

Я очень рад вновь встретиться с вами сегодня на этом предстоящем трехдневном ретрите в том же месте, где мы уже с вами встречались в прошлый раз. Во время нашего ретрита основным учением будет учение о семи смыслах тренировки ума. Это учение мы начали обсуждать на прошлом ретрите в ноябре и обсудили лишь первое его положение, но не завершили комментарии к этому тексту до конца. Итак, для того, чтобы получить подобное драгоценное учение, в первую очередь породите в себе правильную мотивацию. Вы должны понимать, какой редкостью является учение о семи смыслах тренировки ума. Даже в тибетском обществе это учение давалось лишь немногим, открыто оно не давалось. Даже если у тех людей, которые уже долго живут в Индии, вы спросите, какие учения они получали за это время, то они вам скажут, что получили очень много разнообразных учений, но вряд ли они вам скажут, что получили подробный комментарий на семь смыслов тренировки ума.

Обычно подобные учения Духовные Наставники давали лишь тем своим ученикам, у которых уже были хорошие основы, хорошая подготовка, но не большим группам людей. Даже если они давали публичные учения о семи смыслах тренировки ума, то комментарии давали лишь очень краткие на это учение, подробных комментариев не давали. Но для нашей практики получить подробные комментарии по этому учению очень важно. И основная причина, по которой это учение не давалось подробно, либо давалось подробно лишь немногим, состоит в том, что, если после получения такого учения вы не сможете усмирить свой ум, это означает, что для вас вообще невозможно достичь усмирения своего ума. Если вы получаете тантрические посвящения и выполняете тантрическую практику, и если посредством тантрической практики вы не сможете укротить свой ум, то в этом ничего страшного нет, потому что у вас тогда еще остается шанс укротить свой ум посредством учения Ламрим. Самая суть учения Ламрим – это как раз и есть учение по тренировке ума, или по семи смыслам тренировки ума, это самое сердце Ламрима. Если эти учения не смогут укротить ваш ум, то, значит, пока вам вообще ничто помочь не может.

Вы в этом случае подобны больному человеку, у которого выработалась невосприимчивость к самому мощному лекарству. В таком случае врач не в силах ему помочь. Например, в тибетской медицине по традиции не принято сразу же выписывать пациенту драгоценные пилюли. Сначала врач прописывает ему обычные лекарства. Если эти обычные лекарства не помогают, только тогда в качестве последнего средства прописываются драгоценные пилюли. Если же драгоценные пилюли больному не помогут, значит, ему вообще ничто помочь не может.

Итак, когда вы сейчас будете получать это драгоценное учение, не надо воспринимать его как нечто само собой разумеющееся, не надо воспринимать это учение как простую информацию, как нечто новое, чего вы до сих пор не знали, и вот вы хотите узнать это новое. Если вы с таким подходом будете слушать, то есть опасность, что ваш ум станет невосприимчив к учению. На самом деле мы не нуждаемся в большом количестве новой информации. Что нам действительно нужно узнать, так это как работает механизм ума и как мы можем обуздать свой ум, – вот это самое главное для нас. Мы должны понять, почему в нашем уме спонтанно возникают разнообразные омрачения, а позитивные мысли, позитивные состояния возникают с большим трудом. И нам необходимо выяснить, какую стратегию мы должны создавать, для того чтобы изменить механизм своего ума, чтобы в нем перестали спонтанно порождаться омрачения, а вместо этого стали спонтанно возникать благие качества ума. И нам нужно выяснить, в чем эта стратегия состоит для нас, и какие техники, какие методы мы должны использовать для достижения этой цели. Вот это действительно по-настоящему важно. Это учение Дхармы, это практика Дхармы.

Шантидева сказал, что основная практика Дхармы – это укрощение, обуздание ума. Если мы не обуздываем свой ум, не следим за своим умом, то какой смысл брать на себя множество разных обетов, мелких вторичных обетов и пытаться их соблюдать. Какой смысл в аскетизме, если вы не следите за своим умом. Итак, вы должны понимать, что самое главное – это укрощение ума, и все, что мы делаем, должно сводиться именно к этому. И вы должны понимать, что все наши страдания возникают из-за неукрощенного, необузданного ума. Если мы укротим свой ум, то к нам само по себе придет счастье. Все наши страдания, все наши проблемы и невзгоды берут начало в необузданном уме. А у неукрощенного ума есть две причины – это неведение и себялюбие.

На прошлом ретрите по лоджонгу я очень подробно вам объяснял, каким образом эти два фактора, неведение и себялюбие, омрачают наше сознание и усиливают наше страдание. Тогда я вам сказал, что настоящий наш враг не находится вне нас, наш настоящий враг – это наше собственное себялюбие. Это утверждение я обосновывал с разных точек зрения, объясняя вам, почему себялюбие является вашим настоящим врагом. И я надеюсь, что после этого у вас появилась хоть какая-то убежденность в том, что ваш настоящий враг – это ваше же себялюбие. В коренном тексте по лоджонгу сказано: «Обвиняй во всем одно». Здесь следует понимать: «Обвиняй во всем свое себялюбие». Не обвиняйте во всем только других. У нас вообще такая привычка есть – чуть что, сразу другие виноваты: она виновата, он виноват, они виноваты, злые духи виноваты. На самом деле нам нужно понимать, что основной виновник всех наших проблем – это наше собственное себялюбие, себялюбивый ум. Иногда человек говорит: «Злой дух мне не дает спать». Он много думает, потом говорит: «Геше-ла, мне злой дух спать не дает». Это неправильно. Это не злой дух, это ваше себялюбие не дает вам спать.

Итак, для практики тренировки ума первая важнейшая вещь – это узнавание вашего истинного врага. Это ваша цель, ваша мишень, в которую вы должны стрелять. Занимаясь духовной практикой, вам нужно что-то устранить. Что вы должны устранить или отбросить? Вы должны отбросить причину ваших страданий, то есть себялюбие и цепляние за истинность. Например, в медицине. Если врач хочет вылечить пациента от какой-то болезни, сначала ему нужно провести диагностику, понять, чем болеет его пациент, в чем его основная болезнь. И, если он не понимает, в чем кроется основная болезнь, а пытается лечить лишь симптомы, то он никогда не вылечит человека от болезни. Распознать симптомы очень легко, но вот для выяснения истинной причины болезни требуется много времени, много исследований. Если путем проведения различных исследований вы выяснили, в конце концов: вот она – основная причина болезни, то считайте, что вы уже наполовину провели лечение. Поставить правильный диагноз – это уже половина лечения. Также в практике тренировки ума. Как только вы точно выясните для себя, что ваши истинные враги – это себялюбие и цепляние за самость, за эго, что именно они приносят вам все проблемы, все беды и все омрачения, то можете считать, что провели половину необходимого лечения.

А иначе ваша духовная практика будет проходить таким образом: ваша мишень, ваша цель находится в одной стороне, но вы стреляете совершенно в противоположную сторону. То есть, во имя шести йог Наропы вы выпускаете стрелу в другую сторону, во имя махамудры, тантры. Но та ваша мишень, куда действительно вам надо стрелять, находится совершенно в противоположной стороне. И в этом случае причина вашей болезни, ваше эго и ваше себялюбие, будет становиться все больше и больше, и тогда вам грозит большая опасность. Итак, сейчас я еще раз вам повторю то, что сказал мастер кадампы геше Потова, его слова очень полезны. Когда геше Потове исполнилось 80 лет, он сказал своим ближайшим ученикам: «Всю свою жизнь я изучал сутру и тантру и пытался практиковать сутру и тантру. В конце концов, когда я состарился, я осознал, что в буддизме есть только две

практики, которые следует выполнять». Первая из этих практик – это устранение себялюбия и цепляния за самость. Это источник наших страданий. Мы страдаем с безначальных времен и по сей день именно по этим двум причинам. Поэтому, для того чтобы помочь нам устранить эти два фактора, цепляние за самость и себялюбие, Будда дал столько подробных учений, учений об отречении и о Пустоте.

