

Остановились мы на теме способа накопления кармы. Вы должны понимать, что главная цель, с которой мы накапливаем карму, это обретение счастья. Каждое живое существо создает позитивную, негативную карму или колеблемую карму, лишь с одной целью – обрести счастье. Когда эта проблема возникает, вы думаете: «Если я буду свободен от этой проблемы, то стану счастливым». Именно ради счастья мы пытаемся убежать от своих проблем. И тараканы, которые бегают туда-сюда, все, что они делают, они делают тоже ради счастья. Вся их беготня – это поиски счастья. Зачем вы с детства начинаете учиться в школе, получать образование? По той же главной причине вы ищете счастье. В поисках счастья вы получаете образование. Иногда мы об этом забываем. Мы учимся, учимся, учимся, получаем аттестат в школе, потом диплом в университете, и забываем, с какой целью мы все это делаем. Мы думаем, что это что-то обязательное для нас, мы обязаны учиться, обязаны получать дипломы. Но мы забываем, что мы делаем это лишь ради счастья. При этом мы не понимаем, что такое счастье, не знаем, что это такое на самом деле, однако ради этого счастья мы готовы на очень многое.

Мы не понимаем, что такое настоящее счастье, не понимаем, что такое настоящее страдание, и поэтому ищем счастье в сансаре и из-за этого с безначальных времен страдаем. Иногда мы думаем, что если у нас будет высокое положение в обществе, то мы станем счастливы. Это заблуждение. И высокое положение приносит очень много проблем. Сегодня президент Калмыкии здесь был, он сказал, что ради собственного счастья он предпочел бы медитировать, но когда он думает о нуждах других людей, он понимает, что есть некий смысл в том, чтобы находиться на посту президента и заниматься всей этой работой. А в противном случае, этот пост тоже приносит очень много страданий. И никакой другой пост, никакое другое положение в обществе не может принести счастья.

А теперь продолжим обсуждение темы способов накопления кармы. Лама Цонкапа говорит, что способов накопления кармы два: первое – это накопление кармы ради ощущения счастья. И мы накапливаем карму в частности с этой целью, накапливаем ради приятных ощущений. И второе – накопление кармы ради нейтральных ощущений.

Накопление кармы ради приятных ощущений делятся опять же на два вида, на два вида накопления кармы.

Первое накопление кармы – это накопление кармы при стремлении к наслаждению, получаемому от объектов пяти органов чувств. Когда мы открываем глаза, то видим прекрасные образы, формы, и нам кажется, что если мы получим, завладеем этой формой, то тогда будем счастливы, будем получать наслаждение, удовольствие. И тогда мы, пытаясь завладеть этим объектом, накапливаем соответствующую карму.

Вспомните, сколько у вас дома находится объектов, находится зримых объектов желания. Ваша одежда, ваша обувь и все тому подобное, телевизор, являются объектами желания ваших глаз, вашего зрительного сознания. Вы копите, копите все это и даже когда все это ветшает, вы ее складываете в какие-то ящики, куда-то засовываете на антресоли, не можете расстаться. Иногда ваш дом превращается в склад рухляди. Людям очень трудно расстаться со своими вещами, даже старыми, потому что они помнят, как им пришлось потрудиться, чтобы купить все это. Итак, существует огромное количество объектов желания зрительного сознания и для того, чтобы заполучить их, мы накапливаем очень много кармы.

Затем объекты сознания слуха – звуки. Мы слышим приятные звуки, привязываемся к ним, хотим их заполучить и слушать их снова и снова. И поэтому мы покупаем магнитофоны, покупаем кассеты, диски и слушаем их, снова и снова. И каждый раз, когда вы привязываетесь к какому-то звуку, то для того, чтобы заполучить его в свою собственность, вы создаете также много кармы. И из-за этой кармы вы вращаетесь в сансаре.

