если вы что-то говорите с мотивацией лишить человека покоя, вредите его внутреннему состоянию – это тоже будет относиться к грубой речи.

Наконец, четвертая негативная карма речи – пустая болтовня. Это когда вы говорите какую-то чепуху по поводу других людей, когда вы суете свой нос в чужие дела, которые вас не касаются. Если у вас слишком «длинный нос», то обычно вы смотрите на недостатки других людей, обсуждаете их: что сказал этот, чем занимается тот, но это неправильно. Если вы так любите смотреть на других людей, то обращайтесь внимание на их хорошие качества, в себе же высматривайте недостатки, будьте критичными по отношению к себе. Когда ваш ум слишком направлен на обсуждение других людей – обсуждайте то хорошее, что есть в них, а если вам не хочется пристально рассматривать окружающих, то оставайтесь спокойными.

Не обязательно слишком много копаться в жизни других людей: что делают те, что делают эти – это плохие интересы. Вам много чему еще нужно научиться, зачем же вам учиться и узнавать какие-то совершенно бесполезные для вас вещи. Я лично очень мало знаю о прошлом своих учеников, меня не очень-то интересует, кем вы были, кем являлись ваши родители, где вы росли, что у вас было раньше, потому что больше всего меня интересует ваше настоящее и будущее. Я хочу, чтобы в настоящем вы были хорошими, добрыми людьми, а также, чтобы в будущем вы стали лучше. Если же вы в прошлом были бандитом или мафиози – меня это совершенно не волнует и не интересует. Даже если раньше вы были очень плохим – это неважно, главное, чтобы сейчас вы были хорошим человеком и чтобы в дальнейшем вы стали еще лучше. Поэтому не надо слишком копаться в прошлом, слишком много обсуждать его – ведь это прошло, это уже история. Также не надо между собой обсуждать, что какой-то человек пришел недавно и он новичок; был ли он раньше там-то или там-то – все это неважно, не обязательно и тоже относится к пустой болтовне.

Но если вы болтаете с другими людьми из заботы о них и тем самым хотите сделать их счастливыми – это уже не будет пустой болтовней. Если вы, общаясь с другими людьми, говорите о всякой ерунде, шутите, рассказываете анекдоты – это не пустая болтовня, потому что вы делаете это с мотивацией принести им счастье, радость. Я вовсе не предлагаю вам вообще перестать говорить, решив не допускать со своей стороны пустой болтовни, все время молчать и сидеть с закрытым ртом. Даже если ваша мама за столом спросит: «Ты голоден?», вы будете молчать, потому что подумаете, что ответ будет пустой болтовней, – так поступать глупо. О чем бы вас ни спросили люди, каждый раз из сострадания вы должны не только отвечать им, но делать это с большой радостью.

Таковы четыре негативные кармы речи. Сделайте все возможное, чтобы свести их к минимуму.

Теперь обсудим три негативные кармы ума.

Первая негативная карма ума – это страстное желание, или алчность. Когда вы говорите: «Я хочу того, я хочу сего», – это и есть алчность. Старайтесь по возможности уменьшать ее в себе. Будда говорил, что необходимо избавляться от алчности, потому что именно она является источником вашей постоянной неудовлетворенности, ваших депрессий, ваших негативных состояний. Здесь имеется в виду алчность не только в отношении материальных предметов, но и в отношении всего, что касается вашей жизни, к этой карме относится также любое страстное влечение.

Но желание достичь состояния Будды и желание продвигаться по духовному пути, занимаясь духовной практикой, нисколько не имеет отношения к алчности. Алчность – это не просто желание чего-то, алчность – это когда вы думаете, что данный материальный объект, предположим машина, принесет вам счастье, и размышляете так: «Я хочу эту машину, потому что я не стану счастливым, пока у меня ее не будет. Только получив ее, я буду счастлив. Я хочу машину, хочу ее любой ценой. Чтобы заполучить ее, я готов пойти на все – обмануть отца и мать, украсть, сделать все что угодно». Это называется алчностью. А просто желание что-то иметь – это не алчность.

Итак, зная, что алчность является источником всех страданий, делайте все возможное, чтобы ослабить, уменьшить ее в себе, потому что она подобна соленой воде и никогда не принесет вам удовлетворения. Будда сказал: «Если вы не хотите страдать, не создавайте причины для страданий, то есть не совершайте десять негативных карм». Если вы исследуете все эти десять карм, негативные кармы тела и речи, то поймете, что большая их часть имеет под собой причину – алчность, как раз она является источником. Именно негативная карма ума заставляет вас совершать негативные действия на уровне тела и речи. Поэтому для того, чтобы пресечь негативную карму тела и речи, в первую очередь пресеките негативную карму ума, и тогда другие негативные кармы прекратятся сами собой. Чем больше у вас алчности, тем больше вы совершаете негативную карму на уровне тела и речи, это я вам точно говорю. Чем меньше у вас в уме негативной кармы, связанной с алчностью, тем быстрее будут ослабевать у вас другие два вида негативных карм, тем меньше вы будете совершать негативных действий на уровне тела и речи, и это будет происходить у вас совершенно естественно. Соответственно, тем больше покоя будет у вас в уме.

