

Я очень рад новой встрече с вами сегодня. Мы продолжим учение по «Бодхичарья-аватаре». Для того чтобы получить комментарии по «Бодхичарья-аватаре», для начала надо развить правильную мотивацию. Мотивация должна быть связана не только с заботой о счастье в этой жизни, но также и с заботой о счастье всех живых существ. Если вы будете получать учение с такой мотивацией, то само по себе слушание учения превратится у вас в практику Дхармы. Мы с вами обсудили шестую главу текста «Бодхичарья-аватара» и дошли до седьмой.

Седьмая глава носит название «Парамита усердия», она посвящена развитию усердия или энтузиазма. Эта глава имеет очень большое значение. Основное препятствие, мешающее нам заниматься развитием своего ума – это лень. У нас не меньше лени, чем у других людей. И я такой же в этом отношении. Так что эта глава очень полезна от лени. Мастера объясняют нам, в чём причина лени, и как применять противоядия от лени. Так что эти учения имеют очень большую практическую ценность для вас в повседневной жизни. Особенно эта глава очень важна для вас, если вы в будущем намерены заниматься развитием шаматхи и проводить какие-то другие ретриты. Когда вы усвоите материал, вы будете заниматься практикой с удовольствием, а не выполнять её как какое-то наказание. В духовной практике очень важен энтузиазм, с развитием энтузиазма выполнение практики превратится для вас в удовольствие. Иначе, не имея энтузиазма, вы будете заставлять себя. Если вы будете слишком себя насиловать, то в итоге упадёте. Состояние ума здесь имеет очень большое значение.

Энтузиазм – следствие вдохновения, это надо понимать. Вдохновение же порождается, когда есть много материала о том, насколько полезна для нас духовная практика. Шантидева говорит, что если у вас есть энтузиазм, усердие, то вы способны достичь всего, что захотите. Без энтузиазма вы ничего не добьётесь. Духовные реализации и Просветление не упадут на вас с неба, то есть, ничего не делая, вы не сможете этого достичь. Но, с другой стороны, если вы будете всё время заставлять себя что-то делать против своей воли, вы так же ничего не достигнете. Только энтузиазм даст вам очень быстрые результаты. Если у вас есть энтузиазм, то вы будете сами удивлены, как вам удалось достичь таких реализаций. Даже если вы долгое время медитировали, вам покажется, что прошло мало времени, потому что у вас будет энтузиазм. Если же у вас нет энтузиазма, то ретрит покажется вам слишком долгим, даже если прошло совсем мало времени. Вы можете это понять даже на примере одной сессии медитации. Если вы выполняете медитацию с энтузиазмом, то, даже если пройдёт два часа, вам покажется, что прошло совсем мало времени. Без энтузиазма пройдёт двадцать минут, а вы за это время устанете, будете думать: «Почему я никак не могу закончить практику. Время что-то медленно идёт, я могу уснуть». А это очень яркое свидетельство того, что у вас нет энтузиазма, вы заставляете себя заниматься практикой. А теперь мы рассмотрим текст Шантидевы.

Взрастивший терпение пусть разовьёт усердие,
Ибо без усердия не придешь к Пробуждению.
Подобно тому, как без ветра нет движения,
Без усердия нет заслуг.

Здесь в первую очередь Шантидева объясняет нам преимущества энтузиазма. Только тот, у кого есть энтузиазм, достигнет Просветления. И наоборот, тот, у кого нет энтузиазма, не сможет достичь Просветления. Он будет чего-то хотеть, но ничего не сможет достичь. Вот в чём недостаток отсутствия энтузиазма. Шантидева говорит, что энтузиазм подобен ветру – без ветра нет движения, а ветер даёт это движение. Все двигательные процессы нашего тела зависят от циркуляции ветра в нашем теле, без этого мы не смогли бы сделать ни одно

движение. Точно так же без энтузиазма, подобного ветру, вы не сможете накопить очень мощные заслуги. Для того чтобы накопить большие заслуги, вам нужен энтузиазм. Заслуги – это причина счастья. Итак, для счастья в этой жизни и для счастья жизнь за жизнью вам крайне необходим энтузиазм. В буддизме говорится, что ваше счастье очень сильно зависит от ваших же стараний. Нет никакого бога-творца, который может сделать вас счастливыми, вы должны сами создать причины своего счастья. Поэтому ваше усердие очень и очень важно. В этой строфе Шантидева всё это объясняет для того, чтобы мы поняли преимущества энтузиазма. Далее следующие две строфы.

Что такое усердие? Это стремление к благому.
 Что называют его противоположностью?
 Лень, тягу к предосудительному,
 Уныние и самоуничужение.

В первой строчке Шантидева объясняет, что такое энтузиазм. Он говорит, что энтузиазм – это такое состояние ума, которое с радостью творит позитивные действия. Поэтому энтузиазм означает радость при выполнении духовной практики или при совершении каких-то добрых дел. Вы должны понимать, что насилие над собой, подталкивание себя к чему-то – это не энтузиазм, потому что, заставляя себя что-то делать, долго вы не продержитесь. Но если вы охотно что-то делаете, то у вас не пропадёт желание заниматься этим и дальше. Вы должны понимать, что энтузиазм – это настрой ума, который с радостью творит благо.