Учения об отречении и о Пустоте предназначены для устранения цепляния за самость и себялюбия. Вторая основная практика в буддизме – это развитие и возвращение ума, который заботится о других. И для того чтобы помочь нам взрастить в себе заботу о других, Будда дал нам очень подробные учения о бодхичитте. Этот ум - ум, который заботится о других, это источник всяческого счастья. Даже если у вас совсем чуть-чуть в уме заботы о других, то у вас уже становится на чуть-чуть больше счастья, то есть ровно настолько же больше счастья. Какое бы счастье, удовольствие мы сейчас не испытывали, даже самую мельчайшую радость и мельчайшее удовольствие, мы должны понимать, что все это является следствием ума, который заботится о других. И Будды, и бодхисаттвы – все они родились из ума, который заботится о других. И именно такой драгоценный ум вам нужно в себе воспитать. Это вторая сущностная практика буддизма – развитие ума, который заботится о других. А тантра является лишь ответвлением практики развития ума, который заботится о других. Зачем нам становиться Буддой очень быстро? Основная причина, по которой бодхисаттвы стремятся как можно быстрее стать Буддой, состоит в том, что, даже если бодхисаттва станет на мгновение раньше Буддой, он уже намного больше сможет помочь живым существам. И поэтому учения тантры были преподаны именно для таких бодхисаттв, для тех, кто из чувства великого сострадания хочет достичь состояния Будды как можно быстрее, чтобы помочь живым существам.

Если же вы хотите заниматься этими практиками ради собственного счастья, с эгоизмом думаете: «Вот я буду практиковать махамудру, шесть йог Наропы, дзогчен и очень быстро стану Буддой и буду особенным человеком. Когда я стану Буддой, я смогу, наконец, отдохнуть, расслабиться, как следует. Жизнь в городе приносит очень много проблем, а вот когда я отправлюсь в Нирвану, там-то я и отдохну от всего этого». Вот такой подход к тантре – совершенно неверный, и в этом случае вы впустую тратите свое время. И вот поэтому этот мастер Кадампы и сказал, что, если вы думаете, что существует некая третья практика в буддизме, то вы не правы. Если вы так думаете, значит, вы не поняли буддийское учение. В буддизме есть только две сущностных практики. Устранение себялюбивого ума и цепляния за самость – это ваша цель, мишень. Только это является основной причиной, источником вашего страдания.

В настоящий момент эти две вещи, себялюбие и цепляние за самость, восседают в вашем сердце на очень высоком троне. Пока вы не можете их совсем выгнать из своего сердца, но, по крайней мере, вы можете сбросить их с трона и не позволять им сидеть на троне. А вы наоборот все время их приглашаете и говорите: «Пожалуйста, сядьте повыше на этом троне». И они с радостью садятся на этот трон. Если вы все время говорите о себе: «Я такой-то, у меня такие-то замечательные качества и т.д.», – это верный признак того, что вы позволили своему себялюбию занять высокий трон в своем сердце.

Сейчас вы держите ум, который заботится о других, в тюрьме. Попробуйте выпустить его из этой темницы. Исследуйте сами, почему ваш ум, заботящийся о других, сидит в тюрьме? Потому что он возникает на горизонте очень и очень редко, вы даже практически не замечаете в себе заботы о других, очень редко. Потому что не успеваете по утрам открыть глаза, проснувшись, как тут же первое, что возникает, это себялюбие, «я, я, я», мысли о себе: «Мне надо то-то... У меня есть такой враг...» Это сансарическое мышление. Итак, помните этот совет учителя Кадампы геше Потовы, этот совет очень драгоценен. Подобное

учение, которое дал геше Потова, вам будет трудно найти, даже если вы готовы заплатить за него много золота.

Теперь я продолжу учение по этому тексту, так что развеите в себе правильную мотивацию, чтобы получить это драгоценное учение. В первую очередь ваша мотивация должна быть совершенно свободна от заботы о делах этой жизни. Скажите себе: «Обычно я живу и работаю в своем городе исключительно для целей этой жизни, для счастья в этой жизни. Сегодня же я поступлю наоборот, сегодня и до конца нашего ретрита, этого учения, я буду получать это учение, думая только о будущей жизни, будучи свободным от заботы об этой жизни». Если вы получаете это учение, заботясь только о счастье в этой жизни, заботясь о славе и репутации, то, какой бы практикой вы не занимались, это учение, эта практика с такой мотивацией не будет иметь отношения к практике Дхармы. Ваши занятия станут мирской дхармой.

Итак, для того, чтобы избавиться от привязанности к этой жизни, очень важно размышлять о драгоценности человеческой жизни и о непостоянстве и смерти. Вы должны осознавать, какую невероятно драгоценную жизнь вы в данный момент обрели. И она невероятно значима. Если вы сможете правильно использовать эту драгоценную человеческую жизнь, то состояние Будды вовсе не будет далеко от вас, оно будет у вас на ладони. Почему эта драгоценная человеческая жизнь называется драгоценной? Она называется таковой, потому что, опираясь на эту человеческую жизнь, вы можете породить в себе три основы пути – отречение, бодхичитту и познание пустоты. Итак, скажите себе: «Я сделаю свою жизнь значимой, в противном случае жизнь за жизнью меня и дальше будут ожидать одни и те же страдания».

Кроме того, нужно понимать, что эта драгоценная человеческая жизнь досталась нам очень ненадолго, очень скоро мы ее утратим, потому что с каждой минутой, с каждым мгновением мы все ближе подходим к смерти, подобно человеку, выпавшему из самолета. Это действительно реальная ситуация, в которой мы находимся. С момента своего рождения мы как бы выпали из летящего самолета и с каждым мгновением все ближе и ближе к земле. Такова наша реальная ситуация. Когда вы поймете свою реальную ситуацию: то, что с каждым мгновением мы все ниже падаем и все ближе к смерти, то тогда подумайте: «Что в этом положении может быть самым ценным для меня? Что для меня самое полезное?» Богатство, репутация в этой ситуации вам совершенно не помогут. И восседать на высоком троне – тоже совершенно бесполезно, не поможет вам. И то, кем вы станете, тоже не имеет никакого значения и не поможет вам, потому что вы в реальности подлетаете все ближе к земле.

Допустим, вы выпали из самолета вместе с группой людей. Вы все вместе летите, и вдруг в воздухе, на лету вас выбирают президентом. Какая разница, если все равно вы сейчас уже скоро все упадете. И на лету, если вы знаете, что вы действительно падаете вниз, если вы понимаете свою ситуацию, то вы отмахнетесь и скажете: «Нет, я не хочу быть президентом». Если к вам кто-то подойдет и подарит вам огромный бриллиант, вы скажете: «Нет, я не хочу никакого бриллианта». Если вы понимаете свою ситуацию, то вы видите, насколько бессмысленны и бесполезны все мирские концепции, то, о чем вы привыкли думать: «Если у меня это будет, я буду счастлив». Превратятся в ничто ваши потребности, ваши желания, ваши концепции – в этой ситуации все это ничего не значит, не имеет никакой ценности.

Единственное, что вам нужно для счастья в этой ситуации, – это иметь парашют. Если я спрошу вас: «Что предпочитаешь: парашют или бриллиант», - вы скажете: «Никакого бриллианта не надо, мне парашют нужен». Если вы приземлитесь с парашютом, то это

совсем другое дело. Само по себе приземление не является несчастьем и катастрофой. Вот приземлиться без парашюта – это катастрофа. Люди с удовольствием прыгают с парашютом и приземляются.

