

Итак, развейте правильную мотивацию. Сегодня день полнолуния. Это особенный день. Какую бы духовную практику вы ни делали в полнолуние, и какие бы благие дела вы ни совершали в полнолуние, эффект их будет приумножаться. В особенности, для вас вначале очень мощной практикой является слушание учения и с его помощью устранение некоторого уровня неведения из своего ума. Тем самым вы также накопите много заслуг.

Не думайте, что слушание учения Дхармы – это не практика Дхармы. На самом деле, слушание учения по Дхарме это сама по себе очень мощная практика. Когда вы получаете учение о полном пути к Просветлению, для вас это очень мощная практика, и она оставляет в вашем сознании очень сильные отпечатки. В одной из своих сутр Будда сказал: «Если один человек в течение ста жизней занимается обширной практикой благотворительности, щедрости, а другой человек один раз получит учение по Праджняпарамите с искренним настроением, кто из них накопит больше заслуг?» На это Будда сам же дал ответ: «Второй человек накопит больше заслуг. Первый человек тоже накопит заслуги, его благодеяния хороши. Но его практика щедрости, его благотворительность не сможет стать причиной его Освобождения. Если же человек искренне, с чистым сердцем получает учение по Праджняпарамите, это учение оставит сильный след, отпечаток в его сознании. Благодаря этому отпечатку учения когда-нибудь он сможет практиковать его и достичь Освобождения с его помощью».

Поэтому вы должны понимать, что само по себе слушание учения – это очень мощная практика Дхармы. Также вы должны учитывать, что раньше, в былые времена многие Наставники, многие высокие йогины, Учителя сами достигали духовных реализаций именно во время слушания учения. Например, Кхедруб Ринпоче постиг Пустоту прямо во время учения о Пустоте, которое он получал от Ламы Цонкапы. Существует еще очень много других историй об этом. Большинство учеников Будды достигли высокой реализации во время получения учения от него.

Поэтому даже если сейчас вы не достигнете реализаций во время слушания учения, то ничего страшного. Зато учение ставит в вашем сознании очень глубокий отпечаток. Тогда в будущем, когда придет Будда Майтрея, вы родитесь среди учеников Будды Майтреи. И тогда, когда вы получите то же самое учение, что и сейчас, вы уже воспримете его совершенно по-другому. Услышав его, вы породите глубокое постижение, реализацию в уме, потому что какова причина, таков и результат. Почему мы, когда получаем учение, не достигаем реализаций? Почему ученики Будды, услышав один раз от него учение, сразу же мгновенно достигали реализаций? Почему они достигали, а мы не можем?

Если проследить прошлые рождения учеников Будды Шакьямуни, то вы убедились бы, что до этого они получали учение Дхармы от последователей предыдущего Будды – Будды Кашьяпы. Не от самого Будды Кашьяпы, а от его последователей. Это учение оставило глубокий отпечаток в их сознании. В силу этих отпечатков они родились в ближайшем кругу учеников Будды Шакьямуни, когда он пришел. Поскольку эти отпечатки принесли свои плоды, то, услышав то же самое учение от Будды Шакьямуни, они достигли высокой реализации. Точно также и вы, благодаря тому, что вы сейчас получаете это учение, благодаря отпечаткам этого учения, в будущем вы родитесь в кругу ближайших последователей Будды Майтреи. Будда Майтрея будет также объяснять, что вы достигли реализаций, слушая его учение, потому что в такое-то время, в такой-то жизни получали учение Дхармы от такого-то Учителя. В силу этого, когда соответствующие отпечатки проявились в вашем сознании, вы достигли реализаций во время слушания учения от Будды Майтреи.

Все взаимосвязано. Существует много таких пророчеств, откровений Будды Шакьямуни. Он говорит, что этот человек сейчас достиг реализации, слушая мое учение, потому что в такое-то время он получал учение Будды Кашьяпы от такого-то Наставника, и учение это оставило в его сознании глубокие следы, глубокие отпечатки. Те же самые пророчества, откровения будет делать и Будда Майтрея, когда

придет. И это произойдет даже с самыми ленивыми учениками. Это произойдет с самыми ленивыми учениками, потому что те ученики, которые поактивнее, достигнут реализаций задолго до прихода Будды Майтрейи. Так что, вы должны быть довольны. Даже самые худшие мои ученики переродятся учениками Будды Майтрейи во время его прихода.

Когда я даю учение, я призываю Будду Шакьямуни, Будду Майтрею и говорю им, что сейчас я даю такое-то учение для того, чтобы в сознании моих учеников остался отпечаток Дхармы. И прошу Будду Шакьямуни, Будду Майтрею защищать учеников жизнь за жизнью. Поэтому вы должны понимать, что Духовный Наставник является посредником, он может стать посредником для любого просветленного сознания. И, если он захочет, Духовный Наставник может сделать все. Он способен на все. И это правда: для вас ваш Духовный Наставник очень важен. Если вы радуете своего Духовного Наставника, то вы радуете всех Будд и всех Божеств. Даже если он – обычный человек, радуя его, вы радуете всех Будд и бодхисаттв, и это дарит вам защиту. Я – обычный человек, но когда вы радуете меня, вы радуете всех Будд и бодхисаттв, в этом не приходится сомневаться. Я говорю вам это не исходя из собственной выгоды. Я не хочу и не нуждаюсь в том, чтобы вы меня радовали. Наоборот, я пытаюсь от вас сбежать, мне не нравится, когда вы мне угрожаете. Когда вы меня почитаете, поклоняетесь мне и так далее, мне становится очень не по себе, некомфортно, я все время стараюсь сбежать от этого. Когда в Бодхгаю приехали мои ученики, они меня преследовали, и я от них пытался скрыться. Я знаю, из-за того, что я сейчас вам это говорю, вы будете еще больше неудобств мне создавать. Но я вам это говорю, забота о вас.

