

Итак, как обычно, сначала породите в себе правильную мотивацию. Правильную мотивацию должны развить не только вы, но и наставник, который дает учение. Его мотивация не должна быть связана с обретением славы. Он также не должен заботиться о накоплении денег. Он должен давать учение из сострадания и любви. Тогда его учение будет для вас очень полезным и эффективным. Вы должны слушать учение не для того, чтобы просто получить информацию, а для того, чтобы укротить свой ум. Не старайтесь выявить что-нибудь новое в том, что рассказывает Геше Джампа Тинлей. Просто слушайте его для того, чтобы укротить свой ум.

В повседневной жизни очень важен правильный дебют. Большинство из нас в повседневной жизни осуществляет неправильные дебюты. Руководствуясь неверными принципами, мы совершаем неправильный дебют и отсюда проистекают все остальные ошибки. Все религии говорят о доброте, но только буддизм учит, как именно породить доброту. Это уникальный момент в буддийской религии – то, что она учит тому, как развить доброту. В буддизме подробнейшим образом описана стратегия, как это сделать.

В повседневной жизни вы руководствуетесь неправильным принципом: вас заботит то, что о вас думают другие, а не то, кем вы являетесь на самом деле. Этот неправильный принцип сидит в вашем сердце, поэтому вы всегда стараетесь впечатлить окружающих. Ваши усилия направлены не на то, чтобы стать лучше, а на то, чтобы продемонстрировать окружающим, что вы стали лучше. Ваши усилия прилагаются в неправильном направлении из-за неправильного принципа. Именно из-за этого неправильного принципа вы радуетесь, когда вас хвалят, и расстраиваетесь, когда ругают. Вы знаете, что похвала не сделает вас лучше, но вам важно мнение окружающих.

На самом деле, важно то, кем вы являетесь на самом деле. Если вы думаете о себе, что вы золото, а окружающие так не считают, в этом нет ничего страшного. Если вы на самом деле не золото, но стараетесь продемонстрировать это окружающим, покрываете себя желтой краской – какой в этом смысл? Вновь и вновь думайте о том, кем вы являетесь на самом деле и постепенно вы станете философом. Породив такой принцип, постарайтесь не радоваться похвале. Но если вы не можете сразу перестать радоваться похвале, постарайтесь хотя бы радоваться ей не слишком сильно. Сразу перестать радоваться похвале будет для вас некомфортно, это слишком большая доза лекарства. Поэтому пока постарайтесь не слишком радоваться похвале. Если вы немного радуетесь похвале, задавайте тут же себе вопрос: «Зачем я радуюсь похвале? Ведь она не делает меня лучше».

Итак, существует, по крайней мере, две причины, по которым не стоит радоваться похвале. Во-первых, похвала не делает вас лучше. Во-вторых, похвала делает вас слабым человеком, похожим на маленького ребенка. В итоге вы придете к мысли, что не стоит слишком радоваться похвале. Если вы будете совершать такой дебют ежедневно, то ваш ум постепенно успокоится и вы станете очень зрелым человеком.

Далее, критика. В действительности вы должны радоваться критике. Если это для вас слишком сложно, по крайней мере, старайтесь не слишком огорчаться из-за нее. Итак, причины, по которым вы должны радоваться критике: во-первых, критика не вредит вам, во-вторых, она укрепляет вас, делает вас сильнее. Если вам говорят, что вы толстый, и вы действительно толстый, значит это правда. А если неправда, то человек просто неправильно видит.

Человек, владеющий буддийской философией, рассматривает ситуации в более широкой перспективе. Таким образом легко развить терпение. Терпеть – не означает сжаться и ожидать, когда все закончится. Это взгляд с более широкой и высокой перспективы. Тогда

вы увидите, что у вас совершенно нет причин злиться. Наоборот, вы будете смотреть на человека как на объект сострадания. Этот человек несчастлив, его ум настроен негативно. Он сам себе вредит, провоцирует вас. Пожалейте его. Вам не стоит огорчаться из-за его слов, иначе вы тоже станете ненормальным.

