

Во-первых, я очень рад всех вас видеть после длительной разлуки. Лица большинства из вас мне уже знакомы, несмотря на то, что я не знаю, как вас зовут.

Я очень рад, что ни вы не умерли за это время, ни я не умер, и мы снова встретились. Иногда мы не понимаем, как это важно, что мы до сих пор живы. Мы думаем, что другие люди могут умереть, а мы не можем. Думать, что мы постоянны, что мы никогда не умрем, – это обман. Всегда надо думать о том, что можно умереть в любой момент времени. Поэтому надо думать не только об этой жизни, а также и о следующей жизни.

Я могу вам сказать, чтобы вы не сомневались, на сто процентов жизнь после смерти есть, это несомненно. Это можно доказать логически. С другой стороны, нет никаких логических доказательств того, что не существует жизни после смерти. Люди, которые говорят, что будущей жизни нет, если их спросить, почему ее нет, ответят, потому что они не видят будущей жизни, потому что они ее не понимают. Это нелогично. Если бы это было логично – говорить, что будущей жизни не существует, потому что я её не вижу, то тогда этому человеку, который так утверждает, пришлось бы также утверждать, что у него нет мозгов, потому что он не видит собственные мозги.

Буддизм основывает свои утверждения о существовании будущей жизни на тезисе о том, что поток ума непрерывен. Еще две с половиной тысячи лет тому назад буддийские философы утверждали, что даже грубую материю нельзя полностью уничтожить, потому что как бы вы ни уничтожали некий материальный предмет, некие материальные частицы, каждая из этих частиц все равно будет продолжать свое существование, хотя вы даже можете ее не видеть. Она может стать невидимой для вас, но она все равно будет существовать. Невозможно полностью ее уничтожить, сделать несуществующей. И вы не можете также создать ни одной принципиально новой частицы. Не так давно и ученые открыли эту теорию – закон сохранения массы и энергии. Однако этот закон был открыт в буддизме еще две с половиной тысячи лет тому назад.

Итак, буддийские философы говорят: «Если невозможно полностью уничтожить даже грубую материю, как можно полностью уничтожить сознание, ум?» И поэтому ум продолжит свое существование даже после смерти. Это очень ясная логика. Люди, которые не имеют научных знаний, полагают, что если разбить и растолочь на мелкие кусочки чашку, стереть ее в порошок, в пыль, она перестанет существовать, потому что станет невидимой. И если они перестанут ее видеть, то они решат, что каждая частица, из которой состояла эта чашка, больше не существует. Но те, кто кое-что знают о науке, также знают, что каждая частица продолжает свое существование на тонком уровне, уже в тонкой форме, потому что невозможно полностью уничтожить материю.

И точно также, когда философы исследовали поток ума, поняли, как он функционирует, что это такое, они пришли к выводу, что даже после смерти поток ума продолжается. Смерть – это всего лишь отделение сознания от грубого тела. Если вы все еще не верите в это, то попробуйте, хотя бы, ночь провести на кладбище. И тогда вы кое-что поймете, может быть, вы не увидите, но почувствуете, что вокруг вас снуют какие-то бесплотные тела, вселяя в вас некий ужас. Но когда-то они все были людьми, а потом они умерли и стали духами.

Несколько лет назад я видел американский документальный фильм. Были сообщения о том, что в одном доме находятся приведения, духи. Ученые решили как-то запеленговать их, засечь. Они поставили в комнату, о которой шла речь, звукозаписывающее оборудование. После этого они заколотили все двери и окна, так что никто не мог туда проникнуть. На следующее утро они открыли это помещение и прослушали запись: там звучала музыка, как будто играли на пианино. И когда они исследовали, что это за пианино такое, они пришли к выводу, что это звуки не обычного пианино, а какого-то другого инструмента, похожего на

пианино. В общем, необычно. Вот такие вещи существуют и сейчас находят все больше таких фактов.

Также сейчас очень много свидетельств о существовании предыдущих жизней. В Индии, в Европе есть случаи, когда дети вспоминают свою прошлую жизнь, рассказывают о своей прошлой жизни. И у некоторых детей, в частности, в Индии уже по две пары родителей. Два отца и две матери, одни из этой жизни, а другие – из предыдущей. С одной девочкой была такая история, она умерла в прошлой жизни совсем маленькой. Потом она родилась, и с детства помнила, как ее звали раньше, кто были ее родители, в какой деревне они жили. Ее родители из этой жизни решили проверить эту информацию и съездили туда. И в действительности все оказалось так, как она рассказывала. Даже все те игрушки, о которых она говорила, оказались на месте. Если вы не верите в предыдущую жизнь, то все эти вещи вам, конечно, будет очень трудно объяснить.

Вы ничем не рискуете, если верите в предыдущую и будущую жизнь. Допустим, вы верили в то, что есть будущая жизнь, потому что геше Тинлей так сказал, потом вы умерли, и оказалось, что нет будущей жизни, но разве это будет для вас кошмаром? Кошмара не будет: «О! Геше Тинлей меня обманул, я думал, что будущая жизнь есть, а ее нет». Поэтому нет никакой опасности в том, чтобы верить в будущую жизнь, в прошлую жизнь. Даже если, предположим, окажется так, что будущей жизни нет, то опасности никакой нет в том, чтобы верить в будущую жизнь. Но вот с другой стороны, если вы не верите в будущую жизнь, то есть вы думаете, что эта жизнь только одна и делаете все, что вам заблагорассудится, и не готовитесь к будущей жизни, и, допустим, вы умерли, и оказалось, что будущая жизнь наступила, вот это кошмар. Вы вообще не готовы!

Один человек находится в Уфе, летом, когда погода хорошая. Другой говорит ему, что надо готовиться к зиме, что зимой холодно. Тот человек ему не верит, сейчас ему тепло и жарко, он не верит, что может быть холодно. Этот человек совсем не готов к зиме, и вдруг приходит зима. Для него это кошмар, потому что он не готов к этому.

Гораздо мудрее верить в будущую жизнь, чем в нее не верить. Кроме того, есть много веских оснований на то, чтобы верить в будущую жизнь, и нет достаточно веских доказательств отсутствия будущих жизней. Если вы, веря в будущую жизнь, будете умирать, у вас даже не будет большого страха перед смертью. Для вас это будет как смена дома. Это смена тела. Если не верить в будущую жизнь, когда вы будете умирать, вам будет очень страшно, что вы становитесь несуществующим. Если вы исследуете, то вы узнаете, что люди, которые верят в будущую жизнь, умирают очень спокойно. А люди, которые совсем не верят в будущую жизнь, когда умирают, находятся в сомнениях: «Я думал, что будущей жизни нет, но вдруг она есть? Если будущая жизнь есть, то это кошмар, так как я совсем не готов к ней». У них наступает паника.