Вторая негативная карма ума – это ненависть, или гнев. Из-за гнева вы тоже совершаете негативную карму на уровне тела и речи. Поэтому вы должны понять, что гнев уничтожает не только ваше собственное спокойствие, но также покой других людей. Ничего хорошего гнев вам не приносит. Подумав над этим, поняв, что гнев уничтожает счастье всех людей,

что он никого не делает счастливым, вы говорите себе: «Зачем мне нужен гнев? Нет никакого смысла его в себе порождать».

Не дружите со своим гневом. Когда люди начинают дружить со своим гневом, он вспыхивает у них моментально, за мгновение они могут разгневаться. Если вы гневливы и быстро впадаете в подобное состояние, это означает, что вы друзья своего гнева. Он возникает в вас как защитник, но это неверно. Гнев не только никогда вас не защитит, но, напротив, будет подвергать вас опасности. Состояние гнева – это полубезумное состояние, вы должны об этом знать. Когда в вашем уме доминирует гнев, какие бы действия вы ни совершали на уровне тела, это неизменно будут очень вредоносные действия. Что бы вы ни говорили в этот момент, ваша речь будет очень зловредна и негативна. Поэтому, если уж вы вошли в состояние гнева, то самое главное, что вы должны сделать – это уйти в свою комнату, плотно закрыть дверь и уснуть. Если вы не заснете, а просто будете лежать, и вам захочется кого-то или что-то ударить – лучше уж избежите свою подушку, потому что, если будете молотить кулаками в стену, то испытаете боль и пораните руки. Можете немножко побить свою подушку, а потом уснуть. Вы должны дать себе слово, твердо сказать себе: «Когда я гневаюсь, я никогда ничего не буду говорить в эти моменты, а буду молчать».

Даже если вы увидите, что какой-то другой человек сделал серьезную ошибку, и вы разгневались из-за этого, все равно ничего не говорите. Как известно, если вы что-то скажете, потом свои слова назад уже не возьмете. А если вы еще не сказали этих слов, то воля ваша, вы можете сказать их потом в любой момент. На следующий день, когда все уляжется, вы можете попросить этого человека зайти в ваш кабинет и там все ему высказать. А если вы разгневались на своего мужа, то на следующий день попросите его, чтобы он зашел к вам на кухню, и там выскажите все, что о нем думаете, держа в руке кухонный нож (шутка). Но сказать это все надо таким образом, чтобы не сделать человека несчастным, чтобы из-за разговора с вами он не впал в депрессию или гнев. Скажите это так, чтобы ему стало стыдно за то, что он сделал. Вы можете заметить: «Вчера ты сделал то-то и то-то, неужели тебе вообще не было стыдно?» Когда он узнает о том, что вы думаете на этот счет, вот тогда он смутится. А если его охватит смущение, если ему будет стыдно, он самому себе даст слово больше не делать таких вещей.

Лучший способ завоевать сердце другого человека – это не заставлять его страдать, не заставлять его гневаться, не разрушать его покой, а заставить его смутиться, сделать так, чтобы ему стало неудобно, стыдно за себя. Даже если речь идет о вашем враге, когда он поступает неправильно, вы можете указать ему на его собственный поступок так, чтобы вызвать у него чувство стыда за свои действия. Тогда даже ваш враг станет вашим другом. Но если кто-то совершает ошибку, а вы сообщаете ему об этом так, что вызываете у него еще и гнев, это все равно что подливать масла в огонь.

Третье негативное действие ума – это ложные взгляды. Что такое ложные взгляды? Это очень сильная, ни на чем не основанная уверенность, что не существует ни прошлых, ни будущих жизней. Это убежденность в том, что не существует никакой кармы, и, какие бы действия вы ни совершали, что бы вы ни делали, все сойдет с рук, главное же – это вовремя скрыться от милиции. А от нее можно откупиться, поэтому, в принципе, разрешается делать все, что придет в голову: убивать, воровать. Это ложные взгляды. Кстати, многие люди накапливают негативную карму из-за них, считая себя очень умными. Эти люди что-то воруют, обманывают других, а потом гордятся этим и говорят: «Вот какой я умный – мне удалось всех обмануть! Я очень хитрый человек, а все другие дураки». Это и есть ложные взгляды. Это подобно тому, как маленький ребенок ворует отравленную конфету и съедает ее с удовлетворением, думая, что он очень умный. Даже если никто не заметит, как

вы украли и съели отравленную конфету, вам все равно придется испытать на себе результат этого яда. Поэтому никогда не впадайте в ложные взгляды.