В следующих трех строках Шантидева объясняет, что такое лень, которая является препятствием к развитию энтузиазма. Мы не можем развить в себе энтузиазм, потому что нам мешают это сделать три вида лени. Поэтому для того чтобы развить энтузиазм, сначала надо избавиться от этих трех видов лени. Для того чтобы их устранить, нужно распознать, что это за три вида лени. А когда вы узнаете, что это за три вида лени, вы должны понять, что является их причинами. Затем, когда вы устраните эти причины, лень сама исчезнет, и энтузиазм появится сам собой. Вашему энтузиазму мешают появиться у вас именно эти три вида лени, поэтому, когда вы устраните их, энтузиазм у вас возникнет сам.

Первая лень – это самопотакание, когда вы апатичны, ничем не хотите заниматься. Второй вид лени – это тяга, привязанность к предосудительным действиям. Третий вид лени связан с недооценкой своих возможностей, с чувством неполноценности. Сначала я расскажу, что это за лень, которая связана с самопотаканием. Это типичная для нас лень, когда мы привязаны ко сну, хотим поспать подольше. Также, лень, связанная с самопотаканием – это когда вам лень готовить, лень мыть посуду, лень заниматься духовной практикой, вы смотрите телевизор, например, работать не хотите. Это одно из препятствий для порождения энтузиазма.

Вторая лень – это привязанность к предосудительным действиям. Такие люди активные, но при этом остаются ленивыми. Они встают утром очень рано, за день успевают сделать очень много, не смотрят телевизор, но они занимаются неправильными делами. Они постоянно испытывают стресс, постоянно несчастны из-за чего-то. Этого им не хватает, того не хватает. Поскольку они привязаны к этим неправильным действиям, то у них возникает очень много негативных эмоций, и это постоянное беспокойство, вся эта суэта мешает им породить энтузиазм, который является радостью от свершения благих дел, духовной радостью.

Живя в Москве, вы также подвержены этой лени – привязанности к неверным действиям. Потому что вы всё время здесь чем-то заняты, вы очень много чего делаете, но с точки

зрения буддизма ваша активность – это тоже лень. Вы как тараканы бегаєте туда сюда. Посмотрите сами, чего вы достигаете этой беготней. Вы привязаны к каким-то неисккусным действиям, которые не приносят хороших результатов. Конечно, вам надо этим заниматься для того, чтобы выжить, но эти действия не должны превращаться в смысл вашей жизни. Я не призываю вас вообще бросить работу, вы должны работать для того, чтобы выжить, а выжить вы должны для того, чтобы заниматься практикой Дхармы. Но ваша работа, ваши действия не должны быть такими же, как у других людей – быть смыслом жизни, потому что в этом случае у вас не будет времени на практику Дхармы. Даже если вы практикуете Дхарму, всё равно эти действия будут оставаться вашим смыслом жизни.

Когда вы садитесь, чтобы делать практику, чтобы прочесть свою ежедневную садхану, посмотрите, что будет твориться в вашем уме во время этой практики. Вы будете постоянно отвлекаться на какие-то мысли: «Так, что мне нужно делать сегодня? Этот человек должен мне денег, как бы мне их получить? Или надо пойти в другое место, что-то там сделать», строите планы на день. То есть вам практика Дхармы нужна для того, чтобы посидеть и распланировать свои мирские дела. Когда вы занимаетесь практикой Дхармы, у вас лучше получается строить планы. И в тибетской среде некоторые люди тоже признаются, что когда они садятся делать свою обязательную практику, в это время они строят очень хорошие планы в своих мирских делах, потому что в это время ум отдыхает. А в отдохнувшем состоянии в уме возникают очень хорошие планы. Кроме того, вы припоминаете, что вам нужно сделать. Какие-то вещи вы собирались сделать, но забыли, и, читая практику, вы как раз вспоминаете: «А, мне надо сделать это, то. Да, да, я совсем забыл об этом, а сейчас вспомнил», и записываете потом. Некоторые люди во время практики даже кладут рядом с собой листок бумаги и ручку как раз на тот случай, чтобы, если они вспомнят о каком-то неотложном деле, записать это, чтобы потом опять не забыть. Не нужно этого делать. Если вы практикуете таким образом, значит, у вас нет энтузиазма.

Третий вид лени – это лень, связанная с самоуничижением, недооценкой самого себя. Когда вы думаете: «О, я слишком слабый, я неспособен на всё это, я не могу развить шаматху, это мне не по силам, я не могу заниматься развитием ума, это слишком сложно для меня» – это тоже лень. Вам очень важно иметь уверенность в своих силах, уверенность в том, что вы способны на всё. Будда сказал: «Даже крошечное насекомое, если у него будет усердие, энтузиазм, способно стать буддой». Вы должны себе говорить: «Я же человек, почему при наличии усердия я не могу стать буддой. Я способен на это, хоть это нелегко». Вы должны быть уверенными, но при этом быть практичными. Иногда, когда у вас возникает уверенность, вы опять же переступаете через границу, становитесь слишком самоуверенными, теряете здравый смысл, практичность. В наши дни очень важно быть одновременно уверенным и практичным. Человек с этими двумя качествами – очень большая редкость в наши дни.

В глубине души у вас должна быть очень сильная уверенность в своих силах, но вы должны оставаться на земле и никуда не улетать. Внутри вы должны быть очень уверенными, но снаружи вы должны быть скромными. На внешнем уровне, когда вы разговариваете с людьми, вы должны говорить: «У меня нет больших способностей, я делаю очень простые предварительные практики». Всегда сравнивайте себя с буддами и бодхисаттвами, тогда вы всегда будете очень скромными. Иногда, когда у вас появляется уверенность, вы начинаете сравнивать себя с очень слабыми людьми, у вас появляется гордыня, и вы думаете про себя: «Я особый человек». Это неправильно, вы не являетесь особым человеком, правда, вы являетесь немного необычным только из-за своей гордыни.