Все это я объясняю вам в качестве фундамента, базы для вас, потому что если вы будете слушать буддийское учение, философию с верой в будущую жизнь, то вы гораздо глубже поймете эту философию. Тогда эта философия будет для вас очень глубокой, полезной. Человек, который думает только об этой жизни, только о счастье этой жизни, не добьется счастья даже в этой жизни. Человек с открытым умом, который верит в будущую жизнь, думает о счастье будущей жизни, счастье в этой жизни также получит, оно придет к нему само собой. Когда человек думает только об этой жизни, небольшие проблемы кажутся ему кошмаром, у него маленький ограниченный ум, он видит проблемы со слишком маленького расстояния, они кажутся ему огромными. Он не знает, как жить. Иногда человек смотрит на свои проблемы даже хуже, чем собака. У собаки нет дома, одежды, у нее нет ничего, но она спокойно спит. Она сегодня спит, а о завтрашнем дне будет думать завтра. У нас, у людей,

когда возникают небольшие проблемы, мы сразу говорим, что это кошмар. Как мы будем жить, что есть, – все кошмарно. Такие мысли возникают, потому что мы, люди, очень ограниченные, потому что мы думаем только об этой жизни.

Мы должны сказать себе, что наши человеческие проблемы – это ничто. Мы люди, у нас по-особому устроен мозг. У нас много друзей, много родственников. Поэтому решить человеческие проблемы – это пара пустяков. Но вот если я умру, а после смерти попаду в низшие миры, вот тогда для меня это будет кошмар. Вот когда у вас будет такое мышление, то все человеческие проблемы покажутся вам ерундовыми, детскими. И вам не надо ходить на приемы к психологу, к психоаналитику.

Кроме того, еще одна наша ошибка заключается в том, что мы слишком с близкого расстояния смотрим на наши человеческие проблемы. Мы смотрим на свои проблемы очень близко, а на проблемы других людей смотрим издалека. Это стратегическая ошибка. Как нам надо поступать? На свои проблемы надо смотреть издалека, тогда они станут очень маленькими. Посмотрите, звезды очень большие, но мы их видим издалека, поэтому они кажутся нам крошечными. Если же вы будете смотреть на страдания других людей вблизи, разглядывать их вблизи, то вы будете чувствовать сострадание к ним. А когда в вашем уме появится сострадание, вы станете по-настоящему сильными, потому что сострадание – это самый настоящий витамин для ума. Когда мы не едим пищу, наше тело слабеет. Точно также, если не кормить ум любовью и состраданием, ум станет слабым-слабым. Поэтому я вам советую следующее: каждый день старайтесь подпитывать свой ум любовью и состраданием, – это лучшая пища для вашего ума. Перед нашим учением я хотел бы дать некоторые общие советы для вашей жизни.

Кроме того, вы должны понимать, что наш собственный ум является творцом и наших страданий, и нашего счастья. Если мы хотим счастья, то мы должны усмирить свой ум. Покой ума невозможно купить за деньги. Его нет в московских и уфимских магазинах, покой ума не продается в пакетах. Можно купить одежду, можно купить еду, но когда ум несчастлив, беспокоен, покой ума невозможно купить ни в одном месте. Если бы покой ума можно было купить за деньги, все богатые люди давно бы купили покой ума. Потому что, чем богаче человек, тем более беспокоен его ум. Эти люди всегда думают, что бы купить, потом они думают, что наркотики успокаивают ум. Наркотики немного успокаивают их ум, и тогда они думают, что наркотики – источник спокойствия ума. Они думают, что покой ума приносят наркотики, но наркотики не дают покоя. Наркотики только сделают вашу жизнь гораздо хуже. Посмотрите на миллионеров, на миллиардеров этого мира, большинство из них втайне от всех принимают наркотики, потому, что они ищут покой ума, но они не могут его найти, не могут его купить, ни за какие деньги. Деньги есть, а покоя ума нет. Раньше он думал, что если у него будут деньги, то он будет счастлив, будет спокоен, тогда он будет отдыхать. Когда много денег, мало времени. Для этого должна быть какая-то причина.

Когда у человека есть философия, внутреннее богатство, и когда у такого человека есть деньги, то он счастлив. Он сам счастлив, и он помогает большому количеству людей, которые тоже становятся счастливыми. Если в этом мире какие-то люди обладают философией и, кроме того, у них есть деньги, то тогда они будут и сами счастливы и будут мудро распоряжаться своими деньгами, помогут очень большому количеству людей своими деньгами. Что такое настоящее счастье? Настоящее счастье – это когда вы помогаете людям. Дать людям работу, постоянный источник доходов, спокойную жизнь, поставить их на ноги. Когда вы видите, что благодаря вашей работе люди становятся счастливыми, вы станете еще счастливее. Так делают мудрые люди. Раньше наши тибетские мудрецы, башкирские мудрецы, когда они помогали людям, когда эти люди становились счастливыми, мудрецы становились еще счастливее. Настоящее счастье – это когда вы помогаете другим, когда вы

видите, что люди счастливы. Благодаря этому, видя счастье другого человека, вы становитесь еще счастливее, чем этот человек.

Тревога, беспокойство в уме возникает из-за неправильного мышления. Основная практика буддизма – как раз именно изменение образа мышления. Вам даже необязательно говорить, что вы буддист, просто меняйте свое мышление и тогда вы станете буддистом. Добрый, полезный людям человек, даже если он не говорит, что он буддист, является настоящим буддистом. Если внутри человек эгоист, фанатик, но говорит, что он буддист, на его голове шапка, как у буддиста, на шее – большие четки, то он дурак. Зачем нужны такие люди? Сохранить свою культуру – это очень важно, не надо менять свою культуру. Вы можете забрать мудрость из буддийской философии и стать хорошим человеком – это самое главное. Стать хорошим человеком гораздо важнее, чем стать буддистом. Меня не интересует, станете вы буддистом или нет. Если вы станете буддистом, государство не даст мне за это деньги. Меня интересует, чтобы с помощью слушания моих лекций вы становились лучше, становились хорошими людьми – это моя цель. Я говорю без окончаний, поэтому очень трудно сразу понять, надо догадываться, додумывать за меня русские слова. Мой русский язык сам по себе как отдельная философия, он заставляет вас думать.

Итак, если вы измените своё мышление, то благодаря этому сами по себе изменятся и ваша речь, и действия вашего тела. Если вы будете мыслить позитивно, то ваши действия на уровне тела и речи также станут позитивными. Что такое карма? Карма означает, что любое действие, которое вы совершаете на уровне мысли, речи или тела, оставляют в вашем сознании некий отпечаток. Если это действие было вредоносным, то в вашем сознании остается вредоносный отпечаток. Если это действие было благим, позитивным, то в сознании остается позитивный отпечаток. Это называется карма или кармический отпечаток. Когда проявляется негативный кармический отпечаток в нашем сознании, он становится причиной нашего страдания. Почему негативный кармический отпечаток становится причиной страдания? Потому что, когда мы совершали это действие, оно было негативным, оно было направлено против других людей, направлено на причинение им вреда. Поэтому в результате этого действия мы сами должны будем испытать некий вред со стороны других. Результатом действия, которое было направлено на помощь другим, станет помощь со стороны других. Поэтому в зависимости от того, какие действия вы совершаете, такие результаты вы и получаете.