И это касается не только меня, а всех ваших Духовных Наставников. Сейчас для вас самое главное – это постараться порадовать всех ваших Духовных Наставников. Это самое лучшее для вас. Даже если у вас не будет при этом отречения, это станет причиной вашего Освобождения. Поэтому, когда Дромтомпа впервые встретился с Атишей, Дромтомпа сказал ему: «Я много занимался практикой, какова была моя практика Дхармы, какая практика из всего того, что я делал, стала настоящей практикой Дхармы?» Атиша ему на это ответил: «Из всей твоей практики Дхармой стала только твоя преданность Гуру». Поэтому вы должны понимать, что преданность Учителю имеет для вас одни лишь преимущества.

Хотя сейчас тема нашего учения – не преданность Гуру, но я вам еще раз это повторяю, еще раз подчеркиваю ради вашего же блага. Преимуществом преданности Учителю является то, что когда вы преданы Учителю, день ото дня ваша мудрость возрастает. Когда преданность Учителю сильна, день ото дня ум становится все более и более умиротворенным. Это я вам гарантирую на 100 процентов. И все у вас в жизни идет очень гладко, все идет в правильном направлении. Если же вы нарушите преданность Учителю, то есть откажетесь от Учителя, то в вашей жизни начнет происходить все, полностью противоположное этому. И результаты этого вы увидите уже в этой жизни. У людей, которые нарушили преданность Учителю, день ото дня возрастает агрессия и депрессия. Покоя у них нет. Все происходит не так, как им хотелось бы. И интереса к Дхарме у них становится все меньше и меньше. Постепенно они все начинают видеть в дурном свете. И в этой жизни у них нет покоя, а в будущей жизни все будет еще ужаснее.

Поэтому будьте очень осторожны. Нарушение преданности Учителю для вас очень неблагоприятно. Кхедруб Ринпоче говорил, что даже близкое общение с человеком, который отказался от своего Гуру, который нарушил преданность, оказывает на вас очень неблагоприятный эффект. Это правда. Если вы находитесь рядом с очень ядовитым предметом, то зараза переходит и к вам. В Тибете было принято, если какой-нибудь человек нарушал преданность Учителю, то все обходили его дом стороной, никто даже не заходил к этому человеку выпить чаю.

Однажды Кхедруб Ринпоче с группой монахов ехали в провинцию Кхам в Тибете, и по дороге они увидели храм, который построил человек, нарушивший преданность своему Учителю. Кхедруб Ринпоче предупредил своих учеников: «Сейчас мы будем проезжать мимо храма, который построил человек, который отрекся от своего Гуру, не смотрите в сторону этого храма. Нужно подстегнуть лошадей, чтобы мы проехали как можно быстрее мимо этого храма». Это правда, потому что, если вы находитесь рядом с отравой, если вы вступаете в какой-то контакт с отравой, то вы сами заражаетесь. Это процесс причинно-следственной взаимосвязи, взаимозависимости. Как в ситуации с Чернобылем, когда радиация распространилась после чернобыльской аварии, и очень многие заразились. Если вы находитесь рядом с источником заражения, то вы сами заразитесь.

И точно также вы должны понимать, что существует очень много тонких, невидимых источников заражения. Это правда, в этом нет никаких суеверий. Таков этот механизм. Например, радиацию, которая распространилась после чернобыльской аварии, тоже невозможно было увидеть глазами. Но никакого суеверия в этом не было, это были реальные факты. Все, кто попал в зону радиации, все пострадали.

Например, что касается людей, которые усиленно занимаются медитацией, то они еще острее чувствуют это на себе. Многие мои друзья мне рассказывали, что если им делал подношение человек, который нарушил преданность Гуру, то их реализация начинала после этого уменьшаться. Если они принимали этот предмет, то они подхватывали эту заразу. Сам по себе предмет, поскольку он исходил от человека, который отрекся от Учителя, был уже заражен, нес в себе эту заразу. Это правда. Никаких суеверий в этом нет.

В принципе, я человек очень непредвзятый, твердолобый, поэтому меня трудно пронять всякими суевериями. Если бы вы говорили о духах и тому подобном, я был бы скептически настроен. Но во всем, что касается негативной кармы, а также близости к людям, которые отrekliсь от Учителя, что это оказывает негативный эффект, я это все знаю на собственном опыте. Если вы, допустим, чистый практик, чистый человек, если бы вы пошли к такому человеку, который отрекся от Учителя, переночевать, вы бы в его доме не смогли бы даже уснуть.

В Индии такое тоже происходит. Некоторые мои друзья мне рассказывали, что, когда Его Святейшество Далай-лама сказал тибетцам, что нельзя поклоняться мирскому защитнику Шугдену, некоторые люди его не послушались. Они осудили Его Святейшество и отrekliсь от Его Святейшества. Они нарушили преданность своему Учителю. Они стали критиковать Его Святейшество за это. Так вот, один из моих друзей, Геше, однажды остановился в доме у такого человека на ночь. Он мне потом рассказывал, что не мог уснуть ни на секунду в этом доме. Там была настолько ужасная атмосфера, что он думал только о том, как бы поскорее оттуда уехать. Это правда. Мой друг не подвержен каким-либо суевериям, у него очень крепкий и сильный ум, он совершенно нормальный человек. Он сказал, что в этом месте оставаться было просто ужасно.