Источник лени –

Праздность, пристрастие к удовольствиям,
Тяга ко сну и отдыху
И равнодушие к страданиям самсары.

После этого Шантидева начинает объяснять, как избавиться от трех видов лени. Во-первых, он объясняет, как устранить лень, связанную с самопотаканием. Это объясняется в двух частях. В первой части объясняется причина появления самопотакания, а во второй – как избавиться от него. Это очень практичные советы, очень полезные, так что слушайте внимательно. Сам Шантидева вначале был очень ленивым, потом, не меняя своего внешнего поведения, он занялся самоанализом, исследовал причины своей лени и когда нашёл их, то устранил их, и у него появился очень большой энтузиазм. Внешне он продолжал казаться ленивым, внутри у него был очень большой энтузиазм. Внешне он продолжал отдыхать, лежать, но состояние его ума совершенно изменилось. Он был полон энтузиазма, усердия, его ум был очень ясен и бдителен.

Это и есть тренировка ума. Ум становится очень острым, пронизательным, бдительным, сильным. Без энтузиазма наш ум ослабевает, как тело. Когда вы ничего не делаете, тело слабеет и толстеет всё больше. Потом вы становитесь совсем неповоротливыми и не можете пошевелиться, даже если захотите. Если бы у вашего ума была форма, он тоже был бы очень толстый. То, что он толстый, означает, что ваш ум такой неподатливый, что даже если вы хотите о чём-то подумать, вы на это неспособны. Проверьте, толстый у вас ум или нет. Постарайтесь сконцентрироваться на каком-то объекте одну минуту. Ваш толстый ум не выдержит этого. Ум человека, который занимался тренировкой своего ума, становится очень гибким, и даже пять минут концентрации дадутся ему без усилий.

Например, если у человека очень тренированное, гибкое тело, то даже если его кто-то толкнёт, он не упадёт. Точно так же, если ум хорошо натренирован, даже если кто-то будет кричать рядом с вами, это не отвлечет вас от вашей концентрации, такое возможно. Это ум с очень хорошей фигурой. Вы слишком сильно заботитесь о фигуре своего тела, но совершенно не думаете о фигуре своего ума. Для того чтобы у вашего тела была хорошая фигура, вы можете сидеть на диете. Но вашему уму тоже иногда необходима хорошая диета, чтобы у него тоже была хорошая фигура. Пока вы кормите свой ум очень вредной едой, из-за которой он всё больше толстеет.

Итак, в строфе, которую мы только что прочли, говорится о причине лени, связанной с самопотаканием. Причина лени, связанной с самопотаканием, – это в первую очередь привязанность к временному счастью и из-за этого нежелание что-то делать. Когда, например, вы смотрите телевизор, слушаете музыку, занимаетесь какими-то другими делами, которые доставляют вам временное удовольствие, то всё это не даёт вам заниматься духовной практикой. Всё это приносит вам временное счастье, вы привязываетесь к этому временному счастью и тем самым теряете возможность заниматься развитием силы своего ума, укреплять свой ум, одновременно вы теряете золотой шанс освободить своё сознание от болезни омрачений. Если бы у вас не было бы болезни омрачений, тогда не было бы ничего плохого в том, чтобы наслаждаться временными удовольствиями.

Например, по воле случая вы оказались в одной из самых лучших больниц мира. В действительности вы страдаете очень серьезным заболеванием, но не знаете об этом. Если, находясь в этой больнице, вы будете только расслабляться, испытывать какие-то временные удовольствия, тем самым вы потеряете свой шанс на излечение. Поэтому в данной ситуации для вас будет гораздо лучше не иметь привязанности к временному счастью, а, наоборот, испытывать какие-то трудности, когда у вас начнут проявляться

симптомы вашей болезни. Когда у вас возникнут симптомы болезни, вы поймёте, что больны, поэтому вы можете пройти полное обследование и полный курс лечения своей болезни.

В настоящий момент наше положение таково, что мы страдаем от болезни омрачений. В этой ситуации привязанность к временному счастью – препятствие для нас. Причина нашей лени – это именно привязанность к временным удовольствиям. Поэтому учителя кадампа советовали: «Не радуйся временному счастью, радуйся временным страданиям», помните об этом совете. Этот совет полностью противоположен нашему обывательскому мышлению, потому что в повседневной жизни мы привыкли к тому, что надо радоваться временному счастью и огорчаться временным страданиям. В Дхарме же говорится нечто полностью противоположное – что надо радоваться временным страданиям и не радоваться временному счастью. Это очень хороший стратегический совет. В Дхарме есть много других советов, которые полностью противоположны обывательскому мышлению. Все обывательские представления завязаны на краткосрочной перспективе, то есть они очень близоруки, а это неверный дебют. Обывательское мышление не может помочь нам решить наши проблемы, наоборот, наши проблемы становятся всё больше.