Поэтому в буддизме говорится, что, если вы вредите другим, то вы косвенно вредите самим себе. Каким бы умным человеком вы ни были, карму вам не обхитрить. Если вы втайне от всех, закрывшись, спрятавшись ото всех в темном доме, будете совершать вредоносные, дурные действия, это все равно, что в темной комнате втайне от всех, чтобы никто не видел выпить яд. Вы выпиваете яд, потом умываете лицо, и говорите, что вы яд не пили, его пил кто-то другой. То, что вы скажете другим – никакой разницы в этом нет, потому что потом, куда бы вы ни пошли, ни попали, вы везде будете нести с собой этот выпитый вами яд. Это слова самого Будды. Будда сказал, что, если вы будете втайне от всех создавать дурную карму, это все равно, что втайне от всех выпить яд.

Еще одна причина, по которой в буддизме считается, что если вы вредите другим, то вы косвенно вредите себе, состоит в том, что вы зависите от других. И поскольку все мы зависим от других, когда мы вредим другим, мы косвенно вредим самим себе. Об этом очень важно думать. Например, вы сидите на стуле и подпиливаете ножки этого стула, тем самым вы вредите себе. Потому что вы зависите от этого стула, на котором вы сейчас сидите. Мы понимаем только прямую форму зависимости. Поэтому когда начальник на работе начинает на вас ругаться, вы сразу ему не отвечаете тем же. Даже если он вас ругает,

вы вынуждены улыбаться ему, потому что вы знаете, что вы зависите от него. Но есть дураки, которые не понимают даже эту прямую форму зависимости. В ответ они начинают кричать, ругаться на своего начальника, и на следующий день остаются без работы.

Поэтому в буддизме и говорится, что прямо или косвенно, но мы зависим от всех живых существ. В прошлом мы зависели от всех живых существ, в настоящем мы зависим, и в будущем будем зависеть от всех живых существ. Поэтому экономисты и политики, когда они занимаются прогнозированием, и когда они понимают, что в будущем мы можем впасть в зависимость от того или иного человека, они также понимают, что с этим человеком уже сейчас нужно вести себя очень осторожно. Глупые люди думают только о сегодняшних отношениях. Если он сегодня не зависит от кого-то, то он может с ним поругаться. Завтра он уже подумает: зачем же он это сделал? Поэтому мудрый человек понимает, что если он от кого-то не зависел в прошлом или в настоящем, он может впасть от него в зависимость в будущем, поэтому он не должен вредить другим. Здесь мы рассматриваем ситуацию с точки зрения вашего собственного блага, вашей выгоды. Ради собственной выгоды не вредите другим.

Еще одно обоснование связано с состраданием. Например, если кто-то будет отнимать у вас жизнь, каково вам будет? Это здравый смысл. Для меня самое ценное – это моя жизнь, если меня будут лишать жизни, как я себя буду чувствовать? Точно также себя будет чувствовать и другое живое существо. Я знаю, что вы не будете убивать человека, но тараканы, комары – это тоже живые существа. Если вы будете отнимать жизнь у тараканов, например, представьте себя на месте таракана, каково вам будет, когда вас убивают? Если бы вы были тараканом, вы бы сказали, что человек очень эгоистичный; что вы никому не мешаете, спокойно сидите, а человек так плохо к вам относится. Поэтому вы должны почувствовать сострадание и сказать, что у других тоже есть право на жизнь, как и у меня.

Некоторые люди думают, что если не убивать тараканов в своей квартире, то их количество будет все возрастать и возрастать, но это неправда. Я уже двенадцать лет живу в России и не убиваю в своей квартире тараканов, но у меня тараканов не больше, чем у моих соседей, которые все время их убивают. В чем причина появления тараканов у вас в квартире? Я думаю, что это недостаток чистоты: когда вы не вовремя моете посуду, оставляете какую-то еду, крошки. Всю ночь пьете водку, затем раскидываете везде невымытые тарелки, везде грязь, тогда тараканы, конечно, придут, даже если вы будете их убивать. К вам придут все тараканы, если у вас будет такой пикник. Как вы поступаете: сначала приглашаете тараканов на пикник, а потом убиваете, когда они приходят. Но невозможно убить всех тараканов, их число все время будет возрастать. Поэтому самое лучшее – поддерживать в доме чистоту. Но это такие общие разговоры вначале.

Поэтому также по соображениям здравомыслия не надо вредить другим. Если кто-то украдет у вас что-то ценное, каково вам будет? И точно также почувствуют и другие люди, другие живые существа, если у них будут красть что-то самое ценное для них. И понимая все это, никогда не воруйте. Вы должны также понять, что чисто кармически убийство является причиной сокращения вашего жизненного срока, а также причиной вашей преждевременной смерти. Это результат убийства. Воровство – это причина вашей бедности. Воровство – это причина того, что вы не можете получить то, что вы хотите, ваши мечты не сбываются. Поэтому в буддизме считается, что, если вы хотите долго жить, вместо того, чтобы убивать, лучше спасайте жизни других. Это практика Дхармы, духовная практика. Спасайте жизнь других.

Если вас кусает комар, а вы в это время с четками в руках начитываете мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ и прихлопываете комара, то вы не буддист. Если в ваших руках нет четок, то

это ничего. Вы можете петь песню со счастливым настроением ума. В буддизме говорится, что лучше петь песню, чем читать мантры с плохой мотивацией. Необязательно читать мантры, держать четки в руке, вы можете просто распевать песни; но если вы увидели, что у вас на руке комар, и он вас кусает, и вы уже замахнулись, чтобы прихлопнуть его, удержитесь от этого: «Зачем убивать его? Он же не хочет на самом деле навредить мне, этот комар. Он думает, что я – еда. Мы считаем едой других животных, а некоторые насекомые и животные считают едой наше тело. Этот комар всего лишь хочет наполнить едой свой желудок». Поэтому, если вы толстый, позвольте ему попить немножко вашей крови. Если вы худой, тогда скажите комару: «Пожалуйста, отправляйся к какому-нибудь толстяку вместо меня, а то я уже и так слишком худой; сначала я себя раскормлю немного, а когда растолстею, тогда можешь прилетать». И вместо того, чтобы убивать комара, можно просто его легонько согнать со своей руки, сдуть. Это практика Дхармы – вы спасаете жизнь вместо того чтобы убивать.