Далее идут запахи, приятные запахи. Вы чувствуете какой-то запах, привязываетесь к нему, особенно французские духи. И говорите: «О, какой необычный запах, я хочу такие духи». Но для меня нет никакой разницы между французскими духами и другими запахами. Иногда от этих духов может возникнуть головная боль. Когда в лифт заходит женщина, которая слишком благоухает духами, у меня голова начинает болеть. Для одних людей духи являются объектом счастья, они выкладывают большие деньги за эти духи, а другим те же самые духи причиняют одни страдания, головную боль.

Далее приятный вкус, вкусная еда – объекты сознания вкуса. Это такой трудный момент для всех нас. Потому что ради вкусной еды, ради получения вкусной еды мы накапливаем очень большое количество кармы. Например, поскольку мы привязаны к вкусу мяса, то, не задумываясь о том, что если бы люди его не ели, оно бы не пользовалось спросом. Если бы его не покупали, его бы не продавали, и соответственно не убивали бы животных и эти животные остались бы в живых. Но мы, как правило, предпочитаем не думать обо всех этих вещах из-за своей привязанности к мясу, и продолжаем его есть. И я сам тоже ем мясо, и вы едите мясо.

И все же, нам следует признать, что это не правильно. Но, конечно, употребление мяса в пищу не является прямым причинением вреда животным. Это косвенный вред, и карма эта хоть и негативная, но не очень большая. В настоящий момент нам нужно попытаться пресечь в первую очередь тяжелую негативную карму. Кроме того, употребление мяса в пищу не является негативной кармой убийства, потому что эти действия не включают в себя намерения убивать. Употребления мяса в пищу сопряжено с алчностью к мясу, а это негативная карма ума.

Итак, в первую очередь мы должны прекратить, прекращать, прекратить причинять непосредственный вред другим, а потом, когда мы этого добьемся, постепенно нам нужно будет также прекратить и причинение косвенного вреда. Если в самом начале духовного пути вы будете стремиться к прекращению причинения косвенного вреда, в особенности вы будете тщетно соблюдать все вторичные обеты, а главным уделять внимание не будете, то это будет гораздо хуже. В некоторых монастырях некоторые монахи очень беспечно относятся к каким-то основным своим обетам, нарушают их и не обращают на это внимания, зато они строго соблюдают мелкие обеты. Они спорят с другими монахами, ругаются, даже может быть дерутся и не считают это чем-то очень плохим. А всякие мелкие заповеди они воспринимают слишком серьезно.

Однажды великий тибетский йогин Другпа Кунли остановился в одном монастыре, прожил там несколько дней и понял, что в этом монастыре что-то происходит неправильно. И вот однажды Другпа Кунли вместе с группой монахов из этого монастыря куда-то отправились. По дороге им сначала попадались всякие мелкие лужицы и Другпа Кунли стал, приподнимая свою одежду, старательно их обходить, перепрыгивать через них большими прыжками и кричать монахам: «Будьте осторожны, смотрите не попадите в лужу! Вон лужа!» А лужицы были такие крошечные что, если бы по ним пройти, то они даже ботинок бы не намочили. А когда они дошли до ямы с водой, где вода доходила аж до груди, то он, беспечно распевая песни, зашел прямо в эту воду, даже не замечая, что перед ним вода, как будто он идет по дороге. Вот он, радостно распевая песни, забрел прямо в эту воду. Монахи были удивлены, они подумали: «Что за странный человек, как он себя чудно ведет». И сказали ему: «Почему, когда нам по пути попадались крошечные лужицы, ты через них перепрыгивал и кричал, что надо быть осторожным, а когда попала большая канава с водой, ты прямо в нее зашел как будто и не заметил, распевая песни? Все это очень странно. Почему ты так поступил?» Другпа Кунли им сказал: «Точно так же и вы практикуете Дхарму».