Итак, в данном примере парашют – это практика Дхармы. Первый парашют, который вам нужен, это чистое Прибежище в сердце. Если у вас будет чистое Прибежище в сердце, и вы упадете на землю, то есть умрете, без сомнения вы избежите рождения в низших мирах. Если же у вас будет еще и парашют бодхичитты, то это будет просто невероятно, невероятно ценный парашют. По словам Шантидевы, бодхичитта подобна коню. Мудрые люди, оседлав коня бодхичитты, скачут к большому счастью, как они могут жить в праздности, зная об этом.

Итак, понимая все это, сегодня, когда вы приехали сюда, чтобы получить учение, вы должны считать это учение парашютом, который поможет вам в момент смерти. Породить в себе спонтанное чувство бодхичитты очень трудно. Но если вам удастся, по крайней мере, развить в себе некоторый уровень заботы о других, то это тоже будет хорошим парашютом. Накопление заслуг – это также парашют. С таким пониманием вы сможете понять всю ценность этого учения.

Те люди, которые не понимают, в какой реальной ситуации они находятся, что они выпали из самолета и летят, если я их спрошу: «Что ты хочешь, бриллиант или парашют?», они скажут: «Хочу бриллиант». В настоящий момент у нас вовсе нет никакого ощущения, что мы выпали из самолета и летим на землю, потому что в среднем человеческая жизнь длится где-то лет 60. А когда же мы выпали из самолета, то долететь до земли и разбиться успеваем за несколько минут. Из-за того, что человеческая жизнь обычно дольше, мы и не чувствуем, что летим. Средняя продолжительность жизни – это 60 лет. А если вам удастся прожить больше того, то это словно кредит, который вы взяли в банке. Нет, не кредит, а проценты. И вот на проценты со своих вложений вы живете. То есть, вы должны понимать, если вам исполнилось 60, а вы все еще живы, пора сказать себе: «Мой основной капитал банковский закончился, и теперь я живу лишь на проценты со своего вклада. Сколько у меня там этих процентов, я не знаю». Если вы доживете до 70 или до 80 лет, то, значит, вам очень повезло, у вас за это время накапало много процентов. Если же вам 30, 40 лет, вы должны понимать: «Больше половины моей жизни уже прошло, осталось лет 20, наверное». Вот, например, для меня. Мне сейчас 41 год, мне осталось 19. Поэтому мне сейчас надо делать больше упор на медитацию.

Одного великого учителя кто-то попросил: «Пожалуйста, напишите свою биографию». Он написал одно четверостишие. Он написал: «Первые 20 лет своей жизни я провел, не зная Дхарму. Вторые 20 лет моей жизни прошли с чувством: «Я хочу практиковать Дхарму, хочу практиковать...». Так прошли вторые 20 лет. Тогда я уже знал, как практиковать, но только все было на уровне желаний. То есть, я хотел практиковать, но так эти годы и прошли. И третье двадцатилетие я проживаю со словами: «Уже слишком поздно, слишком поздно практиковать Дхарму».

Получается, вся жизнь впустую. Но он говорил это, конечно, не о себе, потому что он был великий учитель, он показывал вам вас самих – вот какие вы. Если вы не будете осторожны, это будет ваша ситуация. Первые 20 лет жизни вы будете говорить: «Я не знаю, как практиковать Дхарму». Вторые 20 лет жизни повторять: «Я хотел бы практиковать Дхарму, хотел бы провести ретрит». А третье двадцатилетие вы уже повторяете: «Слишком поздно мне практиковать Дхарму. Увы, уже поздно. Теперь уже мне надо молиться, чтобы я смог практиковать Дхарму в будущей жизни». То, что я вам сейчас

рассказывал, предназначено для того, чтобы устранить у вас привязанность к этой жизни. Это первый уровень мотивации.

Вторым уровнем мотивации должно быть желание полностью освободить свой ум от омрачений. Это понимание, что, даже получив хорошее перерождение, не в низших мирах, все равно я останусь в той же ситуации, что и сейчас. До тех пор, пока мой ум не свободен от омрачений, никакого счастья у меня не будет. Где бы я в сансаре ни родился, в каком бы из ее миров, везде меня ожидают одни и те же страдания. Потому что вся сансара имеет природу страдания. Потому что со мной по-прежнему будет причина страдания, то есть омрачения. Мой ум будет продолжать страдать от болезни омрачений. «Да обрету же я ум, полностью свободный от омрачений» – такая мысль называется отречением. Ум, свободный от омрачений, называется Нирвана. Нирвана – это не какое-то место на Луне, до которого можно долететь на ракете, вовсе не так. Настоящая Нирвана – это состояние ума, полностью свободного от омрачений. И это же называется Третьей Благородной истиной, Благородной истиной о пресечении страдания. И именно для того, чтобы достичь этого, я сейчас получаю это учение. Это уже второй уровень мотивации, когда вы говорите: «Каждое учение, которое я слышу, каждое слово учения, которое я слышу, да принесет мне пользу, да поможет освободить мой ум от омрачений». Вот такая мотивация, такое устремление должно быть.

Наверное, вы думаете: «О, геше Тинлей всегда говорит одинаковые слова. Ничего нового». Думаете так, да? Это неправильно. Я - не рассказчик историй. Рассказчик историй каждый раз выдумывает новые истории. Я учитель. Моя главная цель – это помочь вам развить убежденность в том, что я говорил раньше. Например, в науке. Когда очень подробно объясняется устройство солнечной системы и говорится, что Земля круглая, и что, на самом деле не Солнце встает над горизонтом, как нам кажется, а вращается наша Земля. И вот с разных точек зрения все это объясняется и рассказывается, но для чего? Только для того, чтобы убедить нас, что наше восприятие ложно в этом случае. То, как мы воспринимаем эту ситуацию, не соответствует действительности, потому что вращается не Солнце, а Земля. Кроме того, Земля обычно кажется нам плоской, но на самом деле это не так. И так, после многолетних изучений этого вопроса, даже если Земля будет по-прежнему казаться вам плоской, вы будете знать, она не плоская, а круглая. Несмотря на то, что вы по-прежнему видите Солнце, встающее на востоке, вы будете знать, что в действительности Солнце никуда не встает, а вращается Земля. И подобным же образом в буддизме говорится, что существует очень много разных явлений, разных вещей, которые в действительности существуют не так, как они нами воспринимаются, существует большая разница между их подлинным способом бытия и нашим восприятием, видимостью. И когда вы это четко для себя уясните, внешние видимости уже не смогут так легко, как раньше, вводить вас в заблуждение.

В буддизме говорится, что корень всех омрачений – это неведение, то есть непонимание того, как в действительности существуют феномены, непонимание того, что видятся феномены нам каким-то одним образом, но их истинный способ существования совершенно другой. Из-за этого непонимания у нас возникает очень много омрачений. Самый лучший способ устранить омрачения – это воспитывать в себе мудрость, а вовсе не законопатить от внешнего мира все двери и окна и сидеть так напряженно, на что-то там пытаться медитировать. Если вы сразу же, не успев получить учение, приметесь медитировать очень интенсивно, то это будет совершенно бесполезным занятием, и, кроме того, это занятие очень порадует ваше эго. Ваше эго порадует и скажет: «О, как хорошо, раньше он был дураком, и поэтому я смогло подчинить его своей власти, а теперь он делает из себя еще большего дурака». Когда мы медитируем, не зная, как правильно медитировать, мы от этого еще больше глупеем. Поэтому в начале самый лучший способ –

это слушание учения, получение учения от своего Наставника. Это лучший метод для начинающего, и он испугает ваше эго, оно начнет вас бояться. Чем мудрее вы будете становиться в результате слушания учения, тем больше будет опасаться ваше эго, которое будет думать: «Так, сейчас он чего доброго узнает мой секрет и сможет, благодаря этому, справиться со мной».