А вместо того, чтобы воровать, практикуйте щедрость, даяние. В нашей жизни наш успех в делах и во всем остальном зависит не только от того, насколько мы умны или активны. Конечно, это тоже играет свою роль – ваши активность и интеллект, но очень большую роль также играют ваши заслуги, количество ваших заслуг. Возьмем двух людей, которые находятся в одинаковом положении. Они живут в одном и том же городе, они пытаются развернуть один и тот же бизнес, они одинаково умны, одинаково предприимчивы, активны, но почему-то результаты у них совершенно разные. Один становится очень успешным, удачливым бизнесменом, а у другого все идет насмарку, что бы он ни делал. Почему? У вас есть только один ответ на вопрос, почему один удачлив, а у другого нет удачи. Что является причиной этой удачи? Это – благие заслуги или добродетели.

Я хочу вам дать один совет. Вам нужно как-то выживать в этом мире, действительно, вам нужен успех, вам нужна удача, поэтому вам нужна работа, бизнес, свое дело. Делайте это, но не забывайте при этом накапливать благие заслуги, это залог вашего успеха. Нужно создавать как грубые, так и тонкие причины. Грубые причины – это активность, беготня туда-сюда, вовремя что-то купить, вовремя создать проект. Тонкие причины – это накопление заслуг. Когда эти два вида причин вместе, вы на сто процентов получите результат, даже если будете говорить, что не хотите, результат сам собой появится. Если вы посадите в землю зерно, потом польете водой эту землю, удобрите и после всего этого будете говорить: «Не прорастай, зерно, не хочу, чтобы ты проростало», – каждый день будете говорить: «Не расти, не хочу, чтобы ты проростало», – оно все равно вырастет. А что мы делаем? Мы не сажаем в землю зерна, при этом мы поливаем землю водой, удобряем ее, а потом молимся: «Пожалуйста, прорасти, ну прорасти же!» Как может оттуда что-то вырасти, если там нет зерна? Потом вы начинаете просить помощи у бога, различных божеств. Вам надо самим проявлять активность. Будда и божества всегда готовы помочь вам, но если вы не готовите еду, еда не придет сама в ваш рот.

Буддизм говорит: какую причину создал, такой результат и получил. Поэтому очень важно создавать причины, как грубые, так и тонкие причины, и те и другие важны. Поэтому ваша щедрость очень важна для вас же. Что такое щедрость? Это не означает, что надо обязательно отдавать, раздавать все, что вы имеете сами. Щедрость, в первую очередь, это готовность отдать. Это такое желание: если бы у меня было богатство, с какой радостью я помог бы такому количеству людей. Если у меня будет удачливый бизнес, то я там помогу, там помогу, – при таком подходе вы накапливаете заслуги, и вам будет сопутствовать удача. Если у вас что-то есть, какие-то возможности, и вы видите людей, по-настоящему нуждающихся в помощи, немного помогите им. Вот это важно помнить. Таким образом, существует десять негативных карм, негативных действий, которые не нужно совершать и вы должны помнить о них.

Теперь еще один шаг. Он заключается в том, что если вы просто отказываетесь от негативных действий и при этом не меняете свой ум, то этого недостаточно. Если вы просто отказываетесь от негативных поступков, но не меняете мышление – этого мало. Если вы не будете меняться внутри, менять свое мышление, то вам будет очень тяжело постоянно удерживаться от проступков, от каких-то неправильных поступков. Вот если вы измените свое мышление, тогда вам будет очень просто, очень легко отказаться от негативных действий. Но для того, чтобы изменить свое мышление, в первую очередь, вы должны понять, в чем недостатки ваших омрачений. Чем лучше вы понимаете недостатки умственных омрачений, тем больше вы хотите, чтобы в вашем уме не властвовали эти омрачения, чтобы они не были хозяевами вашего ума. Чем больше вы чувствуете, как вредят вам негативные эмоции, тем больше у вас возникает желание освободиться от болезни омрачений. Подобное желание называется «отречением». Ум, который полностью свободен от омрачений, называется «освобождением», «нирваной». Нирвана находится не где-то там, вверху, нирвана находится прямо здесь, – это ваш собственный ум, который полностью свободен от всех омрачений. Подобное состояние ума, которое полностью свободно от всех омрачений и есть совершенное, безупречное счастье.

Сегодня у нас подготовительное учение. Я сегодня даю вам такую базу, основу, на которой завтра вы будете слушать учение по «Сутре сердца». «Сутра сердца Праджняпарамиты» – это глубинная мудрость, которая называется «Одно лекарство от сотни тысяч болезней». Но для того, чтобы получить такое драгоценное лекарство, для начала вы должны понять, насколько вредят вам ваши же омрачения. И когда вы поймете, как вредоносны ваши омрачения, когда у вас появится желание освободиться от этих омрачений, тогда, когда я вам дам учение по «Сутре сердца», вы это полностью оцените, вы будете очень счастливы. И тогда для вас это станет самым драгоценным учением, более драгоценным, чем бриллианты.

Что могут сделать бриллианты? Человек думает, что бриллиант – это драгоценность, что это полезно. Дело в том, что бриллианты имеют ценность только тогда, когда мы находимся в обществе людей. Когда мы носим бриллианты, мы знаем, что другие люди это оценят, потому что люди знают, что бриллианты дорогие. Но если мы все увешанные бриллиантами попадаем в какое-то необитаемое место, где живут только обезьяны, а людей нет, кто оценит наши бриллианты? Эти мартышки будут смотреть на нас, на наше огромное ожерелье из бриллиантов. Ну и что? Для них это будут только камни, не более того! Иными словами, единственная функция бриллиантов – производить впечатление на других людей. Либо резать ими стекло. Другой ценности и пользы от бриллиантов нет.

Что же касается мудрости, то мудрость несет в себе огромное предназначение. Она противодействует нашим омрачениям. Поэтому, когда вы сидите в одиночестве, мудрость становится вашим лучшим другом. Вы по-настоящему богаты, если имеете ее. Это ваше настоящее украшение. Когда Будда Шакьямуни жил на этой земле, у Будды не было никаких украшений, у него было обычное монашеское платье, а у царей, правителей, которые жили тогда, было очень много богатств и украшений. Но когда Будда стоял рядом с царем, Будда затмевал царя своим величием, своим великолепием, потому что у него было внутренне богатство, внутренне украшение – его мудрость. Его Святейшество Далай-лама тоже одет в простую одежду, но когда его видят люди, он производит на них очень сильное впечатление, потому что у него есть внутренне богатство. Мудрость – это свет во тьме. Кроме того, это богатство, которое очень легко носить с собой и которое никто у вас не украдет, это самое надежное из всех богатств. Другие богатства приходят и уходят. Мудрость же, когда вы ее обретете, будет сопровождать вас из жизни в жизнь. Поэтому в

своей человеческой жизни не надо копить только материальные богатства, материальное добро. Копите также и богатство мудрости, самое надежное из всех богатств.