Вторая причина нашей лени, связанной с самопотаканием – это привязанность ко сну. Поэтому мы не должны быть привязаны к временному удовольствию, которое доставляет нам сон. Здесь Шантидева приводит такую аналогию. Мы находимся на морском берегу, к нам подплывает лодка драгоценной человеческой жизни. На острове, где мы живем, мы испытываем очень много разных страданий и лишений. Поэтому мы уже долгое время молились о том, чтобы к нам приплыла лодка драгоценной человеческой жизни. И вот однажды эта лодка действительно пристала к нашему острову. Мы увидели её. Если люди не заметили бы этой лодки, то ничего страшного, вы же получили учение, то есть, вы увидели эту лодку драгоценной человеческой жизни, и вам известно, что если вы поплывете на этой лодке, то пересечете на ней океан сансары и тогда обретёте безупречное вечное счастье. Но представьте, что вы, зная об этом, продолжаете быть привязанными ко сну, к временным удовольствиям и из-за этого не садитесь в лодку драгоценной человеческой жизни, не используете её. Так что, как говорит Шантидева, помните, что лодка драгоценной человеческой жизни не задержится долго на вашем берегу, очень скоро она уплывёт от вас, поэтому не проспите свой шанс.

Если вам нужно лететь в другой город, вы знаете, что у вас ранний утренний рейс, то вы же не скажете: «Я люблю поспать, зачем я должен рано вставать на этот рейс», вы постараетесь не проспать, вы будете знать, что вам надо встать рано, чтобы не опоздать на самолёт. Поэтому привязанность ко сну и тому подобному заставляet нас упустить наш золотой шанс освобождения от океана сансары. Вы можете думать: «Ну, ничего страшного в том, чтобы один раз хорошенько поспать, завтра начну заниматься», завтра та же самая ситуация, потом вы опять говорите: «Завтра, завтра, завтра». Смерть не будет ждать, когда вы, наконец, приступите к практике, она нагрянет неожиданно, но будет уже поздно.

Ещё одна причина лени – нежелание отречься от страданий сансары. Вы думаете, что живёте в самом прекрасном и приятном месте, но на самом деле природа сансары не такова, как вам кажется. До тех пор пока вы будете оставаться в сансаре, вы будете испытывать там страдания. Вас будут окружать друзья, которые будут оказывать на вас дурное влияние. Куда бы вы ни поехали, где бы ни поселились, любое место в сансаре имеет природу страдания. В Америке есть страдания и в Москве тоже. Куда бы вы ни поехали, нигде в сансаре нет полного счастья, везде происходят какие-то трагедии. Поэтому страдания болезни, старения, смерти никогда не покинут вас в сансаре, они всегда будут сопровождать вас, преследовать вас. Подобно тому, как если у вас туберкулез, у вас

всё время будут проявляться симптомы этой болезни: кашель, высокая температура, слабость в теле. Куда бы вы ни поехали, у вас везде будут одни и те же проблемы, потому что вы больны туберкулезом. Пока вы не вылечитесь от этой болезни, у вас везде будут эти симптомы.

Точно также в сансаре, куда бы вы ни отправились, везде вас будут неотвязно преследовать страдания от неполучения желанного объекта, страдания от наличия желанного объекта, страдания от расставания с желанным объектом. Эти три вида страдания вкратце включают в себя все основные страдания сансары. Если обобщить все страдания «Санта-Барбары», получится три категории: во-первых – страдание от неполучения желанного объекта, во-вторых – страдания от наличия желаемого объекта, и, в-третьих – страдания от расставания с желанным объектом. Этот бесконечный сериал до сих пор продолжается. Зачем вы смотрите «Санта-Барбару»? Не к чему смотреть, ваша жизнь такая же «Санта-Барбара». Скажите себе: «Я не должен продолжать сидеть, сложа руки, отдыхать, наслаждаться, я должен что-то сделать для того, чтобы освободиться из темницы сансары». Если вы что-то делаете с такой мотивацией, это называется энтузиазмом. В противном случае, если вами движет желание, оставаясь в сансаре, обрести какие-то сверхъестественные способности, это вовсе не энтузиазм, это привязанность к предосудительным действиям.

Если, уйдя в ретрит, чтобы заняться там практикой Дхармы, вы потеряете бдительность, то, вместо того чтобы заниматься практикой Дхармы, вы начнёте заниматься практикой сансары, всё больше будете укреплять корень сансары. Поэтому, какой бы новой практикой вы ни занимались в этом ретрите, очень важно иметь фундамент в виде учения о четырёх благородных истинах. Если у вас будет фундамент в виде освоения четырех благородных истин, и вы на этой основе захотите делать какую-то практику, это даст результат, иначе все ваши духовные практики будут связаны лишь с желанием испытать необычные ощущения, что-то новое, неизведанное. В России люди очень любят испытывать необычные ощущения. «Зачем ты этим занимаешься?» – «Ой, когда я этим занимаюсь, у меня возникает особое приятное ощущение. У меня никогда не было такого чувства». Зачем вам нужны все эти ощущения? У вас все эти ощущения были уже бесчисленное количество раз, а сейчас вам надо заниматься лечением болезни омрачений. Не надо практиковать ради каких-то чувств и ощущений.

Это подобно тому, как альпинисты карабкаются на гору, рискуя жизнью, для того чтобы, достигнув вершины, испытать там какие-то необычные сильные ощущения. Точно так же люди и Дхарму практикуют, как будто они занимаются альпинизмом. Альпинист преодолевает столько трудностей, карабаясь на вершину, и потом, когда он, наконец, доползает до неё, он расслабляется, отдыхает, у него столько радости, но это ненастоящее счастье, это просто отдых после тяжёлой работы, которую он проделал, пока лез на эту гору. У вас на спине тяжеленный мешок, вы его тащили в эту гору на себе. Когда вы, наконец, достигаете цели и сбрасываете этот мешок, у вас наступает облегчение, вы радуетесь и говорите: «Какое счастье, у меня такие ощущения!» Это всего лишь ваши ощущения, и к счастью это не имеет отношения. Если это настоящее счастье, тогда пребывайте в этом состоянии долгое время, но вам станет скучно. Поэтому вам в России нужно быть особенно осторожными со своими ощущениями.