Таким образом, в повседневной жизни можно очень легко решить вашу проблему. Когда вы столкнулись с проблемой, вам очень сложно сразу ее решить. Поэтому, перед тем как вы встретитесь с проблемой, вам нужно совершить правильный дебют, выработать правильный образ мышления. А когда вы встретитесь с тяжелыми условиями, они не будут представлять для вас проблему. Когда ваш ум не готов, нет правильных принципов, нет правильных мыслей, если человек будет вас ругать – вы будете злиться, вы даже можете с ним подраться. Если у вас мудрые мысли, вам не важно, что о вас думают и говорят другие люди. Критика полезна.

Если ваш ум здоров, то в ситуации, когда вас ругают, ваш ум будет спокоен. В течение одной секунды вам будет немного неприятно. Но внутри вы будете спокойны. Даже если ваш папа умер, не думайте о том, что вам хуже всех. Думайте о том, что все непостоянно. Все умирают, и я умру. Думайте о том, что ваш папа долго жил полной жизнью. У него была хорошая жизнь. Думая так, вы придерживаетесь буддийской философии.

Если учение не помогает вам в повседневной жизни, тогда бесполезно его получать. Просто занимайтесь своими делами. Советы, которые я вам даю, на сто процентов помогут вам в повседневной жизни, сделают вас мудрее, сильнее и гораздо более глубоким человеком. Если вы не сильный, не мудрый человек, то полученная информация может создавать для вас только новые проблемы. Многие интеллектуальные люди несчастливы, потому что им не хватает мудрости. Одному приятному слову они радуются, а слово критики воспринимают как взрыв бомбы. Это как маленький ребенок, который не хочет слушать ни слова критики.

Ваш ум постоянно находится с вами, поэтому вы должны знать его очень глубоко. Если вы ничего не знаете о Марсе или Юпитере, что же в этом плохого? От этого нет ни вреда, ни пользы. Если вы не знаете, как правильно использовать свой ум, который с вами всегда, вот это действительно опасно. Если вы не знаете, например, как пользоваться газовой плитой, то это опасно, потому что вам нужно готовить пищу. А с Юпитером вы никак не связаны. Поэтому, если вы накапливаете знания, то накапливайте такие знания, которые вы можете использовать. Собирайте ту информацию, которая полезна в вашей жизни и правильно ее используйте.

Далее, что касается богатства. Не слишком радуйтесь богатству. Если вы немножко радуетесь, то ничего страшного. Это похоже на то, как если бы вас кто-то угостил шоколадкой. Вы этому немножко обрадуетесь. Дают бесплатно – спасибо, но я не буду день и ночь работать ради шоколадки. Это правильная стратегия.

Буддизм не говорит, что вы вообще должны перестать любить богатство. Полностью перестать радоваться богатству – это очень высокая стратегия, самая лучшая. Чуть-чуть радуйтесь богатству, но с пониманием того, что это все равно неправильно. Насколько вы любите богатство, настолько у вас порождаются омрачения. Вы должны понимать, что сейчас вы зависите от множества вещей и поэтому сейчас практически немножко радоваться богатству. А в будущем сможете ли вы стать как Миларепа, который без всяких вещей жил в горах?

Вы должны понимать, что духовная практика должна осуществляться в соответствии с вашими силами. Практиковать – это значит породить образ мышления в соответствии с вашими силами.

Если сейчас, живя в Уфе, вы перестанете радоваться богатству, вы почувствуете себя некомфортно. В итоге, это чувство дискомфорта будет препятствовать вашему прогрессу. Это как с лекарством, когда следует правильно подобрать дозировку. Опытный человек употребляет лекарство в той дозе, которая ему подходит. Тогда ему всегда будет комфортно. Если внутри вам некомфортно – это знак того, что что-то неправильно, доза слишком большая.