Если вы нарушите преданность Учителю, если отречетесь от Учителя, то, что касается вашей будущей жизни, то здесь все очевидно: у вас только одна дорога после смерти – в низшие миры. Другого варианта быть не может. Лама Сопа говорит, что если у вас чистая преданность Учителю, то даже если вы ленивый человек, ленивый практик, ничего страшного. Если у вас чистая преданность, если вы никогда не смотрите на недостатки Духовного Наставника, то можете лениться, можете спать, можете гулять туда-сюда – все равно день ото дня ваша реализация будет возрастать. Это совершенно точно. В Ламриме тоже об этом сказано достаточно четко. Если вы нарушили преданность Учителю, то после этого, даже если вы будете вставать в три часа утра и начинать самым усиленным образом практиковать, медитировать, то если вы в таком режиме будете практиковать даже тысячу лет, никакой реализации

вообще у вас не возникнет. Потому что корня у вашей реализации не будет. Корень всех духовных реализаций – это преданность Гуру.

Сейчас я вам расскажу одну историю. Один ученик Атиши был туповат умом. Он был недалеким человеком, с низкими умственными способностями. И он не мог понять учение так, как другие ученики. Один раз он задумался: «Какой же для меня лучший способ практиковать Дхарму? Мне трудно дается понимание учения, если я что-то услышал, то мне очень трудно это запомнить, я не способен к глубокому анализу». Тогда он решил: «Я должен отдавать все свои силы практике преданности Учителю, потому что это для меня – достижимая практика, я могу ее практиковать». Он сказал себе: «Вверх себя Духовному Наставнику от всего сердца. Основной моей практикой будет служение Атише, я буду служить ему всю свою жизнь. Это будет моей единственной практикой Дхармы. На другие практики я не способен. Отречение, Бодхичитта – все это очень трудно для меня, особенно мудрость, познающая Пустоту – это вообще для меня не реально». С тех пор он постоянно стал служить Атише.

Однажды Атиша решил показать людям всю мощь, всю силу преданности Учителю. Он сказал: «Я хочу провести соревнование между своими учениками, чтобы посмотреть, кто из них добился большей духовной реализации. Соревноваться будут ученик, который служит мне, и ученик, который медитирует высоко в горах. Хочу проверить, кто из них достиг большей реализации». Тогда тот ученик, который медитировал в горах, почувствовал некоторое недоумение. Он сказал: «Почему Атиша так говорит? Как я могу соревноваться с этим человеком? Я столько времени медитировал в горах, в горном отшельничестве. А он же вообще не медитирует, этот его помощник». Также некоторые мои московские ученики говорят: «Мы – ученики из Москвы, мы все время получаем учение от Геше Тинлея, как мы можем соревноваться с калмыцкими бабушками, которые слышат учение совсем редко?»

Начался конкурс. Все ученики Атиши собрались, чтобы посмотреть. Также как вы сейчас собрались. Здесь москвичи, а здесь калмыцкие бабушки. Суть соревнования была в следующем: Атиша попросил ученика, который медитировал в горах, особым тантрическим жестом показать на яблоко, висящее на дереве, и этим жестом сорвать яблоко и перенести его на стол, который стоял перед Атишей. Йогин указал жестом на яблоко, сорвал его. Яблоко медленно проплыло по воздуху и легло на стол, который был перед Атишей. Все были восхищены. Затем Атиша попросил своего помощника сделать то же самое. Он тоже жестом указал на яблоко, сорвал яблоко и переместил его на стол. Тогда Атиша сказал: «Ну, это нет так уж и трудно. А теперь верните это яблоко опять на дерево. Откуда сорвали, туда и верните». Тогда ученик, который медитировал в горах, стал пытаться, но у него все не получалось повесить яблоко обратно. Сломать что-то легко, но вот восстановить очень трудно. Даже с помощью чудесных сил, то же самое – разрушить что-то очень легко, но что-то создать, что-то восстановить трудно, гораздо труднее. Тогда Атиша попросил своего ученика, который служил ему, как калмыцкая бабушка какая-нибудь, опять повесить яблоко на дерево жестом. Ученик без труда это сделал: жестом переместил яблоко по воздуху обратно на дерево и повесил, как раньше оно висело. Все были совершенно потрясены. После этого Атиша ушел.

Все окружили помощника Атиши и спросили: «Как тебе удалось достичь такой реализации?» Тогда он стал рассказывать свою историю. «Да, у меня был очень низкий интеллект, очень слабые способности. И я задумался, какая же практика лучше всего мне подходит, для моих малых способностей, и понял, что самая лучшая практика – это практика служения Учителю. После этого я стал с чистой преданностью обслуживать своего Духовного Наставника. С чистой преданностью я постоянно служил Атише. Однажды Атиша заболел. Он был так слаб, что не смог ходить по нужде. Я убирал за ним его экскременты, делал это руками, и никогда у меня не возникало ни малейшей мысли о том, что это нечистоты. Наоборот, я чувствовал великую радость из-за того, что мне сейчас представилась еще большая возможность служить моему Учителю, делать это лучше. Однажды, когда я выносил в руках

экскременты Атиши на улицу, не чувствуя, что это грязь, вообще не чувствуя, что это нечто грязное, что-то вдруг произошло в моем уме».

На самом деле, что сейчас замутняет наш ум? Большое количество негативных кармических отпечатков. Чистая же преданность очищает ум от большого количества этих самых негативных кармических отпечатков, и поэтому ум очень проясняется. Он сказал: «Ум мой необыкновенно прояснился, и я начал видеть то, что происходит очень далеко отсюда. В уме вдруг настала такая необыкновенная ясность, что мне казалось, что я могу видеть все очень отчетливо, до мельчайшей частицы. С того самого момента память моя стала необыкновенно хорошей. Если я читал один раз какой-то текст, то после этого помнил его наизусть. Также у меня проснулась острота аналитических способностей».

Эта история ясно говорит о том, что все мы обладаем равными способностями, равным потенциалом. Сейчас нас омрачают только наши кармические отпечатки. Когда они рассеются, уйдут, то наши способности станут равны способностям Будды. У Будды и нас равный потенциал ума, никакой разницы. Различие лишь в том, что Будда реализовал, раскрыл весь благой потенциал своего сознания. Наш же потенциал еще не реализован.