На нашей планете до сих пор сохранилась огромная сокровищница мудрости. Обитатели других планет позавидовали бы нам, если бы узнали о том, какая мудрость есть у нас на нашей планете. И действительно, в нашем мире до сих пор сохранилось полное учение о том, как преобразовать наши обычные человеческие тело, речь и ум в безупречные, совершенные, просветленные тело, речь и ум. Как достичь такого состояния, при котором мы сможем из своего тела являть тысячи различных тел, и в этих разных телах помогать огромному количеству живых существ. Это возможно. Как развить такие способности в своем уме, чтобы ум обрел способность познавать все феномены, все явления. И вот представьте себе, что полное учение о достижении такого состояния до сих пор существует в нашем мире.

С точки зрения материального прогресса наш мир не является слишком продвинутым. В других мирах и вселенных в этом отношении достигли гораздо большего. В буддийских текстах сказано, что миров миллиарды и миллиарды, и наш мир далеко не единственный. Если бы инопланетяне попали к нам на землю, они бы поморщились, потому что они бы увидели, что наша планета слишком грубая, примитивная, здесь слишком громкие звуки. НЛЮ действительно есть, буддисты верят в НЛЮ, очень многие люди видели НЛЮ. Но если инопланетяне и будут нам завидовать в чем-то, то они позавидуют именно нашей мудрости, которая у нас есть, а вовсе не научным знаниям.

А теперь я вернусь к своей основной мысли. Потому что в первую очередь я хотел бы объяснить вам, насколько вредоносны ваши омрачения. Наш настоящий враг – это наши омрачения ума. Во внешнем мире у нас нет врагов. Потому что у наших врагов помимо нас еще очень много других занятий, других дел. Великий индийский мыслитель Шантидева сказал, что у наших омрачений есть только одно занятие, только одна функция – это вредить нам и больше ничего. У внешних же наших врагов очень много другой работы. Дома надо кормить детей, бегать туда сюда. Они не думают всегда о том, как бы вам навредить. Когда враг видит вас, тогда он думает, что вы виноваты в его бедах, мешаете его счастью и начинает ругаться. Когда вы уходите, он забывает о вас. Омрачения же все время думают, как бы нам навредить. С другой стороны, по словам Шантидевы, если вы окажете какую-нибудь помощь своему врагу, то он станет вашим другом, очень хорошим другом. Раньше, например, вы терпеть его не могли настолько, что не могли даже смотреть на его лицо. А потом, если вы измените свое отношение к нему, если вы сделаете ему что-то хорошее, то, наоборот, вы уже не сможете без него прожить ни дня. Вы будете скучать, если не будете видеть его лицо, хотя бы один день.

Шантидева говорит, что наши омрачения, наоборот, как бы вы ни были добры к вашим омрачениям, они будут только хуже и хуже к вам относиться. С безначальных времен и по сей день, мы были слишком добры к нашим настоящим врагам. Мы сажали их на самый высокий трон в своем сердце. А вот насчет других живых существ, которые на самом деле были к нам добры, то мы их ненавидели, считая своими врагами. Это ошибка. Сначала вы должны распознать, кто ваш настоящий враг. Наш настоящий враг находится внутри нас, это наши омрачения. Вы должны понять, что омрачения – это наш настоящий враг. Если вы интересуетесь духовной практикой, то вашей целью должно быть устранение омрачений, победа над омрачениями. По крайней мере, постарайтесь уменьшить их количество. Потому что, чем больше у вас омрачений, тем больше беспокойства и смятения в вашем уме. А чем меньше у вас становится омрачений, тем больше у вас покоя. Но, для того чтобы достичь этого, для начала вы должны понять ущерб от омрачений.



Первый недостаток омрачений – когда омрачение завладевает вашим умом, оно лишает вас покоя. С того самого момента, как омрачение возникает, вы лишаетесь покоя. Насчет гнева мне объяснять ничего не надо, мы все знаем, что делает с нами гнев. Никто не скажет: «Сегодня я такой разгневанный, поэтому такой счастливый». Наоборот, человек скажет, что это был кошмар, он так сильно гневался и был так несчастлив. Поэтому очень ясно и очевидно, что гнев лишает нас покоя ума. Зависть также лишает нас покоя. Привязанность, как нам кажется, делает нас счастливыми. В действительности же, привязанность настолько хитра, что только увеличивает количество ваших проблем. Привязанность подобна очень вкусной, но вредной для желудка еде. Вы думаете только о том, что эта еда вкусная, поэтому потом вы чувствуете боль. Чем больше вы привязаны, тем больше неприятных ощущений у вас возникнет уже через несколько мгновений. Итак, вы должны понимать, что привязанность и тому подобное также лишает нас покоя.

Еще один недостаток омрачений. Омрачения делают нас еще глупее, тупее, чем мы есть. Несомненно, когда у нас в уме проявляются омрачения, мы становимся глупее. Его Святейшество Далай-лама любит в связи с этим рассказывать одну историю. У него был один шофер, который как-то раз залез под машину, чтобы что-то там отремонтировать. Во время ремонта он случайно ударился головой о железное дно автомобиля. Тогда он впал в ярость. И когда возник этот гнев, он стал биться головой о дно и говорить: «На тебе, на тебе, еще тебе, получай!» Ему и так уже было больно, но из-за омрачений он сделал себе еще больнее. Поэтому вы должны понимать, что омрачения делают нас еще большими дураками.

Вы можете в этом убедиться на примере собственной жизни. Представьте или вспомните, что вы сидите и пытаетесь что-то отремонтировать. Например, починить часы. Вы пытаетесь, но у вас ничего не получается, не выходит. В итоге вас постепенно охватывает гнев, ваше лицо становится красным. Затем, когда гнев уже становится слишком сильным, вы в отчаянии швыряете эти часы на пол. Когда гнев проходит, остывает, вы поднимаете осколки, то, что осталось от часов, с пола, и думаете: «Зачем я это сделал?» Совершенно очевидно – омрачения делают нас еще большими дураками.

Когда кто-то в гневе что-то вам говорит, вы должны в этот момент понимать, что им овладело его омрачение. В этот момент этот человек является наполовину безумным, и поэтому не отвечайте ему. Когда муж в гневе что-то говорит, мудрая жена молча записывает его ругань на магнитофон. На следующее утро, когда муж завтракает, жена включает ему магнитофонную запись. Когда он послушает эту запись, которая была сделана накануне вечером, он скажет: «Нет, нет, нет, я, конечно, дурак, но не настолько же, чтобы сказать все это». Поэтому совершенно очевидно, что, когда люди находятся под влиянием своих омрачений, они становятся гораздо глупее, чем до этого.

И вы тоже ничем не отличаетесь от остальных в этом плане, когда у вас возникают омрачения, вы тоже становитесь наполовину сумасшедшими. Поэтому, когда вы находитесь в таком состоянии, когда вас переполняют эти эмоции, не надо что-то поспешно необдуманно говорить. В буддизме дается такой совет: не надо на эмоциях сразу что-то говорить, потому что, когда вы произнесете эти слова, потом забрать их назад вы уже не сможете. Но если вы удержитесь и промолчите, то потом вы сможете сказать их в любой другой момент. Иногда на эмоциях вы что-то такое лишнее, совершенно ненужное говорите, а потом из-за своих слов очень долго страдаете. Из-за этого портятся отношения, потом становится очень больно. Если же вы с самого начала удержитесь и, несмотря на все эти эмоции, промолчите, не скажете того, что хотели сказать, то с самого начала, можно сказать, вы решили свою проблему. Очень трудно исправлять совершенные ошибки, поэтому с самого начала не надо их совершать. Тогда проблемы не будет, проблема будет решена.