Я знаю, что у большинства из вас их нет, но когда люди пытаются на вас повлиять, навязать вам какие-то ложные воззрения, не поддавайтесь этому. Бывает, что кто-то из ваших знакомых говорит: «Какая еще прошлая жизнь, будущая жизнь? Ничего подобного нет! Никакой кармы тоже нет. Мы живем только один раз, в конце концов, поэтому надо жить на полную катушку, наслаждаться жизнью: воровать, убивать, пить, принимать наркотики, гулять. Какое еще сострадание? О нем говорят только дураки! А добросердечие – это просто слабость. Если ты добрый – ничего в жизни не добьешься. Посмотри на меня: никакой добротой я не обладаю, поэтому у меня все есть. А теперь посмотри на моего соседа: он утверждает, что является буддистом, и разглагольствует с утра до вечера про какую-то доброту, но у него ничего нет, он нищий! А у меня все время есть деньги», – это и будут ложные взгляды. Если, когда ваш знакомый так говорит, у вас в голове появится мысль, что, может быть, он прав – никогда не допускайте таких мыслей. Потому что люди, которые так говорят, просто бравируют своим богатством, но внутри у них нет никакого спокойствия и счастья, это точно. А, допустим, сосед этого человека, который буддист и живет бедно, богат внутренним покоем и спокойно, мирно спит по ночам.

Вначале, когда вы только начали заниматься буддизмом и у вас есть много разнообразных друзей, всегда будет опасность, что так называемые негативные друзья могут попытаться оказать на вас дурное влияние. А из-за их влияния вы можете оказаться на их месте и тоже заразиться ложными взглядами.

Таковы десять негативных карм. Делайте все возможное, чтобы пресечь их, а это пресечение и будет называться совершением позитивных карм. Что такое десять позитивных карм? Это несовершенство десяти негативных карм. Но недостаточно просто не совершать, вы должны постоянно исполняться решимости: «Я ни за что на свете не совершу эти десять негативных карм». Тогда ваше воздержание от совершения этих десяти негативных карм будет постоянно приносить вам добродетель, тем самым вы станете все время накапливать позитивную карму. А если вам удалось удержаться от совершения негативной кармы, когда вы уже чуть было ее не допустили, это тоже позитивная карма. Например, когда вы чуть ни сказали что-то плохое другому человеку, но вовремя закрыли рот и удержались, это тоже будет позитивной кармой речи. Или в вашем уме возникла алчность: «Я хочу того, я хочу сего», – но тут же вы себя остановили: «Зачем мне это надо? В конце концов, это соленая вода, которая никогда не принесет удовлетворения».

Но что необходимо, то необходимо – с этим ничего не поделаешь: вам нужна одежда, жилье, и это не алчность. Однако хотеть очень дорогие и красивые наряды – это алчность. Главное в одежде – чтобы вашему телу было тепло. Если вы говорите: «Наступает зима, мне нужна теплая одежда», – это не алчность, это необходимость. Но думать, что наступает зима и вам нужна очень красивая и дорогая шуба, чтобы все люди на вас смотрели и думали: «Какая у нее дорогая и красивая шуба!» – такие мысли и есть первая негативная карма ума. Таким образом, когда вы привязываетесь к чему-то, что не является необходимостью для вас, что уже находится за гранью необходимого, это уже алчность. Так что следите за собой и проверьте, где у вас проходит эта граница.

Совершая негативную карму, следует знать одну вещь. Если при ее совершении у вас присутствуют четыре фактора: основа, мотивация, действие и завершение, то негативная карма становится тяжелой. Наличие этих четырех факторов или их отсутствие как раз и определяет степень тяжести негативных деяний. Если вы хорошо знаете о них, даже в случае совершения негативной кармы во время завершения этого действия вы можете

сделать свою карму легкой. Поэтому и говорится, что мудрые люди, даже когда накапливают тяжелую негативную карму, делают ее легкой, а глупые люди, даже накапливая легкую негативную карму, делают ее тяжелой. Поэтому очень важно знать четыре фактора негативной кармы.

Кстати, у позитивной кармы тоже есть четыре фактора. Какую бы позитивную карму вы ни совершали, если в ней еще присутствуют эти четыре фактора, то она становится очень весомой, очень мощной. Такова практика. Когда вы знаете о четырех факторах негативной кармы и тем самым устраняете или сокращаете ее. С другой стороны, вы помните о четырех факторах позитивной кармы и приумножаете ее. Это и будет вашей неформальной и самой мощной практикой.

Мой Учитель говорил мне: «Будь счастлив, наслаждайся жизнью, но живи в соответствии с законом кармы, это и будет твоей практикой Дхармы». Это весьма глубокий совет, который для меня был очень полезен. Я тоже хочу объяснить вам, что практиковать надо со счастливым настроением ума. В несчастливом состоянии практиковать не получится. Не нужно быть слишком строгим и зажатым – нужно быть расслабленным. Поскольку ваш ум находится в сансаре, без ошибок не обойтись. Не говорите о себе: «Я такой плохой, что просто кошмар» – это тоже крайность, это неправильно. Но вообще не обращать внимания на свои ошибки и думать: «О, я такой умный, я такой хороший» – это другая крайность. Вам всегда нужно выбирать срединный путь: «Я не очень плохой человек, но и не очень хороший. По сравнению с очень хорошими людьми я еще не достаточно хорош, но по сравнению с очень плохими людьми я не так уж и плох». Всегда нужно придерживаться середины. Думайте следующим образом: «У меня есть такие-то ошибки, но я буду их потихонечку уменьшать, потому что все сразу устранить не получится. Сегодня я очень гневался, это плохо, завтра я не стану так делать – и будет хорошо». Понемногу, не торопясь, меняйте свое состояние ума, и в конце концов станете совсем невредным и добрым человеком, постоянно сможете сохранять доброту ума, будете в спокойном и счастливом состоянии.