Совет Шантидевы: «Все надо делать согласно ситуации». Когда ум силен, то и чувства боли нет. Становится возможным даже отдать глаз, если попросят. И это будет безболезненно, это чудо. Обычный человек не может так поступить – отдать свой глаз. Если вам больно, не надо этого делать. Вы должны быть очень практичны. Наш ум работает очень странно. В повседневной жизни мы иногда не способны пожертвовать 10 рублей, а потом, когда читаем книжку, как бодхисаттва жертвует своим телом, тут же готовы все раздать, даже руки и ноги. Вы должны руководствоваться здравым смыслом. Эмоции ничего не решают.

Итак, как же радоваться бедности? Существует множество причин для того, чтобы радоваться бедности. Если вы сейчас не можете начать радоваться бедности, по крайней мере, не слишком из-за нее расстраивайтесь. Не слишком радуйтесь богатству и не очень огорчайтесь из-за бедности. Если у вас есть богатство – это хорошо. Если его нет – тоже хорошо. Богатство только ради себя самого бесполезно: у вас одно тело, на которое не надеть одновременно много одежды и один желудок, который не может вместить очень много еды. Голова тоже одна. Богатство ради многих – это полезно. Вот так надо думать, тогда у вас есть хорошие причины радоваться богатству. Если вы думаете о благе окружающих, тогда богатство очень даже хорошо. А что я один смогу сделать с большим количеством богатства, если оно накоплено только ради меня самого? Если богатство ко мне не приходит, еще лучше! Могу духовной практикой заниматься. Мне не нужно заботиться о богатстве. Это тоже хорошо.

То есть ваш ум должен быть очень гибким, тогда в любой ситуации вам будет хорошо. Как в шахматах: для плохого шахматиста каждый ход противника является кошмаром. А у хорошего шахматиста есть стратегия: и так можно, и по-другому можно. Любой ход для него хорош, потому что совершен правильный дебют. Вы должны сделать такой дебют, что даже смерть не будет для вас кошмаром. Вы будете думать: «Хорошо, тогда я продолжу заниматься практикой в моей следующей жизни. Я накоплю заслуг и получу еще лучшее перерождение». Мой папа, когда постарел, шутил: «Скоро я умру. Это хорошо, а то мое старое тело мне не нравится, я получу новое красивое тело». Даже смерть не является кошмаром. Это замена своего тела. Такой человек в жизни счастлив. Если вашим умом руководит неправильный принцип, который гласит, что «главное не я, а то, что люди обо мне думаю» и стремление как у крысы накопить богатство, что останется у вас после смерти? Ничего.

Сейчас я стараюсь открыть ваш ум. Если ваш ум открывается, очень хорошо. Если он остается закрытым, ничего страшного. Тогда в следующей жизни я еще раз попытаюсь это сделать. Но я надеюсь, что в течение трех-то жизней я действительно смогу открыть ваш ум. Некоторым моим ученикам я могу открыть глаз их ума, но после того как я уезжаю, он у них сразу же закрывается и потом его опять нужно открывать. Это очень печально. У русских людей глаз ума закрывается быстро. У тибетцев его трудно открыть, но зато он открывается надолго.

А причина заключается в том, что вы не обдумываете то учение, которое я вам даю. Вы его закрываете в коробке вашего ума. В вашем уме есть две коробки: коробка Дхармы и мирская коробка. Так вот, все учения вы складываете в коробку Дхармы и закрываете ее. А когда приступаете к повседневной жизни, открываете обычную мирскую коробку. У вас есть богатство Дхармы, но вы его не используете. Что же вам нужно сделать? Не стоит держать две коробки. Вам нужно иметь только одну. Откройте коробку, которую вы используете для вашей повседневной жизни, выбросьте все ненужное и положите туда инструмент Дхармы. То есть удалите из этой коробки инструмент неверного принципа – восприятия мнения окружающих как более важное, чем то, кем вы являетесь, и положите туда инструмент правильного принципа, заключающегося в том, что, то, кто вы на самом деле, важно, а то, что о вас думают и говорят – не важно. И если этот инструмент будет лежать у вас в повседневной коробке, то он всегда будет у вас под рукой, и вы постоянно сможете его использовать.