Иногда и люди точно также поступают. Они очень агрессивны, причиняют другим людям вред и не считают это чем-то зазорным. Одновременно с этим они призывают всех быть вегетарианцами и рассказывают о том, как ужасно и негуманно есть мясо. Хорошо, отказ от мяса это замечательно, но сначала вы должны перестать причинять непосредственный вред окружающим. Ну, хорошо, если основная причина, почему надо отказаться от мяса, заключается в том, что если вы не будете есть мясо, оно не будет пользоваться спросом и соответственно его не будут продавать, то есть, не будут убивать животных, то тогда надо отказаться вообще от пищи. Если вы не будете есть пищу, пища перестанет продаваться в магазинах и люди соответственно не будут убивать живых существ в процессе выращивания риса, овощей и так далее. Представьте себе, сколько животных погибает при выращивании риса, пшеницы, овощей и так далее. Если вся эта еда не будет выращиваться, то и эти животные не будут погибать. То есть, если такой логикой пользоваться, то тогда нам надо вообще от еды отказаться. Кроме того, если вы не будете никуда ходить, у вас под ногами не будут гибнуть насекомые. Не выходите на улицу.

Если начать принимать во внимание косвенный вред, то тогда вам придется отказываться от очень многих своих поступков, потому что косвенно мы влияем на очень многое и невольно являемся косвенной причиной гибели каких-то живых существ, просто в силу своей деятельности на этой земле. Поэтому в первую очередь мы должны избавиться от намерения вредить другим. В первую очередь нам нужно бороться именно с этим. Если у вас не будет намерения никого убивать, никому вредить, то когда по пути вы нечаянно давите своими ногами насекомых, это не будет убийством, это будет смертью. Если же у вас есть намерение топтать насекомых, то когда вы идете куда-то по дороге, вы их убиваете. Также как и тараканов: когда вы давите, топчите их ногой намеренно, то это убийство. Потому что здесь присутствует намерение убивать, а это создает негативную карму. Если вы с подобным намерением наступаете на таракана ногой, то это называется негативная карма тела. Если же подобного намерения убивать у вас нет, то тоже самое действие, которое вы производите – вы ходите по земле и нечаянно топчите всяких тараканов, насекомых, которые попались вам на пути – это уже не убийство, нет такого намерения. То же самое действие уже не является убийством, и вы не создаете негативную карму убийства.

Итак, как видите, карма – это намерение. Даже если движениями своего тела вы кого-то убиваете, то это не убийство, если у вас нет намерения убивать. Если вы увидели птицу на ветке и с намерением убить ее бросили камень и попали в птицу, то это называется убийство птицы. Если же птицу вы не видели, если вы, не глядя, просто кинули куда-то камень, а камень случайно попал в птицу, и птица погибла, то это не убийство птицы. Это называется смерть. Смерть птицы, гибель, но не убийство. Существует большая разница между стаканом, который вы разбили и стаканом, который разбился сам. Первое действие это намеренное действие, а второе не умышленное.

Еще одним объектом наслаждения является осязаемые объекты – то, что мы можем осязать, чувствовать. Ради получения таких объектов и привязанности к ним мы также создаем значительное количество кармы.

Второй вид накопления кармы – это накапливание кармы при отвращении от внешнего наслаждения ради блаженства получаемого сосредоточением. Вы должны понимать, что ради наслаждения, которое вам дарит сосредоточение, вы тоже можете накапливать карму. Эта карма позитивна, также ввергает вас в сансару. Эта карма не может вас освободить от сансары. Потому что вы по-прежнему привязаны к счастью в сансаре.

Спать не хотите? Еще несколько дней вы не будете хотеть спать, потому что вы очень счастливы. Я имею в виду возможность приезда Его Святейшества Далай-ламы. Но не надо слишком радоваться,

потому что все еще не решено окончательно. Вы должны понимать, что даже если Его Святейшество Далай-лама не сможет приехать в этом году, приедет Богдо Геген, а Богдо Геген неотделим от Его Святейшества. Думайте о том, что они по сути своей едины. Самое главное, что вы получите посвящение Калачакры, а в этом сомневаться не приходится. Кроме того, Его Святейшество Далай-лама посылает десять своих монахов из своего личного монастыря. Это замечательно. Так что, во время посвящения Калачакры Его Святейшество Далай-лама обязательно будет присутствовать на посвящении в тонком теле. Можете не переживать за это, он обязательно будет здесь. Китайцы и прочие могут воспрепятствовать приезду сюда грубого тела Его Святейшества Далай-ламы, но они не могут помешать его тонкому телу присутствовать там, где оно хочет.