Если вы знаете закон кармы, когда в жизни вам приходится делать выбор: поступить тем или иным образом, в первую очередь обращайте внимание не на законы страны, вначале рассматривайте закон кармы – разрешает он этот поступок или нет. Если закон кармы разрешает так поступать, даже если закон вашей страны не допускает подобных действий, последствия будут не так страшны. Если же закон кармы чего-то не позволяет, а закон вашей страны позволяет, не нужно этого делать. Существует большая разница между нелегальным действием и аморальным. Нелегальное – не так опасно, аморальное – опасно, потому что это совершение негативной кармы. Если вы будете так действовать согласно этому принципу, день ото дня в вашем уме будет возрастать спокойствие, и вы, сами того не замечая, будете заниматься очень сильной практикой. Но для этого важно знать о четырех факторах кармы.

Возьмем для примера убийство. Первый фактор, присутствующий в убийстве, – это основа. Например, если вы хотите убить человека, то основой здесь является человек. Если вы хотите убить животное, то основа – это животное. Но если вы хотели убить животное, а нечаянно убили человека – то вы ошиблись основой, это тоже уменьшает негативную карму, потому что в вашем действии отсутствовала основа, она была ошибочна. Если же вы не ошиблись, если вы хотели убить человека и убили его, того, которого и собирались, значит, с основой было все нормально, она присутствовала.

Второй фактор – это мотивация. В убийстве, о котором мы говорим, мотивацией может быть гнев, ревность или привязанность. Когда имеют место такие эмоции, значит, присутствует и второй фактор – мотивация убийства.

Третий фактор – это само действие. В данном случае это может быть выстрел из пистолета, удар ножом и так далее. Это непосредственно действие.

И четвертый фактор – это завершение, т. е. удовлетворение, радость от совершенного поступка. «Ну, наконец-то я убил своего врага, и теперь я счастлив!» – это завершение. Когда вы совершаете убийство при наличии всех четырех факторов, ваша негативная карма становится очень тяжелой.

Если рассмотреть с другой стороны, то есть два вида кармы: созданная и накопленная. Можно проанализировать их соотношение с логической точки зрения и сказать, что существуют четыре альтернативы в соотношении между созданной кармой и накопленной кармой. Первое – это нечто, что являлось бы созданной кармой, но не являлось накопленной кармой. Это когда вы убиваете кого-то, но не чувствуете от этого никакой радости, а чувствуете сожаление. Вы думаете: «Зачем я это сделал? Я ошибся». Итак, вы создали карму, это и есть созданная карма, но она не накопленная, потому что вы чувствуете сожаление из-за того, что совершили. Четвертого фактора в ней не присутствует. Из-за такого действия, из-за убийства другого человека, вы чувствуете сожаление, и, соответственно, это будет созданной, но не накопленной кармой.

Вторая альтернатива – это то, что является накопленной кармой, но не является созданной. Вы очень сильно хотите убить кого-то, но не убиваете его. Например, вы стреляли в человека, но не попали. Это накопленная карма, но не созданная, потому что вы его не убили. Но поскольку у вас была очень сильная мотивация убить его, несмотря на то, что убийства не произошло, вы из-за этой мотивации накопили карму, и она тяжелее, чем созданная карма.

Третья альтернатива – это то, что является и тем и другим: и накопленной кармой, и созданной кармой. Это убийство человека из чувства сильного гнева, когда в результате вы испытываете большое удовлетворение, радость от содеянного. Это и созданная, и накопленная карма.

Четвертая альтернатива – то, что не является ни тем, ни другим. Например, стол или сон.

Теперь я расскажу вам о результатах, которые приносит созданная и накопленная карма. Созданная карма – неопределенная. Она проявится, но очень нескоро, через много жизней, и она легкая. А накопленная карма (в особенности если вы и создали, и накопили карму в одном действии – эта карма называется определенной) проявится либо в этой жизни, либо непосредственно в следующей жизни. Поэтому будьте очень осторожны с негативной кармой, которая является одновременно и созданной, и накопленной. Результат вас ожидает уже в этой жизни или сразу же в будущей жизни. Такая карма называется определенной. Если вы делаете очистительные практики, то в первую очередь следует очищать определенную карму. Если вы будете очень хорошо знать все эти вещи, то ваша практика Ваджрасаттвы будет гораздо эффективнее. В итоге вы станете подобны профессиональному врачу, который сначала излечивает наиболее явные болезни своего пациента, а потом постепенно добирается до скрытых и начинает их тоже лечить.

