

Сегодня в первую очередь я дам вам передачу текста «Сутры сердца». В буддийской традиции принято, чтобы Учитель передавал ученику устно все основные тексты учения, потому что все учения, все тексты хранят в себе благословение всей линии преемственности Учителей. Я получил передачу этого текста от Его Святейшества Далай-ламы, а Его Святейшество получил от своего Учителя, и таким образом, линия преемственности непрерывна и восходит к самому Будде. Сегодня я дарю вам очень большую драгоценность, старинную антикварную драгоценность. На протяжении двух с половиной тысячелетий этот текст передавался из уст в ухо, и это называется «линия передачи» или «линия преемственности учения», и она непрерывна. Передачу этого текста вы можете нести с собой жизнь за жизнью. Для глубинного понимания философии, учения о пустоте очень важно также получить благословение, иначе вы его не поймете.

Представляйте меня в форме божества Авалокитешвары. Это божество белого цвета. У него тысяча рук, тысяча глаз, на каждой руке – по глазу. Когда я буду произносить этот текст по-тибетски, вы представляете, что в это время из моего рта в облике божества Авалокитешвары исходит белый свет, который входит в вас через ваши уста, проникает в ваше сердце и остается в вашем сердце в качестве чистой передачи «Сутры сердца Праджняпарамиты». После этого, если вы будете читать текст этой сутры, каждый раз вы будете создавать заслуги, равные заслугам от чтения всего учения Праджняпарамиты, а это очень большое обширное учение. Полностью учение Праджняпарамиты или свод учений «Совершенство мудрости» насчитывает множество томов, а эта краткая «Сутра сердца» является как бы квинтэссенцией всего учения Праджняпарамиты.

Теперь вы получили передачу этого текста, это означает в буддийской традиции, что вы имеете право его читать. И теперь, если вы будете каждый день его читать, то чтение этого текста будет очень помогать вам в жизни для устранения всех препятствий, всех трудностей в вашей жизни. Поэтому читать текст «Сутры сердца Праджняпарамиты» каждый день для вас будет очень важно, очень полезно. В большинстве буддийских наций: в Тибете, Китае, Японии, на Шри-Ланке и в других буддийских странах, в Монголии, Бурятии, Туве – в буддийских регионах России чтение «Сутры сердца Праджняпарамиты» является традиционным, каноническим, то есть его читают постоянно, регулярно. Это один из основных буддийских текстов. Но если у вас нет времени на это, то ничего страшного.

Теперь, для того чтобы получить драгоценное учение, комментарии на «Сутру сердца» сначала вы должны породить в себе правильную мотивацию. Этой мотивацией должно быть желание достичь счастья в будущей жизни. Но этого тоже недостаточно. У вас должна быть мотивация, связанная также с желанием полностью очистить, освободить свое сознание от всех омрачений. Вы должны понимать, что до тех пор, пока у вас в уме останутся омрачения, где бы вы ни родились, кем бы вы ни стали, куда бы ни попали, может быть, временно вы не будете испытывать страданий, но страдания неминуемо придут к вам, потому что у вас будет причина страданий. Например, если вы больны туберкулезом, то где бы вы ни оказались и кем бы вы ни стали, даже самым президентом, но до тех пор, пока вы больны туберкулезом, вы будете страдать. И куда бы вы ни отправились, куда бы ни поехали, эта болезнь везде будет с вами. Поэтому те люди, которые болеют туберкулезом, думают только об одном – как бы побыстрее выздороветь, вылечить от туберкулеза.

И точно также все мы страдаем от болезни омрачений. В сансаре каждое живое существо страдает этой болезнью омрачений. В России, Америке, Тибете везде люди болеют одной болезнью, – болезнью омрачений. Шантидева говорил, что этой болезнью мы страдали с безначальных времен и по сей день. И если сейчас, когда мы обрели драгоценную человеческую жизнь, мы не используем эту жизнь для того, чтобы вылечить от болезни

омрачений, потом, в будущем, нам будет еще тяжелее это сделать. Поэтому сегодня вы получите одно лекарство, которое поможет вам вылечиться от болезни омрачений.

Но недостаточно и этой одной мотивации, мотивации освободиться от болезни омрачений, освободиться от сансары. Поскольку вы являетесь последователями Махаяны, для вас также очень важно развить в себе желание или мотивацию освободить всех живых существ от омрачений, болезни сансары. Вы должны понимать, что точно так же как вы страдаете в сансаре, так же страдают в сансаре все живые существа. Мудрый человек думает так: «Я один, а всех живых существ большинство. Кто важнее, один или большинство? Важнее большинство». Вот с таким пониманием вы должны стремиться получить это учение, думая, что благодаря тому, что я сейчас получаю это учение, я должен стать буддой, и жизнь за жизнью потом я буду источником счастья для всех живых существ. Если вы желаете стать источником счастья для всех живых существ, если вы стремитесь к этому, то ваше собственное счастье придет само собой. В сансаре люди хотят счастья, но они используют очень дурацкие методы для достижения этого счастья. Говорят только: «Я, я, я, только мне нужно счастье, я хочу этого». Но они ничего не получают. Бодхисаттвы, святые люди всегда говорят только: «Вы, вы, вы, вам нужно счастье, вам это нужно». В результате они получают всё. Поэтому, если хотите быть эгоистами, будьте мудрыми эгоистами. В настоящее время ваш эгоизм глупый. Итак, получайте это учение с альтруистической мотивацией.

Теперь чтобы получить это драгоценное учение, – комментарий к «Сутре сердца», вы должны подготовить к этому сосуд своего ума. Если кто-то наливает вам драгоценный нектар, то вы должны подставить правильный сосуд под этот нектар. Поэтому вы должны слушать учение, будучи свободными от трех изъянов сосуда. Первый изъян сосуда – это перевернутый сосуд. Если сосуд вашего ума перевернут, то, сколько бы вы ни вливали туда нектара, нектар не попадет в сосуд. Это означает, что ваше тело находится здесь, но ум ваш думает о посторонних вещах, либо вы спите. Либо вы думаете, какие телепередачи ожидают вас вечером, или думаете, что там у вас с квартирой происходит, не взломал ли кто-нибудь дверь, не ограбили ли вас, пока вы здесь. Или, как там поживает ваша кошка или собака. Или о тараканах думаете, что они у вас размножаются в квартире. Не думайте об этом. В течение этих двух часов концентрируйтесь только на том, что вы слышите здесь, не думайте ни о чем другом.