Помощник рассказывал дальше: «После того, как это со мной случилось, днем я служил Атише, а ночью я медитировал. И Шаматха породилась у меня очень легко». Вы понимаете? Лучший способ развить Шаматху – это чистая преданность Учителю. Если у вас будет чистая преданность Учителю, Шаматха появится у вас мгновенно, очень быстро.

Мой друг Таши Гьяцо мне рассказывал, что в Тайланде очень много людей медитируют на Шаматху. Очень интенсивно медитируют. Они сидят по три, по пять лет, по десять лет, пытаются развить Шаматху. Но вообще никто из них не достигает Шаматхи. Некоторые люди после двадцатилетней медитации на Шаматху начинают видеть какой-то столбик света, исходящий из их пупка. Но это не Шаматха. Какой смысл видеть луч света, который у вас из пупка выходит? Когда они начинают его видеть, они очень радуются. Когда я услышал от своего друга Таши Гьяцо все эти истории, я подумал, что наша традиция необыкновенно богата!

Раньше в монастырях Тибета монахи, у которых была очень чистая преданность Духовному Наставнику, развивали Шаматху даже в самом монастыре, не уходя никуда из монастыря. Пример из не столь отдаленного прошлого: Ген Нима породил в себе Шаматху всего за шесть месяцев. К сожалению, мне не довелось встретиться с ним лично. Два года назад, когда я приехал в монастырь Дрепунг, мой Учитель, Геше Вангчен сказал: «Поскольку ты хочешь развить Шаматху, тебя интересует Шаматха, иди и познакомься с Ген Нима». На следующее утро я к нему пошел. Но когда я к нему пришел, мне сказали, что в это же утро он скончался. Так что, мне не удалось с ним встретиться.

Однако, один из моих друзей, тоже Геше, встречался с Ген Нима лично. Я его спросил: «Что тебе Ген Нима рассказывал?» И друг мне рассказал, что когда он пошел с еще одним другом к Ген Нима, и они вошли к нему в дом, то увидели, что Ген Нима сидит по пояс голый, медитирует, с полотенцем на голове. Он сидел все время с закрытыми глазами, медитировал. Они вошли, сделали простирания перед ним. Когда они закончили простирания, он спросил: «Откуда вы?» Они рассказали, что они из Дхарамсалы, что они медитируют в Дхарамсале. «А откуда вы только что приехали?» Они сказали: «Мы сейчас только что были в Кунсуре, на юге Индии, где его Святейшество Далай-лама давал посвящение в Тринадцать Капель Кадампы». И он сказал: «О, надо же! Я получал это посвящение в Тибете в таком-то году от такого-то Учителя. Это было пятьдесят лет назад». Потом он начал вспоминать, говорить, что посвящение происходило так-то, Учитель сидел там-то, говорил то-то, а в это время кто-то сказал то-то, потом сделал такое-то замечание. Эти события происходили пятьдесят лет назад, но эти события

пятидесятилетней давности он пересказывал так, как будто они произошли вчера. Настолько он помнил все, что происходило в тот день, в мельчайших подробностях.

Мой друг, услышав эту историю от Ген Нима, мне потом рассказал, что у человека, который развивает Шаматху, появляется совершенно удивительная память. Потом они спросили прямо у Ген Нима: «Вы развили в себе Шаматху или нет?» Он сказал: «Да, я развил Шаматху». «А сколько времени у вас на это ушло?» Он ответил: «У меня ушло на это всего лишь шесть месяцев. Я занимался медитацией в горах, занимался аналитическими медитациями на Ламрим. Какой-то результат был, но не было глубины чувства. Глубины и остроты чувства я не мог достичь. Я решил, что если я и дальше буду так медитировать, то я всю жизнь промедитирую на Ламрим без каких-либо значительных результатов. Потому что умом было очень трудно сосредоточиться, он все время блуждал. Тогда я решил сначала развить Шаматху. Я закрыл все книги. Отсек от себя все связи с внешним миром. Набрал запас продовольствия на шесть месяцев. И интенсивно в течение шести месяцев медитировал, развивая Шаматху. Мне это удалось, я развил Шаматху».

Также он сказал в этом разговоре, что если кто-то очень тщательно подготовился к Шаматхе, выполнил все предварительные условия Шаматхи, все необходимое сделал, а потом в течение шести месяцев ему не удалось развить Шаматху, значит, все-таки, он что-то сделал неправильно. Что-то он упустил. А иначе, он бы, несомненно, развил Шаматху за шесть месяцев.

Точно также, если вы посеете зерно в землю, если вы польете его, удобрите почву, если сделаете все, что нужно, чтобы оно проросло, и за какой-то срок, три – четыре дня, оно не прорастет, то это неправильно. Потому что зерно при выполнении всех этих условий должно прорасти в течение этого периода времени. Поэтому, если вы все сделали правильно, подготовились как надо, то, если после этого за шесть месяцев у вас не появляется Шаматха, то сделайте перерыв. Посмотрите, проанализируйте все, что вы делали. Может быть, вы делали что-то неправильно. Вы должны понять, что именно вы сделали неправильно. Потому что, в противном случае, если вы будете постоянно также развивать Шаматху также, как это делают практики Тхеравады в Тайланде, то у вас на это уйдет десять лет, двадцать лет, но вы не достигнете Шаматхи. И так вся жизнь у вас пройдет впустую. Эта история очень интересна, потому что это пример нашего современника. Это не просто какая-то историческая летопись, это пример из недалекого прошлого.