Второй вид кармы – накапливание кармы ради нейтрального ощущения. Под этим имеется в виду накопление неколебимой кармы. Прежде надо упомянуть еще одну точку зрения в этом анализе. Значит, накапливаем, мы должны накапливать карму в основном в погоне за счастьем в этой жизни. Если вы привязаны к счастью в этой жизни, то по большей части вы будете создавать негативную карму. Исследуйте это сами. Вы поймете, что, что бы вы ни делали ради счастья в этой жизни, эти действия на 90% будут относиться к негативной карме, а эта негативная карма станет причиной для рождения в низших мирах.

Второй вид счастья, ради которого мы накапливаем карму, – это счастье в будущей жизни. При этом мы не стремимся освободиться от сансары, это лишь счастье в будущей жизни в сансаре. Если вы стремитесь к счастью в будущей жизни, ради этого совершаете какие-то действия, то эти действия станут добродетельной кармой, но вести они будут к рождению в благоприятном мире в сансаре, то есть, эта карма не станет причиной выхода из сансары.

Если же вы привязаны к блаженству, которое дарует сосредоточение, то создаете неколебимую карму, которая приводит к рождению в областях от первой до третьей дхьяны. Еще одна категория существ, которая пребывает в областях от четвертой дхьяны до вершины мира без форм – существа, которых вообще не интересует ощущение счастья, поскольку оно влечет за собой переживание взлетов и падений и лишено устойчивости. Они стремятся к ровному нейтральному ощущению, и тем самым накапливают карму, которая приносит рождение в областях от четвертой дхьяны до вершины сансары. Лама Цонкапа здесь подчеркивает, что таково воззрение Васубанху. «И вывод из всего это такой, - говорит Лама Цонкапа, - если мы понимаем, что природе сансары свойственно страдание, если мы отвращаемся умом от сансары и в действиях тела, речи и ума руководствуемся исключительно стремлением достижения Освобождения, то мы тем самым все больше отдаляемся от сансары и все больше приближаемся к Освобождению».

Вот смысл всего вышесказанного. Это означает, что все, что вы делаете с чувством отречения, выводит вас из сансары. Но все, что бы вы ни делали без отречения, заставляет вас и дальше вращаться в сансаре. Все предельно ясно. Исключение из этого правила являются лишь случаи сильнейшей преданности Гуру.

Далее третий основной раздел Благородной Истины источника страдания. Это процесс смерти и перерождения. На этом ретрите вы изучаете буддизм по очень традиционной схеме, которая принята в тибетских монастырях. Не смотря на то, что на вас нет монашеских одежд, у вас не обриты головы, обучение вы проходите очень похожее на обучение монахов и монахинь. И это очень хорошо. Я всегда выступаю за то, чтобы буддийскую философию изучали не только монахи и монахини, но и миряне. Мирянам очень важно изучать буддийскую философию. Почему после ухода Будды буддизм в Индии пришел в упадок, и вместо буддизма стал расцветать индуизм? Мое мнение по этому вопросу таково: я считаю, что это произошло, потому что в первую очередь буддийскую философию изучали только в монастырях, а миряне просто приходили туда, чтобы молиться, они там не обучались. Что же касается

индуистских практиков, большинство из них миряне, и они свои знания передавали своему потомству, своим детям. Из-за этого по прошествии поколений, веков количество монахов и монахинь стало уменьшаться, монастырей стало все меньше и меньше, потому что буддийская система не была построена по принципу пирамиды. А индуизм, наоборот, был построен по принципу пирамиды: родители передавали знания детям, дети своим детям и так далее. Это была семейная религия. Когда семья разрастается, то становится все больше людей с одной фамилией. Так же распространялся и индуизм.