Второй изъян сосуда – это дырявый сосуд. Сколько бы ни вливался нектар в сосуд, если в сосуде дырка, то нектар будет вливаться, но очень быстро выльется. Это означает, что учение влетает у вас в одно ухо, из другого вылетает, а в сердце ничего не проникает, не задерживается в сердце. И сегодня вечером, когда вы вернетесь домой, вы поймете, дырявый вы сосуд или нет. Ваши друзья, родные спросят вас: «О чем сегодня говорил тибетский лама?» И если вы скажете: «Говорил о пустоте, пустоте, а остальное я забыл». Если вы скажете так, значит, вы дырявый сосуд. Я надеюсь, что вы все дырявые сосуды только наполовину. То есть, дырка у вас где-то сбоку, но не на дне. То есть, по крайней мере, я надеюсь, что вы запомните половину того учения, которое я даю вам. Дырку в сосуде своего ума вы можете законопатить, заклеить внимательностью. Если вы будете слушать учение внимательно, то тем самым вы почините сосуд своего ума. Вот, например, если кто-то вас ругает или критикует, как внимательно вы слушаете этого человека! Вы ловите каждое его слово, и даже через десять лет вы сможете воспроизвести все, что он сказал очень точно. Память у вас хорошая. Но во время учения вы почему-то не так внимательны. Когда вас кто-то критикует или ругает, ваш эгоизм заставляет вас включать внимательность. Вы ловите каждое слово этого человека, вы запоминаете каждое его слово, и это все заставляет вас делать ваше эго. Как бы вы ни хотели забыть эти слова, вы не можете их забыть.

Третий недостаток сосуда – это загрязненный сосуд. Сколько бы я ни вливал нектар Дхармы в грязный оскверненный сосуд, нектар Дхармы также загрязнится. И точно также, если вы вливаете учение в грязный сосуд своего ума, иными словами, слушаете учение с неправильной мотивацией, то учение будет бесполезно для вас. Неважно, сколько информации вы получаете, необязательно получать много информации. Но даже ту небольшую информацию, которую вы получаете, вы должны вливать в чистый сосуд ума, тогда она для вас будет полезна. У меня нет такого уж обширного глубокого знания Дхармы, Учения Будды. Но те небольшие познания Дхармы, которые я получил от своего Духовного Наставника, я влил в чистый сосуд ума. Поэтому это небольшое количество нектара Дхармы, которое я получил, принесло мне огромную пользу. Каждый раз, когда я испытываю трудности, этот нектар Дхармы утоляет жажду моего ума, успокаивает ум. И когда я делюсь нектаром Дхармы с другими людьми, то поскольку этот нектар чист, он влился в чистый сосуд моего ума, он приносит пользу и другим. Поэтому это третье требование, условие особенно важно для вас. Вы должны получать учение с чистой, правильной мотивацией, для того, чтобы помогать другим, а не для того, чтобы стать профессором или ученым, какой смысл в этом?

Духовное учение, Дхарма должно стать противоядием от ваших омрачений, а не должно способствовать тому, чтобы вы стали профессором. А иначе будет следующая ситуация, которую можно проиллюстрировать на таком примере. Очень ослабленный серьезно больной человек набрал в руки разнообразные лекарства и вместо того, чтобы их принимать, просто показывает их другим. Хвастается – смотрите, какие у меня лекарства! По словам Шантидевы, если у вас лекарство просто зажато в руке, то оно не может вам помочь, вы должны принимать это лекарство.

Далее, когда вы получаете это учение по «Сутре сердца», вам необходимо осознавать, что вы больной человек. Вы должны себя осознавать больным. Мы все страдаем болезнью омрачений. Да и не только вы, я тоже страдаю от этой болезни. Может быть, я немного раньше, чем вы начал курс лечения от этой болезни, поэтому сейчас помогаю вам, объясняю, что лечиться нужно так. Ум, больной омрачениями, нужно лечить, это очень полезно. Когда болезни ума вылечены, тело тоже перестает болеть. Тибетская медицина говорит, что все болезни нашего тела и различные телесные расстройства являются следствием болезни ума. Например, гнев приводит к определенным болезням, к желтухе и так далее. Привязанность тоже приводит к определенному ряду заболеваний – к заболеваниям печени и так далее. Неведение является причиной целого ряда болезней. И все это подробно проанализировано в тибетской медицине. Итак, в первую очередь крайне важно осознавать, что вы больной человек, и думать: «Для того чтобы вылечиться от болезни своих омрачений, сейчас я буду слушать это учение». Если вы будете помнить, осознавать, что вы больной человек, то это учение будет для вас крайне полезно, крайне эффективно.

Если же у вас не будет подобного осознания, вы только слушаете и слушаете различные учения и больше ничего, то через некоторое время в вашем уме выработается невосприимчивость к Дхарме. Когда вы слушаете учение или практикуете, вы должны это делать следующим образом, – сейчас я расскажу вам одну историю. Я вам уже раньше говорил, что для буддийской практики необязательно отгораживаться от мира, закрываться от всех. Для этого нужно нечто другое. Нужно, в первую очередь, изменить свое мышление. Существует ряд сутр, которые рассказывают о предыдущих жизнях Будды Шакьямуни, это были те его земные воплощения, когда он был еще бодхисаттвой. То есть, это было очень давно, очень много калп тому назад. Калпа – это неисчислимый период времени, буддийская категория. И вот в одном из таких своих предыдущих воплощений Будда родился в царской семье, он родился царевичем по имени Дава. Вот он вырос, ему

исполнилось шестнадцать лет. Он был необычайно добрым юношей, и у него была огромная жажда к получению учения, к обретению мудрости. Однажды он получал учение от одного большого учителя.

В тех краях обитало чудовище, такой огромный людоед, который вселял ужас во всех жителей той местности. Он дал себе такой обет, клятву, что будет есть только царевичей. Особенно его интересовал царевич Дава, о нем ходила большая слава, и он хотел сожрать именно его. И вот однажды, когда царевич Дава получал духовное учение от своего Наставника, в те края, в то место явился этот людоед. Он туда пришел и все в страхе разбежались. Узнав об этом, царевич Дава не хотел, чтобы этот людоед причинил вред другим людям, поэтому крикнул ему: «Иди сюда, я здесь, я царевич Дава, я тот, кто тебе нужен!» Людоед был немного удивлен. После чего он подошел к царевичу, схватил его и унес высоко в горы. Добравшись до вершины горы, он опустил царевича Даву на камень. Затем посмотрел на него и увидел, что царевич плачет. Тогда людоед сказал: «Я слышал, что царевич Дава очень храбрый, очень добрый человек, однако, когда ты попал в лапы такого людоеда как я, то почему-то ты плачешь». На это царевич ему сказал: «Я плачу не из-за страха и не из-за того, что я тебя боюсь, я множество раз умирал в своих прошлых воплощениях, смерти нечего бояться. Плачу я потому, что сегодня я как раз получал драгоценное учение от своего Духовного Наставника, а ты не дал его мне получить до конца. Я не уверен, что мне будет предоставляться дальше такая же редкая возможность, как сейчас – услышать такое драгоценное учение, поэтому я плачу. Если ты можешь, отпусти меня, пожалуйста, дослушать это учение, а потом я сам приду к тебе обратно». Людоед сказал: «Ну и хитрец! Ты хочешь обмануть меня». Тогда царевич сказал ему: «Океан может высохнуть, солнце может погаснуть, но царевич Дава никогда не скажет неправду». Людоед опять немного удивился и сказал: «Хорошо, проверим. Даже если ты ко мне не придешь обратно, я тебя опять поймаю». И тогда царевич ушел.

