

Сегодня мы продолжим разговор о том, как развить в себе отречение. По словам Ламы Цонкапы, для развития отречения следует сначала избавиться от привязанности к этой жизни. Я подробно объяснил вам, каким образом это сделать. Не избавившись от привязанности к этой жизни, от восьми мирских забот, или мирских дхарм, вы не сможете правильно практиковать Дхарму. Мы переживаем множество разнообразных страданий, которые являются результатом нашей прошлой негативной кармы. Помимо этого у нас бывают страдания типа депрессии, неких тяжелых мыслей, уныния. Все эти страдания – прямой результат нашей привязанности к восьми мирским дхармам. Сперва мы страдаем из-за неполучения желаемого объекта, затем начинаем страдать из-за присутствия этого объекта и, наконец, страдаем от разлуки с этим объектом. Нет такого страдания, которое неизбежно возникает у любого человека от отсутствия автомобиля или дачи. Но у людей, имеющих привязанность к машине или даче, обязательно появляется страдание от отсутствия этих вещей. Проверьте сами, многие ваши страдания возникают из-за восьми мирских дхарм. Я живу в Москве и вы живете в Москве, Москва сама по себе не является кошмаром. Кошмар – это ваш образ мышления. Если человек привязан к какому-то другому месту и думает, что Москва – ужасный город, ему хочется уехать из Москвы и он страдает, если не может перебраться в то место, которое он считает таким замечательным.

Я вам уже объяснял, что такое восемь мирских забот, поэтому не буду повторяться. Также я подробно рассказывал, каким образом они усугубляют ваши страдания. Насколько вы сможете устранить привязанность к восьми мирским дхармам, настолько в вашем сознании возрастет спокойствие. Кроме того, я дал вам учение о десяти сокровищах Кадампы – следуя этому учению, вы сможете практиковать Дхарму более глубоко, сильно и чисто. Вам не надо сразу же приступать к практике десяти драгоценностей Кадампы, вы еще не доросли до нее, но знать об этом учении вам полезно. Еще я дал вам учение о том, как ослабить свою привязанность к восьми мирским дхармам: для этого необходимо размышлять над драгоценностью человеческой жизни и непостоянством и смертью.

Лама Цонкапа объясняет, что для устранения привязанности к будущим жизням следует медитировать над кармой и страданиями сансары. Сущностная практика кармы – это воздержание от создания негативной кармы и накопление позитивной кармы, то есть совершение правильных поступков. Зачем нам вести себя правильно? Потому что, как говорится в буддизме, ни наше счастье, ни наше страдание не созданы Богом, их создаем мы сами своим поведением. Если все ваши поступки на уровне тела, речи и ума искусны и не приносят никому вреда, то счастье придет к вам само. Для этого нужно хорошо изучить философию, иначе нам трудно будет изменить себя. Все хотят вести себя правильно, никто не желает причинять другим вреда, но в каких-то конкретных ситуациях люди, как правило, почему-то поступают неправильно. Когда вы усвоите правильную философию, когда у вас изменится образ мышления, тогда само собой изменится и ваше поведение.

Основное в философии буддизма – это отречение, бодхичитта и правильное воззрение. Когда в вашем сердце возникнет отречение, вы естественным образом перестанете совершать множество вредоносных поступков. Когда в вашем сердце зародится бодхичитта, вы произвольно начнете совершать много благих действий. Когда вы обретете правильное воззрение, то есть познаете пустоту, все омрачения полностью исчезнут из вашего сознания, и тогда все действия ваших тела, речи и ума станут безупречными, свободными от каких-либо изъянов. Благодаря этому вы достигнете состояния полного, совершенного счастья. Именно с этой целью сегодня мы говорим о трех основах пути.

Для развития отречения необходимо размышлять над четырьмя благородными истинами. Первая благородная истина – это истина о страдании, о порочности, ущербе сансары.

Не размышляя над природой страдания, присущей сансаре, вы не сможете породить в себе отречения и продолжите искать счастья в сансаре. В настоящее время мы переполнены желаниями и думаем, что, получив какой-либо внешний объект, мы обретем счастье. Проверьте свои желания и вы поймете, что ищите счастья именно в сансаре. В буддизме считается, что объекты ваших желаний избавляют вас от одних страданий, но вместе с тем становятся причинами других страданий, поэтому настоящего счастья они вам дать не могут.