Итак, второй уровень мотивации: «Я слушаю это учение для того, чтобы полностью освободить свой ум от омрачений». Но этого уровня тоже не вполне достаточно для того, чтобы получать такое драгоценное учение, как это. Есть еще и третий уровень.

Третий уровень – это понимание, насколько добры были к вам все живые существа, понимание, как они сейчас все страдают, как им всем не хватает счастья. Вы берете в качестве примера самого себя и думаете, что у других живых существ абсолютно те же самые чувства, что и у вас, и, благодаря этому, вы учитесь быть чуткими к их состоянию, к их чувствам. Вы думаете: «Живые существа находятся под властью омрачений, разве могут они в такой ситуации быть счастливыми? Пусть все живые существа освободятся от страданий и причин страданий, то есть от Первой Благородной истины, истины страдания, и Второй Благородной истины, истины источника страдания. Пусть все живые существа будут свободны от этих двух истин».

Кроме того, вы желаете, чтобы все живые существа обрели счастье и причины счастья, то есть Третью и Четвертую Благородную истину. Что такое настоящее счастье? Настоящее счастье – состояние ума, полностью свободного от омрачений. И вы желаете: «Пусть все живые существа обретут это состояние полной свободы от всех омрачений. И пусть тогда они обретут причины счастья, то есть Четвертую Благородную истину, истину Пути». И вот когда у вас возникает такое желание, вы понимаете, что вы должны освободить их от страдания и привести их к состоянию полного счастья.

Затем у вас рождается понимание, что в данный момент вы на это не способны, вы не можете им помочь. Вы понимаете: «Для того чтобы я действительно смог действительно им помочь, я должен достичь состояния Будды, стать Буддой, и тогда я смогу приносить им благо жизнь за жизнью. И для того чтобы достичь состояния Будды ради блага всех живых существ, сегодня я слушаю это учение. Пусть заслуга, накопленная слушанием каждого слова этого учения, станет причиной достижения мною состояния Будды, чтобы вслед за этим я жизнь за жизнью смог действовать на благо всем живым существам». Если с подобной мотивацией вы услышите хотя бы одно слово этого учения, то накопите тем самым невероятнейшие заслуги. Прослушав хотя бы одно слово этого учения с такой мотивацией, вы накопите больше заслуг, чем накопили бы, занимаясь практикой даяния в течение сотни лет. Итак, слушание учения с подобной мотивацией само по себе является мощнейшей практикой Дхармы.

Сделайте такое посвящение: «Пусть то учение, которое я сегодня получаю, оставит мощнейший отпечаток в моем сознании, и пусть, благодаря тому, что в будущем этот отпечаток проявится, я смогу достичь состояния бодхисаттвы». Если вы сделаете искреннее посвящение таким образом, это, несомненно, произойдет. Рано или поздно зерно, которое заронило это учение в ваше сознание, прорастет, и вы сможете, практикуя это учение, действительно стать бодхисаттвой. Если вы сейчас будете практиковать это учение искренне, то для вас вполне реально в конце этой жизни стать бодхисаттвой. Если не в этой жизни, то через несколько жизней, но рано или поздно вы станете бодхисаттвой.

Здесь нужно помнить о совете ламы Цонкапы. Он всегда советовал следующее: «В духовной практике нужно не забывать о двух важнейших вещах». Вначале, как сказал лама

Цонкапа, крайне важно развить в себе мотивацию. Если ваша мотивация неверна, какой бы вы практикой вы не занимались, все это будет бесполезно. Если ракета полетит в другую сторону от цели, то, как бы быстро она не летела, она совершенно бесполезна, потому что вы будете быстро улетать все дальше и дальше от вашей цели. Итак, мотивация вначале очень важна. Если ваша мотивация соответствует начальному уровню, вы достигнете результата начального уровня. Если ваша мотивация среднего уровня, то и результат будет среднего уровня. Если же ваша мотивация высшего уровня, то вы и получите результат высшего уровня. Затем, как сказал лама Цонкапа, в конце практики самое главное для вас – это правильное посвящение заслуг. Даже если ваша практика коротка и непродолжительна, ничего страшного. Потому что если вы перед практикой развили правильную мотивацию, а в конце практики правильно посвятили заслуги, то ваша практика становится драгоценна, как бриллиант.

А теперь обратимся к нашему учению семи смыслов тренировки ума. Сначала я вам объясню вкратце, что такое семь смыслов тренировки ума. Первый смысл – это обучение предварительным практикам. Это первый смысл, я вам его уже объяснил. Я на прошлом ретрите вам это объяснил. Второй смысл – это развитие бодхичитты. И это я тоже уже объяснил. Там было пять разделов, и я эти все эти пять разделов объяснил. Третий смысл – это преобразование неблагоприятных условий в духовный путь. Этот смысл мы до конца не обсудили. То есть, получается, что за прошлый ретрит мы с вами прошли только два смысла из семи, первый и второй. Четвертый смысл тренировки ума – как интегрировать всю практику в одну жизнь. Этот процесс интеграции, или объединения, в одной жизни всей практики происходит, благодаря развитию пяти сил. Эту тему тоже мы не затрагивали и обсудим ее. Пятый смысл – это мера обузданности ума (критерий обузданности ума) в результате практики тренировки ума. Если вы замечаете в себе те признаки, критерии, которые здесь объясняются, значит, вы уже достигли плодов тренировки ума. Шестой смысл – это 18 обязательств, связанных с тренировкой ума. И седьмой – 22 совета по тренировке ума.

Во время своей медитации вы можете достичь некоторого уровня контроля над своим умом, уменьшить себялюбие, породить некоторую заботу о других. Но, как только вы заканчиваете медитацию и приступаете к своим обычным городским делам, вы совершенно теряете эти достижения, и опять у вас в уме доминирует себялюбие. И поэтому, для того чтобы вы не позволяли и после формальной медитации своему эгоизму и себялюбию одерживать верх над своим сознанием, крайне важно и полезно следовать этим 18 обетам и 22 советам, связанным с тренировкой ума. Если вы будете применять эти советы в своей повседневной жизни, ваша жизнь станет очень значимой. Эти 22 совета являются отличной стратегией, следуя которой вы не позволите омрачениям одерживать верх над своим умом. Это все равно, что стратегия шахматной игры. Когда вы учитесь играть в шахматы, а гроссмейстер говорит: «Делай такой ход, ходи туда, не ходи сюда». Если вы вначале срубите коня, через несколько ходов вы можете потерять все свои возможности и шансы. Итак, эти обеты и эти советы имеют большую практическую ценность.

А теперь мы начинаем рассматривать третий смысл тренировки ума, который называется преобразование неблагоприятных условий в духовный путь. Эти советы, эти наставления очень и очень полезны в повседневной жизни. И в особенности, как говорил Пабонка Ринпоче в своих комментариях, в наши времена упадка этот третий смысл, то есть учение о превращении неблагоприятных условий в духовный путь, особенно полезен. Потому что, когда вы начинаете интересоваться Дхармой и пытаться практиковать ее, в вашей жизни будет возникать очень много препятствий для практики. И основная причина, по которой на вашем духовном пути встает столько препятствий, в том, что у вас не хватает заслуг. А заслуг не хватает, потому что вы в прошлой жизни создали очень много негативной кармы,

и она отягощает вас. В этой ситуации очень легко тому или иному обстоятельству или условию стать серьезной помехой для вашей практики. Именно по этой причине, когда вы начинаете интересоваться Дхармой, в вашей жизни появляется множество препятствий для этого. Когда у вас в жизни возникают препятствия, вам начинает грозить большая опасность утратить интерес к Дхарме.