Затем они спросили у Ген Нима: «Можно ли в наши дни достичь реализации Шаматхи?» «Конечно! – ответил он, - Какая разница? Никакой разницы между былыми временами и нашим временем нет. В былые времена люди достигали реализаций очень быстро, потому что они очень тщательно создавали все условия для этого и занимались практикой очень усердно, интенсивно. Сейчас люди стали более небрежными и ленивыми. Они этого не делают, поэтому реализаций им достичь труднее. В противном случае, никакой разницы между тем, что было раньше, и нашим временем, нет».

Это еще один интересный, любопытный фактор, который надо понять, принять к сведению: что сейчас нет никаких отличий от прошлых времен. Наше время такое же в этом плане. И мы можем с таким же успехом достичь реализаций, если позаботимся об этом. Их вопросы, которые они задавали Ген Нима на этой встрече, были очень и очень хороши. Они были очень систематичны. А не то, что некоторые ваши вопросы.

В конце они его спросили: «Вы достигли Шаматхи. Если бы мы также хотели обрести Шаматху, что бы вы нам посоветовали?» Очень хороший вопрос. Вопросы не обязательно должны быть очень сложными, какими-нибудь изошренными. Вообще, иногда даже глупо задавать чересчур сложные вопросы. Иногда вы задаете такие сложные вопросы, чтобы показать, какие вы умные. Но так делают только дураки.

Вопрос должен быть крюком, с помощью которого вы зацепляете необходимую вам мудрость от вашего Учителя. И не только вы получаете эту мудрость, но и другие – те, кто слышат ответ.

Когда они задали Ген Нима этот вопрос, он немного посмеялся. Посмеявшись, он сказал: «Совет такой – для этого вам нужен большой Ламрим, в особенности, вам нужна та часть Ламрима, где Лама Цонкапа объясняет, как достичь Шаматхи. Большой Ламрим или Ламрим Ченмо – именно на основе этого текста нужно заниматься. Ни один человек, который пусть даже только вчера достиг Шаматхи, не сможет подробнее и лучше объяснить, как развить Шаматху, чем Лама Цонкапа объясняет в Ламрим Ченмо. Учение Ламы Цонкапы о Шаматхе в труде Ламрим Ченмо – очень особое учение. Так что, опирайтесь на этот текст, и вы достигнете Шаматхи. И когда будете медитировать, то будете достигать в точности тех реализаций, которые описываются в труде Ламрим Ченмо Ламы Цонкапы, ни больше, ни меньше. Лама Цонкапа описал процесс достижения Шаматхи в труде Ламрим Ченмо, исходя из личного опыта Шаматхи. Человек, который не имеет подобного опыта, не смог бы описать этот процесс так подробно. Это и есть сущностные наставления. Не забывайте об этом».

Это ответ на очень многие ваши вопросы. Все вы способны развить в себе реализацию Шаматхи. Но сначала вы должны к этому как следует подготовиться. Не надо сразу же бросаться в медитацию. Сначала вы должны получить учение, потом заняться некоторой аналитической медитацией. И вот когда вы почувствуете, что не можете добиться в себе спонтанности чувства, то есть, вы можете обрести в результате какое-то чувство, но вам не хватает спонтанности, которая как раз и есть реализация Ламрима. Вот тогда, чтобы устранить это препятствие, для того чтобы достичь желаемого результата, приступайте к медитации Шаматха, начинайте развивать Шаматху. То есть, то же самое, что объяснил Ген Нима, говоря о себе, о том, как он развил в себе Шаматху.

Для вас, для вашей реализации преданность Учителю очень важна. Постарайтесь развить в себе чистую преданность Учителю. Затем выполняйте 100 000 практик Прибежища, 100 000 практик Ваджрасаттвы, 100 000 практик Гуру-йоги. Это должно быть вашей основой. Потом, на этой основе, вы, несомненно, сможете развить в себе Шаматху, после некоторой предварительной медитации на Ламрим. И знание философии здесь очень и очень важно. Чем больше у вас знаний философии, тем больше они вам помогут во время вашей медитации, тем эффективнее будет ваша медитация. Чем больше и обширнее ваши познания в Дхарме, тем эффективнее будет ваша аналитическая медитация.

Вы никогда не должны думать, что у вас уже достаточно мудрости. Лама Цонкапа говорил, что даже Арьи, которые обрели прямое познание Пустоты, не удовлетворены своими знаниями. Они продолжают накапливать мудрость. Они посещают различные миры и в них получают учение от Будды. А мы, у которых нет даже концептуального, логического познания Пустоты? Разве можем мы, которые не обрели еще даже логического познания Пустоты, быть довольными, удовлетворенными своей мудростью? Вы говорите: «Ну все, я уже достаточно все понял, мое понимание уже достаточно, теперь мне пора медитировать». На самом деле, все не так. Нужно говорить так: «Я хочу применить в медитации те небольшие знания, которые у меня уже есть. Я буду медитировать и постигать учение одновременно». Вот это правильный подход. Это была общая часть учения, это был совет для вас, для вашей пользы.

Я знаю, что в будущем, когда вы будете медитировать, вы увидите, как много вам дали те курсы по Ламриму, которые вы прошли в прошлом году в Курумкане и в этом году проходите здесь. Вы увидите все их преимущества, увидите их необычайную ценность. И в то время, как раз, вы вспомните о моей доброте. Может быть, меня уже не будет к этому моменту. Я шучу.

Вчера мы с вами говорили об отпечатках, которые остаются в сознании. Итак, отпечатки остаются в сознании. Согласно Прасангике Мадхьямике, отпечатки остаются в первичном уме, но не в сознании-хранилище. Что касается сознания, в котором остаются отпечатки, это сознание, насыщенное отпечатками, является третьим звеном двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения. Это третье звено называется сознание. Здесь вы должны знать, что различают два сознания, именно в этом контексте: сознание причины и сознание плода.