Поэтому, что бы вы ни совершали, какое бы действие, какой бы поступок, до того, как поступить как-то, сначала вы должны хорошо подумать, будет ли ваш поступок полезным или же нет. Его Святейшество Далай-лама рассказывает такую историю. Когда Тибет был захвачен Китаем, Его Святейшество Далай-лама бежал из Тибета в Индию вместе со своим ближайшим окружением, и в Индии было основано тибетское правительство в изгнании. Его Святейшество Далай-лама и все министры этого правительства как-то собрались на совещание. В этот момент на этом совещании также находился старший духовный наставник Его Святейшества Далай-ламы – Линг Ринпоче. На этом совещании решались вопросы жизни тибетской диаспоры, и в частности было принято решение, что нужно изменить подход, что мышление должно стать созидательным, творческим. У нас должно быть творческое мышление, мы должны творчески мыслить, мы должны творчески говорить, наши речи также должны стать творческими, и действия тоже должны стать созидательными, творческими. Вот эти три творческих аспекта, момента нашей деятельности очень важны. И в конце этого собрания вдруг высказался Линг Ринпоче, он сказал: «Эти три творчества важны, хороши, но помимо этих трех условий, должен быть еще один момент, тут нужно кое-что добавить, в-четвертых, необходимо каждый раз смотреть, полезно это вообще или это пользы не принесет». Очень интересно, это действительно так. У вас может быть много проектов, планов, все это хорошо. Но вы должны каждый раз анализировать в конечном итоге, принесет пользу этот ваш проект или он будет бесполезен.

Третий недостаток омрачений. Когда у вас в уме будут порождаться омрачения, они рано или поздно войдут у вас в привычку, они станут привычны вашему уму. В результате у вас начнется зависимость от омрачений. Если один раз разгневаться, то завтра опять захочется разгневаться, послезавтра – снова. Потом вы не сможете жить без гнева. Омрачения возникают в сознании сами собой, естественно, непроизвольно, потому что они стали привычкой для нас. А позже мы становимся как бы наркоманами, зависимыми от своих омрачений. Поэтому не надо приучать свой ум к омрачениям. Вместо этого вы должны приучить свой ум к позитивному мышлению. Когда ваш ум станет привычен к позитивному мышлению, омрачения не смогут возникать в нем так легко, как раньше. Например, в потоке нашего ума стоит один стул. Если на этом стуле сидит негативная эмоция, то позитивная эмоция не может одновременно породиться в уме. Одновременно в уме не могут сосуществовать негативная и позитивная эмоция. Поэтому самое лучшее для начала – привести ум в нейтральное состояние. Это означает, что надо освободить этот стул, чтобы он был пустым. Как только ум станет нейтральным, нужно срочно посадить на этот стул позитивную эмоцию, позитивный настрой. Когда стул ума будет занят позитивными эмоциями, позитивным настроением, одновременно в уме не смогут породиться омрачения, негативные эмоции. Если вы будете прогонять из своего ума негативные эмоции, омрачения, говорить им, чтобы они убирались, уходили, – они не уйдут. Но если стул вашего ума будет постоянно занят позитивными, благими эмоциями, то негативные эмоции просто не смогут туда войти, не смогут занять место в вашем уме. То, что я вам объясняю, называется «медитацией». Если вас интересует медитация, делайте именно такую медитацию. Вы должны постоянно занимать сиденье своего ума позитивными эмоциями, не позволяя негативным эмоциям завладеть своим сознанием. Вот этот процесс и называется «медитация».

Существуют разные виды медитации. Необязательно, чтобы медитация обязательно была сосредоточением на каком-то одном объекте, то, что мы называем «однонаправленным сосредоточением». Есть и другой вид медитации – аналитическая, это тоже медитация. Все мы очень искусны в медитации, все мы знатоки медитации. На самом деле, все мы постоянно медитируем. Но большинство из нас занимается негативной медитацией, а не позитивной.

Все вы очень искусны в негативной медитации. Например, вы сидите дома, и смотрите телевизор. К вам заходит ваш знакомый и говорит вам: «А вот Олег, твой друг, про тебя то-то и то-то болтает». И тут же у вас включается медитация. Вы уже перестаете замечать и видеть, что творится на экране телевизора. Дети вокруг вас бегают, носятся. Но вы не говорите им: «Дети, не шумите, а то вы мне мешаете медитировать на гнев». Вы даже не слышите, что делают ваши дети. У вас замечательное сосредоточение, замечательная внимательность в этот момент. Вы сидите и анализируете про себя: «В такой-то момент он про меня сказал то-то, я знаю, а вот в таком-то году такого-то месяца, в такой-то день, в такой-то час, такую-то минуту и такую-то секунду, он сказал то-то». Оказывается, у вас отличная память! Вы занимаетесь аналитической медитацией очень искусно, совершенно в строгой правильной последовательности, как положено. Некоторые люди до того искусны в этой медитации, что всего за две минуты могут породить в себе реализацию. А у некоторых даже за минуту это получается. В чем заключается реализация? В красном лице, руки дрожать начинают, ум несчастен. То есть, вы сами себя делаете несчастными. И в итоге говорите: «Где этот Олег? Я хочу убить его». После этого вам уже ничто не мило, все телепередачи кажутся вам неинтересными. До этого вы были так спокойны, счастливы. После негативной медитации вы становитесь совершенно несчастливы, еда кажется вам невкусной, музыка неинтересной. В результате вы всех окружающих тоже делаете несчастными, вы даже собаку побьете. Поэтому заметьте, что когда вы занимаетесь такой негативной медитацией, вы не сидите в позе медитации. И точно также вы можете неформально заниматься позитивной медитацией.