Если человек привязан к своим ощущениям, то пусть он даже выглядит очень умным, я ничего не смогу ему объяснить, он будет слушать, но ничего не будет понимать, потому что его привязанность сделает его глухим. С таким человеком я бессилён, пока им движет такая привязанность. Я вынужден просто сказать: «Пускай занимается тем, чем хочет». Затем, когда эти ощущения в его уме временно прекратятся, я могу ему что-то объяснить, могу вернуть ему Дхарму. Но всё время я не могу этим заниматься, поэтому прошу вас,

чтобы с самого начала вы не привязывались к ощущениям. Итак, эти три недостатка являются причинами лени, связанной с самопотаканием. Распознайте их в себе. Первая причина – это привязанность к временному счастью, вторая – привязанность ко сну, а третья – это неразмышление о страданиях сансары, отсутствие отречения от сансары. Помните об этих трех причинах, старайтесь бороться с ними, уменьшать их каждый день, и чем меньше у вас их будет, тем больше будет энтузиазма.

Особенно боритесь с этими тремя причинами лени во время ретрита. В будущем, когда вы будете проводить ретрит, не привязывайтесь к временным удовольствиям, к своему сну в ретрите. Во время ретрита думайте больше о страдающей природе сансары, и тогда энтузиазм возникнет у вас естественным образом, потому что у вас не будет причины лени. Итак, седьмая глава отлично подготавливает вас к вашей будущей практике шаматхи, потому что первый изъяз медитации на шаматху – это именно лень. Поэтому во время шаматхи вы будете вынуждены избавиться от лени, иначе вы просто не сможете развить шаматху. Поэтому прямо с этого момента поймите, что является причинами вашей лени, и боритесь с этими причинами, потому что вы не сможете одновременно избавиться от лени, не сможете выбросить её как камень в окно.

Ловцы-клеши загнали тебя
В ловушку рождений.
Как до сих пор ты не понимаешь,
Что пребываешь в пасти смерти?

Итак, для того чтобы избавиться от привязанности к временным удовольствиям, мы должны помнить о непостоянстве и смерти. А если мы не помним о непостоянстве и смерти, то не можем уменьшить в себе привязанность к этой жизни. Вы должны понимать, что привязанность к временному счастью и привязанность к этой жизни являются следствием концепции постоянства, представления о том, что «я буду жить очень долго, а раз я буду жить очень долго, мне нужно это, мне нужно то». При этом вы никогда не готовитесь к будущей жизни. Если же вы будете думать о непостоянстве и смерти, то поймёте, что какой бы долгой ни была жизнь, это всего лишь одна жизнь, а за ней бесчисленное множество будущих жизней.

Мудрые люди жертвуют своим счастьем сегодня ради счастья в будущем. Они строят пятилетние планы и рассчитывают, что после того, как они воплотят их в жизнь, они будут счастливы. Всё это время они очень заняты, они много трудятся. И тоже знаете, как это делается. Но, если говорить о пятилетнем сроке, то неизвестно, будете ли вы через пять лет ещё живы или нет. Все это время вы работаете, работаете, а через пять лет вы можете умереть, и что тогда? Несмотря на это, вы всё равно жертвуете временным счастьем ради счастья через пять лет.

Если вы знаете закон кармы, у вас не возникает таких вопросов. Если вы жертвуете счастьем в этой жизни ради будущей жизни, то какую причину вы создадите, такой результат и получите, несомненно, вы получите благо в будущей жизни. Потому что будущая жизнь наступит в любом случае, вы попадёте в будущую жизнь, это совершенно точно. Что касается того, останетесь ли вы в этом теле через пять лет, то вот это неизвестно. Но то, что вы будете существовать в будущей жизни – это точно, вы обязательно испытаете результаты трудов в этой жизни. Поэтому очень важно думать о непостоянстве и смерти, эти размышления являются противоядием от привязанности к временному счастью.

Шантидева объясняет здесь тему непостоянства в двух положениях. Во-первых – смерть неизбежна, а второе – вы умрете очень скоро. Именно по этим двум причинам, говорит Шантидева, зачем испытывать привязанность к временному счастью. Эти два аргумента будут действовать только в том случае, если вы понимаете, что существует жизнь после смерти. Если у вас нет уверенности в том, что есть жизнь после смерти, то эти два аргумента не вызовут у вас никаких чувств.

Жизнь после смерти есть стопроцентно. Невозможно пресечь поток ума. Учёные открыли, что материальные частицы невозможно разрушить до конца, они всё равно будут продолжать существовать в той или иной форме. Сколько бы вы их ни разбивали, ни делили, вы можете даже поделить их на невидимые частицы, но они всё равно будут продолжать существовать. В буддизме говорится, что невозможно полностью уничтожить частицы, потому что нет причины их уничтожения. Существуют причины их распада, например, молоток. Когда мы разбиваем какой-то предмет, то причина его распада – это молоток, которым мы по нему бьем, но нет причины его уничтожения. Поэтому частицы будут продолжать существовать.