Причинное сознание – это то сознание, в которое вы закладываете кармические отпечатки. Затем, когда возникают соответствующие условия, проявляется ввергающая карма, то сознание, которое испытывает результаты этой ввергающей кармы, называется сознанием результата или сознанием плода. Мы обладаем сознанием плода в отношении предшествующей ввергающей кармы, той кармы, которая ввергла нас в наше нынешнее рождение. Одновременно, мы обладаем сознанием причины, поскольку мы сейчас постоянно создаем карму и накапливаем в своем сознании отпечатки кармы. В этом нет противоречия. Наше сознание – это сознание плода с точки зрения предшествующей ввергающей кармы, но оно является сознанием причины с точки зрения новой, предстоящей нам ввергающей кармы.

Это то же самое, что сын. Сын является сыном своего отца, но отцом своего сына. И противоречия в этом нет. А если мы говорим, что один человек не может одновременно являться и отцом, и сыном, то мы имеем в виду, что он не может являться отцом и сыном в отношении одного объекта. В отношении двух различных объектов он может одновременно быть и отцом, и сыном. В чем соотношение между отцом и сыном? Это противоречие или тождественные понятия? Если мы рассматриваем соотношение между отцом и сыном в отношении одного и того же объекта, то это противоречивые понятия. Если мы соотносим их с двумя объектами, то это не противоречие.

Четвертое звено двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения называется имя и форма. Как я вам уже говорил, под именем имеются в виду четыре скандхи – ощущения, различения, волевых импульсов и сознания. Под формой имеется в виду скандха формы. Из-за неведения мы накапливаем кармические отпечатки. Когда это сознание, насыщенное кармическими отпечатками, встречается с условием, то в сознании плода возникают эти пять загрязненных скандх. То есть, первые три звена цепи относятся к прошлой жизни. Под влиянием неведения мы накапливали карму, в сознании причины проявилась ввергающая карма, и в результате мы в этой жизни обрели пять загрязненных скандх.

Что касается третьего звена, то сознания причины у нас уже нет – оно осталось в прошлой жизни. В этой жизни с нами остается сознание плода, оно существует прямо сейчас. Это сознание относится к той конкретной ввергающей карме, которая и ввергла нас в это новое рождение. У нас сейчас наличествует и другая ввергающая карма в сознании причины. Так что, сейчас у нас есть и сознание причины: мы сейчас создаем сознание причины, мы сейчас накапливаем кармические отпечатки.

Что касается совокупности (скандхи) формы, то когда наше сознание принимает зачатие в материнской утробе и там начинает развиваться плод, то возникает комочек плоти, из которого потом появляются все конечности и так далее. Этот комочек плоти и есть совокупность нашей формы. Но те, кто рождаются в Мире Без Форм, не имеют скандхи формы. Существа Мира Без Форм состоят из четырех скандх, вместо пяти. Однако у них есть потенциал этой формы.

Позже, когда зародыш уже немного развивается, становится больше, у него возникают конечности, одновременно с этим начинают формироваться и органы чувств. Поэтому после имени и формы следующее звено, которое возникает, пятое звено, называется шесть опор чувственного восприятия. То есть, постепенно начинают формироваться все органы чувств: органы зрения, слуха и так далее. Пока



еще в этом зародыше не присутствует зрительное сознание, слуховое сознание и тому подобное, зато начинают формироваться органы чувств, опоры чувственного восприятия.

Если существо рождается самопроизвольно, проходит через самопроизвольное рождение, то при принятии зачатия, у этого существа одновременно формируются, возникают и форма, и шесть опор чувственного восприятия. Например, некоторые мирские боги, относящиеся к миру желаний, самопроизвольно чудесным образом рождаются из цветка. Когда вы рождаетесь таким образом, то рождаетесь сразу с полноценными органами чувств, с полностью развитым телом. То есть, вы не проходите через постепенное формирование органов.

Также необходимо понимать, что при возникновении имени и формы создается сущность этой формы или основа организма, то есть, имя и форма создают основу нашей формы. Когда создаются опоры для чувственного восприятия, возникает тот, кто испытывает ощущения. Когда возникают шесть опор чувственного восприятия, в зависимости от этого пятого звена, возникает шестое звено – соприкосновение. Потому что, когда возникают опоры чувственного восприятия, то, допустим, если есть глаз, то глаз войдет в соприкосновение с объектом зрительного сознания, ухо услышит звук и так далее.

Итак, вы начнете вступать в контакт с приятным, с неприятным. Это шестое звено цепи взаимозависимого происхождения. Благодаря появлению шести опор чувственного восприятия, возникает контакт или соприкосновение. Из-за контакта с приятным или неприятным возникают ощущения. Из-за контакта с чем-то приятным, возникает приятное ощущение и нежелание расставаться с этим приятным ощущением. При соприкосновении с чем-то неприятным возникают неприятные ощущения, возникает отвращение и желание расстаться, желание отделиться от этого объекта из-за ощущения. Строго говоря, из-за соприкосновения возникает три вида ощущений: приятные, неприятные и нейтральные.

Из-за этих ощущений (приятных, неприятных или нейтральных) возникает влечение. Влечение – это восьмое звено цепи взаимозависимого происхождения. Мы живем в Мире желаний, поэтому, естественным образом, с самого детства нас уже обуревают различные влечения, различные желания. Когда у вас не было опор чувственного восприятия, у вас не было желаний, но когда они у вас появились, то, соответственно, возник контакт с объектами внешнего мира. На основе контакта возникли ощущения (приятные, неприятные и нейтральные), а из-за ощущений возникли желания, возникло влечение к приятному, отторжение от неприятного.

Сейчас у нас очень много желаний. У нас столько желаний: мы хотим этого, мы хотим того. Мы желаем получить все хорошее, мы желаем избавиться от всего неприятного. Эти желания относятся к восьмому звену цепи взаимозависимого происхождения. Желание – это также следствие неведения, вы должны это понимать. Из-за этого желания, порожденного неведением, мы также создаем очень много негативной кармы.

