

Наша жизнь очень коротка. Когда мы умрем, неизвестно. Следующая жизнь может наступить уже через месяц, а может быть, через год, кто знает? Сколько бы вам ни осталось в этом мире, постарайтесь прожить этот короткий промежуток времени полной жизнью. Очень глупо жить только ради счастья этой жизни: денег, славы, репутации. Механизм кармы невероятен. От него невозможно скрыться. Вы можете обманывать людей, вы можете обмануть меня, но закон кармы перехитрить не удастся. Поэтому настоящий буддийский практик живет в соответствии с законом кармы. Не бойтесь никого, бойтесь только негативной кармы.

Карма – это намерение. Неверное намерение, направленное на счастье только этой жизни, очень вредно. Если у людей нет убежденности в действии механизма кармы, высокие учения не принесут им пользы. Когда Атиша приехал в Тибет, и люди просили его дать различные учения, Атиша отвечал: «Вера! Вера!». Вера в закон кармы. В этот раз, куда бы я ни поехал, я даю людям учение о законе кармы. Если вы будете жить в соответствии с этим законом, в будущем вас ждет благополучие.

Практика Прибежища также очень важна. Хорошее будущее вас ждет, только если вы всем сердцем положитесь на Будду, Дхарму и Сангху. В противном случае вас ждут большие опасности. Учение о пустоте – это, конечно, хорошо, но если в вашем сердце нет убежденности в законе кармы, нет Прибежища, то вы подобны человеку, который неловкими движениями пытается снять бриллиант с головы змеи. Если у вас есть сноровка, вы это сделаете, в противном случае змея вас ужалит.

Вчера мы с вами говорили о воззрении Прасангики Мадхьямики. У нас сейчас нет времени подробно разбирать логические конструкции, потому что в этот раз нам нужно завершить это учение.

Когда Авалокитешвара говорит: «Форма есть пустота, пустота есть форма», он объясняет, как медитировать на пустоту на пути подготовки.

«Так, Шарипутра, и все дхармы есть пустота: не имеют отличительных признаков, не появляются и не исчезают, не загрязнены и не чисты, не ущербны и не совершенны». Это объяснение того, как медитировать на пустоту на пути видения. Эти восемь аспектов рассматриваются в медитации на три двери освобождения. *Три двери освобождения – это познание пустоты сущности, причины и результата.* Каким образом мы вовлекаемся в сансару? Мы цепляемся за истинность сущности феноменов, причины феноменов и результата феноменов. Например, цепляние за истинность сущности – это когда мы говорим: «Я такой-то, она такая-то. Он – самосуший враг. Он – самосуший друг» и т.д. В результате подобных мыслей возникают все омрачения. Далее мы цепляемся за самосущие причины: «Деньги – это самосущая причина счастья. А это мой самосущий источник денег. Я им завладею и убью любого, кто мне воспрепятствует». Таким образом, цепляясь за истинность источника денег, мы готовы пойти на убийство. Далее, когда вы цепляетесь за самосущий результат счастья, вы начинаете считать его смыслом вашей жизни. В результате такого цепляния возникает множество различных омрачений. Такое цепляние удерживает нас в сансаре, и для того, чтобы от него избавиться, нам необходимо медитировать на три двери освобождения.

Сначала я подробнее расскажу вам, что представляют собой *три двери освобождения*. Первая дверь освобождения – это *дверь пустоты*. Вторая – *дверь беззнаковости*. Третья – *дверь нежелания*. Дверь пустоты говорит о том, что сущность феноменов пуста, поэтому не за что цепляться. Дверь беззнаковости учит тому, что все причины нашего счастья пусты и

не имеют самосущих черт, знаков. Дверь нежелания указывает на то, что истинного результата не существует и желать нечего.