А вы часто поступаете так: открываете коробку Дхармы только тогда, когда садитесь в позу медитации, говорите: «Пусть все живые существа будут счастливы, пусть соседи тоже будут счастливы». А утром вы ссоритесь с соседями и ведете себя в повседневной жизни как обычно. То есть ошибка состоит в том, что сейчас у вас две коробки. Неправильно иметь коробку с Дхармой отдельно от общей коробки. Вы должны открыть свою повседневную коробку, вынуть из нее все неверные инструменты и положить туда инструмент Дхармы. В действительности, в вашей повседневной коробке все инструменты неправильные. Они неправильно работают, не помогают, а только делают только все хуже и хуже. Это не лекарство, это яд. Дхарма – это настоящее лекарство. Используя его в повседневной жизни, вы будете отличаться от окружающих. Это заметят люди, они это почувствуют.

Например, во время ретрита на Байкале многих православных людей поначалу пугали буддисты. А потом они увидели, что никто из них не выпивает, все смеются, ведут себя дружелюбно. Мы стали с православными очень хорошими друзьями. Итак, если есть прогресс в духовной практике, то даже представители других религий будут к вам тянуться. Я буддист, но когда я смотрю фильмы про Иисуса Христа, они действительно трогают мое сердце. Мне они очень нравятся. Нет православной, буддийской, исламистской доброты. Есть человеческая доброта. Это главное. Религии помогают человеку стать лучше. Религия – это инструмент, предназначенный для того, чтобы человек стал лучше. В науке есть одна хорошая вещь: ученые не очень привязываются к науке. Поэтому среди научных людей мало фанатиков. Привязанность человека к религии тоже неправильна. Когда человек не сильно привязан к своей религии, он ищет истину окрест.

Далее, как я вам говорил вчера, не слишком радуйтесь временному счастью. В действительности, вам вообще не следует радоваться временному счастью, потому что оно обманчиво. Временное счастье порождает у вас омрачения. Когда вы испытываете временное счастье, у вас в уме порождается много неправильных мыслей. Буддизм говорит, что временное страдание очень хорошо. Оно делает ваш ум сильнее, очищает вашу негативную карму. Но вы не должны сами создавать себе проблемы. Когда вы встречаетесь с проблемами, используйте их для очищения, смотрите на них как на нечто очень полезное, используйте для духовного прогресса, развития.

Вы должны знать о пяти хороших качествах страдания. В действительности страдания нам не нравятся, мы не хотим страдать. Но, тем не менее, у страдания, если его правильно использовать, есть пять преимуществ. Это подобно яду: в самом яде ничего хорошего нет, но если вы знаете, как его использовать, вы можете применить его как лекарство. Если вы знаете, как правильно использовать страдания, то в повседневной жизни, когда у вас

возникает множество проблем, вы можете использовать их для духовной практики, для духовного прогресса. Тогда, если вы страдаете – хорошо, если не страдаете – тоже хорошо. А сейчас если мы немного страдаем, то воспринимаем это как кошмар. Если немного счастливы, то думаем, что это очень хорошо. В действительности все не так.