Что касается основы, вы должны знать о том, что такое легкая негативная карма и тяжелая негативная карма, также исходя из основы. С точки зрения основы, ваш духовный

наставник и ваши родители являются наиболее весомыми объектами. Если вы создаете негативную карму в отношении своего духовного наставника или родителей, которые являются наиболее весомыми основами, соответственно, ваша негативная карма становится очень тяжелой. Если вы, допустим, скажете в гневе только одно слово «дурак» своему учителю или любому другому человеку, несмотря на то, что по отношению к разным объектам было произнесено одно и то же слово, именно из-за основы (объекта) есть большая разница в карме, которую вы накопили в том и в другом случае. То же самое относится и к родителям: называть душой свою маму и называть душой другую женщину – это две большие разницы именно из-за степени весомости объекта. Это правило придумал не я, это естественный механизм закона кармы, закона природы, который Будда открыл и объяснил, как он работает.

С другой стороны, если вы совершаете позитивную карму в отношении своего духовного наставника и родителей, то она также становится очень весомой. Будет очень большая разница в величине вашей позитивной кармы, которую вы накопите, сделав что-то хорошее или подарив что-то своим родителям или духовному наставнику, чем если бы вы сделали то же самое по отношению к другим людям. Я при этом не намекаю на то, чтобы вы дарили мне подарки. Мне не нужны ваши подарки. Я говорю это вам для того, чтобы вы лучше понимали все эти вещи. Если уж вы хотите сделать подарок, то лучше подарите его родителям, отцу и матери, а не мне. Духовный наставник, а также ваши отец и мать являются настолько весомыми объектами, что ваша карма, накопленная по отношению к ним, проявится либо уже в этой жизни, либо сразу же в следующей. Поэтому будьте особенно осторожны. Результаты вы испытаете очень быстро.

Если вы создаете очень тяжелую негативную карму в отношении своих родителей, то пройдет какое-то время, и уже в этой жизни вы испытаете последствия этого действия на себе. Существует много историй на эту тему, и я не хочу рассказывать их. Основная причина, почему так важна практика преданности гуру, как раз и заключается в том, что гуру – крайне весомый объект в отношении как позитивной, так и негативной кармы. Почему? Потому что наиболее добрыми людьми по отношению к вам были и являются ваши родители и ваш духовный наставник. Поскольку они своей добротой создают с вами особую связь, то становятся для вас очень весомыми объектами.

Итак, мы говорим о весомости кармы с точки зрения объекта. Допустим, если вы убиваете человека и убиваете животное, то убийство человека – более тяжелая негативная карма. Если же среди животных вы убиваете животное большего размера, то это более тяжелая негативная карма, чем убийство животного, меньшего по размеру. Почему? Потому что в большом животном обитает множество других живых существ. Убив его, косвенно вы убиваете и этих существ тоже. Поэтому убийство большого животного тяжелее, чем убийство маленького.

А где карма тяжелее: в случае убийства слона или маленького ребенка? Когда речь идет о человеке и слоне, то, с точки зрения размеров, убийство слона – это более тяжелая негативная карма, но с точки зрения качеств, при убийстве человека негативная карма тяжелее, чем при убийстве слона. В итоге, когда мы делаем окончательный вывод, где карма тяжелее – в убийстве слона или ребенка, мы заключаем, что более тяжелая негативная карма будет от убийства ребенка, потому что качество важнее, чем количество. А если смотреть, где карма будет тяжелее: при убийстве толстого человека или худого? Я этого не знаю, сами проверьте. Но это неважно. Итак, я объяснил вам тяжелую и легкую негативную карму с точки зрения объекта. Я надеюсь, что вы не забудете об этом.

Затем обсудим тяжелую и легкую негативную карму с точки зрения второго фактора, то есть мотивации. Это очень просто. Если вы убиваете с сильным чувством гнева, то ваша карма становится тяжелой негативной кармой. Если ваш гнев умеренный, то и негативная карма становится средней тяжести. А если вы убили комара с легким чувством раздражения, то и негативная карма тоже будет легкой. Итак, второй фактор зависит от интенсивности вашей собственной мотивации.

То же самое относится и к позитивной карме. Если ваш объект – духовный наставник, мотивация – чувство сильного уважения к нему, действие – подношение ему чашки чая, завершение действия – чувство большой радости и счастья (вы очень счастливы, что вам удалось поднести своему наставнику чашку чая, чтобы суметь хоть как-то отблагодарить его за доброту к вам), это становится весомой позитивной кармой. Это очень мощная практика. Чем больше в вашей мотивации веры, почтения и уважения, тем мощнее становится ваша позитивная карма. Преданность гуру приносит вам большое благо.