Самое худшее препятствие, которое только можно себе представить, это потеря интереса к Дхарме, когда вы начинаете думать, что Дхарма – это не метод решения ваших проблем. Вы начинаете искать какие-то дурацкие мирские методы, думая, что они принесут вам счастье, а на самом деле эти методы только добавляют вам омраченности. Может быть, в начале они вам чуть-чуть помогут, но в конечном итоге только прибавят вам проблем. Очень многие люди вначале интересуются Дхармой, но позже, когда встречают в своей жизни какие-то неблагоприятные обстоятельства, теряют интерес к Дхарме. Поскольку, даже если они знают Дхарму, но если они не применяют учение о том, как превращать все неблагоприятные обстоятельства в духовный путь, они в результате теряют интерес к Дхарме.

Препятствием к практике Дхармы могут являться не только болезни и страдания, проблемы, бедность, не только это. Также очень большим препятствием для практики может быть чрезмерный успех в жизни, когда у вас все хорошо. Успешно идет бизнес, много денег – и они забывают Дхарму. Думают, что много денег – это нирвана. Это тоже неправильно. Итак, когда у вас в жизни очень много временных успехов, это мешает вашему уму повернуться к Дхарме. И это самое худшее, что только можно себе представить, потому что в этой ситуации для вас действительно становится очень трудно повернуться к Дхарме.

На эту тему рассказывают одну историю по поводу Духовного Наставника и его ученика. Ученик очень искренне практиковал, в итоге умер и родился в другом месте. Духовный Наставник специально переродился там же для того, чтобы продолжать помогать своему ученику. Таковы отношения между Учителем и учеником, тогда Учитель жизнь за жизнью продолжает нести ответственность за своего ученика. И, поскольку ученик в своей предыдущей жизни искренне практиковал Дхарму, в следующей жизни дела у него стали идти очень успешно, благодаря этой искренней практике. И его благополучие стало препятствием, мешающим ему повернуться к Дхарме. Его Учитель все ждал и ждал, когда же ум ученика повернется к Дхарме, но это все не случилось. Во всех отношениях он процветал.

И тогда Учитель стал думать: «Что бы мне такое сделать, чтобы заставить его обратить ум к Дхарме». Он понял: «Ага, значит, мне нужно подстроить все так, чтобы дела у него перестали идти успешно, нужно сделать из него неудачника». Он так все подстроил, что все благополучие его ученика рассыпалось. Когда дела у него пошли плохо, люди перестали его уважать, дети стали презирать его. Однажды его собственный сын и жена сына выгнали его из дома, они сказали: «Все, теперь ты ни на что не годен». Он был вынужден переселиться в какой-то полуразвалившейся лачуге. Сидя там, он стал думать: «Всю свою жизнь я только и делал, что копил и копил богатство, но в результате остался с пустыми руками. Если бы вместо накопления всего этого материального богатства я копил богатство добродетели, сейчас бы я был совершенно в другом положении. В итоге я не подготовился к смерти. Даже если бы я сейчас захотел подготовиться к смерти, если бы захотел сейчас начинать копить богатство добродетелей, то я не знаю, как это делать».

Как только он задумался об этом, какой-то монах постучался к нему в дверь, это был его Духовный Наставник. А когда он открыл дверь, то на пороге своего дома увидел очень

скромного, простого монаха, очень мудрого и сказал ему: «Почему же ты не приходишь раньше, когда у меня было столько добра, столько богатств, чтобы я мог тебе поднести, теперь мне нечего тебе поднести». Тогда монах сказал: «Я всегда прихожу в положенное время. Мне не нужны богатые подношения, дай мне что-нибудь из того, что имеешь сам». И старик поднес ему свой ужин, который был довольно невкусным.

Когда этот монах принял от него подношение, он спросил: «Ты счастлив?» «Нет, я не счастлив», – сказал ученик его. «А хотел бы ты стать счастливым?» – спросил монах. «Конечно, хотел бы». И тогда монах сказал ему: «Если хочешь стать счастливым, создавая причины счастья. Если не хочешь страдать, ты должен устранить причины страдания. Знаешь ли ты, что такое причины счастья, и что такое причины страдания?» «Нет, не знаю», – признался ученик. «Хорошо, я научу тебя», – сказал монах. И тогда этот человек подготовил трон для Духовного Наставника, сделал перед ним простирания и стал получать от него учение, учение о том, как создавать причины счастья, и как устранять причины страдания, то же самое учение, что и я вам сейчас даю. Но этот человек, получив учение, стал практиковать его искренне, а не так, как вы. Он занимался практикой не один, не два дня, он постоянно, непрерывно практиковал в любых ситуациях. И в результате через несколько лет он достиг очень высоких реализаций. Кроме того, у этого человека были очень сильные отпечатки Дхармы из прошлой жизни, и поэтому вам не удастся повторить его пример. Когда этот старик достиг высоких реализаций, монах сказал: «Я вообще-то твой Духовный Наставник из прошлой жизни».

Я еще забыл тут упомянуть одну историю про этого старика. Он получал от своего Духовного Наставника полное учение по сутре и тантре, практиковал и тантру также. И вот однажды, когда жена его сына принесла ему еду, открыв дверь, она увидела, что весь дом у старика залит светом, сиянием, и увидела, что он в позе лотоса находится в пространстве над полом, парит. Она была потрясена. И тогда все его семейство пришло к нему с раскаянием и попросило у него прощения. «Нет, нет, вы, напротив, были очень добры ко мне, – сказал он своим родственникам, – Если бы не вы, мой ум бы не пришел к Дхарме. Если бы вы прославляли меня и почитали, говорили: «О, наш мудрый папа, пожалуйста, дайте совет, как больше денег заработать» и так далее, я бы по-прежнему сейчас вращался в сансаре. Но, поскольку вы отказались от меня, бросили меня, мой ум повернулся к Дхарме».

И позже Духовный Наставник сказал ему: «Я – твой Духовный Наставник из прошлой жизни. Я специально родился в этом месте, рядом с тобой, чтобы укротить твой ум, и ради многих других людей, но в основном ради тебя. Но, поскольку ты очень много практиковал в предыдущей жизни, в этой жизни дела у тебя шли слишком хорошо, успешно, потому что у тебя много заслуг. Из-за этого твой ум не мог обратиться к Дхарме. И тогда я специально создал для тебя жизненные препятствия, чтобы ты смог обратиться к Дхарме. И помнишь, при нашей встрече ты спросил меня, почему я не пришел раньше. А я тебе тогда ответил: «Я всегда прихожу в положенное время». А положенное время – это как раз то время, когда твой ум повернулся к Дхарме». На основании этой истории вы можете понять: то, что в своей жизни вы называете проблемами, страданиями, трагедиями и так далее, в действительности вполне может быть благословением вашего Духовного Наставника.

Итак, испытывать временные страдания – очень полезно, а временное счастье – это обман. И временное счастье будет мешать вам лечиться от вашей хронической болезни, то есть вводить вас в заблуждение, не давать вам лечиться. Поэтому мастера Кадампа прошлых времен говорили: «Не радуйся временному счастью, радуйся временным страданиям». Временное страдание очистит твою негативную карму и сделает тебя сильным. Поэтому временное страдание – это благословение Духовного Наставника. И поэтому для того,

чтобы ваш ум прочно повернулся к Дхарме, для нас крайне важно знать, как превращать все неблагоприятные условия в духовный путь. Вы должны решить для себя: «С какими бы неблагоприятными условиями я не столкнулся, я никогда не отвернусь от Дхармы».