Я думаю, что других причин исчезновения буддизма в Индии не было. Ведь буддизм исчез в Индии не потому, что буддийская философия менее глубока, чем индуистская. Это не так, но буддизм не был распространен среди мирян. И так считаю не только я, но и некоторые индийские ученые, которые следуют буддизму. Этот исторический пример должен стать для нас уроком. Мы должны понять, что уже раньше был прецедент, когда буддизм ослабевал из-за того, что миряне не получали буддийское образование. И поэтому мы должны уделять большое внимание именно буддийскому образованию среди мирян, чтобы родители могли обучать буддийской философии своих детей. Поэтому сегодня, когда я даю этот курс по Ламриму мирянам, я чувствую, что тем самым очень сильно способствую возрождению буддизма в России и в особенности в Калмыкии. Старайтесь передавать те знания, которые вы здесь получаете, своим родственникам и своим детям. В особенности, об этом должны заботиться матери. Ваши дети получают общую информацию в школе, но настоящие знания должны давать детям их матери.

Итак, третий основной раздел – процесс смерти и перерождения – делится на пять основных частей. Первая – условия смерти. Вторая – состояние ума умирающего. Третья – откуда и где собирается жизненное тепло. Четвертая – переход после смерти в промежуточное состояние - бардо. Пятая – процесс перерождения.

Рассмотрим условия смерти. Первое условие смерти – это истощение жизненного срока. Если у вас закончился жизненный срок, то это первое условие смерти. Второе условие смерти – это истощение заслуг. Иногда люди слишком сильно наслаждаются проявлением заслуг. Например, у них все хорошо в жизни, у них есть деньги, у них какие-то блага, они этим наслаждаются, ни о чем не думают, на мотоциклах разъезжают и так далее и погибают преждевременной смертью. Потому что, когда у них проявляется эта благая карма, они никак не восполняют эти заслуги, и когда они кончаются, они погибают раньше срока. Иногда люди умирают преждевременно, даже и не болея ни чем. Когда у них кончаются заслуги, то они могут умереть совершенно внезапно: во сне, в туалете. А иногда, когда у людей заканчиваются заслуги, они умирают из-за недостатка пищи, недостатка одежды. Заслуги кончаются, из-за этого они попадают в такие условия, что у них нет еды, и умирают от голода.

Также существует девять условий преждевременной смерти. Первое – это смерть от переедания. Например, когда вы идете на вечеринку к друзьям или к родственникам, не надо там переедать, потому что от этого можно умереть. В Индии у людей есть такая тенденция: когда они отправляются к кому-то на вечеринку, там они слишком объедаются, а у себя дома очень мало едят. Однажды один человек со своим сыном пошли к кому-то на свадьбу. И отец сказал сыну: «Сегодня настало время для еды». И когда они стали есть, отец увидел что сын еду запивает водой. Отец очень разозлился, и так недобро посмотрел на сына, но тот словно не заметил и продолжил пить воду. В конце концов, отец уже не выдержал и дал сыну пощечину: «Дурак, ты мог дома напиться воды, сколько хочешь, здесь же ешь!» А сын сказал отцу: «Если еду запивать водой, то можно больше съесть». Через две минуты отец опять дал подзатыльник своему сыну. «Зачем ты меня бьешь?» - спросил сын. «А почему ты мне раньше не сказал? – сказал отец, - теперь я больше есть не могу. В меня не лезет». Это такая шутка.

Второе условие для преждевременной смерти – это нездоровая пища, которая не подходит для вашего организма. Третье – это поглощение новой пищи, пока не переварена прежняя. Но это не является прямым условием для смерти, но может стать причиной. Если вы будете слишком часто так питаться, то у вас может возникнуть язва. А если вы не будете лечить свою язву, будете игнорировать, то есть опасность умереть.