Почему нам так трудно заниматься позитивной медитацией? Потому что у нас очень мало материала в голове для этой медитации. Даже если у нас есть материал, он не систематизирован у нас в голове. Что касается гнева, привязанности, зависти, то у нас так много материала обо всем этом и, кроме того, он систематизирован, как бы разложен по полочкам. И настолько все стройно здесь в этом отношении, что стоит нам дотронуться до какого-то одного момента, как все остальные тут же начнут трястись. И поэтому у нас так легко возникают омрачения, потому что мы создали для этого соответствующий механизм в своем уме. Дело в том, что вы создали этот механизм не в этой жизни. С безначальных времен этот механизм в сознании функционировал. Поэтому, для того чтобы изменить механизм своего сознания, вы должны быть очень искусны. Невозможно просто сказать себе: «Не гневайся, не привязывайся, будь хорошим и так далее» и потом стать таким. Это все равно, что пытаться руками остановить ветряную мельницу. Если вы будете руками ее удерживать и просить, чтобы она не крутилась в эту сторону, то долго ли вы продержитесь так? Иногда монахи, духовные люди не меняются внутри, они слишком зажимают себя, не позволяют себе этого, другого, а затем они взрываются и потом становятся еще хуже. Конечно, иногда полезно, иногда необходимо немного удерживать себя, потому что, если это колесо вращается слишком быстро, надо его немножко попридержать. Но вечно вы так не сможете поступать. Вам нужно изменить этот механизм, заставить это колесо вращаться в другую сторону. Если вы измените механизм, то, даже если вы будете говорить: «Не вращайся в ту сторону», оно само начнет вращаться в ту сторону. Точно также работает наш ум. Сейчас механизм нашего ума работает так, что все омрачения: гнев, привязанность и так далее возникают в нем произвольно, спонтанно, легко. Так устроен механизм. Такое не только у русских людей, но и в Америке, Европе у всех людей во всем мире, во всей вселенной. Все живые существа построили такой механизм сансарического ума. И это знание является универсальным, то есть куда бы вы ни попали, везде действуют одни и те же законы. Экономика, например, это знание, ценность которого ограничена какими-то рамками – территорией местности, в которой вы живете. Поэтому вам нужно больше получать духовных учений, правильно систематизировать их в своей голове. Тогда постепенно вы сможете изменить механизм вашего ума так, чтобы вместо омрачений в нем произвольно возникали позитивные эмоции.

А теперь вернемся к той мысли, которую я так и не закончил. Та же история, которую я рассказал, только вместо простого человека телевизор смотрит бодхисаттва. Кто такой бодхисаттва? Бодхисаттва – это человек, который заботится о других больше, чем о себе. Он сидит, смотрит телевизор дома, к нему приходит его знакомый, входит в комнату. И этот знакомый человек говорит только одну фразу: «Матери – живые существа». Как только он слышит эти слова, сразу же непроизвольно он входит в состояние аналитической медитации. Точно так же, как тот человек, который услышал, что Олег сказал про него то-то и то-то. Он тоже вошел в состояние аналитической медитации. Этот бодхисаттва тоже уже не видит, что происходит на экране телевизора. Вокруг него бегают дети, но он их не слышит. Он говорит: «матери – живые существа. Это правда, все живые существа были моей матерью, как они были добры ко мне. Если они сейчас страдают, если они будут страдать, какой смысл в том, чтобы я, один человек, был счастливым? Если они страдают, то, как я могу в это время спокойно сидеть и смотреть телевизор? Я должен что-то сделать, чтобы помочь матерям – живым существам. Пусть все живые существа освободятся от страданий. Пусть все живые существа будут счастливы. Да смогу я их привести к состоянию безупречного счастья». В нем с такой силой проявляются чувства любви и сострадания! Каковы признаки достигнутой реализации в этой медитации? Лицо его начинает все больше сиять. Не как у человека с лицом, красным от гнева. Он начинает излучать очень позитивную энергию. Он и сам очень счастлив, даже его домашние животные становятся спокойными, счастливыми. И вокруг него также воцаряется атмосфера покоя и счастья. Он не сидит в позе медитации при этом, он просто смотрит телевизор, но, не отрываясь от телевизора, просто сидя в кресле, вы можете породить в себе такое состояние ума, такую благую энергию. И он про себя желает: «Да стану я источником счастья для всех живых существ, да смогу я жизнь за жизнью помогать живым существам».

Если вы способны почувствовать такое, хотя бы одно мгновение, то заслуги от этого будут просто невероятны. Будда сказал: «Если один человек будет практиковать щедрость, благотворительность в течение сотни кальп (кальпа или эон – это неисчислимый период времени, это буддийская категория), а другой человек, хотя бы на мгновение пожелает: «Пусть все живые существа будут счастливы, да смогу я стать источником счастья для всех живых существ». «Кто же из них накопит больше благих заслуг?» – спросил Будда. Его ученик Ананда ответил: «Второй человек». Будда сказал: «Верно, потому, что этот второй человек пожелал счастья всем живым существам, соответственно, он накопит столько заслуг, скольким живым существам он пожелал счастья, а поскольку живых существ бесчисленное количество, то заслуги его будут безмерны». Поэтому, если вы желаете счастья другим, в результате вы сами станете счастливее. И это медитация.

Подобной нашей медитации мешают омрачения. Поэтому омрачения нужно уменьшать. Поэтому третий недостаток омрачений, о котором я говорил, – это привыкание ума к этим омрачениям. Если вы становитесь привычны к своим омрачениям, то вы становитесь все омраченнее и омраченнее, и все больше и больше будете вращаться в сансаре, колесе бытия.

Четвертый недостаток омрачений. Он состоит в том, что омрачения заставляют вас страдать. Все наши страдания – следствие омрачений. Даже малейшая головная боль, которую мы испытываем – это тоже результат омрачений. Таковы недостатки омрачений.

Пятый недостаток омрачений в том, что из-за омрачений, когда мы видим людей, которые занимают более низкое положение, чем мы, мы начинаем презирать их, смотреть на них свысока, а с равными нам людьми по положению мы соперничаем, а если человек выше нас, то мы завидуем ему. Из-за зависти мы становимся еще несчастнее. Если у кого-то есть то, чего нет у нас, мы чувствуем зависть. Эта зависть делает нас еще несчастнее. На самом деле,

мы хотим счастья, поэтому вместо того, чтобы завидовать другим, нам нужно порадоваться за других, порадоваться их счастьем. Если вы умеете радоваться счастьем других, то в результате вы будете счастливее, чем тот человек, за которого вы порадовались.

Зависть, соперничество, презрение к другим – все это следствие омрачений. Все это делает нас еще несчастнее. И все это, на самом деле, результат ненормального ума. Зависть возникает из-за того, что мы огорчаемся из-за счастья других. Это совершенно ложный, ошибочный менталитет. Как вообще можно огорчаться, когда кто-то другой счастлив?! Человек, у которого ум нормально функционирует, никогда не будет огорчен из-за счастья другого человека. Только ненормальный человек расстроится из-за того, что другой чему-то рад или счастлив. И когда у вас возникает такое же чувство, когда вы тоже начинаете расстраиваться из-за счастья другого, вы должны сказать себе: «Ты ненормальный». С одной стороны, вы говорите: «Пусть все живые существа будут счастливы, да буду я источником счастья для всех живых существ», – вы об этом молитесь, вроде бы, постоянно, но стоит вашему соседу устроить какой-то праздник или чего-то достичь в жизни, откуда у вас берется чувство, что вы недовольны этим? Вам кажется, что те живые существа, о счастье которых вы молитесь, это такая далекая от вас абстракция, очень далеко находятся живые существа, которые должны быть счастливыми. А люди, которые окружают вас в Уфе, это такие специальные живые существа, с которыми надо ссориться, спорить, соперничать. Если у них есть что-то, то у меня должно быть то же самое, но только в двойном размере. Это ошибочное мышление.