Буддизм делит страдание на три группы: три вида страдания, восемь видов страдания и шесть видов страдания. Я уже объяснил вам три вида и восемь видов страдания, а сегодня мы поговорим о шести видах страдания. Человек, не знающий о природе страдания сансары, даже небольшие свои трудности считает ужасными. Человек, знающий о множестве разных страданий сансары, даже если ногу потеряет, скажет: “Это не так страшно. Есть другие люди – безногие, безрукие, испытывающие тяжелые муки от болезней, – вот их действительно нужно пожалеть. А мое страдание небольшое, только телу неудобно, зато ум – спокоен. Когда-то я создал нехорошую карму, и поэтому у меня такой результат. Теперь моя плохая карма очистилась, и я могу спокойно заниматься практикой”. Чем больше вы знаете о страдании, тем сильнее становится ваш ум, и тогда новые страдания в вашей жизни не кажутся вам слишком тяжелыми.

В буддизме говорится, что в самом страдании нет ничего хорошего, но если вы научитесь правильно его использовать, то откроете в нем много преимуществ. Страдание помогает вам развить в себе отречение: если вы не страдаете, вам трудно освободиться от привязанностей. Страдание лечит вас от гордыни, от высокомерия, вы становитесь смиренными. К примеру, если вы бизнесмен и ваш бизнес очень прибыльный, вы начинаете задирать нос от ощущения собственного могущества. Или, допустим, вы занимаете высокий пост в правительстве и уже не способны услышать слова бедных людей. Но когда вы скатываетесь с высокого поста, в вашей жизни и в вашем уме становится больше спокойствия, вы начинаете различать голоса других людей, слышать, о чем они говорят. Поэтому страдания ставят вас на землю, а временное мирское счастье заставляет вас парить в облаках. Также ваше страдание помогает вам почувствовать сострадание к другим, то есть у вас может появиться желание: “Пусть другие люди освободятся от своих страданий”, и это очень важно. Не со всеми, конечно, такое происходит. Однако люди, умеющие правильно использовать свои собственные страдания, способны стать сострадательнее и перестать накапливать негативную карму.

Это учение относится к разделу учения о тренировке ума, или по-тибетски ло-джонг. Оно говорит об использовании неблагоприятных условий на пути – например, страдания, – когда благодаря им вы развиваете в себе отречение от сансары, сострадательность, очищаетесь от негативной кармы. Если страдающий человек не знает Дхармы, он замыкается на себе и говорит: “Ужас, кошмар! Только я страдаю, все остальные счастливы. Мне никто не помогает, я такой несчастный. Даже Бог мне не помогает, а остальные люди такие плохие, черствые”. И тогда у него появляется злость на окружающих и возникают уже такие мысли: “Наверное, я страдаю, потому что кто-то мне что-то нехорошее сделал. Или мои родители неправильно меня воспитали, или чего-то мне в детстве недодали”. Таким образом, этот человек постоянно винит в своих несчастьях окружающих и тем самым увеличивает свои страдания, его ум становится вдвойне несчастен. Кроме того, если у вас в сознании нет Дхармы, то при виде счастья других людей у вас возникает зависть, ревность: “Почему у них есть счастье, а у меня нет?”

Подобный образ мышления и жизни называется противоречащим Дхарме. Пусть вы считаете себя буддистом и учеником Геше Тинлея, если вы живете с такими мыслями,

значит, вы никакой практикой Дхармы не занимаетесь, а просто играете в практику. Когда у вас проблемы или вы страдаете, думайте так: “Это страдание – благословение моего духовного наставника. Если бы я не испытывал эти временные страдания, то забыл бы о практике Дхармы. Мой духовный наставник напоминает мне: “Будь осторожен, ты находишься в сансаре, а сансара по природе своей есть страдание”. Это страдание напоминает мне, что если я не хочу страдать, то не должен создавать причины для страдания, то есть не создавать негативной кармы. Кроме того, мое страдание очень мало по сравнению со страданиями множества других живых существ. Эти живые существа, мои матери, страдают во много раз сильнее, чем я. Да освободятся они от своих страданий”. Встречая своих соседей, которые радуются своим успехам в жизни, вы уже знаете, что сансара по природе своей есть страдание, и понимаете: “Мои соседи будут счастливы недолго, вскоре к ним снова придут страдания. Сегодня они счастливы, и это хорошо, пусть они всегда будут так счастливы, пусть они полностью освободятся от сансары”. Вы почувствуете к ним сильное сострадание, даже если они будут веселиться, пить водку и танцевать: “Их счастье временно, обманчиво. Пусть они обретут истинное счастье – полную свободу от омрачений”.