Но духовному наставнику грозит опасность, потому что если он будет лишен правильной мотивации, то накопит негативную карму сам. Если он при этом думает: «О, я великий человек, вот теперь все мои ученики подносят мне чай, а я сижу тут, как царь!», в этом случае он просто дурак. В будущем, если вы сами станете духовными наставниками, у вас должна быть такая мотивация, такие мысли: «Несмотря на то, что я не стою уважения и почтения моего ученика, тем не менее, я как его Духовный Наставник олицетворяю для него воплощение всех будд. И для того чтобы он, поднеся мне чашку чая, смог накопить большие заслуги, пожалуйста, все будды и бодхисаттвы, войдите в мое тело и примите от него это подношение через меня. Пусть ради того, чтобы он накопил эти большие заслуги, я стану для него весомым объектом позитивной кармы». Если вы примете от него чай с таким состраданием, с такой заботой о нем, то вы сами выпьете вкусный чай и при этом накопите очень мощную позитивную карму. Эта позитивная карма будет больше, чем у тех людей, которые изолируют себя от мира, закрывают, законопачивают все окна и двери, сидят и читают мантры: «Я не хочу видеть никаких учеников, они только и делают, что мешают мне практиковать».

Итак, все очень сильно зависит от мотивации. Иногда вам полезно медитировать и жить в уединении, в изоляции, а иногда полезно жить в обществе и общаться со своими учениками – все зависит от ситуации. В будущем вы должны сами стать духовными наставниками. Если вы ими не станете, кто будет защищать молодое поколение? Когда вы будете духовными наставниками, вы должны стремиться к этому лишь из чувства сострадания. Никогда не стремитесь к тому, чтобы стать духовным наставником из эгоцентризма, из себялюбия. Если люди будут просить вас о том, чтобы вы дали им учение и стали их духовным наставником, согласитесь. Но если они вас не просят, а вы сами призываете их к себе и говорите: «Иди, иди сюда, я стану твоим учителем», это ошибка.

В древние времена, ученики по три раза просили учителя принять их в ученики, и лишь после этого учитель соглашался. В моем случае, когда я приехал в Россию, то в течение первых двух лет я не принимал никого из слушателей своих лекций в ученики. Я делился с ними учением как друг. Но потом шло время, и в итоге я стал вашим духовным наставником. С одной стороны, конечно, это для меня большая ловушка, но с другой стороны – это полезно, потому что я стал объектом для вашего накопления заслуг, я стал полезным для вас. Поэтому, если для вас это полезно, то в опасности для меня нет ничего страшного. Бодхисаттва всегда молится так: «Пусть я получу рождение в том месте, где живые существа больше всего нуждаются в моей помощи». Возможно, в прошлой жизни я молился о том же самом, поэтому в этой жизни мне приходится жить здесь, в самой трудной стране этого мира. Но в то же время это хорошо – значит, я правильно молился. Я

не остался в Новой Зеландии, которая является невероятно красивым местом, у меня было гражданство в Новой Зеландии, но я отказался от него, когда ушел в горы.

Я это все вам рассказываю не для того, чтобы произвести на вас впечатление, а для того, чтобы у вас перед глазами был пример, которому нужно следовать. В этом и заключается практика – следовать примеру своего духовного наставника. Поэтому, когда вы станете духовными наставниками, для вас очень важно будет являться хорошим примером для своих учеников. Ваши действия будут говорить о вас громче, чем ваши слова. В противном случае все ваши слова будут пустыми. В будущем, произнося какую-то речь, говорите только то, что соответствует вашим поступкам. Если вы делаете одно, а просите своих учеников, чтобы они делали по-другому, что совершенно противоположно вашим собственным действиям, – это неправильно. Вы в первую очередь сами должны делать то, что советуете другим, и тогда ваша речь станет могущественной.

Например, в те времена, когда жил Махатма Ганди, в Индии жила одна женщина, и у нее был ребенок, который слишком много ел шоколада. Эта женщина знала, что ее сын очень уважает Ганди. Поэтому она отправилась повидать Ганди и попросила его на встрече, чтобы он сам велел ее ребенку не есть шоколад. Ганди ей ответил: «Приходите через две недели, я пока подготовлю свою речь». Она была в шоке. Через две недели она с сыном вернулась к Ганди, и тот посмотрел на мальчика. А Ганди был великим бодхисаттвой, который любил других больше, чем себя. Взглянув на ребенка, Ганди сказал ему: «Мальчик, не ешь шоколада, это вредно для твоего здоровья». После чего он сказал: «Хорошо, а теперь можешь идти». У матери снова был шок. Она подумала: «Зачем Ганди потребовалось две недели для того, чтобы приготовить вот такую речь? Я же всегда своему ребенку говорю то же самое». Но дома ее ждало третье потрясение: ее сын действительно перестал есть шоколад. Испытав эти три потрясения, женщина снова пошла поговорить с Ганди. Она сказала: «У меня к вам есть два вопроса. Первый: зачем вам потребовалось две недели на то, чтобы приготовить слова, которые я и так все время говорю своему ребенку? Второй вопрос: почему после ваших слов мой мальчик перестал есть шоколад?» Ганди ответил ей: «У меня на это ушло две недели, потому что в тот момент, когда вы попросили меня посоветовать вашему ребенку не есть шоколад, я еще и сам любил и ел его. Но за две недели я бросил есть шоколад». Ганди сказал: «Лучше всего подготовлена та речь, те слова, которые истинны, поэтому, чтобы сделать свои слова истиной, я и сам за две недели перестал есть шоколад. А твой ребенок перестал есть шоколад после моих слов не потому, что они были красивы, а потому, что в моих словах была сила истины, именно она заставила его перестать есть шоколад».