Шантидева говорит: «Постарайтесь разрешить проблему. Если же вы не можете этого сделать, то какой смысл беспокоиться?». Существует два вида проблем: одни можно решить, а другие – нет. Те проблемы, которые можно решить, решайте. Здесь не о чем беспокоиться. А если проблема не может быть решена, просто расслабьтесь. Ведь вы все равно не можете ее решить. Если врач сказал, что у вас рак, скажите: «Спасибо, что сказали об этом заранее. Теперь я буду готовиться к следующей жизни». Если вы заболели раком и узнали об этом, то для вас это гораздо лучше, чем если бы вы внезапно умерли в какой-нибудь аварии, потому что если вы болеете раком, то у вас есть время подготовиться к смерти. Моему знакомому ламе сказали в Калмыкии и в Москве, что он болен раком. Он сказал: «Что ж, это очень хорошо. Теперь я знаю, когда умру, поэтому поеду сейчас в Индию и буду готовиться к смерти». Он и сейчас еще жив.

Когда ум силен, организм может излечиваться от болезней. Наше тело это очень сложный механизм. Если мы обладаем сильным умом, то тело способно излечивать само себя. Это не чудо. Благодаря сильному уму тело тоже становится сильным. В Бурятии одной бабушке семь лет назад врач сказал, что у нее рак и она умрет через шесть месяцев. Она начала заниматься практикой. Когда через полгода врачи посмотрели ее, они сказали, что неправильно поставили ей диагноз и рака у нее нет. Это не реклама буддизма. В наше время очень много рекламы, и я боюсь, что вы подумаете, что я тоже что-то рекламирую.

Итак, из пяти преимуществ страданий первое состоит в том, что оно делает вас менее высокомерными. Ваша гордость уменьшается. И это одно из преимуществ страданий. Благодаря страданиям вы способны породить отречение от сансары. Если вы страдаете и в этот момент встречаетесь с Дхармой, это очень благоприятное условие для порождения отречения. Если вы не страдаете, то учение Дхармы не будет для вас очень эффективным. Временное страдание поможет вам переварить Дхарму. Благодаря страданиям вы будете осторожны с законом кармы. Вы будете понимать, что страдания возникают из негативной кармы, и если вы не хотите страдать, значит должны перестать совершать негативные действия.

Следующее преимущество страдания заключается в том, что вы начинаете испытывать сострадание к окружающим. Человек, который страдает, способен понять страдания окружающих и испытывать к ним сострадание. Таким образом, если вы правильно используете страдание, то способны с его помощью развить сострадание. Это преимущество страдания. Вы не сможете развить сострадание, опираясь на временное счастье. Вы не можете развить сострадание благодаря временному счастью. Во временном счастье одни лишь недостатки. Оно увеличивает ваше высокомерие, то есть все омрачения сразу же вскипают. Вся позитивная карма расходуется. Никакой заботы о других не возникает. Поэтому временное счастье – это обман. Думайте таким образом и скажите себе: «Не слишком радуйся временному счастью. Не слишком огорчайся из-за временного страдания».

А высший уровень – это радоваться временному страданию. «Если пока я не могу радоваться страданию, то, по крайней мере, я не буду слишком расстраиваться из-за него». Скажите себе, что на самом деле вы должны радоваться временному страданию. Это наивысшая стратегия. При таком дебюте ума, если завтра в аварии вы потеряете ногу, в этом не будет для вас никакого кошмара. Вы должны сказать себе: «В этой аварии я мог бы умереть. Я счастливчик, что потерял всего лишь одну ногу. Это благословение моего

духовного наставника. Он говорит мне таким образом, что я слишком много хожу туда-сюда, вместо того, чтобы сидеть на одном месте и заниматься духовной практикой. А теперь наступило подходящее время, чтобы наконец сделать это».