Если вы способны сострадать людям, которые наслаждаются жизнью, это действительно великое сострадание. Человека, лишившегося ноги, может пожалеть даже маленький ребенок. Но великое сострадание – это сострадание ко всем людям, даже к занимающим высокое положение в обществе, к богатым. Чтобы зародить такое сострадание в глубине вашего сердца, вы должны хорошо знать четыре благородные истины и глубоко понимать, что такое страдание. Попробуйте думать именно так, попробуйте так жить. Вначале вам будет трудно, но постепенно ваше мышление и образ жизни изменятся и начнут приносить счастье и вам самим, и окружающим. Жить, радуясь страданиям других людей, очень плохо. В наши дни многие люди так живут – радуются, когда другие страдают. Пользуясь такой философией, вы нарочно будете заставлять других людей страдать, чтобы радоваться самому, то есть ради собственного счастья вы будете причинять страдания другим, плести интриги, говорить какие-то гадости. Но от этого ни вам, ни другим не будет по-настоящему хорошо.

Вы должны радоваться, когда радуются другие, – это правильная философия, и тогда вы будете всегда готовы что-то сделать для их счастья. Я сам так живу. Для меня самое большое счастье – когда счастливы другие люди. Когда я услышал это учение от своего учителя, то сразу же сильно поверил в него, и позже оно принесло мне большую пользу, потому что это и есть практика Дхармы. До сих пор я так жил, живу так и буду жить именно так жизнь за жизнью. Такая философия освободит вас от зависти кому-либо. Пусть ваши соседи танцуют, слушают громкую музыку, а вы сидите дома и, даже занимаясь в этот момент духовной практикой, думаете: “Как здорово, что они сегодня счастливы, пусть они всегда будут счастливы”, и их веселье уже не помеха вашей практике. Вы можете порадоваться за них, что они так счастливы сегодня, а затем подумайте, что их нынешнее счастье временно и вскоре они вновь будут страдать. Пожелайте им, чтобы они достигли, в конце концов, настоящего счастья, подумайте, что сейчас вы делаете духовную практику, чтобы в будущем освободить их от страданий и дать им истинное счастье, которое называется “свобода от омрачений”, и тогда никакой шум вам не помеха. Думайте именно так, и ваша практика день ото дня будет становиться лучше, сильнее. В противном случае вы будете сидеть, страдать и думать: “Боже, мои соседи, наверное, бесы, они мешают моей практике, они все носители зла, только я один святой”. Это неправильный образ мышления.

Теперь поговорим о шести видах страдания.

Первый вид – страдание неопределенности. В сансаре нет никакой определенности: неизвестно, где вы родитесь в следующий раз, неизвестно, кто завтра будет вашим другом, а кто врагом, – все меняется. Поскольку таково свойство сансары, вы не должны особенно полагаться на какой-либо сансарический объект. Когда вы осознаете неопределенность сансары, вам будет легче развить в себе равностный подход. Ваш нынешний друг завтра может стать вашим врагом, поэтому не слишком опирайтесь на своих друзей и не слишком сердитесь на своих врагов. Мы непроизвольно накапливаем много негативной кармы из-за того, что у нас неправильная философия: мы слишком привязаны к своим друзьям и слишком ненавидим своих врагов. Когда в вашем сознании появится равностный подход, то естественным путем уменьшатся ваши негативные поступки тела, речи и ума. И хитрости также будет меньше. Мы хитрим, чтобы заполучить желаемый объект и чтобы уничтожить объект своей ненависти.