Из-за восьмого звена – влечения – возникает девятое звено цепи взаимозависимого происхождения, которое называется цепляние. Цепляние – это желание, но еще более интенсивное, чем влечение. Сейчас я вам покажу разницу между желанием и цеплянием. Например, вы зашли в большой московский универмаг. Там вы увидели какую-то очень красивую одежду, красивое платье. Сначала у вас возникло влечение, желание в отношении этого платья: «О, какое оно красивое!» Затем к вам подошла продавщица и сказала: «Да! Это платье, действительно, замечательное, у него столько достоинств!», и начала расписывать все достоинства этого платья. И чем дольше вы слушаете обо всех этих достоинствах: материала, из которого оно сшито, и так далее, тем больше ваше желание перерастает в цепляние. И в итоге вы говорите: «Все, я должна купить его!» Даже если у вас с собой нет денег, вы

говорите, что сейчас вернетесь, и просите отложить платье. «Любой ценой я должна его купить», - думаете вы. Если же вам не удастся купить это возжеленное платье, это вызывает у вас сильные мучения. Если я в этот самый момент спрошу у вас: «Что такое счастье?», вы непроизвольно скажете: «Счастье – это купить это платье».

Так вот работает наше цепляние. Когда у нас появляется это цепляние, когда мы вцепимся во что-то умом, то это превращается в смысл нашей жизни. Вы говорите: «У меня любой ценой должно быть это!» И это создает вам больше проблем. Так что, у людей все время меняется смысл жизни. Когда-то у них смыслом жизни было найти себе мужа. Сначала у них возникло желание, влечение к мужу. К тому же, и подруги расхваливали своих мужей, они говорили: «Вот, у меня муж такой хороший, делает для меня то-то. Он мне купил это кольцо с бриллиантом». Чем больше они рассказывают вам о том хорошем, что делают для них мужья, тем больше у вас возникает жажда, желание заполучить себе мужа. Постепенно это желание превращается в цепляние. И, в итоге, смыслом вашей жизни становится найти себе мужа. Когда вы думаете о всех тех, у кого муж уже есть, у вас такое ощущение, что эта женщина точно уже в нирване. Вы им завидуете: вот кто-то уже обрел смысл вашей жизни, а у вас еще этого нет. В начале вы страдаете из-за того, что не можете найти, получить этого мужа. И поскольку вы вцепились в идею завести себе мужа, это становится способом вашей жизни.

Когда же вы находите мужа, когда у вас появляется муж, этот муж не приносит вам ожидаемого счастья. Когда вы женились, когда вы выходили замуж за этого человека, вы ожидали, что муж подарит вам счастье. А муж ожидал того же самого от вас, он думал, что вы ему дадите счастье. Муж надеялся, что вы будете готовить, обстирывать его, делать для него все только хорошее и поэтому женился на вас. Вы надеялись, что муж будет зарабатывать деньги, давать вам деньги, тоже обслуживать вас всячески. Если два человека чего-то хотят друг от друга, если ни один из них не хочет ничего давать другому, как они могут долго прожить вместе? Когда вы живете вместе, вы страдаете из-за того, что вы вместе.

Итак, вначале смыслом вашей жизни было найти себе мужа, выйти замуж. Потом вы вышли замуж и начали страдать все больше и больше от своего замужества. И потом, если я у вас спрошу, в чем смысл жизни, вы скажите: «Смысл жизни – избавиться от ненавистного мужа». В сансаре везде страдание, с мужем или без мужа – страдания одни и те же. Но если вы уже женаты или замужем, то не думайте, что если вы избавитесь от своего мужа или жены, то будете счастливы. Не надейтесь на это. Даже если вы разведетесь, вы по-прежнему будете страдать. До тех пор, пока вы будете подвластны своим омрачениям, вы будете постоянно страдать.

Итак, сейчас в нашей жизни наиболее активно орудуют вот эти два звена: это влечение и цепляние. Вплоть до самой нашей смерти это будет так. Неведение у нас также очень активно работает. Из-за неведения мы все время создаем негативную карму. В нашем сознании постоянно создается, постоянно накапливается большое количество ввергающей в будущую жизнь кармы. А влечение и цепляние (восьмое и девятое звенья) они особенно проявят себя во время смерти. Они проявят себя в качестве двух условий для проявления негативной ввергающей кармы или, вообще, любой ввергающей кармы. Влечение и цепляние являются условием для проявления ввергающей кармы в момент смерти, вы должны это понимать.

Когда в момент смерти эти два звена (влечение и цепляние) становятся условием для проявления ввергающей кармы, то, в зависимости от этого, возникает десятое звено, которое называется существование. Что такое существование? Существование – это тоже кармический отпечаток. Васубандху сказал, что из двенадцати звеньев цепи взаимозависимого происхождения второе и десятое относятся к кармическим отпечаткам. Второе звено называется карма. Карма здесь означает и карму, и кармические отпечатки.

Итак, что такое существование? Когда ввергающая карма не встречается ни с какими условиями, она просто пребывает в сознании, то она называется простым кармическим отпечатком. Когда же этот кармический отпечаток встречается с подходящим условием и проявляется, то он становится существованием. То есть, он по-прежнему остается зерном, но это зерно уже проросшее. То есть, мы не говорим о зерне, которое выросло в дерево. Если мы возьмем два зерна: одно из них – сухое зерно, а второе, орошенное водой, чуть-чуть дало росток, вот оно и называется существованием. Это все еще зерно, это не дерево, но это проросшее зерно. Оно уже отличается от сухого зерна. Это зерно уже встретилось с условием, но уже орошено водой. Точно также, когда ввергающая карма встречается с двумя условиями (влечением и цеплянием), возникает десятое звено этой цепи – существование.