Четвертое – это не изрыгание какой-либо непереваримой пищи. Задерживание природных нужд – это пятое. Сюда относятся мочеиспускание и другие природные потребности. Если к тому же у нас возникают проблемы с этим, а мы ничего не предпринимаем, например, возникает непроходимость в кишечнике, а мы ничего не делаем, чтобы ее устранить, то это тоже может привести к смерти. Некоторые люди по пять, шесть дней не ходят в туалет и думают, что это нормально. Но это опасно, потому что из-за этого есть опасность умереть.

Шестое условие смерти – это небрежность в приеме лекарств. Очень глупо не принимать лекарства во время. «Я практик буддизма, верю в Будду, Дхарму и Сангху, зачем мне лекарства?», - такое скажет только дурак. Вы принимаете прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе, чтобы освободиться от сансары. Не надо воспринимать Будду как врача, который дает нам какие-то невидимые лекарства, который вылечит вас от всех ваших болезней. Когда вы больны, а болезнь является проявлением каких то грубых, материальных причин, вы должны принимать материальные лекарства, для того чтобы освободиться от этой грубой болезни своего тела. И еду должны вы тоже сами готовить, а не надо просто сидеть и молиться Будде: «Будда, пошли мне пищу». Будда же не творец. Помните об этом. В буддизме Будда не считается творцом всего сущего – творцом, который может дать вам все, о чем вы попросите в молитве. Вообще, буддизм не верит в бога-творца. Все является результатом того, что вы сами в прошлом совершили. Если вы хотите поесть, не надо просить: «Будда, дай мне поесть». Выйдите из дома, поищите пищу. Даже собака может найти себе поесть. Почему вы этого не можете? Если же вам нужны деньги, то вы должны сами найти деньги, а не молиться Будде, чтобы он вам их ниспослал.

В общем, можете молиться Будде, чтобы он принес вам удачу. «Будда, вот я сейчас пойду на поиски денег, помоги мне их найти, чтобы мне повезло». Буддизм очень практичен. Это как наука: если вы чего-то хотите, вы должны создавать соответствующую причину. Если вы хотите освободиться от сансары, то деньги вам не помогут. Деньги не так важны в этом деле, здесь важна медитация и так далее. Если у вас семейная проблема, то ваша медитация не поможет вашей семье решить эти проблемы. В этом случае вам нужны какие-то деньги, чтобы помочь своей семье, у вас есть ответственность и перед семьей тоже.

Еще одно условие преждевременной смерти – это незнание того, что благоприятно, а что неблагоприятно. Потому что если, например, вы больны, то для определенной болезни необходим определенный климат, какая-то особая обстановка. Если вы не соблюдаете эти условия, то можете погибнуть. Для лечения одной болезни вам лучше жить в холодном климате. Для лечения другой болезни лучше жить в теплом климате. Для лечения одних болезней нужно есть больше мяса, для других, наоборот, отказаться от мяса. Это все зависит от болезни. Вы должны понимать, что для вас благоприятно, а что неблагоприятно. А если вы не знаете этого, то это тоже может послужить условием смерти.

Хождение куда-то в неподходящее время. Это тоже условие для смерти. Если, например, среди ночи, когда на улице опасно, когда много очень злых духов, если вы будете разгуливать, где попало, посреди ночи, то это тоже может стать условием для вашей смерти. Например, ночь – это неподходящее время для прогулок. Среди ночи не ходите, куда попало, в какие-то опасные места. Если вы в полночь будете куда-то ходить, то можете навлечь на себя неприятности, и это может стать условием вашей смерти.

Почему ночью какие-то пьяные люди могут на улице пырнуть ножом, еще что-то сделать? Просто ночь – это такое время, когда легко попасть под влияние вредоносных духов. И пьяные довольно часто совершают эти преступления под влиянием духов. Поэтому, если не хотите умереть раньше времени, то когда все спят, и вам лучше спать, а не бродить где попало. Когда все просыпаются, то и вы должны проснуться. А вы иногда наоборот поступаете: когда все спят, вы не спите, особенно молодежь, ходят туда-сюда, а когда все просыпаются, вы тогда ложитесь спать. Это неправильно. Тогда вам грозит опасность умереть преждевременно, или вас могут избить.