Второй вид – страдание неудовлетворенности. Как много вы ни испытывали бы сансарического счастья, никогда не настанет момент полной удовлетворенности. Занимаясь доходным бизнесом, вы вряд ли когда-нибудь скажете себе: “Я достиг всего, чего мог, и больше бизнеса не хочу. Теперь буду отдыхать”. Вернее всего вы подумаете: “Мне нужно еще это и вон то, и то, еще, еще, еще...” И тогда вы становитесь крысой в человеческом облике. На вашей шее галстук, но внутри вы станете крысой, то есть будете постоянно заниматься накопительством ради самого себя и своих близких. Крысы всю жизнь копят зерно, тащат его себе в нору, но сами его не едят и другим не дают, и в итоге умирают на груди этого накопленного за всю жизнь зерна. Так же и в сансаре: сколько бы счастья вы ни испытали, вы всегда чувствуете неудовлетворенность и постоянно хотите большего. Сансарическое счастье подобно соленой воде: сколько бы вы ни пили ее, ваша жажда лишь увеличивается и никогда не настанет момент, когда вы полностью ее утолите. Мы сами себя обманываем, упиваясь соленой водой сансары. Настала пора перестать ее пить и начать пить настоящий нектар – нектар отречения. Тогда удовлетворенность придет к вам сама собой, из глубин вашего сердца.

Третий вид страдания – необходимость снова и снова расставаться со своим телом. Четвертый вид страдания – неизбежность новых перерождений под властью омрачений. Этот процесс длится с безначальных времен и до сего момента, и если мы не освободимся полностью от сансары, то вновь и вновь будем перерождаться, а затем вновь и вновь терять свое тело. В течение жизни мы так сильно заботимся о своем теле, лелеем его, ухаживаем за ним, но в конце концов нам придется его покинуть. Под властью своих омрачений мы вынуждены перерождаться без какой-либо свободы выбора, подобно сухим листьям, движущимся под порывами ветра. Неизвестно, где мы родимся в будущей жизни: это может быть незнакомая обстановка, неизвестное место, нас могут окружать чужие люди или другие существа. Иногда эти места могут быть действительно ужасны. Такова страдательная природа сансары, поэтому нам нужно быть осторожнее. В сущности, нам нечего бояться, кроме перерождения в сансаре под властью омрачений, кроме перерождения в низших мирах. Бессмысленно бояться болезни или смерти – раз уж вы родились, то должны страдать, болеть, умирать – такова природа этой жизни. Действительный повод для страха – это ваше новое рождение под властью ваших омрачений, поэтому вы должны думать: “Мне нужно полностью освободиться от омрачений. Если я не избавлюсь от них, это будет кошмар, это будет сансара!” Тогда в глубине вашего сердца само собой появится отречение.

Не знаю, интересно ли вам слушать, но это учение очень полезно вам. Я слышал, что в Америке люди не любят слушать о страдании. Они говорят: “Мне нужно получить какую-нибудь тантрическую технику и быстренько достичь состояния будды”. Это большая ошибка. Чтобы слушать учение о страдательной природе сансары, вам необходима

некоторая сила духа, потому что слабым, малодушным людям врачи не могут напрямую сказать о болезни. Но если у человека сильный, подготовленный ум, если он мужественный, врач может ему сказать: “У вас рак и вы через столько-то времени умрете”, и человек ответит: “Спасибо вам, доктор, что предупредили”. Много подобных историй в Тибете случалось, и я знаю некоторых монахов, с которыми такие истории происходили. Они узнавали, что обречены, и говорили: “Как мне повезло – я точно знаю, что через два месяца умру, и теперь буду готовиться к смерти”. Они раздавали все свое имущество и спокойно занимались практикой, и в итоге не умирали.

Я знаю одного тибетского монаха, геше Нима, который одно время жил в Калмыкии. Врачи сказали, что он болен раком и через три месяца умрет. Услышав об этом, он с радостью приехал в Москву и сказал: “Теперь я в Индию поеду”. Я его спросил: “Ты не боишься смерти?” Он ответил: “Нет. Все умирают и как-то справляются с этим, чего же мне бояться? Теперь мне пора ехать в Индию и немного подготовиться – это очень важно для меня”. В Калмыкии врачи сказали, что через три месяца он умрет, московские врачи это подтвердили, по-моему, даже метастазы какие-то нашли у него. В Индии он поселился в монастыре, стал заниматься практикой, готовиться к смерти. С тех пор прошло уже шесть лет, и он все еще жив. Это не легенда, а реальная история – многие калмыки знают геше Ниму. Поэтому ваш умственный настрой очень важен: если вы принимаете свой недуг и спокойно занимаетесь практикой, то болезнь вам не может сильно повредить. Если же ваш ум слаб, то известие о болезни становится для вас ужасом: “Все пропало! У меня рак, я умираю!”, и от этого ваша болезнь только увеличится. Состояние ума очень сильно действует на состояние тела.