В былые времена высокие мастера считали временные страдания благословением своего духовного наставника. Оно помогало им стать сильнее. Мастера традиции Кадампа говорили: «Не радуйтесь временному счастью, радуйтесь временному страданию. Временное счастье взрастит в вас все омрачения. Временное страдание очистит вашу негативную карму». Временное страдание – это благословение духовного наставника. Если у вас подобная стратегия мышления, то где бы вы ни находились, вы будете счастливы. А сейчас для вас любое страдание превращается в кошмар. Даже если вы окажетесь в Чистой Земле, то не будете там счастливы. Один ученик однажды сказал своему духовному наставнику: «Я бы хотел родиться в Чистой Земле». Духовный наставник ответил ему так: «С твоим состоянием ума ты не будешь счастлив даже в Чистой Земле. Через несколько дней ты скажешь: тут слишком все зеленое, слишком чистое, я не хочу здесь быть». Это человек, ему везде что-нибудь не так.

Учение, которое я вам даю, очень полезно. Оно как лекарство. Вы думаете: буддийская практика – это два часа сидеть в позе медитации и произносить мантры. Это тоже практика, но формальная. Самое главное – правильно построить свой ум, каждый день правильно мыслить. У вас должна быть правильная стратегия мышления. Вы должны избавиться от неправильной стратегии. Я рассказывал вам о королевстве вашего ума и о министре внутренних дел. Он должен работать эффективно и следить за тем, чтобы в королевстве не совершалось преступлений. В российском государстве министр внутренних дел вместе с милицией следит за порядком. А в вашем уме сейчас никакой милиции нет. Нет того, кто сказал бы – это можно, это нельзя. Закона нет. Вы сейчас не опираетесь ни на какой закон.

Вы не знаете, что настоящий закон – это закон кармы. В королевстве вашего ума все должно работать по закону кармы. Это естественный закон, который никогда не может быть изменен. Знаете вы об этом или нет, все равно. Если вы нарушаете этот закон, вы получаете соответствующий результат. Вы автоматически получаете много ущерба. Верите вы в него или нет – это не важно. Этот закон работает для всех живых существ. Будда говорил: «Я не создавал никакой кармы. Это закон природы, который я открыл». Если вы откроете этот закон и будете придерживаться его, то достигнете прогресса. Если вы нарушите закон кармы, то даже если вы брат или сын Будды, он ничем не сможет помочь вам. Это как врач бессилён помочь вам, если вы не принимаете прописанных лекарств.

Итак, седьмой и восьмой дебют. Неверный дебют состоит в том, что вы радуетесь славе и репутации и расстраиваетесь из-за их отсутствия. В действительности, вы не должны радоваться славе и репутации, они ничем вам не помогают. Это пустой звук. Вы не должны стремиться стать популярным человеком. Это очень глупо. Вы должны понимать, что любой взлет заканчивается падением. Зачем же подниматься слишком высоко, если придется упасть? Если вы знаете теорию о том, что все равно придется упасть, то вас вполне устроит положение низко на земле. А если вы взберетесь высоко и станете гордиться этим, то эта гордость станет препятствием в вашей духовной реализации. Скромность и низкое положение – это наилучшее место для духовного прогресса.

Миларепа говорил: «Я, занимая самое низкое место, обрел наивысший трон Будды Ваджрадара». То есть сидя на самом низком месте, вы можете обрести самый высший трон. Если вы побежите вверх, вы рискуете упасть. А если вы будете сидеть на самом низком месте, то автоматически займете самый высокий трон. Не старайтесь быстро достичь чего-то в духовной практике.. Постарайтесь избавиться от ожиданий. Просто спокойно занимайтесь

практикой. Будьте скромными и реализации возникнут сами собой. Не старайтесь стать бодхисаттвами. Таким образом вы не добьетесь никакого прогресса. Просто создавайте причины без каких-либо ожиданий и результат придет к вам сам собой.

Его Святейшество Далай-лама рассказывает следующее. Когда он был в возрасте 7-8 лет, он очень любил сажать цветы. Однажды он положил в землю зернышко, полил его, сел и стал ждать, когда оно прорастет. Но из него ничего не росло. Он сидел и весь следующий день, и дальше. Наконец, через три дня, проклюнулся маленький росточек. Он полил его и стал приговаривать: «Давай же скорее вырастай, вырастай!». И стал при этом его немного подергивать. И однажды он просто выдернул его. И тогда Его Святейшество сказал: «С того самого момента я знаю, что для того чтобы вырастить маленький цветочек, высокие ожидания очень вредны».