В буддизме говорится, что если даже материальные частицы невозможно полностью уничтожить, как можно полностью уничтожить сознание. Поэтому ум продолжит своё существование даже после смерти. Это совершенно ясно. Попробуйте пресечь поток ума, вы не можете остановить своё сознание. Даже взрыв ядерной бомбы не может уничтожить сознание. Поэтому ум будет существовать и дальше. А если ум продолжит своё существование и после смерти, это означает только одно – что есть будущая жизнь. Помимо уверенности в существовании будущей жизни вы должны также верить в закон кармы, то есть верить в то, что какую причину вы создадите, такой результат получите, а это закон природы. Никто не создавал этот закон, это закон природы. Будда открыл этот закон и сказал: «Живите по закону природы, и тогда вы будете счастливы». Это правда. Если мы не знаем законы природы, если мы нарушаем их, то от этого сами и страдаем.

Если вы выпили яд, то никто вас не наказал, вы сами совершили разрушительные действия по отношению к себе, и из-за этого сами будете страдать. Поэтому вы всегда должны понимать, что страдание – это результат ваших собственных действий, а не чье-то наказание. На основе этого вы можете думать о непостоянстве и смерти. Шантидева говорит, что мы родились под властью своих омрачений и находимся в пасти смерти, но, несмотря на это, до сих пор не понимаем, в каком положении находимся. Можно привести ещё один пример, который будет характеризовать нашу ситуацию. Можно сказать, что с момента своего рождения мы выпали из летящего самолета. Раньше самолетов не было, поэтому раньше приводили примеры о нахождении в пасти смерти, как, например, пишет Шантидева. А сейчас самолеты есть, поэтому пример с самолетом сейчас лучше.

А раньше приводился такой пример. Вы всё равно, что опустили голову в пасть крокодилу, крокодил стоит с открытым ртом, а вы расслабляетесь, хотя крокодил может захлопнуть свою пасть в любой момент. Это тоже хороший пример. Вы танцуете, отдыхаете, не понимая, что вы в крокодильей пасти. Такова же сейчас и ваша ситуация. Её можно сравнить либо с пастью огромного крокодила, либо с выпадением из летящего самолета без парашюта. Вы падаете вниз, и с каждой минутой вы всё ближе к земле. Несомненно то, что вы упадете. Точно также несомненно, что, раз уж мы родились, нас ожидает смерть. Но поскольку расстояние до земли большое, лететь далеко, вы забываете, что падаете и в середине своего падения вместе с группой людей, которые падают так же, как и вы, начинаете строить планы. Вы что-то изучаете во время падения, вы называете это образованием. Выдвигают большой трон, кто-то на нём сидит, а вы пытаетесь столкнуть

этого человека с его трона и занять его место, и вы обучаетесь этому, это называется политикой.

У многих людей, которые падают вместе с вами, в руках разные предметы, вы пытаетесь завладеть ими и называете это экономикой. Чем больше вы собираете этих предметов в своих руках, тем больше называете себя очень умными экономистами. Какой смысл во всём этом? Березовский тоже падает. У него столько всего в руках. Иногда он даже не может всё это удержать в своих руках, столько у него всего набралось. Итак, если вы не понимаете вашего положения, то вместо того, чтобы искать парашют, вы просто усиливаете свою привязанность ко всем этим объектам. В такой ситуации, если у вас появляется вдохновение найти парашют, это называется энтузиазмом. Энтузиазм означает мудрое, искусное мышление. Поведение, которое соответствует вашему положению, искусные, мудрые действия, которые приносят очень хорошие результаты, называются энтузиазмом. Итак, когда вы полностью поймёте положение, в котором находитесь, если группа людей, которые падают вместе с вами, скажут вам: «Мы хотим избрать тебя мэром этого города», вы ответите: «Нет, мне это не надо». Они спросят вас: «А что же ты хочешь?» И вы скажете: «Я хочу парашют».

Итак, в этом примере привязанность к вещам, к славе и к репутации символизирует привязанность к временному счастью, а энтузиазм символизирует желание раздобыть парашют. Далее Шантидева говорит, посмотри на всех людей, с которыми ты рос с самого детства, посмотри, что с ними происходит, они же все умирают. Когда вы видите, как они умирают, почему же вы не задумываетесь о том, что подобное может произойти и с вами. Если вы об этом не задумываетесь, значит, вы глупее животного. Даже у буйвола, когда он видит, как ему подобных убивают, тоже появляется страх, что его убьют.

В Тибете произошла такая история. На бойне мясник убивал баранов, они стояли там в очереди. Каждый новый подходил, мясник его закалывал, потом нового зарезал, но потом он устал, положил нож на стол и пошел пить чай. В это время бараны, которые стояли в очереди, вдруг поняли, что и их сейчас ждет смерть, и очень испугались. Тогда один из этих баранов столкнул нож со стола, вырыл яму и зарыл нож в землю. А мясник увидел, как баран закапывает в землю нож, и это очень тронуло его сердце. Он почувствовал такое сострадание к этому животному, который увидел, как убивают его собратьев, испугался за свою жизнь, и поэтому зарыл в землю нож мясника. И это сострадание в итоге побудило мясника прекратить заниматься убийством животных: «Если я не могу помочь этому животному, как я могу лишиться его жизни. Животное понимает, что тоже сейчас умрет, когда видит, как убивают других, как же я могу не думать о непостоянстве и смерти. Я – человек, я убиваю их, но не думаю, что сам умру». Это очень хорошая история. С тех пор этот мясник перестал убивать и приступил к практике Дхармы, после этого он сказал: «Я глупее животного».