Он вернулся к своему Наставнику, получил от него полное наставление, полное учение. Прошло два дня, на третий день рано утром царевич вернулся к людоеду обратно в горы. Людоед увидел издали, как он взбирается на гору. Наконец царевич Дава дошел до него, и он весь прямо сиял, был счастлив, у него глаза сияли. Он сказал: «Вот я здесь, пришел, теперь можешь есть меня. Я отдаю сам тебе свое тело добровольно, не думай, что ты просто загрыз меня. Я подношу тебе свое тело». Тогда этот людоед посмотрел на царевича Даву, и увидел, что он необычайно безмятежен, необычайно спокоен. Он был не похож на всех остальных людей, которых людоед сожрал раньше, на всех остальных его жертв. Людоед потрясенный подумал: «Почему он такой счастливый, что это за учение он получил от своего Наставника?» И спросил у царевича: «Почему ты так счастлив, почему ты вовсе не боишься потерять свою жизнь, ведь ты же сейчас умрешь? Что это за учение ты получил от своего Наставника, которое ты ценишь выше своей собственной жизни, какое учение ты услышал от него?» На это царевич Дава сказал: «Такие существа как ты понимают лишь ценность мяса, они не понимают ценность мудрости, поэтому лучше не задавай вопросов, ешь меня». От этого любопытство людоеда только разгорелось с большей силой. «Нет, все-таки расскажи мне, я хочу знать», сказал он. Царевич Дава ответил: «Драгоценное учение Дхармы так легко не дается, если ты хочешь получить его, ты должен сначала выразить свое почтение ко мне, почтение к учению и соорудить для меня трон, на котором я буду давать тебе это учение». Людоед послушался, сделал трон и попросил царевича: «Пожалуйста, сядь на этот трон». Сев на трон, царевич Дава сказал ему: «Для того чтобы получить такое драгоценное учение, сначала ты должен сделать три поклона, три простирания передо мной». Недовольный людоед сказал: «Что это еще за простирания, ну ладно, так и быть сделаю». Он три раза поклонился.

Дело в том, что кармически принц Дава был Духовным Наставником этого людоеда в прошлой жизни. Между ними существовала кармическая связь. Из-за каких-то неблагоприятных обстоятельств этот человек стал таким каннибалом в следующей жизни. Дело в том, что, когда люди создают карму, они создают смешанную карму, одновременно и хорошую и плохую. После того, как людоед сделал простирания перед ним, царевич стал ему рассказывать то учение, которое он получил сам от своего Духовного Наставника. То есть он стал учить его состраданию. «Все живые существа хотят счастья и не хотят страданий. И у всех есть равное право на счастье. Если ты будешь вредить им, то косвенно ты будешь вредить себе. Но, помогая им, ты будешь косвенно помогать себе». И тогда он стал более подробно объяснять ему, почему, если ты вредишь другим, косвенно ты вредишь самому себе. И почему, помогая другим, ты косвенно помогаешь именно себе. Потом он дал ему более подробные наставления по бодхичитте, – как породить в себе бодхичитту, любовь, сострадание. И это учение открыло ум людоеда.

Получив эти наставления, людоед не смог сдержать слез. Он стал плакать, приговаривая: «Какой же я дурной человек». То есть учение Дхармы, которое он прослушал, стало для него зеркалом, в котором он увидел свое грязное лицо. Он плакал и говорил: «У меня такое огромное тело, но я хуже животного. Вместо того чтобы помогать живым существам, сколько вреда я им уже причинил! Сегодня я принимаю тебя в качестве своего Духовного Наставника», – сказал он царевичу Даве, – «Я обещаю, что отныне не причиню вреда ни одному живому существу. Наоборот, я буду изо всех сил стараться помогать им». Таким образом, людоед стал получать все больше и больше духовных наставлений, стал практиковать, медитировать над ними. И в более поздний период своей жизни он настолько изменился, стал таким великим духовным практиком, что о нем распространилась большая слава, люди стали искать его для того чтобы получить от него наставления. В ранний период его жизни, в его молодые годы, только услышав его имя, люди страшно пугались. А в более зрелом возрасте люди стали сами искать его, получать от него учение. И он помог очень многим людям, даруя им учение. Он давал учение, потом поднимался в горы, медитировал. И мы должны быть такими. Эта история говорит о том, что даже людоед, получив духовное учение, смог укротить свой ум. Если даже такой вредоносный людоед смог так измениться, неужели мы, люди не сможем измениться, получая духовное учение?

Итак, это была подготовка вашего ума, а сейчас приступим к комментарию на «Сутру сердца». Сейчас я буду давать более традиционное учение, но оно, тем не менее, будет вам очень полезно. Правда, оно не будет слишком традиционным, если я буду давать учение по всем правилам, как у нас принято в буддийской традиции, вам всем станет очень скучно. Поэтому это будет такое смешение стилей: немного традиционных элементов и немного современный стиль, который сейчас принят. Также я постараюсь объяснить вам учение с вашей точки зрения, чтобы оно вам принесло больше пользы. Учение «Сутры сердца» объясняется в трех частях или разделах. Первое – это вводная часть перед учением. Потом собственно учение. И, наконец, заключение. Здесь также есть дальнейшая классификация на разделы и подразделы и они очень интересны. Эти заголовки, подзаголовки позволяют вам увидеть целостную картину учения, полное древо учения.

Начнем с вводной части. Это разъяснение вводных слов «Сутры сердца Праджняпарамиты». Начинается этот текст с санскритских слов. По какой причине в этом тибетском тексте первые строки являются санскритскими? Дело в том, что те люди, которые переводили этот текст на тибетский язык, хотели подчеркнуть, что этот текст является подлинным первоисточником. Даже в русском переводе первые слова на санскрите: «Арья Бхагавати Праджняпарамита Хридая», это специально для того, чтобы подчеркнуть подлинность, аутентичность этого учения. Эти слова «Арья Бхагавати Праджняпарамита Хридая» означают «Благословенная Мать Сердце Совершенной Мудрости».