Поэтому в будущем, когда вы сами станете духовными наставниками, для вас самое главное – говорить истину. Очень важна истина. А если вы советуете кому-то чего-то не делать, то для начала вы сами должны отказаться от таких действий, и тогда можете смело советовать это другим. Тогда ваши слова будут убедительны, потому что в них будет сквозить истина. А если вы сами очень злобный человек, с множеством привязанностей, и при этом ругаете своих учеников и говорите им: «Какие вы дураки, у вас столько гнева, столько привязанностей», то ваши слова будут очень слабыми.

Теперь рассмотрим тяжесть и легкость негативной кармы с точки зрения третьего фактора – самого действия. Допустим, вы убиваете человека после долгих пыток, то есть подвергаете человека мучительной медленной смерти. Это будет очень тяжелой негативной кармой, потому что само действие является очень тяжелым. Гораздо меньше негативной кармы будет в быстром убийстве, когда человек мгновенно умрет от вашей руки. Я говорю, что здесь негативная карма легче не потому, что действие лучше, а потому

что, по сравнению с мучением, с убийством, которое вы сопровождаете пытками, быстрое убийство будет не таким плохим.

Что касается третьего фактора позитивной кармы, такие действия, как длительное служение своему духовному наставнику, уход за родителями, когда они болеют, а вы изо всех сил стараетесь сделать для них что-то хорошее, помочь им – это, соответственно, и будет делать позитивную карму мощной. Здесь само действие является мощным. А если вы просто что-то такое быстренько сунули в руку родителям или учителю и убежали, то действие, конечно, является легким. Если ваша мама лежит в больнице, а вы просто зашли к ней, положили на столик фрукты и сказали: «Ну, все, пока, я пошел», – это будет легкой позитивной кармой. Итак, само действие имеет большое значение.

Далее обсудим четвертый фактор – чувство радости от содеянного. Допустим, вы совершили убийство и радуетесь этому, удовлетворены этим. Чем больше у вас радости от убийства, тем сильнее становится четвертый фактор и тем, соответственно, весомее становится ваша негативная карма. Поэтому, даже если вы кого-то убиваете, старайтесь изо всех сил не проявить четвертый фактор, то есть не порадоваться совершенному действию. Если вы сказали другому человеку что-то очень грубое, то вместо того, чтобы порадоваться этим словам, пожалейте о них. Это сожаление очистит вашу негативную карму. Это немедленное противоядие от негативной кармы, которое облегчает ее. Я знаю, мы не можем сразу же взять и прекратить совершение всех негативных карм. Но следите за своим телом, речью и умом и, как только вы совершили негативную карму, вместо того чтобы порадоваться, почувствовать удовлетворение, всегда чувствуйте сожаление по поводу содеянного. Тогда ваша карма будет созданной кармой, но не накопленной. А если она не стала накопленной кармой, тогда у вас меньше шансов, что она проявится в этой жизни или непосредственно в следующей. Это значит, что она проявится много жизней спустя, и, возможно, за это время вы сможете очистить ее и стать архатом.

Итак, какую бы негативную карму вы ни совершили, для вас очень важно не радоваться этому, а немедленно почувствовать сожаление из-за произошедшего. Это тоже сущностное наставление. Сущностное наставление приходит во время учения. Это те слова, которые вы слышите и которые раскрывают ваш ум, они рожают у вас сильную убежденность – такие слова и называются сущностными наставлениями. Эти наставления вовсе не предполагают, что для их передачи необходима особая торжественная церемония, что учитель должен находиться наедине со своим учеником. Нет, они передаются в другой обстановке. Подходящие ученики каждое мгновение будут получать сущностные наставления от своего учителя. Дромтонпа говорил: «Даже жесты Атиши для меня – сущностные наставления». Если ученик знает, как смотреть на позитивные стороны своего учителя, то даже жесты духовного наставника превращаются для него в сокровенные, сущностные наставления.

Как я вам уже рассказывал, сущностные наставления – это те, из которых вы способны извлечь глубинный смысл, которые способны изменить вас. Если же ученик неподходящий, даже если духовный наставник организует для него особую торжественную церемонию и наедине с ним будет в течение двух часов давать ему глубочайшие наставления, объяснять ему самые сущностные учения, этот ученик не только не воспримет ни одно из них, а еще и увидит недостатки в своем учителе. У него в голове будут такие мысли: «Возможно, он все это мне говорит, потому что чего-то от меня хочет». Допустим, учитель ему говорит, что он должен уважать своего духовного наставника. А ученик думает: «Да, он, наверное, говорит, что я должен его уважать, потому что ждет от меня какого-нибудь подарка, какого-то подношения».