В одной из джатак Будда говорит следующее: «Для того чтобы сохранить себе жизнь, мудро пожертвовать своим богатством и имуществом. Но для того, чтобы сохранить Дхарму, стоит пожертвовать и жизнью». Если вы будете жертвовать Дхармой ради богатства и имущества, то это будет крайне неразумно. Итак, дайте себе слово: «Любой ценой я никогда не отвернусь от Дхармы, чтобы в моей жизни не случилось. Дхарма – это наилучший метод, который устранил все мои проблемы вместе с их корнем. Дхарма – это наилучшее лекарство, которое излечивает мой ум от болезни омрачений. До тех пор, пока мой ум не свободен от болезни омрачений, что бы у меня ни было в жизни, любое временное счастье, богатство, имущество – все это будет совершенно бесполезно для меня, все это обман». Такую убежденность иметь очень важно. Когда вы с подобной убежденностью слушаете учение о том, как превращать неблагоприятные условия в духовный путь, это учение будет для вас более эффективным.

Итак, основной наш ретрит, как сказал Шантидева, это не преступать через границы позитивного мышления. Так что старайтесь оставаться в пределах позитивного мышления, не заходить за эту границу. Обычно в своей повседневной жизни вам не удастся заботиться о других больше, чем о себе, но, по крайней мере, постарайтесь это сделать хотя бы на эти 2 - 3 дня, до утра понедельника постарайтесь заботиться о других больше, чем о себе. То есть, сначала говорите «вы», а потом уже «я». А если, допустим, вы садитесь за стол, и вас такая жадность обуяла, что прямо хочется сразу наброситься на еду, здесь вы должны остановиться и сказать: «Нет, сначала вы покушайте, а потом я». Даже если всё съедят, а вам ничего не останется, ничего страшного.

В течение этих двух дней попробуйте пройти через эти трудности ради других, то есть принимать поражение на себя и отдавать другим победу. Мудрые люди всегда принимают на себя поражение и отдают другим победу, и в результате они сами достигают безупречной полной победы. А глупые люди все время говорят: «Я, я, я», думают только о себе, и в результате им вечно всего не хватает. Посмотрите на будд и бодхисаттв. Все время они повторяли только «вы, вы, вы», думали только о других, жертвовали своим счастьем ради счастья других, и каких результатов они достигли? А мы, обычные люди, с безначальных времен и по сей день делали все только ради своего «я», говорили только «я, я, я», думали только о своем «я, я, я». Нет таких методов, которые бы мы ни испробовали за это бесчисленное количество рождений для того, чтобы принести благополучие своему «я». И каких результатов мы достигли?

Так что с сегодняшнего дня постарайтесь стать немножко мудрее, понять, что эгоистичный подход – это огромная глупость. И скажите: «В течение этих трех дней я буду заботиться о других больше, чем о себе». Если вы три дня сможете заботиться о других больше, чем о себе, то у вас спонтанно, произвольно будут возникать все другие позитивные эмоции, позитивные мысли. Все позитивные состояния ума, любовь, сострадание и т.п., возникают в уме сами собой, когда в уме есть забота о других. Сейчас я вам приведу очень четкий пример. Если мы смотрим на человека с огромным себялюбием, обычно этот человек воспринимается нами либо как полезный, либо как вредный. «О, этот человек полезен, мне он нужен, мне нужно подружиться с ним, подчинить его себе. Если это начальник, мне надо с ним дружить, потому что полезно». И этот человек становится для вас объектом привязанности.

Других живых существ вы рассматриваете как своих врагов, они вредят вашему временному счастью: «Они – мои соперники». Соперники не вредят вам. Это ваш ум думает, что они вам вредят. Так у вас возникает привязанность к категории своих друзей, гнев на категорию своих врагов, а посторонних вы вообще игнорируете, вам совершенно безразлично все, чтобы с ними ни происходило. В результате из-за разделения, которое произвел ваш ум, и гнев, и зависть, и все омрачения у вас возникают сами собой. Таков этот механизм, если у вас эгоистичная мотивация. Если мы не пытаемся изменить себя, то практически постоянно мы воспринимаем других людей именно через призму своего эгоизма и никак иначе. Поэтому все омрачения возникают у нас сами собой. Если бы вместо эгоизма мы посмотрели бы на людей с умом, который заботится о других, то мы бы увидели, как им не хватает счастья. Например, вы видите, как вам самим не хватает счастья. Для вас это очевидно, потому что вы слишком заботитесь о себе. Что касается нужд других людей, то вам это невдомек, потому что у вас нет заботы о других. Вот так работает этот механизм, очень четко.

Если же у вас есть забота о других, если вы любите других, то, как только вы видите каких-то живых существ, вы сразу же видите, как им не хватает счастья, сразу же это понимаете. И тогда естественным образом у вас спонтанно возникает любовь к ним и желание: «Да будут они счастливы». Так же, как вы все время говорите: «Пусть я буду счастлив». Почему вы желаете себе счастья? Потому что для вас очевидно, как вам этого счастья не хватает. Но желать себе счастья – это не любовь. А желать счастья другим – это любовь. Итак, когда у вас в уме забота о других, когда вы воспринимаете с этой заботой живых существ, вы их видите именно в аспекте того, как им не достает счастья. И как только вы это замечаете, у вас сама собой рождается любовь к ним. «Пусть они будут счастливы! Что бы мне такое сделать, чтобы они стали счастливы?», – такие мысли возникают сами собой, это возможно. Это просто замена. Вы производите замену, меняете себялюбие на заботу о других. Это основной механизм.

Если вы произвели такую замену, то все, что сопровождает заботу о других: любовь, сострадание и так далее – возникает у вас уже само собой. Кроме того, когда вы смотрите на живых существ с умом, который заботится о других, вам очень легко увидеть, как они страдают, и, соответственно, у вас порождается чувство: «Пусть они будут свободны от своих страданий». В настоящий же момент, когда вы смотрите на живых существ, какими они вам кажутся, как они вам являются? Как объекты привязанности и объекты гнева. Потому что у вас соответствующий механизм в уме, и этим механизмом руководит себялюбие. Итак, за эти три дня нам нужно попробовать изменить этот механизм. Хотя бы на эти три дня изменить механизм и постараться смотреть на живых существ с заботой о них в уме. Тогда у вас даже изменится отношение к тараканам, вам совершенно перестанет хотеться их убивать, и вы будете видеть их как существ, которым не хватает счастья, у которых такие же права, как у вас. У вас есть право на жизнь, и у таракана есть право на жизнь. Какой же вред причиняют вам тараканы? Они просто бегают туда-сюда, доедают за вами крошки, которые вы разбросали. Они даже не шумят. Они просто очень тихо бегают в уголках вашей квартиры. Если вы будете чутко относиться к другим, то вам не захочется убивать даже тараканов.

Вопросы и ответы

- Геше-ла, дайте, пожалуйста, обеты Прибежища и бодхичитты.

- Завтра утром первым делом я вам дам обеты Прибежища и бодхичитты.

- Допустим, если какой-то человек приносит вред другим людям, то, даже если он кому-то лично не принес вреда, то возникает гнев на этого человека. Но это же ведь тоже неправильно. Как быть в этой ситуации?

- Да, такой гнев тоже неверен. Даже если кто-то не вредит вам, но вы видели, как этот человек вредит другим, и гневаетесь на него за это, подобный гнев тоже неправильный. Вы должны думать про этого человека, что он беспомощен, он находится под властью своих омрачений. У вас должно появиться больше сострадания, наоборот, к этому человеку.