Следующая строка гласит: «Поклоняюсь всем буддам и бодхисатвам». Это тоже часть традиции. Что бы ни писали, какие бы тексты ни составлялись в древности, вначале автор текста выражал поклонение или почтение. Это специально делалось для того, чтобы накопить благие заслуги и устранить возможные препятствия, которые могли возникнуть при написании этого труда.

Идем дальше: «Так я слышал однажды. Бхагаван пребывал в Раджгрихе на горе Коршуна с великой общиной монахов и великой общиной бодхисатв». Вы должны знать один исторический факт: когда Будда ушел в нирвану, после этого все его ученики собрались вместе. Они сказали: «Наш драгоценный Учитель ушел, теперь мы должны сохранить то драгоценное знание, невероятное учение, которое он передал нам, если мы не запишем все его наставления, не сохраним их в виде книг в письменном виде, то это учение исчезнет из этого мира, что будет большой потерей для мира». Но в те времена не существовало магнитофонов. Будда же дал очень много обширных учений, наставлений, – как же они были записаны? Дело в том, что во времена Будды при его жизни многие из его учеников, которые получали от него наставления, слушали его с очень большим сосредоточением, они обладали очень высокой концентрацией внимания, и их память была феноменальной. Услышав что-либо однажды, они уже помнили это в точности, не забывали – это называется «феноменальная память». Для того чтобы записать учение, тех монахов, у которых была эта феноменальная память, попросили продекламировать учение, которое они запомнили, а другие монахи, другие члены общины Будды записывали это учение со слуха.

Те слова, которые мы только что прочитали, это слова не самого Будды, а слова этого монаха, который записал учение на слух. Монах разъясняет те обстоятельства, при которых было передано это учение. Он разъясняет три благоприятных условия, при которых было дано это учение «Сутры сердца». Во-первых, он говорит: «Так я слышал однажды». Это означает, что он получил учение в присутствии Будды, находясь в том месте, где присутствовал Будда. Итак, первое благоприятное условие – это присутствие Будды. Второе благоприятное условие – это то, что учение было получено в Раджгрихе на горе Коршуна, это священное место. Учение было получено в присутствии святого Учителя в священном месте. Кроме того, учение было получено в окружении такого благородного собрания, состоящего из великих бодхисатв, великих йогинов, учителей.

Далее: «В то время Бхагаван погрузился в сосредоточение, исследующее перечень дхарм, именуемое «видимость глубины». Что такое Бхагаван? Бхагаван – это санскритское слово, которое можно интерпретировать следующим образом: победитель четырех демонов. До тех пор, пока мы не одержим победу над четырьмя демонами, мы будем вынуждены вращаться в сансаре, круговороте бытия.

Первый демон – демон омрачений. До тех пор, пока над нами властвует демон омрачений, мы постоянно будем страдать. Будда уничтожил этого демона омрачений, который является причиной страданий. И косвенно здесь говорится, что мы в отличие от Будды не уничтожили еще пока этого демона, поэтому мы все еще страдаем. Первый демон, демон омрачений очень могущественный демон, который обитает в нашем сердце. Но мы даже не думаем, что это демон, не считаем это демоном. Мы думаем, что демоны – это какие-то внешние существа. Когда люди поймут, что настоящий их враг, настоящий демон обитает прямо в их сердце, это будет их первый шаг к мудрости.

Второй демон – демон оскверненных совокупностей. Поскольку у нас есть эти омрачения, когда мы в очередной раз перерождаемся, мы приобретаем эти загрязненные скандхи, психофизические совокупности. Этот демон называется демоном загрязненных

совокупностей. Совокупности, говоря вкратце, это наши тело и ум. То есть наши нынешние тело и ум, поскольку они рождены под влиянием омрачений на данный момент являются загрязненными. И поскольку мы имеем загрязненные тело и ум, загрязненные совокупности, то можно сказать, что мы постоянно носим в себе основу для страданий.

Если у вас на руке рана, то когда к этой ране кто-то прикасается, каждый раз вам больно. Если же у вас нет раны, и кто-то прикасается к вашей руке, то вам не больно. Вместо этого для вас это как приятный массаж, прикосновение. Поэтому все наши проблемы, если, например, кто-нибудь назовет нас дураком, нам от этого становится больно, обидно. Почему? Потому что в нашем уме есть рана. И у всех у нас разные раны. Например, те, кто очень сильно привязан к своей красоте, если таким людям сказать: «Ты урод, ты некрасивый», то человек, допустим, женщина, потеряет сон. Всю ночь она будет лежать и ворочаться. В ее голове будут звучать эти слова: «некрасивая, некрасивая, некрасивая». Если же мужчине сказать, что он некрасивый, то он только засмеется. Он скажет: «Да, я некрасивый». Но если мужчине сказать: «Ты трус», особенно русским, башкирским, татарским мужчинам, то они очень разозлятся. Поэтому можно сказать, что у них другая рана. Есть люди, если которым сказать: «Ты плохой актер», то они разозлятся. Если им сказать: «Ты трус», то их это никак не заденет, но если им сказать: «Ты плохой актер», то они очень расстроятся, потому что они очень привязаны к тому, чтобы быть хорошим актером. Если вы мне скажете, что я некрасивый, то я не буду возражать. Если вы скажете, что я трус, для меня это тоже неважно. Если скажете, что я плохой актер, это тоже не имеет значения. Но не говорите, что мое учение неинтересно. Если вы скажете: «Ваше учение неинтересно», вот тогда мое эго взбунтуется, тогда я потеряю сон.

Потому что у разных людей разные привязанности. Из-за разных привязанностей у них разные раны. Этот пример, который я привел, очень ясно говорит о том, что если у человека есть рана, когда вы прикасаетесь к его ране, ему больно, его это задевает. Если в этом месте нет раны, то ему не больно. Если бы сами по себе слова причиняли людям боль, например, слово «некрасивый», то, допустим, если двоим людям – мужчине и женщине, кто-то скажет: «Вы – двое уродов», тогда от этих слов оба должны расстроиться. Но один из них очень сильно расстраивается, а второй просто смеется. Поэтому здесь все очевидно, здесь все логично. Не надо видеть эту рану для того чтобы понять, что эта рана есть у нас в уме. Именно с помощью такой логики мы можем понять, прийти к выводу, что в нашем уме есть невидимая рана, – это очевидно. Буддийская логика утверждает, что, если вы видите результат, то на основе этого результата вы можете сделать вывод, что там же есть и причина. Итак, в нашем сознании, в нашем теле существует огромное количество этих невидимых ран. Это все следствие омрачений. До тех пор, пока мы не избавимся от этих омрачений, у нас непрерывно, постоянно будут страдания. Поэтому вместо того, чтобы менять внешние условия, вы должны вылечиться от этих невидимых внутренних ран.