Далай-лама, на самом деле, Будда. Он просто делает это ради нас. Не надо, как маленькие дети, питать слишком большие надежды. Если в вашей духовной практике завышенные ожидания, то вы подобны маленькому ребенку, пытающемуся быстро вырастить цветок. Вы должны вести себя как очень опытный фермер. Опытный фермер в нужное время засеивает семена, удобряет землю и т. д. Он вообще не заботится об урожае. Урожай появляется сам по себе. Подобно опытному фермеру, совершайте нужные действия в нужный момент, а в остальное время можете просто расслабиться. А результат вы обретете в соответствии с той причиной, которую заложили. Не надейтесь на большой результат, если создали маленькую причину.

Как только в вашем уме возникает интерес к славе и репутации, сразу ловите себя и говорите, что это очень глупо. Это не приносит пользы. Правильный дебют состоит в том, чтобы не радоваться славе и репутации. Радуйтесь отсутствию славы и репутации. Если у вас их нет, это очень хорошо. Без денег прожить трудно, а славу и репутацию не съешь. Слава и репутация это слова, нет их – и хорошо. Это трудно, но старайтесь всегда занимать самое низкое положение.

Существуют разные уровни славы и репутации. Я знаю, что вы не будете интересоваться очень высоким международным уровнем славы и репутации. Но в том обществе, в котором выращаетесь, постарайтесь не радоваться славе и репутации. Не важно, что думают о вас другие, важно, кто вы есть. Не заботьтесь о своей славе и репутации в Дхарма-центре: кто более старший ученик, кто более близкий ученик, кто высший, кто низший и т. п. Для учителя вы все одинаковы. Самый высший ученик тот, который очень скромен. Все люди по природе одинаковы. Все хотят быть счастливыми. Равностное отношение ко всем – это очень полезно.

Итак, это правильный дебют. Если вы будете следовать тем советам, которые я вам сейчас даю, то день ото дня вы будете прогрессировать. Даже если вы не обладаете высокими познаниями, но практикуете то учение, которое я вам сейчас даю, вы будете добиваться прогресса. И тогда глубокие реализации откроются перед вами сами. Буддийское учение лучше постигается через опыт. Просто чтение книг, без собственного опыта, не дает нужного результата. Чтение книг, потом опыт, снова чтение книг с учетом опыта – тогда будет достигнут результат. Как работа на компьютере: чтение книг без практических навыков ничего не дает. Если будете следовать правильным дебютам, ваш ум будет меняться, становиться спокойнее. Как море: на поверхности рябь, а внутри спокойно. Чуть-чуть неудобно, но кошмара нет. В будущем все это проявится само.

Свойство нашего ума состоит в том, что мы можем познать все феномены. Когда вы очистите свой ум от омрачений, все его внутренние качества проявятся сами. Удалите грязь

и зрение само проявится. Подобным образом работает ясновидение. Грязные мысли подталкивают к неправильным поступкам тела, речи и ума. Это оставляет грязные отпечатки в вашем уме, еще больше загрязняет ваш ум, порождает негативную карму. Это мешает ясновидению, является причиной ваших страданий. Но совершая правильные поступки, не допуская негативных мыслей, вы понемногу очищаете свою карму. И однажды вы скажете: «Я не заслуживаю ясновидения, как же так вышло, что оно у меня появилось?».

Вы можете эффективно заниматься практикой, но не чувствовать результата. Если есть хорошая стратегия, то буддист каждую секунду занимается практикой, даже не чувствуя этого. А другой человек назначит себе занятия практикой, но ничего не делает. Поэтому очень важна искусность.