- Но к другим-то людям тоже сострадание имеется.

- Но ваш гнев не поможет этому человеку. Из сострадания постарайтесь удержать его от причинения вреда другим.

- Геше-ла, мы как существа, еще не достигшие Пробуждения, несовершенны, а, тем не менее, нам надо творить благо другим живым существам, а мы ведь не знаем, что для них на самом деле будет благое, а что не благое. Так что нам делать в этой ... ситуации?

- Вообще для того, чтобы помогать живым существам, не является совершенно обязательным стать Буддой, можно помогать им, и не являясь Буддой. Та реальная помощь, которую вы можете им оказывать, это помощь в порождении позитивных качеств ума и помощь в уменьшении негативных качеств, когда вы даете им хорошие советы, пытаетесь привести их к Дхарме, помогаете им стать более духовными, более добрыми людьми. Также помощь, когда вы даете им хорошие книги.

- Но даже хорошая книга может быть использована во вред для тех, кому мы ее дали, а мы, тем не менее, в силу своих омрачений, даже не будем знать об этом.

- Но такие книги, как книги о бодхичитте, о любви и сострадании, они просто никому в принципе не могут принести вреда. Вот если вы кому-то дадите книгу по высшей тантре, то вполне возможно, что вы навредите этому человеку. Как Шантидева сказал: «Если все Будды бы собрались на совещание для того, чтобы решить, какое учение полезнее всего для живых существ, то они бы единогласно решили, что это учение о бодхичитте».

- Скажите, пожалуйста. У меня такое ... произошло..., что все дети всегда отвечают за отрицательные деяния своих родителей. Я думаю, почему дети отвечают. Потому что они очищают карму родителей и делают негативные поступки по отношению к родителям и от этого страдают. Что делать родителям, чтобы ... избежать этих поступков, что бы сделать, чтобы дети не страдали, вот что делать...? ...такие поступки они делают, что просто ... сердце не выдерживает.

- Эта теория на самом деле неверна, что дети ответственны за грехи своих родителей.

- Они не ответственны, но они, очищая карму родителей, они делают ... негативные по отношению к себе.

- Нет. На самом деле все равно это все не так. Дети должны очищать свою негативную карму, а родители свою негативную карму. Негативная карма подобна употреблению яда. Если родители принимают яд, а дети принимают лекарство, то родителям это не помогает. Если дети принимают яд, то детям приходится затем пить лекарство, чтобы вывести яд из организма. А если родители хотят освободиться от своего яда, родители же должны пить лекарство. Итак, негативные кармические отпечатки подобны яду. В одной из джатак Будда говорит: «Если вы в тайне от всех совершаете негативные действия, это все равно, что в тайне от всех пить яд». Следующий вопрос.

- Геше-ла, вот мы обладаем себялюбивым механизмом ума. Он порождает негативные эмоции. Потом мы пытаемся поменять вот этот механизм на другой механизм, то есть ум, заботящийся о других. Он порождает позитивные эмоции. И то и другое является механизмом, то есть, это то, что мы создаем, и то, что мы разрушаем. Вот, а почему тогда утверждается, что, скажем, гнева нету достоверно..., а сострадание и бодхичитта есть достоверно.

- Все понял. Себялюбие – это механизм, основанный на неведении. То есть, когда порождается это основанное на неведении себялюбие, из себялюбия в свою очередь возникают все остальные омрачения. То есть, этот механизм основан на неведении. И

получается, что все остальные омрачения, производные от этого: гнев, зависть и так далее – все они имеют эту недостоверную основу в виде неведения. Потому что все они основаны на себялюбии, а себялюбие основано на неведении. Неведение – это недостоверная основа. А с другой стороны, ум, который заботится о других, основан на мудрости. Поскольку мудрость – это достоверный вид ума, то, соответственно, все остальные качества: любовь, сострадание и так далее, – которые на этом основаны, тоже становятся достоверными. Поэтому в «Праманаварттике» Дхармакирти говорится: «Все негативные состояния ума возникают из-за непонимания того, что достоверно». Из-за недостоверного ума возникают все омрачения, а на основе достоверного ума возникают все позитивные качества. Поэтому очень важно знать, что достоверно, а что недостоверно. Далее Дхармакирти начинает анализировать, что такое достоверное познание, что такое прямое восприятие, что такое умозаключение.

- У нас же нет мудрости. У нас все равно нет рационального мышления.

- Да, хотя настоящей мудрости у нас пока нет, если мы, например, развиваем в себе сострадание, нужно понимать, что есть три вида сострадания, три уровня. Первый вид сострадания – это просто сострадание, которое созерцает живых существ и хочет, чтобы они все были свободны от страдания. Это невысокий уровень сострадания, потому что в таком сострадании еще существует неведение. Но при этом желание, чтобы живые существа были свободны от страдания, это позитивное качество. Но мы желаем, чтобы они освободились от страдания, думая, что они самосущи. Это представление о том, что эти страдающие живые существа самосущи, – неведение. И поэтому такое сострадание не является чистым. Второй вид сострадания – это сострадание с осознанием непостоянства. То есть, понимая, что все живые существа непостоянны, что они с каждой минутой приближаются к распаду, разрушаются, вы желаете, чтобы они освободились от страдания. Третий уровень называется безобъектное сострадание. Эти три вида сострадания описаны во вступлении в «Ведении в Мадхьямику» Чандракирти. Это один из основных, базовых текстов по философии в буддизме. Третий вид сострадания, безобъектное сострадание – это сострадание, сопровождающееся постижением пустоты от самобытия, это самый что ни на есть достовернейший вид ума.

- А второй вид сострадания – это через прямое постижение тонкого непостоянства или грубого.

- Да, это постижение тонкого непостоянства. Это хороший вопрос. Когда вы доходите уже до такого анализа, очень важно уже тогда обращаться к учениям, которые изложены в великих трудах, великих трактатах. Потому что, если вы не знаете положения этих великих буддийских первоисточников, вы не сможете найти ответы на свой вопрос, и вам будут мерещиться везде противоречия. Если вы действительно серьезно изучаете Ламрим и пытаетесь глубже постигать учение Ламрим, вам обязательно надо будет изучить пять великих трактатов, пять великих текстов. Это «Абхидхарма», «Мадхьямика-аватара» (как раз это и есть «Введение в Мадхьямику» Чандракирти). «Абхидхарма» – труд Васубандху. Там рассматривается все с точки зрения низших школ – Вайбхашика и Саутрантика, в основном на основе воззрений Саутрантики. А в «Винае» в основном все основано на школе Вайбхашика. А «Праманаварттика» Дхармакирти, учение о достоверности, в основном базируется на школах Читтаматра и Саутрантика. «Мадхьямика-аватара» основана, конечно же, на школе Мадхьямика, и в особенности на воззрении Прасангики. Затем труд Майтреи «Украшение ясного постижения». Этот труд основан на воззрениях Сватантрики Мадхьямики. Вот пять великих трудов.

- Геше-ла, а какой вид из трех состраданий нужен в такой ситуации. Допустим, я вижу рыбу, я ее опускаю в маленький пруд, ... Я знаю, что она может съесть остальную рыбу. Как я должен поступить, и какой вид сострадания из трех надо применить...?

- Лучше всего бросить эту рыбу в другой пруд, побольше. Но вообще три уровня сострадания соответствуют трем уровням понимания Дхармы. Если вы развиваете

сострадание с пониманием тонкого непостоянства, то это второй уровень. А если порождаете сострадание с пониманием пустоты от самобытия, это третий уровень, уровень безобъектного сострадания. Еще вопросы есть?