Итак, десятое звено называется существование. Различают три вида существования: существование умирания, существование бардо и существование перерождения. Когда ввергающая карма проявляется, когда это семя прорастает в последний момент нашей жизни, то есть, уже в момент смерти, это называется существованием умирания. Это существование, это проросшее зерно продолжает существовать и в бардо, в бардо оно тоже есть. Поэтому в бардо оно называется по-тибетски «парси», что означает существование бардо. Здесь под существованием мы имеем в виду зерно ввергающей кармы, встретившееся с подходящим условием. Именно оно в данном контексте называется существованием.

В момент смерти проросшее зерно ввергающей кармы называется существованием умирания. В бардо это зерно называется существованием бардо. А когда сознание принимает зачатие в материнской утробе, то первый момент существования сознания в материнской утробе называется существованием перерождения. Потом зерно начинает расти и превращается в дерево.

Первый момент вхождения сознания либо в материнскую утробу, либо в одно из четырех мест рождения называется рождением. Под рождением, под одиннадцатым звеном, имеется в виду не рождение, когда вы выходите из утробы матери, появляетесь на свет, а вхождение в следующую жизнь. Момент вхождения в новую жизнь называется рождением. Именно с того момента, когда вы приняли зачатие в материнской утробе, можно сказать, что вы родились человеком.

Поэтому, если вы убиваете ребенка, который у вас в животе, то создаете негативную карму убийства человека, потому что это уже человек. С того момента, как сознание приняло зачатие в вашей утробе, вы уже носите в своем животе человека, члена человеческого общества. Если вы его пока не видите, это не означает, что он не человек. Строго говоря, аборт – это как убийство человека, поэтому это как преступление.

Что такое человек? Если тот, кто находится в материнской утробе, закрыт от нас кожей, это не человек, соответственно, его убийство – это не преступление, не нарушение закона. Если мы дадим такое определение, то тогда можно кого-то закрыть кожей, застрелить, и это будет не преступление. Итак, с точки зрения буддийской философии, убийство ребенка в материнской утробе – это убийство человека. Никакой разницы нет.

Если кто-то спросит меня: «Следует ли легализовать детоубийство в материнской утробе?», я бы сказал, что это следует считать нелегальным, незаконным.

*Вопрос:* Негативную карму от совершения аборта накапливает только мать или отец тоже накапливает?

*Ответ:* Если мужчина настаивает на том, чтобы вы сделали аборт, то это он создает основную негативную карму. Он – основной убийца, если он на этом настоял. Если он ничего не говорит по этому

поводу, а вы – основной инициатор аборта, то вы создаете главную негативную карму. Все зависит от мотивации. Карма убийства – это желание убить ребенка.

*Вопрос:* А что касается врача, накапливает ли он негативную карму?

*Ответ:* Врач такую же негативную карму накапливает. Но у него нет сильного желания этого делать (убивать зародыши), поэтому он создает гораздо меньшую негативную карму. Он в этом отношении, как мясник, который забивает животных. Так что, и врачи, будьте осторожны с тем, что вы делаете.

Профилактические меры – это самое лучшее. Вообще, если у вас появился ребенок, то неужели вы не можете его прокормить? Животные же кормят своих детенышей. И вы тоже вполне можете. Поэтому врач должен именно такими словами поощрять своих пациенток на то, чтобы отказаться от аборта. Либо посоветовать им, если они сами не могут заботиться о детях, не убивать их, по крайней мере, родить их и отдать кому-то на воспитание. Очень много всяких способов. Некоторые люди очень страдают оттого, что они бездетные. А некоторые страдают оттого, что у них есть дети. Вы можете сделать объявление через интернет. Вы можете сказать: «У меня в животе ребенок, я не хочу его убивать, но не могу его выращивать, может кого-то интересует этот ребенок? Я могу отдать его». Сами не убивайте. Вы, наоборот, можете помочь другим, потому что некоторые люди страдают оттого, что у них нет детей. Интернет надо использовать для того, чтобы не совершать аборты. Интернет должен способствовать прекращению абортов.

*Вопрос:* С точки зрения буддийской философии, надо ли иметь семью и детей?

*Ответ:* Да, да, конечно.

*Вопрос:* Где проходит граница между фанатизмом и преданностью Учителю?

*Ответ:* Граница такая. Что бы ни делал Духовный Наставник, если он что-то скажет, противоречащее Дхарме, вы все равно слепо ему повинуетесь, делаете все, что бы он ни сказал – это фанатизм. Преданность Учителю – это когда вы смотрите на его достоинства и стараетесь выполнять все его советы, которые соответствуют Дхарме. Если же он говорит то, что противоречит Дхарме, вы это не выполняете. Это называется чистая преданность.

Лама Цонкапа по этому поводу четко сказал, что преданность Учителю не означает, что вы должны делать все, что бы вам ни сказал Духовный Наставник. Потому что так дураки поступают. И это уже фанатизм. Если завтра Учитель позовет вас что-то украсть, то не надо этого делать, это противоречит Дхарме. Или если я скажу вам: «Теперь вы все мои ученики. Убивайте всех тех, кто не является буддистами. Всех небуддистов вы должны вырезать». Если вы так поступите, то вы будете дураками. Это противоречит Дхарме.

Буддизм принципиально против убийства даже мельчайшего насекомого. Что же касается убийства человека, то для буддизма это неслыханно, на это в буддизме полный запрет. Если вы понимаете эту границу, в чем она состоит, то преданность Учителю будет даваться вам легко.

Теперь двенадцатое звено. Из-за одиннадцатого звена – рождения, возникает двенадцатое – старение и умирание. С самого момента нашего рождения, мы с каждым днем, с каждым мгновением подходим все ближе и ближе к старению и умиранию. Это двенадцатое звено цепи взаимозависимого происхождения.