Поэтому, когда вы видите, как умирают другие люди, это должно напоминать вам о том, что и вы когда-нибудь умрётё. Вы должны сказать себе: «Если я вижу, как умирают другие, но при этом продолжаю думать, что я не умру, что я проживу очень долго, то я глупее барана». В глазах обывателей вы можете быть очень умным человеком, но в действительности вы полный дурак. Тараканы тоже делят друг друга на умных тараканов и более глупых, но в наших глазах все они одинаковые, потому что они не могут ничего создавать, они только и делают, что ищут что-то. Когда бодхисаттвы смотрят на нас, мы все им кажемся тараканами, они не различают, кто из нас умнее, кто глупее, мы все одного уровня, все едины для них. Они видят, как эти тараканы залезают в железные коробки – машины и на них катаются туда сюда. Иногда они разбиваются и умирают в этих машинах.

Всё у них ограничивается только этой жизнью – что-то достать, что-то получить, они никогда не задумываются о будущей жизни.

Если вы такие же, как они, только в человеческой жизни, вы ничем не отличаетесь от других таких тараканов. Вот если вы задумаетесь о будущей жизни, начнёте что-то делать ради счастья в будущей жизни, то вы возвыситесь над остальными. Подобное мышление очень полезно. Когда я думаю об этом, мой ум возвышается над обывательскими представлениями, и это очень благотворно влияет на порождение у меня вдохновения к духовной практике. Если же вы ограничены только рамками одного маленького мира, одной этой маленькой жизни, то породить у себя духовное чувство вам очень тяжело. В этом случае вам всё время придется заставлять себя порождать такое чувство. Но вот когда вы возвыситесь над этим, посмотрите немножко шире, чем остальные, когда вы увидите будущую жизнь, увидите неотвратимость своей собственной смерти, то вдохновение появится у вас само собой. И тогда все те вещи, которые вы принимали раньше слишком всерьёз, покажутся вам очень глупыми, недостойными такого серьезного отношения. Как детские игрушки, куклы. Если кукла у меня есть – хорошо, нет – тоже нечего жалеть.

Допустим, раньше машина казалась вам очень важной и значимой, а теперь вы думаете: «Ну, машина – это тоже как детская игрушка, если она у меня есть – хорошо, а нет – то я не пожалею». То же самое муж и жена, если есть – хорошо, нет – ничего страшного. Если у вас уже есть жена, вы должны думать, что иметь жену хорошо. А если у кого-то из вас нет жены, вы должны, наоборот, думать, что не иметь жену хорошо. Мы делаем наоборот. Женатые мужчины обычно, когда я говорю, что не иметь жену хорошо, слышат это и очень радуются. Потому что когда у них появляется жена, им уже не хочется её иметь. Когда я начинаю говорить обо всех недостатках наличия жены, они со мной радостно соглашаются, говорят: «Верно, верно». А люди, у которых нет жены, очень радуются, когда я начинаю говорить о преимуществах наличия жены, и соглашаются со мной во всём: «Да, я тоже думаю про них, вот поэтому я и говорю, что мне нужна жена». Не надо так думать. У нас совершенно неправильно устроена психика, нам всё время другая гора кажется более зеленой, чем та, на которой мы стоим, это неверно. Вы должны ценить то, что у вас есть, но не привязывайтесь к этому. Вы должны сказать: «Сансарический объект не может дать мне больше, чем это. Этот ещё хорош по сравнению с другими сансарическими объектами. Моя жена достаточно хороша по сравнению с женой соседа, или муж достаточно хорош по сравнению с другим».

Неужели не видишь,
Как она убивает тебе подобных, одного за другим?
Ты же, словно буйвол у мясников,
Пребываешь в глубоком сне.
Покуда Яма следит за тобой,
Отрезав все пути к отступлению,
Как можешь ты находить усладу в еде,
Сне и радостях плоти?

На первую строфу я уже дал вам комментарии. А во второй строфе Шантидева говорит о том, что все пути к отступлению отрезаны, бежать некуда, а убийца, который должен убить вас, находится прямо перед вами с мечом в руке. Вы увидели его, но при этом продолжаете наслаждаться вкусной едой, с удовольствием спать, танцевать, слушать музыку, как это неразумно с вашей стороны. Поэтому здесь даётся такой совет: вы выпали из самолета, времени до вашего падения на землю осталось очень мало, поэтому не тратьте время впустую, ищите парашют. В такой ситуации очень глупо погрязать в привязанности к временному удовольствию.

Смерть приходит, не медля, с оружием наготове.
 Даже если в тот час
 Ты сумеешь стряхнуть с себя лень,
 Слишком поздно. Что сможешь ты поделать?

Теперь Шантидева занят объяснением пункта, который гласит: «Мы умрем очень скоро». Это пункт тоже имеет два подпункта – сначала краткое объяснение, потом подробное. Всё, о чем он говорит здесь – это противоядие от нашей привязанности к временному удовольствию. Если вы всё время будете думать об этом, то постепенно будете всё более удаляться от временных удовольствий, вы будете понимать, что временные удовольствия – это самообман. Мы как рыба, а временные удовольствия – как наживка на крючке. Мы, глупые рыбы, не понимаем, что это такое, хватаем эту наживку и теряем свою жизнь из-за неё. В данном случае это означает, что мы теряем свою драгоценную человеческую жизнь, она проходит впустую из-за привязанности к временному удовольствию. Думайте об этом, это очень важно, и тогда вы поймёте, как сделать свою жизнь значимой, осмысленной. Это очень полезно.