Нашу нынешнюю ситуацию можно сравнить со следующим примером. Если у вас грязное лицо, и вы с этим грязным лицом посмотрелись в тысячу зеркал, которые вас окружают, вы увидите вокруг себя тысячу отражений грязных лиц. Вам неприятно видеть эти грязные лица, и вы пытаетесь смыть эту грязь с зеркал. Этим мы и занимались с безначальных времен, и занимаемся, по сей день, – мы все время пытаемся смыть внешнюю грязь с зеркал вокруг нас. Это означает, что мы постоянно пытаемся что-то изменить вовне, какие-то внешние обстоятельства, мы ни разу не пытались смыть грязь со своего лица. Нам все время кажется: если я изменю это внешнее условие, то буду счастлив, если я вот это внешнее условие изменю, я буду счастлив, если такой-то человек умрет, я буду счастлив, потому что тогда никто не будет мне больше мешать. Но если этот человек умирает, приходит другой человек, который начинает мешать. И, таким образом, сколько бы вы ни пытались изменить внешние условия, их невозможно все изменить. Вместо этого, когда вы понимаете, что все

это лишь отражение вашего же собственного «я», вашего же ума, вы должны просто сделать одну вещь – умыться. Если вы смоете грязь со своего лица, то глядя вокруг себя, вы увидите отражение тысячи чистых лиц. Таким образом, только умирив свой ум, только вылечившись от внутренней болезни омрачений, вы сможете изменить все вокруг.

В буддийской философии, в частности, в буддийской школе Читтаматра говорится о том, что все, что вы воспринимаете, все, что вы видите, есть отражение вашего ума. Если ваш ум негативен, то вы видите вокруг лишь одну грязь. Если ваше сознание очистится, станет позитивным, то все, что бы вы ни видели, тоже станет чистым. Поэтому это место, этот зал, в котором мы сейчас находимся, одни люди воспринимают как чистое место, а другие люди – как не очень чистое. Для людей, которые являются очень высоко духовно реализованными личностями, этот зал не простой зал, а мандала божества. Философия Читтаматра гласит, что те объекты, которые видите вы, другие люди не видят. Каждый видит все лишь со своей собственной точки зрения, то есть у каждого свое восприятие, у каждого свой мир вокруг него. Например, если мы возьмем город Уфу, то у каждого из жителей Уфы свое собственное представление об Уфе. Ту Уфу, которую видят они, вы не видите, ту Уфу, которую видите вы, другие не видят. Поэтому для одних людей Уфа – это ужаснейшее место, а для других людей Уфа прекрасное место жительства. Все зависит от состояния их ума.

Например, возьмем сауну. Одна и та же сауна. Если одному человеку я в качестве наказания скажу, что ему надо сидеть в парилке, сауне и запру его там, то для него это будет самой худшей пыткой. Он будет кричать: «Я попал в ад, как здесь жарко!» Мало того, что жарко, так еще русский силач к нему подходит с веником в руках и начинает его молотить этим веником. «Меня убивают, – будет кричать этот человек, – мало того, что я не могу дышать, мне душно, я задыхаюсь, так они еще и бьют меня здесь». После этого его хватают и бросают в холодную воду, – для него это худшее наказание, худшая пытка. Возьмем ту же самую сауну, но уже другого человека. Этому человеку я говорю: «Эта сауна очень полезна для твоего здоровья, обычно я беру за это двадцать долларов, но тебе по дружбе уступлю за десять, и ты можешь просидеть здесь только двадцать минут, не больше». Человек с энтузиазмом вбежит в парилку. Когда его кто-то начнет парить, он скажет: «Давай, еще больше, бей, давай, сильнее, а то у меня времени нет». И когда вы постучите к нему в дверь, он скажет: «Как это, я здесь еще только десять минут, двадцать минут не прошло». Как видите, в одной и той же сауне, в одной и той же ситуации два разных человека испытывают совершенно разные ощущения. Почему?

Если объект сам по себе приносит страдание, оба должны страдать от него. Но один наслаждается этим, платит за это деньги, другой же от этого страдает. И то же самое наш мир, весь наш мир как сауна. Ваши соседи, друзья – это тоже хорошая сауна. Если вы с позитивной точки зрения смотрите на них, то, когда они вас ругают, для вас это очень полезно, это очень хорошая сауна для вас. Например, если я объясню человеку, что сауна полезна для его здоровья, то он будет с удовольствием сидеть в парилке. И точно также те люди, которые оскорбляют вас, говорят вам что-то неприятное – это отличная сауна для вашего ума, которая укрепляет ваш ум. Вам нужно говорить им «спасибо». Смысл один и тот же. В христианстве Иисус говорил о том же самом, он говорил: «Если кто-то ударит тебя по правой щеке, подставь левую». Он говорил, что это полезно для вашего ума, для силы вашего ума.

Сострадание, терпимость – это то, что придает силу вашему уму, укрепляет ваш ум. Если ваш ум станет крепким, то вы сможете легко переносить все остальные страдания. Поэтому вы должны понимать, что если кто-то говорит вам что-то плохое, то вы должны относиться к этому как к бесплатной сауне для ума. И старайтесь просидеть в этой парилке как можно

дольше. Это как в обычной парилке. Если вы не можете долго в ней сидеть, вы выходите, пьете чай, отдыхаете, а потом заходите обратно. Точно также, если вам становится уже совсем невыносимо жарко, вы говорите: «Подожди, давайте сделаем паузу, я пойду, попью водички и вернусь». Вы выходите, отдышались, сказали про себя: «У меня сегодня такая отличная возможность, бесплатная сауна для ума». Вы выпиваете немного воды, сока и возвращаетесь к тому же человеку, садитесь перед ним и говорите: «Ну, давай, начинай». Он начинает, а вы просто слушаете, не надо как-то интерпретировать его слова, просто слушайте, пускай говорит, что хочет. Когда вы смотрите телевизор, и кто-то там ругается, вам ведь не больно. Визуализируйте этого человека как телевизор, будто он в телевизоре сидит.

Когда ваш муж или жена ругается на вас, вы просто сидите и как будто смотрите телевизор, а он на экране. Одной ладонью хлопок сделать невозможно. Сколько бы ваша жена ни кричала, ни бранилась, вы просто как шум воспринимайте ее слова и не реагируйте. Или представляйте, что это приятная музыка и не реагируйте. Тогда, поскольку вы не подставляете свою ладонь, хлопка не произойдет, и она устанет рано или поздно. Если же она никак не может уgomониться, можете ей сказать: «Подожди, сейчас я попью воды и вернусь, а потом продолжим». Скажите ей: «Ты сама немножко отдохни, ты тоже устала, потом продолжишь». Если вы будете применять такой подход в своей семейной жизни, невозможно чтобы в такой семье были ссоры. Очень важно уважать друг друга.