«Так, Шарипутра, и все дхармы есть пустота: не имеют отличительных признаков, не появляются и не исчезают, не загрязнены и не чисты, не ущербны и не совершенны». Первый из *восьми аспектов пустоты* – отсутствие отличительных признаков, указывает на то, что сущность феноменов лишена характеристик. Сущность нашего «я» – это лишь название, данное нашим умом. Помимо названия ничего не существует: нет никаких отличительных признаков. Поэтому ни за что не цепляйтесь. Вспомните о цвете: цвет является нашему взору, но его нет во внешнем мире. С мирской точки зрения он существует, но с другой точки зрения во внешнем мире ничего нет. Это подобно луне, которая растёт и убывает: при взгляде с земли луна растёт и убывает, но в действительности Луна никогда не росла и не уменьшалась. В этом сущность феноменов. Какая-то взаимозависимость, конечно, присутствует. Возможно, движение планет определённым образом влияет на циркуляцию энергии в каналах, но это мелочи. Ваша практика должна быть ежедневной. Про полнолуние говорят для лентяев, чтобы заставить их делать практику. Для меня нет никакой разницы – полная луна или новая, я свою практику выполняю каждый день.

Настоящая буддийская практика – это следование закону кармы. Будьте добрыми. Нет необходимости читать слишком много разных текстов всю ночь напролет. Развейте правильный образ мышления. Не обманывайте окружающих. В конце концов, вы обманываете не их, а самих себя. Будьте честными. Я чувствую очень большое сострадание к тем людям, которые всю свою жизнь проводят, заботясь о сиюминутном счастье.

Что бы вы ни делали с намерением создать счастье будущей жизни, даже самые мелкие ваши действия станут практикой Дхармы. Каждый раз проверяйте свое намерение и, если обнаружите, что оно неверно, остановитесь, ничего не делайте, ваши действия будут бесполезными. Ведь ваше намерение – это ваша карма.

Буддизм говорит, что неправильный образ жизни очень опасен. Жить нужно, но средства к существованию должны быть чистыми. Деньги нам необходимы, но зарабатывать их нужно честно. Тогда, даже если вы купите краюшку хлеба, она будет для вас самой вкусной едой. Если же вы живёте обманом, какую бы еду вы ни ели, она будет безвкусной. Так вы не будете счастливы в этой жизни, а в будущем ваша жизнь станет еще хуже. Такие люди часто начинают пить водку, а со временем и она перестает приносить им удовольствие, и они переходят к наркотикам. Посмотрите, на что похожа жизнь такого человека и каково его будущее. Поэтому мой вам совет – живите честно. Довольствуйтесь куском хлеба. А если хорошо зарабатываете, делитесь с окружающими, не надо зажимать получку в кулаке. Я честно скажу: когда у меня появляется возможность, я помогаю тибетским беженцам в Индии. В таких случаях деньги – настоящая ценность. Они помогают людям заниматься практикой, медитировать в горах и т.д. Вы тоже помните, что деньги, конечно, нужны, но не надо ради них идти на плохие поступки. Здесь, в России, есть множество способов честно зарабатывать деньги. Поэтому идти на обман, мошенничество ради них очень опасно.

А если вы делаете деньги на Дхарме, то это еще хуже, еще опаснее. Поэтому я всегда советую, если у вас есть возможность, раздавайте книги по Дхарме бесплатно. Это очень большая добродетель. Если вы спонсировали издание книги, вы можете умирать, радуясь, что даровали людям мудрость. Если же вы хотите сделать на Дхарме бизнес и расцениваете книги, изображения, статуи Будды как средство обретения денег, с таким намерением очень опасно продать даже одну книгу.