Еще одно условие – это половая распущенность. Здесь все ясно. Все это было написано много тысяч лет назад, но это как пророчество, которое очень актуально для нашего времени. Сейчас, когда распространилось очень много венерических болезней, СПИД – это очень актуально для нас. Мы видим, что действительно, половая распущенность может привести к преждевременной смерти. Не только СПИД, но и многие другие венерические болезни могут быть опасными для жизни. Так что, будьте осторожны, избегайте случайных связей.

Вторая часть – состояние ума во время смерти. Итак, есть три состояния ума в момент смерти. Первое – это позитивное состояние ума в момент смерти. Второе – это негативное состояние ума в момент смерти. И третье – это нейтральное состояние ума.

Что такое позитивное состояние ума в момент умирания? Это размышления на благие темы во время умирания с целью установления позитивного настроения в уме. Либо вы сами напоминаете себе об этом, либо вам напоминают другие. Если вы привыкли в этой жизни или в предыдущей жизни порождать в себе позитивный настрой ума, если при жизни у вас мысли были главным образом позитивными, вы правильно выполняли свои обязательства и так далее, то и во время смерти у вас могут непроизвольно возникнуть в уме благие мысли.

Если же вы, если уже при жизни у вас возникало примерно одинаковое количество позитивных и негативных мыслей, если вы одинаково привыкли к тем и другим, то какая мысль первая возникнет, такой настрой и будет у вас в уме в момент смерти? Поскольку у большинства из нас одинаковая привычка к позитивным и негативным мыслям, то очень важно, когда кто-то умирает, напомнить этому человеку о чем-либо позитивном. Когда грубое сознание начинает постепенно растворяться, достаточно кому-то из присутствующих сказать ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ громко, и тогда он сразу переключится на благие мысли, его состояние ума станет позитивным. Напомните умирающему о Его Святейшестве Далай-ламе, о Будде. Это очень важно. И не плачьте. Когда кто-то умирает, а вокруг него все рыдают: «Не умирай, не покидай нас», то это очень сильно отвлекает умирающего.

Моя мама рассказала мне, что когда умирал отец, а в это время я был в России, то сначала он перестал разговаривать. Вокруг его постели стало собираться очень много народу, пригласили лам, Ринпоче на молитвы, но отец знаком показал моей маме, что он хочет, чтобы все покинули его и молились в другом месте. Он хотел умереть в покое. И тогда моя мама попросила гостей перейти в другую комнату, и отец остался один. Но моя мама не рыдала, она поставила перед отцом портрет Его Святейшества Далай-ламы и сказала ему на ухо: «Наверное, ты умираешь. Перед тобой Его Святейшество Далай-лама». Она не сказала, что перед тобой фотография Его Святейшества Далай-ламы, она сказала, что перед тобой Его Святейшество Далай-лама.

И тогда он с трудом сложил молитвенно руки, хотя ему было уже очень трудно двигаться, помолился, а потом сказал: «Хик!», что означало, что он сделал пхову, а он всю жизнь практиковал пхову. И когда он сказал «Хик», его голова упала, и он безболезненно умер. Моя мама рассказывала мне потом, что отец точно ушел в Чистую Землю. Он был такой уверенный во время умирания, у него вообще не было

страха и она говорила: «Я не знаю получится ли у меня то же самое?» Оба моих родителей практиковали пхову в течении жизни и если, допустим, папа, немного позанимавшись практикой, ложился спать, то мама сидела допоздна и все говорила: «Хик, хик». В итоге, отец ей сказал: «Не надо слишком много практиковать пхову, а то еще зацепишь мое сознание и перенесешь его против моей воли. Я пока не хочу умирать».