Пятый вид – страдание необходимости снова и снова взлетать и падать. Иногда мы рождаемся в высших мирах, иногда направляемся в низшие. Нет никакой стабильности – то вверх, то вниз. Этот процесс можно проследить на примере нашей нынешней жизни: иногда у нас все получается – успех, мы летим вверх, иногда у нас ничего не получается – сплошные неприятности, мы катимся вниз, и так раз за разом. В сансаре удачная полоса в жизни обязательно заканчивается несчастьем, катастрофой, об этом необходимо помнить. Не слишком опирайтесь на сансарический успех – даже став президентом или самым богатым в мире бизнесменом, рано или поздно вы упадете. Будда сказал: “Высокий взлет заканчивается падением”. Такова ущербность сансары. Какое бы положение вы ни занимали, чем бы ни владели, понимайте и осознавайте, что эти сансарические объекты ненадежны, не стоит сильно на них опираться. Лучшее, что вы можете обрести, это ум, полностью свободный от всяческих омрачений, на него вы опереться можете. Это состояние называется нирвана, а все остальное относится к сансаре, и ничто в ней не может дать вам настоящего счастья.

Когда вы размышляете обо всем этом с пониманием, ваше чувство отречения усиливается. Вы обдумываете это с разных сторон и говорите: “Да, это правда, сансара действительно по своей природе есть страдание. Если я хочу счастья, я должен освободиться от сансары, другого пути у меня нет. Как я могу освободиться от сансары? Просто очищая свой ум от омрачений до тех пор, пока не достигну полной чистоты”. Это и будет отречением. Когда вы обретете такое состояние ума, размышляя об этом снова и снова, ваши действия на уровне тела, речи и ума естественным образом станут духовной практикой. Такой практикой заниматься трудно. Читать мантры легко: сто тысяч раз мантру прочесть – это даже маленькие дети могут. Сто тысяч простираний маленькие дети тоже могут сделать. Но буддийская практика – это практика ума, и вам необходимо изменить свой образ мышления. Поэтому важно вновь и вновь получать учение от мастера, и тогда состояние вашего ума будет постепенно меняться и ваша практика будет улучшаться.

Шестой вид – страдание одиночества. Все ваши друзья, родные постоянно с вами расстаются, а в итоге вы умираете и в одиночестве вынуждены покинуть этот мир и перейти в другое рождение. В следующую жизнь вы не можете забрать ничего, даже свое тело. Из этого тела выходит ваш тончайший ум в сопровождении тончайшего энергетического тела. Если вы занимались духовной практикой при жизни, то можете забрать с собой кармический отпечаток практики, а если вы совершали негативные действия, то неизбежно возьмете с собой негативную карму. Вы перерождаетесь в совершенно незнакомом для вас месте. Вы в одиночестве рождаетесь и в одиночестве умираете. Даже в течение этой жизни вы, по большей части, отделены от своих друзей, родственников.

Размышляйте об этих шести видах страдания сансары, и благодаря этим размышлениям у вас появится отречение.

Теперь мы переходим ко второй благородной истине – об источнике страдания. Она помогает нам понять способ вращения в сансаре и узнать, как освободиться от сансары. Лама Цонкапа говорил: “Если вы не думаете о способе вращения в сансаре, или о благородной истине об источнике страдания, то вы не сможете освободиться от сансары. А если вы не размышляете о страдании, заложенном в природу сансары, то вы не сможете развить в себе отречения”. В этих словах очень глубокое учение.

Размышляя над второй благородной истиной, мы стараемся найти ответ, почему мы вращаемся в сансаре, каков источник наших страданий. Когда Будда давал учение о страданиях сансары, один из его учеников спросил: “Какова причина страдания и почему страдают живые существа?” Будда ответил: “Поскольку существует причина, существует и следствие. Из-за рождения этого рождается то. Из-за неведения возникает карма. Из-за кармы возникает сознание...”, – и по порядку объяснил двенадцать звеньев цепи взаимозависимого происхождения. Будда объяснил, что страдание возникает из-за определенной причины, а вовсе не потому, что изначально создано Богом. И страдание, и счастье, и все остальное имеют причину. Согласно Будде, основной причиной страдания является неведение. Это первое звено в двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения, именно эта цепь есть наше вращение в сансаре.