Однажды высокий лама спустился с гор, где долгое время медитировал в затворничестве, и зашел в гости к одной семье. Закончив ритуалы, он пообедал и вернулся к себе в пещеру. Во время медитации он заметил у себя в желудке слог А, который перемещался из стороны в сторону, причиняя сильную боль. Он сразу же призвал Манджушри, и спросил у него, откуда взялась эта боль. На это Манджушри ответил: «Вчера ты совершил большую ошибку». Вы должны понимать, что иногда, даже если у вас нет плохой мотивации, вы можете получить нежеланный результат из-за одной лишь связи с чем-то загрязненным. С другой стороны, если вы находитесь вблизи от целебного дерева, то, даже если у вас нет хорошей мотивации, вы получите некоторый положительный эффект. Например, на вас может повлиять ступа, если вы находитесь рядом. Механизм кармы таков, что даже положительное влияние приводит к хорошему результату, не говоря уже о положительной причине. Манджушри сказал: «Вчера ты поел в семье, которая зарабатывает деньги на продаже драгоценных учений по Дхарме». В тибетском обществе принято на учениях Его Святейшества Далай-ламы бесплатно раздавать книги, по которым читаются лекции. Некоторые книги печатаются и продаются в монастырях, но их цена не превышает себестоимости, а вырученные деньги идут на издание новых книг. Итак, Манджушри сказал: «Поскольку еда, которую ты вчера съел, была куплена на деньги, вырученные с продажи книг по Дхарме, и негативной кармы у тебя очень мало, а заслуги велики, ты очень быстро испытал результат – у тебя заболел желудок». Тогда лама спросил: «Что же будет с этой семьей?». Манджушри ответил: «Семья не испытает боль сразу, потому что они накопили тяжелую негативную карму. Но после смерти их ждет только одно будущее – длительное пребывание в аду. На другое они рассчитывать не могут».

С людьми, накопившими тяжелую негативную карму, часто бывает так: чем больше злодеяний они совершают, тем успешнее выглядит их жизнь. В действительности это знак огромной опасности. Их ждет ужасное будущее. А у некоторых людей бывает наоборот: стоит им совершить небольшую ошибку, как сразу же проявляется ее результат. Это очень хороший знак. Так происходит, потому что у этих людей очень мало негативной кармы. Про себя я вам могу сказать, что, стоило мне в детстве хотя бы немного схитрить, я тут же получал результат. Я прекрасно об этом знал и не мог себе позволить совершать проступки. Ламы мне говорили, что это очень хороший знак. В детстве я заметил очень странную взаимозависимость: если, играя в карты, я начинал жульничать, то сразу же проигрывал, а если на кону стояли небольшие деньги, и я, желая порадовать партнера, начинал поддаваться, то выигрывал. Поэтому помните о механизме кармы. Если вы делаете что-то нехорошее и мгновенно попадаете в неприятности, значит, вы успешно очищаете негативную карму, а заслуг у вас становится все больше и больше. Если же, делая что-то нехорошее, вы добиваетесь успеха, значит вы в большой опасности.

Что я пытаюсь вам этим сказать? Если вас интересуют деньги, занимайтесь чистым бизнесом. Хотите практиковать Дхарму, займитесь чистой практикой. Бизнес тоже связан с накоплением негативной кармы, но она ничтожна. К вопросам духовной практики нужно подходить куда более осторожно. Если вы совершите правильное действие: скажем, выпустите тираж хороших книг и раздадите их бесплатно, вы накопите невероятно большие заслуги. Но если сделать ошибку: например, начать воспринимать книги как товар, класть их куда попало, результатом станет тяжелейшая негативная карма. Мне очень понравилось, как в этот раз поступили ребята из Екатеринбурга: они напечатали книгу, привезли ее сюда и многим бесплатно раздали. Это первый хороший пример. Окружающие, не завидуйте, сорадуйтесь этой добродетели, и вы накопите такие же заслуги. В духовной практике можно немного хитрить. Если у вас нет возможности издать книгу, а другим это удастся, сорадуйтесь их благодеянию. Что же касается плохого

поведения, не стоит слишком заострять на нем внимание, критиковать. Соблюдайте дистанцию.

Я придерживаюсь такой линии поведения: если человек совершает что-то хорошее, я сорадуюсь, а если плохое, я не стану говорить: «Ты негодяй, уходи!», я просто отстранюсь или полностью порву с ним отношения. Поэтому, если я держусь от кого-то на расстоянии, значит, этот человек что-то делает неправильно. Я не стану говорить: «Это ты делаешь неправильно, тебе нужно это изменить». Человек должен измениться сам. Когда я увижу, что он пошел в правильном направлении, я восстановлю с ним связь. Меня не интересуют деньги. Если вы отдадите мне деньги, я отправлю их в Индию. Если у меня будет меньше денег, значит, меньше поступит и в Индию. Мне самому вполне достаточно простой еды. Одежды мне тоже много не нужно – достаточно одной чупы.