Поэтому скажите себе: «Если ты действительно желаешь счастья всем живым существам, начни со своих соседей, с населения Уфы». Это уже будет ваша отправная точка, потом можете все расширять и расширять. Затем дойдете уже до москвичей, Екатеринбург, охватите всю Россию, затем весь мир, затем все другие миры тоже. Мы же делаем нечто совершенно противоположное. Мы думаем о каких-то далеких от нас вселенных и думаем: «Пускай те, кто там живет, будут счастливы». Потому что если эти люди купят себе десять машин, вы не расстроитесь, скажете, что это хорошо. Но если у вашего соседа будет машина лучше вашей, то вы расстроитесь.

Иногда даже если ваша сестра покупает себе хорошую машину, вы расстраиваетесь: «Почему у меня нет? У нее есть, а у меня нет». В этот момент вы должны себя на этом поймать и сказать себе: «Ты ненормальный». Это ненормальное состояние ума. Вы должны сказать себе, что нормальное состояние ума, – это когда другой человек счастлив, а ты из-за этого рад вдвойне. Почему? Потому что вы желаете счастья всем. А если людям удалось самостоятельно обрести какое-то счастье, то вы должны радоваться этому еще больше. Шантидева говорит в своем знаменитом труде «Бодхичарьяаватара»: «Вы обещали лично привести всех живых существ к состоянию счастья, сделать их счастливыми. Поэтому, если живым существам удалось самостоятельно обрести какой-то кусочек счастья, вы должны еще больше этому радоваться, потому что они также выполняют часть вашей работы».

И, кроме того, поймите, что когда ваш сосед или сестра покупает себе новую машину, это также и ваша машина. Он купил, а машина и ваша тоже. Поэтому мудрый человек скажет: «Сестра, очень хорошая у тебя машина, я очень рад за тебя. Очень хороший цвет автомобиля. Но не думай, что это только твоя машина, это наша машина». И ваша сестра тоже еще больше обрадуется таким словам, и брат ваш тоже больше обрадуется. В такой ситуации он не сможет сказать: «Нет-нет, это только моя машина», конечно, он будет вынужден согласиться, что это «наша» машина. И потом вы тоже сможете пользоваться его машиной. Это мудро.

А если вы поступаете так: когда ваша сестра покупает машину, вы начинаете так придирчиво осматривать: «Ну, цвет-то не очень хороший, есть другие машины, гораздо лучше, чем эта твоя». То есть, если вы из зависти начнете как-то критиковать, то сестра, которая очень долго копила на машину, очень много работала, огорчится из-за ваших слов. Она такими трудами копила деньги, а вы в конце это ее счастье бросили в огонь. Это не мудро, глупо. Вы сами несчастливы, ваша сестра несчастлива, все несчастливы, – это неправильно. Буддизм – это здравомыслие, как правильно жить. Неправильными мыслями вы сами создаете себе проблемы. Вы все это видели в сериале «Санта-Барбара», где героиня плачет из-за собственных глупых мыслей: сестра покупает машину, а героиня обижается, что родители помогают сестре, а не ей. Она думает, что ее никто не любит, что она самый худший человек на земле. Она сама себе создает проблемы. Нам нужно создать еще одну «Санта-Барбару», но уже не сансарическую, такую позитивную «Санта-Барбару». Допустим, история такова. Одна сестра была так счастлива, потому что другая сестра купила новую машину. И ваши соседи тоже. Если вы будете так мыслить, то и они будут счастливы и вы будете только еще больше счастливы.

Например, когда у вас в привычку войдет радоваться за других, сорадование, то это по-настоящему начнет приносить вам покой ума. Такое счастье, покой вы не сможете купить. Лучший способ стать счастливым – это порадоваться счастьем другого человека. Потом вы становитесь счастливым совершенно бесплатно. Ваша сестра долго работала, купила машину, она счастлива. Вы не работали, вы не покупали ничего, а счастливы еще больше, получили машину и спите спокойно ночью. Сестра не может спокойно спать, она думает, не произошло ли что с ее машиной, не украли ли ее?

Поэтому не думайте, что для счастья вам обязательно что-то нужно. Вы должны понять одну очень важную теорию, буддийская теория гласит: вы не можете владеть ничем, на самом деле. Вы не можете даже владеть своим телом. Если вы не можете владеть даже своим телом, как вы можете владеть какими-то домами, вещами, машиной? Вы можете лишь пользоваться всем этим временно, брать это в аренду. В настоящий момент мы арендуем это свое тело и расплачиваемся за него кармическими деньгами. Вы не владельцы своего тела. Потому что когда у нас закончатся кармические деньги, нам придется оставить это тело. И все остальные предметы и вещи мы также берем в аренду за кармические деньги. Например, раньше в Башкирии был царь-правитель, он думал, что эта вся территория его личная, он умер в итоге, а территория осталась, дома остались. Поэтому никто ничем владеть не может. Временно можно быть владельцем чего бы то ни было. Поэтому, когда вы сидите в машине своей сестры, это временно и ваша машина тоже. А постоянно вы все равно владеть ничем не можете. Поэтому временно дом, в котором мы сидим, это наш дом. Потом, когда мы уйдем из этого дома сегодня после лекции, у нас не будет беспокойства, как там наш дом, под охраной ли он, не ограбили ли его. Счета за электричество и воду – это не наша проблема, не наша головная боль. Поэтому любая машина, которую вы ловите и едете на ней – это ваша машина.

Мы очень богаты, но при этом ничем не рискуем. Мы должны думать именно так: «Во временном отношении, где бы я ни находился, чем бы я ни пользовался, все это наше, потому что у меня есть с этим кармическая связь. А постоянно все равно ничем владеть нельзя. Поэтому неважно, есть у меня что-то или чего-то нет. Все равно все временно». Если вы будете мыслить именно так, в уме вашем будет больше счастья. И вы не будете жаловаться, что у вас нет этого или того. У вас есть все. Если у вас в сердце поселится чувство удовлетворенности, вы станете самым богатым человеком на земле. Но, если же у вас ум вечно неудовлетворен, то, даже если у вас будет миллиард долларов, вы никогда не будете счастливы. Потому что всегда будет еще один человек, у которого будет пять миллиардов, и по сравнению с ним вы будете ощущать себя нищим: «У меня всего один

миллиард, а у него пять, а у кого-то сто, о, я такой бедный!» Такие люди являются действительно нищими.

Я вам советую: цените то, что у вас есть. Когда вы научитесь ценить то, что у вас есть, тогда и удача и все остальное будет все больше и больше приходить к вам. Если же вы не цените то, что у вас есть, все будет становиться все хуже и хуже в вашей жизни.