В древние времена многие великие мастера развивали высочайшие духовные реализации благодаря медитации на двенадцатичленную цепь взаимозависимого происхождения. Так, у Шарипутры был один ученик – старик уже, с очень слабой памятью, и Шарипутра долго думал, каким способом лучше донести до него учение о двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения. Однажды Шарипутра, применив чудесные способности, перенес этого старика на морской берег, где лежал огромный скелет какой-то рыбы, и попросил сесть на этот скелет. Старик спросил: “Что это за рыбы кости?”, и Шарипутра ответил: “Это твое тело в прошлой жизни”. Старик был сильно потрясен. Тогда Шарипутра объяснил ему, почему тот родился рыбой, и сказал: “Ты родился не только в облике этой рыбы, но и разнообразными живыми существами”. Старик поинтересовался: “Каким же образом мы постоянно вращаемся в сансаре, почему мы рождаемся вновь и вновь?” И Шарипутра дал ему учение: “Из-за неведения возникает карма, из-за кармы возникает сознание с отпечатками и так далее... Таким образом вращается двенадцатизвенная цепь взаимозависимого происхождения: мы рождаемся, умираем, снова рождаемся и снова умираем”. Так он объяснил весь механизм сансары, и тогда старик уселся на скелет своего бывшего тела и стал медитировать над двенадцатичленной цепью взаимозависимого происхождения. Благодаря сильнейшим отпечаткам, которые присутствовали у него в сознании, благодаря духовной практике из прошлых жизней, он достиг состояния арьи.

В наши дни подобные случаи невозможны, потому что большие отпечатки духовной практики приурочили бы наше рождение к временам, когда придет Будда. В настоящий же момент у нас есть маленький отпечаток практики Учения из прошлой жизни, поэтому мы в нынешнем воплощении встретились с Дхармой. Большею частью вы жили в местах, где нет Дхармы, но поскольку совсем недавно она появилась в России, вы с ней встретились. По результату вы можете судить о причине. Если вы видите вдалеке большой столб дыма, вероятнее всего, там горит большой костер. Если же видна маленькая струйка дыма, вы скажете, что там есть огонь, но очень маленький. Насколько сильны отпечатки Дхармы в вашем сознании вы можете судить по имеющимся результатам – это называется логика причинно-следственной взаимосвязи. Поэтому великие мастера говорили: “О том, кем ты был в прошлой жизни, можешь судить по своей настоящей жизни, а по своей настоящей жизни можешь судить о том, кем станешь в будущем”. Так что вам не нужны ни гадания, ни астрологические прогнозы.

Сначала я в общих чертах объясню вам двенадцать звеньев цепи взаимозависимого происхождения, а затем более подробно расскажу о каждом из звеньев. Это подлинное, изначальное учение самого Будды. Другие учения тоже хороши, но нет учения, превосходящего учение Будды. Двенадцатичленная цепь взаимозависимого происхождения это механизм вашего вращения в сансаре – изучая его, вы открываете для себя самих же себя. Раньше вы изучали всякие теории эволюции – откуда что произошло, а сегодня вы изучаете эволюцию собственной жизни.

- Первое звено в этой цепи – неведение.
- Второе – накапливаемая карма.
- Третье – сознание с отпечатками.
- Четвертое – имя и форма.
- Пятое – источники, или зачатки, органов чувств.
- Шестое – контакт.
- Седьмое – ощущение.
- Восьмое – страстное желание, или влечение.
- Девятое – цепляние, привязанность.
- Десятое – существование.
- Одиннадцатое – рождение.
- Двенадцатое – старение и умирание.