По природе плохих людей не бывает. Но из-за неведения люди совершают ошибки. Вы тоже поступайте так же: если кто-то ведет себя неверно, дистанцируйтесь. Не нужно спорить. В конфликтах нет необходимости, зачем они нужны?

Вернемся к нашей теме. Ко второй двери освобождения – двери беззнаковости – относятся следующие слова: «...Не рождаются и не исчезают, не загрязнены и не чисты». То, что мы считаем причиной счастья, с самого начала не рождалось. На самом деле мы не можем сказать, что существуют какие-то причины счастья. Здесь имеется в виду, что нет никаких самосущих причин счастья, поскольку с самого начала они не возникали.

Будда приводил такой пример: одной женщине приснилось, что она родила сына, и из-за цепляния за причины счастья она этому очень обрадовалась. Далее в этом же сне ее сын умер, отчего она сильно огорчилась. Когда же она проснулась, то поняла, что ребенок с самого начала не рождался и, соответственно, не умирал. Пытайтесь таким образом смотреть на все причины вашего счастья, к которым вы привязаны: с самого начала они не рождаются и, в конце концов, не умирают. Когда вы расстаетесь с причинами счастья, вы огорчаетесь, но они не рождались, а значит, не могут и исчезнуть, поэтому не цепляйтесь за них. У каждого из вас есть своя идея о том, что является истинной причиной счастья. Вы крепко цепляетесь за эту причину, и, когда вам грозит опасность расстаться с ней, вас охватывает страх, вы не хотите ее терять. В минуты сильной привязанности, даже если ваш Духовный Наставник скажет вам: «Не цепляйся за это», вы подумаете: «Какая разница, что говорит Духовный Наставник, этот объект для меня важнее». В такие моменты вы готовы послушаться вашего Учителя и можете начать его критиковать. А если Учитель очень сильно воспрепятствует вашим действиям и постарается удержать вас от этого объекта, вы даже можете начать с ним бороться. Все это происходит из-за совершенного неведения. Неведение порождает слепую привязанность, благодаря которой люди даже бывают готовы убить своих родителей. Никто не хочет убивать родителей, но сильная привязанность может заставить человека пойти на все что угодно, даже убийство. Будьте осторожны, иначе и вас может охватить очень сильная привязанность.

«...Не загрязнены и не чисты». Не существует ни загрязненных, ни чистых причин счастья, поэтому не стоит цепляться. К загрязненным относятся причины сансарического счастья, а к чистым – причины освобождения. Не стоит за них цепляться. Вначале вы цепляетесь за причины сансары, затем, получив учение, вы начинаете цепляться за Дхарму – чистую причину счастья – и тем самым совершаете ошибку. Будда говорил, что практик, считающий пять парамит: от даяния до концентрации – самосущими, способен лишь на действия демона. Тем самым Будда хотел подчеркнуть, что такая практика совершенно бесполезна, т.е. она не станет причиной освобождения. Вы должны правильно интерпретировать слова Будды: если вы не имеете понимания пустоты, отречения,

бодхичитты, твердого намерения создавать счастье будущей жизни и занимаетесь практикой только ради счастья этой жизни, то все ваши действия являются практикой демона.

Итак, определяющую роль играет намерение. Даже если вы ругаете окружающих, но при этом стремитесь им помочь, вы практикуете Дхарму. А с неправильным намерением, даже если вы всю ночь будете бить в дамару и звонить в колокольчик, – все бесполезно.

Итак, мы обсудили два свойства двери пустоты, четыре свойства двери беззнаковости, и теперь поговорим о двух свойствах двери нежелания: «Не ущербны и не совершенны». Не цепляйтесь за результат как за ущербный или как за безупречный. Любой сансарический результат является ущербным, потому что он не бывает окончательным: что бы вы ни обрели, вы будете стараться получить все больше и больше. Поэтому не следует за него цепляться, нет никакого истинно существующего ущербного результата. Вполне очевидно, что вы можете цепляться за два вида результатов: первый – это «хороший» сансарический результат, второй – это Нирвана. Неправильно цепляться за самосущую Нирвану. Если у вас не будет правильного представления о Нирване, вы можете к ней привязаться, нарисовав в своем воображении некий полный результат. Вы должны понимать, что ущербный результат существует взаимозависимо, а не истинно. Совершенный результат – Нирвана, состояние Будды, также пуст от истинного существования.