- Первые два уровня не имеют достоверной основы?

- Какую-то достоверную основу они имеют под собой, первые два уровня сострадания. Но имеют и какое-то неведение. Например, когда вы желаете, чтобы живые существа освободились от страдания, это достоверно, это желание достоверно. Но, когда вы при этом думаете, что они самосущи, это не достоверно. Так что, зависит от того, с какой стороны здесь посмотреть. Но полностью достоверным является лишь третий вид сострадания, когда, понимая пустоту живых существ от самобытия, вы при этом желаете им освобождения от страдания.

- Скажите, пожалуйста, почему, например, у Архата нет сострадания ...

- У Архатов есть сострадание. Они желают, чтобы все живые существа освободились от страданий. Чего у Архата нет, так у него нет высшего желания или сверхжелания. А что такое это сверхжелание? Это когда бодхисаттва, помимо того, что он обладает этим состраданием, и помимо того, что он желает всем живым существам освобождения от страданий, говорит: «Я сам, лично освобожу их от страдания». Такого сострадания, сопряженного с высшим желанием или со сверхжеланием, и такой вот любви, сопряженной со сверхжеланием, у Архата нет. Поэтому считается, что у Архата нет бодхичитты. А бодхичитта – это как раз и есть любовь и сострадание, связанные со сверхжеланием. Это не просто желание, чтобы все живые существа освободились от страдания и обрели счастье, а это уже сверхнамерение, сверхжелание: «Я лично освобожу их от страданий, и я приведу их к счастью, подарю им счастье». После появления такого сверхжелания возникает на следующем этапе бодхичитта. Это сверхжелание является основной причиной порождения бодхичитты. И это очень четко объясняется в труде Майтреи «Абхисамаяланкара». В будущем, какие бы учения не давали духовные наставники, все их учения должны проистекать из учений, изложенных в этих пяти основных трактатах. В противном случае, если они не основаны на этих пяти первоисточниках, учения не могут считаться достоверными. Нет никаких отдельных кагьюпинских, гелугпинских или нингмапинских учений, все подлинные учения, которые распространились в Тибете, были основаны на этих пяти основных великих индийских трактатах. Но и эти тексты в свою очередь обязательно должны быть основаны на сутрах Будды, то есть на слове Будды, тогда они достоверны. Итак, лама Цонкапа по этому поводу говорил, что, насколько чиста река, можно узнать по ее истоку: является ли ее источником снежная вершина горы. И точно также чистота учения должна проверяться по тому, берет ли это учение начало в коренных текстах. Зная об этом, мы сможем сохранить чистое учение. А иначе, если мы будем говорить, что мое учение чистое, потому что так сказал мой Духовный Наставник, то точно также может сказать любой другой человек, и тогда уже невозможно будет отличить подлинное учение от неподлинного. Еще вопросы есть?

- Скажите, пожалуйста, Геше-ла, а в этом контексте, учение терма или учение тантры конкретно, они не основываются непосредственно на сутрах и тантрах?

- Вообще учения терма основаны на учениях тантры. То есть, если мы говорим о каких-то учениях, относящихся к сутре, то они все должны быть основаны на сутрах Будды, на слове Будды. Если мы говорим о подлинности тантрических учений, они должны быть все основаны на тантрах, которые проповедовал Будда Ваджрадхара. Да, Гуру Падмасамбхава написал некоторые тайные учения, которые он предпочел спрятать, потому что в то время еще не было учеников, достойных этих учений. И он написал эти учения и сокрыл их с целью, чтобы потом, когда придет время, их могли прочесть. И он писал: «Эти мои учения, тайные учения терма, полезны лишь немногим, но не всем, лишь некоторым, но не всем».

Однако те терма, которые написал Гуру Падмасамбхава, были также основаны на тантрах, проповеданных Буддой Ваджрадхарой. Потому что Гуру Падмасамбхава сам по себе и являлся Буддой Ваджрадхарой.

Вообще терма на определенном этапе стали так популярны в Тибете, что стало очень много фальшивых терма, так что с терма надо быть поосторожнее. Есть очень много подлинных терма, естественно, это правда, но много и ложных терма.

Однажды великий йогин Паго Рамджам, который жил во времена пятого Далай-ламы и был его близким другом и учеником, был настолько недоволен, что в Тибете распространилось очень много фальшивых терма, что однажды он украл у пятого Далай-ламы его колокольчик и ваджру. Колокольчик с ваджрой он спрятал в дупле большого дерева, которое затем законопатил, а потом явился к пятому Далай-ламе и сказал: «Я, Паго Рамджам, тоже хочу открыть терма». «А с какой стати тебя интересует терма?» – спросил пятый Далай-лама. «Потому что я хочу быть великим йогиним, – ответил тот, – Если я не открою терма, люди не будут считать меня великим йогиним. Поэтому я тоже хочу открыть терма». Его Святейшество пятый Далай-лама засмеялся, но он знал, что Паго Рамджам и так великий йогин, который полностью превзошел 8 мирских дхарм. «Хорошо, наверное, была какая-то причина на то, что Паго Рамджам изъявил желание открыть терма», – подумал пятый Далай-лама и сказал: «Хорошо, я тоже буду присутствовать на церемонии открытия тобой терма».

Паго Рамджам сказал, что это случится в полнолуние, он сказал: «Я хочу открыть терма и показать его людям в полнолуние». А затем Паго Рамджам широко разнес весть о том, что он, Паго Рамджам, откроет терма. Все были изумлены. Поэтому, когда настало время полнолуния, все явились в указанное место, в том числе пришел и Его Святейшество пятый Далай-лама. Затем Паго Рамджам появился перед всеми с огромным пурбу в руках, с большим колокольчиком. Озираясь по сторонам с широко раскрытыми глазами, он вдруг уставился в небо, как будто увидел там что-то особенное. Тогда все тибетцы закричали: «О, какой он – великий йогин», и пали ниц. И, наконец, он дошел до того заветного дерева и метнул в него пурбу. «Вон оно, терма, – сказал он. – Там, где мой пурбу врезался в дерево, сейчас я его открою». И расконопатил то дупло в дереве и торжественно достал оттуда колокольчик и ваджру. Все при этом были в восторге: «О, какой великий йогин». После чего Паго Рамджам тоже торжественно поднес колокольчик с ваджрой Его Святейшеству пятому Далай-ламе и сказал: «Это мой дар Вам».

Но, когда Далай-лама увидел, что это за подарок, он сказал: «Так это же мои колокольчик с ваджрой». «Да это ваши колокольчик и ваджра, – сказал Паго Рамджам, – если бы я не положил их туда, как бы я их нашел? Без причины результат невозможен. В наши дни терма очень популярны, поэтому я тоже захотел так сделать. В наши дни отречение, бодхичитта и мудрость, познающая пустоту, не имеют большой ценности в Тибете, но вот терма в Тибете в наши дни ценятся очень высоко. Когда я смотрю на учение Будды, я понимаю, что три основы пути – самое драгоценное в них, именно это освободит нас от страданий. А такие объекты терма, как колокольчик с ваджрой, если я поставлю их себе на голову, они не смогут спасти меня от страданий. Я решил поступить так, как поступил, для того чтобы показать людям, какова истинная ценность всего этого».

Но не впадайте в крайности, утверждая, что терма вообще не достоверны, существует очень много подлинных учений терма. Утверждать, что учение терма недостоверны, это тоже значит оскорблять Дхарму. Вы накопите себе очень тяжкую негативную карму такими словами. Но при этом вы можете говорить: «Я не доверяю всем учениям терма». В этом нет ничего плохого.