Двенадцатичленная цепь взаимозависимого происхождения полностью разворачивается за три воплощения, то есть охватывает предыдущую, нынешнюю и будущую жизни. Почему мы родились в своем теле? Это следствие кармы. Каким образом мы создавали карму в своей предыдущей жизни? Из-за неведения – мы не знаем, какие действия правильны, а какие нет. И даже зная о позитивной и негативной карме, мы из-за своего неведения цепляемся за вещи, как будто они истинно существуют, то есть наделяем их самобытием. Из-за этого цепляния мы привязываемся к объектам, а сильная привязанность заставляет нас совершать неверные поступки, накапливать негативную карму. Например, в своей предыдущей жизни из-за неведения мы различали друзей и врагов, наделяя и тех, и других самобытием. Поскольку мы считали их истинно существующими, то привязывались к друзьям и чувствовали отвращение к врагам, вследствие чего непроизвольно создавали негативную карму.

Негативная карма, в свою очередь, остается в виде отпечатков в нашем сознании, и в момент нашей смерти один из этих отпечатков проявляется наиболее сильно и становится ввергающей кармой. Если это сильная негативная карма, она ввергает нас в мир ада. Если это негативная карма средней тяжести, то она ввергает нас, к примеру, в мир голодных

духов. Если это слабая негативная карма, то она ввергает нас в мир животных. В сансаре вы можете накапливать как негативную, так и позитивную карму, но вся она является оскверненной, потому что создана вами в состоянии неведения. Поэтому даже позитивная карма – простирания или какие-то другие благие действия – не становится причиной вашего освобождения, она также заставляет вас перевоплощаться в сансаре. Вплоть до обретения прямого познания пустоты вся наша карма будет оскверненной, даже позитивная. Однако позитивная карма несомненно лучше негативной. В труде Ламы Цонкапы “Ламрим” говорится, что, за исключением некоторых выдающихся объектов, если вы не обладаете отречением, бодхичиттой и прямым познанием пустоты, то любое ваше благое действие приведет вас лишь к дальнейшему вращению в сансаре. Поэтому три основы пути, о которых мы постоянно говорим, очень важны. В противном случае, о чем бы вы ни говорили – о тантре, о высшей тантре, о Махамудре, о шести йогах Наропы, о Дзогчене, – вы будете все равно вращаться в сансаре. Только овладев тремя основами пути в своем сознании, вы сможете заниматься практиками более высокого уровня.

Итак, ввергающая карма, которая в предыдущем воплощении проявилась в момент нашей смерти, перебрала нас в мир людей, поэтому эта карма была позитивной. Исследовав нынешний поток своего ума, мы обнаружим в нем большое количество негативных кармических отпечатков, ведущих к перерождению в низших мирах, и очень мало позитивных кармических отпечатков, ведущих к новому воплощению в мире людей. Образно говоря, неведение подобно человеку, собирающему зерно. Поскольку этот человек слеп, он не различает плохие и хорошие зерна и собирает все подряд, причем зачастую это зерна негативной кармы. Затем он бросает собранное зерно в землю, то есть в сознание, опять же без разбору. Когда то или иное из посеянных зерен встречается с благоприятным условием в виде воды, оно прорастает, а другие зерна, на которые еще не пролилась влага, остаются в почве, но рано или поздно могут прорасти. Сколько бы ни прошло времени – даже миллиарды и миллиарды лет, – карма не исчезнет бесследно. Обычное зерно спустя несколько лет может сгнить в земле и уже не прорастет, но с кармой иначе: любая карма, посеянная в нашем сознании, рано или поздно должна проявиться.

Мы рассмотрели три звена, об остальных я расскажу в следующий раз. Размышляйте о страдании, которое присуще природе сансары, и не слишком привязывайтесь к ней. Если у вас что-то есть – хорошо, если у вас чего-то нет – не имеет большого значения. Есть новая машина – это хорошо, нет ее – не страшно. Есть муж – хорошо, нет мужа – тоже хорошо. Есть жена – хорошо, нет жены – тоже хорошо. Думать: “Я несчастен, потому что у меня нет того или этого”, – это очень неправильный подход. Если вы кармически заслужили что-то получить, оно к вам придет, даже если вы этого не хотите. Правильно и ясно понимая философию, вы не будете стремиться обогнать свою тень, потому что это невозможно. Невозможно обогнать свою карму: что вы создали или создадите – то у вас и будет, поэтому не старайтесь бежать впереди своей кармы. Этот совет вам поможет: подобно капле воды, он упадет на кипящее молоко вашего ума и успокоит его.