Итак, используйте эти три двери освобождения. Если вы немного понимаете пустоту, сначала думайте о сущности феноменов. Когда вы привязываетесь к феноменам, начинаете проводить различия: «Я такой, она такая» и т.д., подумайте о пустоте их сущности, и это ослабит ваши омрачения. Не надо подливать в огонь бензин, вспоминая: «Да, вот я помню, он мне еще такое говорил, а потом такое». Подумайте так: «Кто этот «я», которого критикуют? Мой ум – это не «я», мое тело – это не «я». Где же тогда этот плотный «я», которому так больно? Меня называли толстым, но я не толстый. Мое тело толстое, но тело – это не «я». Ну и пусть себе говорят, какая разница». Такие размышления обязательно вас успокоят, а все слова в ваш адрес будут в одно ухо влетать, из другого вылетать. А если вы не понимаете пустоты, вы будете чувствовать себя самосуще толстым: «Как смеет он называть меня толстым?». Эти слова сильно ранят ваше сердце. Всю ночь вы будете слышать это слово «толстый, толстый» и не сможете заснуть.

Лучше всего заниматься практикой у себя дома. Не стоит ее усложнять. Вам незачем собираться группами. Я знаю, что, когда вы собираетесь вместе, вы стараетесь произвести друг на друга впечатление. Все это очень похоже на детский сад. На начальном этапе детский сад – это хорошо. Через него нужно пройти, никуда не денешься. Но сейчас вы уже немного подросли, и вам детский сад уже не нужен. Некоторым моим ученикам уже 7-8 лет, а они до сих пор ходят в детский сад и продолжают рассуждения: «Он такой-то, она такая-то. Я сделал это, а кто сделал то?», стараясь друг друга впечатлить. Сейчас вам это уже ни к чему. Делайте практику тихо, просто. Слушайте учение, практикуйте дома. Главное, чтобы вашей опорой был закон кармы. А Дхарма Центр оставьте только для духовной практики.

Кроме этого я бы не хотел, чтобы учрежденные мной Дхарма Центры были слишком богатыми. Это моя цель. Богатые Дхарма Центры в Европе и других странах часто становятся яблоком раздора. Мастера монастыря Наланда практиковали под маленьким деревом и достигали высоких реализаций. Лама Цонкапа говорил: «Мое учение уничтожат деньги». Это правда. В Тибете было очень хорошо – никаких спонсоров. Высочайшие мастера довольствовались чаем с цампой. В Индии ситуация постепенно осложняется, появляются спонсоры. Вначале эмигранты, среди которых еще были старые геше, не

принимали спонсорской помощи. А в наши дни молодые монахи очень рады подношениям и всевозможным удобствам. Чем удобнее становится жизнь, тем в большем упадке оказывается учение. Лама Цонкапа это предвидел. Поэтому слишком много спонсоров – это тоже опасно. Мне приходится сказать: «Большое спасибо, но нам не нужно слишком много спонсоров». Где есть деньги, там всегда кроется демон и множество конфликтов. Мои Дхарма Центры должны быть бедными, как я. Таков мой вам совет. Вы должны понимать, что бедность украшает практика Дхармы. Не собирайте слишком много, ограничивайтесь самым необходимым.

Когда вы сильно привязываетесь к причинам счастья: «Я должен создать одну причину, другую причину», опять вспоминайте: с самого начала причина не возникает, как ребенок из сна той женщины, и не исчезает. Бывает, вы что-то теряете, и вам приходит мысль: «Я потерял причину счастья», но причины счастья даже и не возникало, а значит, и не исчезало. Все вещи, которые я вам сейчас объясняю, применимы не только во время медитации. Хотя вы не познали пустоту, в своей повседневной жизни, заметив сильную привязанность, вспоминайте это учение, оно обязательно ослабит ваши омрачения, вы успокоитесь.