Итак, напоминание о благом умирающему – это очень важный момент. Будете вы говорить «хик» или не будете говорить, это не имеет значения, но умирать вы должны с благими мыслями, с позитивным настроем, это очень важно. Если в вашем уме негативный настрой, то сколько бы вы ни кричали «хик, хик», вместо того чтобы лететь вверх, ваше сознание упадет вниз. И таков уж механизм кармы, одними звуками хик-хик тут не поможешь. Это лишь некое условие для поднятия ума вверх, для его выхода через макушку, но иметь позитивный настрой гораздо важнее. Это основная сила, влекущая в высшее рождение. А «хик» - всего лишь условие. Мастера Кадампа во время смерти даже «хик» не произносили, даже пхову не делали. Они тихо, мирно умирали с бодхичиттой в сердце и ни в каких «хик» не нуждались.

Когда Учителя Кадампа думали о страданиях живых существ, то все время молились только о том, чтобы родиться в таком месте, где живые существа больше всего нуждаются в их помощи. Они говорили: «Я не хочу родиться в Чистой Земле, я хочу родиться в нечистом месте, где живые существа очень нуждаются в моей помощи, я хочу им помогать, помогать из сострадания». Однажды Геше Шерава – один из Учителей Кадампа – когда был близок к смерти, сказал своему ученику: «Мое желание не исполнилось». Он сказал это после того, как увидел знаки приближающейся смерти. И тогда ученик спросил его: «Как это возможно? Всю жизнь Вы практиковали Дхарму. Как возможно чтобы Ваши желания не сбылись?» И Учитель Кадампа сказал: «Я говорю не об этом. Я всю жизнь молился потом чтобы родиться в каком-то нечистом месте, теперь же у меня были видения, которые говорят о том, что я буду рожден в Чистой Земле, поэтому мое желание не исполнилось».

Если у вас сильна бодхичитта, то даже если вы не хотите родиться в Чистой Земле, вам придется там родиться и провести какое-то время, а когда у вас станет больше сил, вы сможете опять спуститься в сансару и помогать живым существам. Поэтому в момент смерти очень важно, либо самому вспомнить, либо чтобы кто-то напомнил вам об отречении и о бодхичитте. Очень хорошо умирающему сказать: «Бодхичитта», чтобы это слово активизировало его благие мысли. Либо читать эти стихи о бодхичитте, которые я написал – очень хорошее напоминание. В момент смерти, если вы услышите эти стихи, то они вас очень тронут, потому что при жизни вы их слышали много раз. Они помогут вам породить чувства любви и сострадания.

Теперь представьте, что вы вот-вот умрете. Глаза ваши уже почти ничего не видят. Вы что-то можете услышать, но уже не четко, и вы уже вот-вот расстанетесь с этим телом. Сейчас Майя прочтет вам эти стихи, а вы постарайтесь представить, что вы умираете и почувствовать, как эти стихи смогут помочь вам породить благой настрой в сознании. Вот это называется тренировка. Теперь представьте, что вы лежите и уже вот-вот умрете. Не надо ложиться, а представляйте, что вы лежите. Некоторые уже чуть-чуть было не легли, как умирающие. Иногда очень хорошо представлять, что вы умираете и лежите и кто-то вам напоминает о Дхарме.

Представьте как вы будете настраивать свой ум в момент смерти. Ни к чему не надо привязываться. Все встречи закончатся разлукой. Рано или поздно все мы должны будем умереть. Давайте сначала немного помедитируем на процесс умирания. Вы почувствуете, что вы совсем ослабели, в течении пяти дней вы не могли съесть ни кусочка, вы не можете уже самостоятельно ходить в туалет, вам приходится делать это в постели, тело ваше стало очень исхудавшим, по сути дела вы



превратились в скелет обтянутый кожей. Вы почти уже ничего не видите, дыхание постепенно останавливается. Люди, которые окружают вас, жалеют вас. И ,зная, что вы уже вот-вот умрете, что вы безнадежны, они уже не надеются, что вы выживите, вы очень близки к смерти. И вот ваш друг, который всегда находится рядом с вами, читает вам стихи о бодхичитте.