Если кто-то злится, если у кого-то плохое настроение из ваших домашних, вы должны понимать, что в данный момент этот человек просто охвачен омрачениями, он не властен над собой, над ним властвуют его омрачения. Шантидева в связи с этим привел очень хороший пример: когда кто-то заболевает, этот больной человек волей-неволей кашляет; ему самому не нравится кашлять, но он вынужден кашлять, потому что он болен. Как мы можем гневаться на человека, который кашляет? Наоборот, ему надо сострадать, жалеть его, он – объект сострадания. И точно также никто не хочет гневаться, никто не хочет говорить грубые слова. Но когда человек страдает от болезни омрачений, волей-неволей, против желания ему приходится говорить все эти глупости. После этого ему становится стыдно за свои слова, он чувствует себя виноватым. Он сам огорчен тем, что наговорил. Если вы будете так видеть эту ситуацию, то вы будете чувствовать только сострадание, вы не будете сами гневаться и злиться на этих людей.

Когда ваш муж или жена в гневе говорит, что не любит вас, – это неправда. В это время говорит не сам человек, а его гнев. Иногда люди делают неправильные выводы. На самом деле, когда кто-то говорит вам такие вещи, это говорит не сам этот человек, это говорят в нем его омрачения в данный момент. Если вы будете воспринимать это так, тогда в вашей семье всегда будет гармония. И ссоры, все споры будут только на одну тему, если мышление правильное, то и споры будут соответствующие. Муж говорит жене: «Ты слишком много работала, отдохни. Ты все время готовишь и готовишь, сегодня отдохни, я приготовлю». Она говорит: «Нет, это ты устал на работе, ты отдохни, лучше я приготовлю». И они будут спорить об этом. Если в вашей семье возникают такие споры, это говорит о том, что в вашей семье мир. Но подобные споры возникают крайне редко, в очень немногих семьях.

Теперь вернемся к нашей теме. Итак, для того, чтобы очиститься от этих загрязненных совокупностей, вылечить их, мы должны уменьшить в себе омрачения. Вы должны сказать себе: «До тех пор, пока у меня остаются эти загрязненные совокупности, я буду страдать». Но с того самого момента, как все омрачения покинут ваш ум, у вас уже также не будет и оскверненных совокупностей. Когда ваш ум полностью очистится от всех омрачений, то даже если, например, кто-то воткнет в вас нож, вам не будет больно. И пуля тоже не убьет вас, вас нельзя будет убить вот так, пулей. Вы видели фильм «Матрица», там есть немножко

правды. Когда ум полностью свободен от омрачений, тогда вас невозможно убить, невозможно причинить боль ударом. Раньше когда тибетские мастера с помощью медитации достигали того, что их ум становился полностью свободным от омрачений, они устраняли причины страданий. Потом, если воткнуть в их тело нож, они не будут испытывать боли. Это происходит потому, что раны нет, нет причин, основы для страданий. Когда есть рана, прикосновение к этому месту болезненно, а когда раны нет, прикосновение подобно массажу. Все дело в том, что когда нет причины страдания, с каким бы внешним условием вы ни столкнулись, у вас не будет боли. Вам не будет больно потому, что у вас нет причины для этой боли. Вот этот известный фильм «Матрица», который все смотрели, во многом основан на буддийской философии. Если кто-то ударит вас, вам не будет больно, если у вас нет причины для этого страдания.

Сейчас я вам расскажу одну историю об известном тибетском йогине Друкпа Кюнле. Однажды Друкпа Кюнле, величайший йогин, ум которого был полностью свободен от омрачений, отправился к Панчен-ламе, чтобы встретиться с ним. Панчен-лама жил в Тибете в монастыре Таши Лунгпо. По дороге в монастырь Друкпа Кюнле решил попутно усмирить одного губернатора этой местности, который был очень эгоистичным человеком. Друкпа Кюнле величайший йогин, но одет он был как оборванец совершенно шокирующим образом. Одна штанина у него была задрана, другая опущена; один ботинок у него был на ноге, а другой он держал за шнурок, закинув его за спину. Он специально демонстративно прошел перед этим губернатором. В те времена в Тибете губернаторы были очень уважаемыми людьми, люди даже боялись смотреть им в лицо и только склонялись перед ними почтительно. Он не то, что не поклонился, он прошел мимо этого губернатора, распевая песни, что считалось необычайной дерзостью. Губернатор очень разгневался и спросил его: «Ты кто?» Йогин ответил: «Я человек». «Откуда ты пришел?» «Сзади» – сказал Друкпа Кюнле. «А куда ты идешь?» – снова спросил губернатор. «Туда, куда смотрю» – ответил йогин.

Губернатор очень разозлился и сказал: «Я накажу тебя». «Ну смотри, если ты не пожалеешь потом, можешь наказать», – сказал Друкпа Кюнле. Губернатор окончательно рассвирепел. Позвал двух своих помощников и велел им схватить этого негодяя и побить его хорошенько. Друкпа Кюнле его опять предупредил: «Хорошенько подумай, в последний раз говорю, пожалеешь». Но губернатор крикнул своим помощникам: «Избейте его как можно сильнее!» Друкпа Кюнле был совершенно свободен от омрачений, поэтому невозможно было, чтобы он испытал боль. И когда эти люди стали бить его палками, с каждым ударом вместо того, чтобы Друкпа Кюнле чувствовал боль, боль чувствовал губернатор от этой палки. И тут этот губернатор стал истошно вопить, а Друкпа Кюнле, наоборот, стал говорить: «Еще, еще!» Губернатор стал кричать: «Нет, нет, остановитесь, не бейте!» И тогда губернатора вдруг осенило: «Наверное, этот человек – известный йогин Друкпа Кюнле». Он затрясся от страха и спросил: «Ты что, Друкпа Кюнле?» На что тот ответил: «Люди зовут меня так, Друкпа Кюнле, но я еще до конца не понял, кто я такой».

Эта история говорит о том, что когда у вас нет омрачений, даже если кто-то вас будет бить, вам не будет больно. И то же самое относится к вам. Вы обладаете абсолютно такими же способностями. Когда ваш ум полностью очистится от всех омрачений, вы тоже станете такими же.

Затем этот губернатор, когда он понял, кто перед ним, стал простираться и просить прощения у Друкпы Кюнле. Друкпа Кюнле сказал: «Не проси у меня прощения, попроси лучше прощения у людей, которым ты причинил вред. Самая лучшая просьба о прощении – это пообещать себе, больше не повторять таких проступков. Если ты сейчас обещаешь, что

больше не будешь повторять своих злодейств, то для меня это будет самым лучшим извинением». И губернатор клятвенно обещал ему, что больше не будет так себя вести. А впоследствии он получил много учений от Друкпы Кюнле. Он стал практиковать, медитировать и стал очень хорошим духовным практиком. Друкпа Кюнле специально пришел к нему, чтобы усмирить его ум.