Что касается результата, иногда вы слишком много думаете о будущем. Вам следует понять, что состояние Будды не находится где-то там, впереди. Вы вообще не получите ничего внешнего. Оно подобно радуге, которую невозможно потрогать. Научитесь в любом результате видеть подобие радуги. Ведь на самом деле достигать нечего. Нет ничего конкретного, плотного, что вы могли бы обрести. В конце Сутры Сердца есть такие слова: «Поэтому, Шарипутра, поскольку у бодхисаттв нет достижения, они опираются на Праджняпарамиту и пребывают в ней», то есть, когда бодхисаттвы начинают понимать, что нет ничего внешнего, что можно было бы обрести, чего можно достичь, они освобождаются от страдания.

Достигать на самом деле нечего. Просто ум перестают беспокоить омрачения, и состоянию безупречного счастья ничего не препятствует. Вы не обретете ничего нового, ничего истинно существующего. С относительной точки зрения, если ваши очки испачкались, все вокруг вас станет мутным и бесформенным. Чтобы восстановить резкость, вам достаточно просто смыть с них грязь, ничего нового вам обретать не нужно.

Далее следующий абзац: «Поэтому, Шарипутра, в пустоте нет формы, нет ощущения, нет различения, нет формирующих факторов и нет сознания. Нет глаза, нет уха, нет носа, нет языка, нет тела, нет ума, нет формы, нет звука, нет запаха, нет вкуса, нет осязаемого, нет дхарм, нет сознаний от зрительного до умственного». В этом отрывке Авалокитешвара кратко объясняет Шарипутре, как медитировать на пустоту на пути медитации. На пути медитации начинается основной процесс устранения омрачений. Перед этим, в момент прямого познания пустоты, в ваших руках оказалось лекарство. А путь подготовки подобен поиску безупречного лекарства от всех болезней.

Всего есть пять путей. Они не находятся где-то там, снаружи, они внутри нас. Даже полностью избавившись от привязанности к этой жизни, вы еще не ступите на путь подготовки. Т.е. в первый класс вам идти пока рано, вы еще ходите в садик. Вот это – настоящий детский сад. Сейчас же вы пока еще даже не в детском саду. Вернее, вы в мирском детском саду, а не в детском саду Дхармы. Не думайте, что вы ходите в тот же садик, что и люди, отринувшие привязанность к этой жизни. Для них существует духовный детский сад, а вы пока в мирском. Утвердившись в стремлении к освобождению и отбросив привязанность, вы становитесь на путь накопления Хинаяны. Для практика Махаяны необходимо не только отречение, но и бодхичитта. Если вы непрерывно стремитесь к

собственному освобождению, вы практик Хинаяны. Если вы медитируете на четыре Благородные Истины, двенадцатичленную цепь взаимозависимого происхождения, размышляете о своем вращении в сансаре, развиваете желание освободиться от сансары и сочетаете его с практикой бодхичитты, то в результате вы обретете сильное желание достичь состояния Будды, чтобы приносить благо живым существам, т.е. устремитесь к непререывающей Нирване. Так вы ступите на путь накопления Махаяны.

После порождения отречения и бодхичитты, а также развития шаматхи вы можете взяться за медитацию на пустоту. Когда вы добьетесь ясного концептуального понимания пустоты, т.е. союза шаматхи и випашьяны, где последняя – это аналитическая медитация, тогда вы ступите на путь подготовки, который состоит из четырех стадий. Первая называется «жар». На ней пустота для вас – еще нечто размытое, неясное. На последующих стадиях образ пустоты становится все четче и четче. Последняя называется «высшая мирская дхарма». На ней вы очень ясно видите пустоту. Вам даже кажется, что вы обрели прямое познание, но это еще не так. А путь видения уже является надмирским. На нем своим ментальным сознанием вы воспринимаете пустоту яснее, чем сейчас глазами – эту чашку на столе.