Таковы четыре фактора, и вы не должны забывать об этом.

В пятницу, субботу и воскресенье у нас будет ретрит, готовьтесь к нему. Но вы должны относиться к этому ретриту не только как к учению, а в том числе как к нашему замечательному совместному пикнику. Это то самое время, когда все мы, духовные братья и сестры, соберемся вместе одной семьей. Для вас очень важно улыбаться друг другу, смеяться друг с другом и шутить. Не будьте серьезными и не старайтесь изобразить из себя важного человека. В конце концов, у нас не театр Дхармы, поэтому будьте естественны, пребывайте в своем естественном состоянии ума. Вышучивать самого себя тоже не возбраняется, вы можете шутить и над самим собой. Но не проецируйте ложные проекции и концепции на других людей. Важно помнить, что все они были вашими братьями и сестрами по Дхарме в предыдущих жизнях, и это абсолютно точно. Когда вы расставались друг с другом, то вместе молились, делали посвящения, чтобы снова встретиться. Благодаря этой молитве, в этой жизни вы все встретились, но на очень непродолжительное время. Почему же даже то короткое время, что вы проводите вместе, вы не способны уважать друг друга? Итак, в течение этих трех дней основным ретритом для вас будет сохранение в своем сознании уважительного отношения к другим, таким образом, чтобы вы уважали других больше, чем себя. Я знаю, что вы не способны сохранять такое отношение постоянно – это очень трудно. Но в течение этих трех дней мужья должны стараться уважать своих жен больше, чем себя. Что бы ваша жена в это время вам ни говорила, каждый раз отвечайте ей: «Ты права, дорогая». Если главой семьи является жена, то в течение этих трех дней она должна отдавать всю победу своему мужу и ценить мнение своего мужа больше, чем свое собственное. То же самое относится к вашим друзьям и подругам.

Итак, в течение этих трех дней занимайте самое низшее положение. Как все бодхисаттвы, старайтесь быть самым нижайшим из всех, сидеть ниже всех, а всех остальных вы должны рассматривать как будд, поскольку они все обладают природой будды и когда-нибудь станут буддами. Смотрите на них как на будд. Все великие мастера, великие бодхисаттвы воспринимают всех живых существ как будд и уважают, почитают их так же, как они почитают Будду, потому что знают, что в каждом живом существе есть природа будды. Принц рано или поздно взойдет на королевский престол и будет королем, поэтому министры его очень уважают. Точно так же все живые существа имеют природу будды, поэтому рано или поздно все они станут буддами. Исходя из этого, неизменно относитесь к другим с глубочайшим уважением. Но при этом я не говорю, что все существа уже будды. Вы должны воспринимать их как будд и уважать их.

Начните тренировку чистого восприятия со своего духовного наставника, пытайтесь увидеть его как настоящего Будду, затем постепенно научитесь видеть и всех живых существ как будд, и уважать их как будд. Если вы сможете увидеть всех живых существ как будд, для вас будет невозможно накопить ни единой негативной кармы, и даже во сне вы станете накапливать все время очень мощную позитивную карму. Поэтому сущностное наставление мастеров Кадам гласит: «Воспринимай всех живых существ как будд и почитай их как будд».

Во время моего отсутствия в Москве, я хочу, чтобы вы продолжали практику в центре. Иногда вы можете организовывать и проводить трехдневные ретриты в нашем центре, чтобы люди там и ночевали тоже. Если два или три человека хотят провести индивидуальный ретрит в центре, то им необходимо записаться у председателя, а он потом будет уже решать по расписанию. За проведение ретрита в центре должна взиматься определенная плата, чтобы у людей была возможность провести ретрит, а центр получил какие-то деньги. Потому что нам тоже нужны деньги для того, чтобы центр функционировал. Несмотря на то, что наш центр предназначен для принесения пользы и

блага другим, нам самим необходимы некоторые деньги, чтобы в дальнейшей перспективе принести еще больше блага. Тем людям, которые платят членские взносы, мне хотелось бы выразить очень большую признательность, сказать большое спасибо, потому что плата этих взносов – это все равно что подношение лично мне. Только мне эти деньги не нужны, они нужны центру.

Считайте, что, платя членские взносы, вы делаете подношение мне самому. Итак, с мотивацией, что вы делаете мне подношение, платите эти взносы, но воспринимайте это не как налог, а как подношение. Моя основная цель – это чтобы в Москве существовал центр. Естественно, я заинтересован в том, чтобы этот центр приносил пользу другим, поэтому ваши членские взносы являются косвенным подношением мне.

В настоящий момент наше дерево высыхает, почти высохло, поэтому нам нужно больше воды, чтобы поливать его. Когда наше дерево будет сильным и цветущим, нам уже не потребуется столько воды. Если вы даете стакан воды человеку, который испытывает сильную жажду, – это мощная позитивная карма. В настоящее время наш центр очень мучается от жажды, поэтому дать ему стакан воды – это весомая позитивная карма.