Шантидева говорит здесь: «Мы умрем скоро». Не понимая этого, вы надеетесь на то, что в момент смерти сможете заняться практикой. Это тоже заблуждение. Если вы встряхнёте с себя лень в момент смерти, то будет уже слишком поздно бороться с ленью. Устранять лень перед смертью будет слишком поздно, потому что вы уже будете умирать, вы уже ничего не сможете сделать. Какой смысл устранять лень перед самой смертью? Вы умираете. Даже если вы что-то хотите сделать, что вы сможете сделать? Поэтому Шантидева советует заранее избавиться от лени, пока смерть ещё не пришла к вам, потому что в момент смерти избавляться от лени слишком поздно.

Если вы хотите поехать в другую страну, вы заранее покупаете билет, заранее обращаетесь за визой, потому что в момент отъезда это делать слишком поздно. Если вы обо всем позаботились заранее, то когда наступит день отъезда, это будет для вас приятным путешествием. Если вдруг вас выгоняют из страны, вам говорят: «Уже завтра ты должен покинуть страну», то это несчастье, катастрофа, потому что вы к этому совершенно не готовы. У вас нет ни денег, ни одежды. Если вы готовы к отъезду, вы уже позаботились о билете, о визе, об одежде, которую наденете в своё путешествие, когда вам, наконец, говорят: «Всё, тебе надо уехать отсюда», вы очень расслаблено, спокойно отвечаете: «Очень хорошо. Я уеду с радостью. Всем рано или поздно приходится уехать отсюда, я уже готов».

То же самое со смертью. Мудрые люди готовятся к смерти заранее. Потому что если смерть уже пришла, а вы пытаетесь судорожно подготовиться к ней, это глупо с вашей стороны. Благодаря этому учению, кстати, я в своих повседневных делах стараюсь всё делать заранее. И когда я уже всё подготовил, то могу спокойно отдыхать и ни о чём не волноваться. Люди тоже часто так поступают, они всё откладывают до последнего момента, а потом уже и не знают, получают ли они визу вовремя, и уже мест в самолете не осталось, им надо взятки давать, переплачивать за места, столько беспокойства, столько напряжения. Я же в этот раз по советам Шантидевы уже купил себе билет в Индию и виза у меня уже готова. Осталось 15 дней, а у меня уже всё готово, я думаю: «Чем мне заняться в эти 15 дней?» Так что этот совет очень полезен и в повседневной жизни. Вы всё время жалуетесь, что у вас нет ни на что времени, а всё лишь потому, что вы всегда все откладываете на последний момент. Это тоже очень вредная сансарическая привычка. Так что применяйте духовные советы в своих повседневных делах, и тогда ваши мирские дела будут протекать спокойно.

Если у вас есть лишнее время, то это время как вода, а если времени у вас мало, тогда вы считаете его, и тогда оно для вас как золото, вы боитесь его упустить. В Тибете говорят, что так во всём, если у вас что-то в избытке, то это как вода, если вы испытываете недостаток чего-то, то это для вас как золото. Когда вы зовёте гостей, если у вас еда в избытке, то еда как вода, если же её мало, тогда она называется золотом. Некоторые из этих советов применимы не только к вашей духовной практике, используйте их и в своих мирских делах, и это изменит ваши мирские дела. И тогда в ваших делах у вас всё будет хорошо, спокойно, ровно проходить. Мирские дела тоже делайте вовремя, не надо ничего откладывать на потом. Когда летом идёт дождь – это время, когда надо сажать зёрна, не надо их сажать зимой, потому что это не вовремя. Иногда вы не следите за графиком полевых работ – когда сажать зёрна, когда не надо их сажать. Время посева и время сбора урожая – это разное время. Когда вы видите, как люди собирают урожай, у вас появляется желание сажать зёрна, но вы уже опоздали. Люди раньше засеяли поле, теперь собирают урожай, вы же опоздали с посевом. А когда надо было заниматься посевом, вы спали и проспали все посевные работы. Но не будем уделять слишком много времени мирским советам. Вы падаете на землю из самолета, поэтому богатый будет урожай или бедный – не имеет значения. Вам надо понять, как достать парашют.

Время очень быстро пролетело, это значит, что у нас был какой-то энтузиазм. А теперь посвящение заслуг. Давайте посвятим заслуги тому, чтобы благодаря сегодняшнему учению мы смогли породить в себе чистый энтузиазм. Мы культивируем в себе шаматху, отречение, бодхичитту, мудрость, познающую пустоту, чтобы достичь состояния Будды ради блага всех живых существ и жизнь за жизнью помогать им. Также делайте такое посвящение: «Пока существует пространство, пока живые живут, да останусь и я вместе с ними страданий рассеивать тьму». Тогда ваша жизнь будет значимой.

Наступает новый год, это никакой ни новый год, хотя год кончается. А мы, люди, так устроены, что вместо того, чтобы говорить: «Ну вот, ещё один год прошел», встречаем новый год. Желаю вам в новом году мирского счастья. Не пейте слишком много водки и шампанского в новый год, тогда у вас будет время на удовольствия, на временное счастье. А иначе на следующий год у вас будут страдания. Четвертого, в воскресенье будут учения по тантре для тех, кто имеет посвящение Ваджрайогини. Потом на следующий день, пятого, учение будет здесь. А девятого у нас начинается ретрит по Сутре Сердца. Потом ещё будет благословение Белой Тары, тринадцатого, а потом мы долго с вами не увидимся. Вы можете сообщить о благословении Белой Тары своим родственникам, друзьям, которые больны. Я думаю, что если они придут на него, это будет полезно. Я проведу особую подготовку. У меня нет времени молиться за каждого в отдельности, поэтому в этот день я одновременно буду молиться за всех. Пятнадцатого я уезжаю в Индию.