Если у вас существует духовная связь с Учителем, то Учитель всегда приходит туда, где находитесь вы, он сам приходит к вам. Может быть, между мной и вами тоже есть некоторая кармическая связь, поэтому, хотя я родился в Индии, мне пришлось приехать сюда в Уфу сейчас. Подумайте, в Уфе живет столько народу, почему только вы пришли сегодня сюда, чтобы послушать мое учение. Некоторые люди, у которых нет со мной кармической связи, они, может быть, и хотели бы сегодня сюда прийти, но у них не получилось прийти. Те люди, у которых есть кармическая связь, они, возможно, не хотели сегодня сюда приходить, но ноги сами их сюда привели, они как-то сами здесь оказались. Это кармическая связь. Волей-неволей вам сегодня пришлось сюда прийти, это говорит о том, что есть кармическая связь.

Теперь третий демон. Двух мы уже обсудили. Третий демон – это демон желания. Демон желания является условием для проявления последствий негативной кармы. Мы создали много негативной кармы. В момент нашей смерти, когда проявляется так называемая ввергающая карма – карма, которая определяет, где нам предстоит родиться в следующий раз, проявление этой ввергающей кармы зависит от желания. Желание служит условием для проявления этой ввергающей кармы. Ввергающая карма подобна зерну, а желание подобно воде, которая поливает землю, где находится зерно. И из него, соответственно, вырастает росток, оно прорастает. В своем неведении мы создаем карму. Когда эта карма встречается с условием, нам приходится перерождаться под властью своих омрачений. Итак, именно демон желания служит как бы связующим звеном между этой и следующей жизнью. И именно в силу всего этого мы возвращаемся в сансаре. Будда наряду с другими демонами уничтожил этого демона, демона желания. Именно поэтому ему не приходится больше неосознанно перерождаться, перерождаться против своего выбора, против своей воли.

Если давать определение сансары и нирваны в краткой доступной форме, то сансара – это принятие перерождений под властью омрачений ума, а принятие перерождений осознанно, по собственной воле, по собственному выбору – это нирвана. Есть, конечно, и другие моменты, то есть, это не всеобъемлющие определения сансары и нирваны. Если говорить более строго, то настоящая нирвана – это ум, полностью свободный от всех омрачений. Когда ваш ум полностью освободится от всех омрачений, вы сможете перерождаться по собственному выбору, где и когда захотите.

Четвертый демон – это неуправляемая смерть. До тех пор, пока мы не одержим победу, не уничтожим эту неуправляемую смерть, нам придется волей-неволей умирать. Те существа, которые уничтожили этих четырех демонов, могут умирать по собственному выбору, когда захотят. В Тибете существует множество историй о том, как многие великие мастера умирали по собственному выбору. Это означает, что эти мастера уничтожили демона смерти. Демон смерти – это неуправляемая смерть, то есть, когда вы умираете против собственной воли. Поэтому Бхагаван – это эпитет Будды, это то существо, которое уничтожило этих четырех демонов. Вот такое существо называется «Бхагаваном».

Это более традиционный стиль комментария. Я очень доволен, что подобный традиционный стиль тоже вам нравится. Традиционный стиль учения – это когда учение дается на более глубоком уровне, более подробно, а не просто, когда по верхам объясняется, в общих

чертах, это более подробное разъяснение. Сначала медитация, потом ум становится чистым, потом становишься буддой – это неточное объяснение.

Что такое бизнес? Грубо говоря, бизнес – это купля-продажа. Если кто-то вас спрашивает, что такое бизнес, то вы отвечаете, что это покупать-продавать. Но этого недостаточно знать, для того чтобы заниматься бизнесом. Для того чтобы заниматься бизнесом, вы должны знать, что покупать, когда покупать, где покупать. Что продавать, где продавать, как продавать. Существует также множество других нюансов. Если вы будете продавать так-то и так-то, то у вас будут такие-то проблемы. Если вы будете так-то покупать, то будут проблемы такие-то. И все это вместе называется «бизнес».

И то же самое в духовной практике. Если говорить очень кратко, то духовная практика – это быть добрым и не вредить другим. То же самое говорится и в христианстве. Это то же самое, что объяснять, что бизнес – это купля-продажа. Но этой информации явно недостаточно. Вам необходима более подробная информация. Все знают, что надо быть добрым, но мало кто знает, как стать добрым, когда надо быть добрым. Если вы не знаете, когда быть добрым, то вами будет очень легко злоупотребить, использовать вас. И в этом случае вы станете духовным банкротом. Вы скажете, что геше Тинлей говорил, что надо быть добрым, вы начнете всем сообщать, что вы добрый, что уважаете всех больше, чем себя. Тогда найдется человек, который потребует, чтобы вы ему все отдали. И если вы все отдадите этому человеку, на следующий день вам уже не захочется быть добрым.

Все хотят быть добрыми, но когда они становятся добрыми, то становятся слишком добрыми, поэтому им хватает ненадолго этого запала доброты. После этого им вообще не хочется быть добрыми. Особенно русские люди, когда они немножко выпьют, то становятся очень добрыми. Когда они собираются в бане, выпьют немножко, они добреют и говорят: «Я тебе подарю это, отдам тебе то». У вас же должна быть немножко другая доброта, вы должны чувствовать внутри доброту, но не проявлять ее внешне. Это очень важно. Добрыми надо быть внутри, а внешне вы должны быть немного строгими. Иногда бывает так: вы разгневаны, но скрываете свой гнев. То есть на вашем лице улыбка, а внутри у вас все кипит от злости. Это неправильно, это сансарический способ.

Духовный же практик должен поступать наоборот, внутри он должен быть добрым, желать счастья всем, а внешне он никак не должен это проявлять, он должен быть немного строгим. Он должен притворяться, как будто он недоволен. Для этого необходимо хорошее актерское мастерство. Как, например, искусной матери приходится часто так притворяться. Она любит своих детей больше себя, но когда ребенок ведет себя плохо, она продолжает его очень сильно любить, но притворяется недовольной. Иногда она ругает ребенка, иногда даже бьет его ради его же пользы.

В зависимости от ситуации внутри вы должны любить живых существ, но внешне вы должны вести себя как обычно. Иными словами, не надо слишком сильно проявлять свою любовь. Многие великие учителя советовали: «Вначале, когда ваши чувства любви и сострадания еще слабы, еще недостаточно окрепли, если вы будете проявлять их, демонстрировать, то это будет все равно, что выставить слабый огонек светильника на ветер. Ветер очень скоро задует этот огонек». Поэтому, до тех пор, пока ваши чувства любви и сострадания еще не окрепли, чувствуйте все это внутри, в своем сердце, но не показывайте это. Например, на улице не надо первому встречному говорить, что вы любите его больше чем себя. Вы можете это чувствовать, но не надо говорить об этом. Внешне вы должны быть немного строгими.

Ваше поведение должно определяться обстоятельствами, иногда проявляйте мягкость, будьте мягкими с людьми, иногда будьте потверже, построже. Вы не должны вести себя одинаково во всех ситуациях, – это ошибка. Иметь один характер на все случаи жизни, – это все равно, что зимой и летом одеваться в одну и ту же одежду. Зимой носить теплую одежду и летом носить теплую одежду – это неправильно. Зимой, когда на улице холодно, носите теплую одежду. Летом, когда жарко, носите тонкую одежду. И точно также действуйте по ситуации. В некоторых ситуациях вы должны быть сильным, твердым, строгим. В других ситуациях, вы должны, наоборот, смеяться, улыбаться. В буддизме нет каких-то жестких фиксированных форм поведения: «Вы должны вести себя так-то и так-то в любой ситуации, во что бы то ни стало». Поэтому в некоторых ситуациях будьте мягкими, в некоторых ситуациях будьте строгим, но внутри вы должны быть добрым и любить других постоянно. Любить других постоянно – вот что важно.

Если у вас постоянно в сердце будут чувства любви и сострадания, каким бы ни был ваш характер, любое проявление вашего характера станет прекрасным. Например, если вы разговорчивый человек, то вы станете таким открытым, общительным, и всем это будет нравиться. Почему? Потому что каждый раз, когда вы будете открывать рот, чтобы что-то сказать, изо рта будут вылетать только цветы. Эти цветы будут привлекать всех окружающих, они будут хотеть слушать вас все больше и больше. Поэтому, когда людям кто-то нравится, они говорят про него: «Он очень открытый, очень коммуникабельный». У другого человека может быть тот же самый характер, он, допустим, очень разговорчивый человек. Но если у него неправильная мотивация, если у него эгоизм внутри, то каждый раз, когда он открывает рот, изо рта этого человека вылетают только отравленные стрелы, которые всех ранят. «Он такой, этот сякой, только я хороший». И тогда все от него хотят разбежаться. Поэтому, когда такие люди куда-нибудь приходят, все так недовольно вздыхают: «Ну вот, опять он пришел!»

Если же у вас доброе сердце, о котором я говорю, но при этом вы человек молчаливый по своему характеру, то это тоже очень хорошо. Люди скажут про вас: «Он очень добрый внутри, но не так уж много болтает, больше слушает других, чем сам говорит. Он практичный, он не раздает слишком много обещаний, но все, что обещает, выполняет». И вот другой человек, у которого такой же характер, неразговорчивый, молчаливый, но при этом у него эгоистичный ум, про него люди говорят: «Он высокомерный, с ним очень трудно общаться». Этот человек эгоист, он закрыт для людей. Люди, которые заботятся о других, даже если не говорят много, не закрыты для остальных. Хотя и тот и другой мало разговаривают, но между ними все-таки огромное различие. Один мой Учитель говорит немного, но он очень открытый. Он не разговаривает много, он слушает других, он очень добр и приятен в общении. Другой мой Учитель тоже очень приятный, он много общается, задает вопросы, дискутирует. Они оба очень хорошие.

Когда у вас доброе сердце, каким бы ни был ваш характер, вы становитесь прекрасными. Не меняйте своего характера. Каким бы ни был ваш характер, темперамент, оставайтесь такими, какие вы сейчас есть. Иногда мы хотим изменить свой характер и темперамент, но это неверно. Сначала у вас один характер. Потом это вам не нравится, вы думаете, что вам, наверное, нужно изменить характер, стать другим. И вы пытаетесь стать другим. Это неправильно, это ошибка. Каким бы ни был ваш характер от рождения, пусть он останется таким же, – в этом ваша природная красота. Вы родились с таким естественным характером. Меняйте свою мотивацию, меняйте свое мышление. И тогда ваш природный характер, природный темперамент станет все более и более прекрасным.

То учение, которое я вам даю, – это небольшой подарок вам от нас, тибетцев. Мы беженцы, нам особо нечего подарить. Самое ценное, что у нас, тибетцев, есть, это мудрость, которая

нам досталась от предков. Это драгоценная мудрость, наше наследие и именно этим наследием, этой мудростью сейчас я делюсь с вами. Его Святейшество Далай-лама ездит по многим странам мира и везде говорит об одном, он говорит, что у нас, у тибетцев, мало денег в кармане, но в нашем уме живет подобная мудрость. И эта мудрость – настоящие деньги. За бумажные деньги невозможно купить покой ума, счастье ума. Эта же мудрость может сделать счастливыми вас и других.

Сейчас я даю вам лишь маленький кусочек этой мудрости. Однако, существует полная целостная традиция этой мудрости. Это учение о том, как превратить наши обычные тело, речь и ум в безупречные, совершенные тело, речь и ум будды – просветленного существа. И подобное полное учение до сих пор сохранилось в этом мире. Ясновидение, способность летать – все это лишь побочные эффекты, это не настоящая цель духовной практики. Самое главное – это превратить полностью свой ум в безупречный ум, так, чтобы действительно эта трансформация состоялась, имела место. Когда подобная трансформация происходит, вы будете счастливы, и куда бы вы ни пошли, где бы ни оказались, вы будете благословлять то место, где вы находитесь. Вы будете делать счастливыми всех окружающих.

Я даю эту мудрость вам просто как человек человеку. Я не хочу, чтобы вы становились буддистами. Я хочу, чтобы вы стали хорошими людьми, для меня это важнее. Я тоже россиянин и вы должны быть хорошими россиянами. Когда все больше и больше людей в нашей стране будут думать так конструктивно, так позитивно, наша страна будет все больше развиваться. Россия обладает очень богатыми ресурсами, теперь нам нужно больше людей с правильным мышлением, тогда наша страна будет очень богата, очень счастлива. Для того чтобы российская экономика развивалась, не нужно создавать что-то особенное, какую-то особенную систему, как в Японии, например. Россия очень богата ресурсами, поэтому, если нам никто не мешает, наша экономика будет сама по себе развиваться. Но люди из-за неправильно мышления, ради собственной выгоды, ради собственной корысти постоянно мешают друг другу. И из-за этого они также мешают росту экономики. Поэтому для счастья всей России необходимо, чтобы у всех появилось правильное мышление, и чтобы люди перестали вредить друг другу и мешать друг другу.