Итак, я напомним еще раз для того, чтобы вы запомнили наизусть. Это наша тибетская традиция. Существует тройное повторение, чтобы знания попали глубже. Восемь правильных дебютов, которыми вы должны руководствоваться в повседневной жизни. Эти восемь дебютов должны быть основаны на правильных принципах. Правильный принцип состоит в том, что тот, кем вы являетесь – это действительно важно, а то, что о вас думают или говорят, это не важно. Из одной коробки вашего ума вы должны вынуть неверный инструмент. Неверный инструмент состоит в том, что вам кажется, что то, кем вы являетесь – это не важно, а то, что о вас думают или говорят – это важно. Вы должны удалить его, а положить инструмент правильного принципа. Если в коробке будет лежать правильный инструмент, то совершить правильный дебют вам будет удобно и просто.

Итак, из восьми правильных дебютов, **первый: не радуйтесь похвале**. Если вы не можете полностью перестать радоваться похвале, по крайней мере, не слишком ей радуйтесь.

**Второй правильный дебют:** если можете, то **радуйтесь критике**, если не можете, то, по крайней мере, не слишком расстраивайтесь из-за критики. Потому что на самом деле она не вредит, а помогает вам. А похвала не помогает вам, а только вредит.

**Третий дебют** в повседневной жизни: **не слишком радуйтесь богатству**. А сейчас в нашей коробке лежит инструмент очень большой радости богатству, деньгам. Поэтому даже если вы находитесь в полудреме и кто-то скажет «деньги!», ваши глаза сразу же открываются. Итак, не слишком радуйтесь богатству, а если возможно, то вообще перестаньте ему радоваться. Это высшая практика. Вы должны понимать, что если вы вообще не любите деньги, они сами собой будут течь к вам в руки. Это такой закон, реализация больших заслуг. Постарайтесь не слишком радоваться деньгам. Если вы практически уснули, а кто-то вам говорит «деньги!», просто слегка приоткройте глаза.

Четвертая стратегия: лучшая стратегия – это радоваться бедности. Если это для вас пока слишком сложно, то хотя бы не очень расстраивайтесь из-за бедности. Еда есть, одежда есть. Этого достаточно, ведь тело у вас одно. Деньги придут и уйдут. Сейчас их мало, потом будет больше. Не надо из-за этого огорчаться. Не надо называть себя неудачником и завидовать другим. Когда денег становится мало, пусть ум успокаивается. Не стоит стыдиться, когда мало денег, это глупо. Вам должно быть стыдно, если вы ведете себя неправильно. Купить машину на последние деньги, чтобы о вас думали, что вы богаты, это неправильно. Что думают и говорят о вас люди, это не главное. Эту стратегию вы можете использовать в вашей жизни, в экономике и любой другой сфере.

В наше время экономисты заимствуют теорию у буддизма, потому что в буддизме очень много интересных моментов. Две тысячи пятьсот лет назад Будда дал это учение. Оно основано на законе кармы, перед которым все люди одинаковы. А если вы придерживаетесь учения, которое дал другой человек сто лет назад, то оно сейчас уже не годится. А учение

Будды основано на естественном законе кармы. Время уходит, время меняется, но закон остается неизменным. Даже самый маленький совет остается актуальным.

Итак, пятый и шестой дебюты: не слишком радуйтесь временному счастью. Временное счастье – это обман. Если немного радуется ему, это нормально, но по крайней мере, не слишком ему радуйтесь. Если вы радуетесь временному счастью, то помните, что это мед на лезвии ножа, поэтому не облизывайте его слишком сильно, чтобы не порезать язык. А если вы не знаете, как использовать ваше временное маленькое счастье, то оно лишь увеличит вашу внутреннюю рану и боли будет больше, чем радости. Романтики, тоже будьте осторожны! Романтика так же подобна меду на острие ножа. Но если рана возникнет в вашем сердце, она будет более болезненной, чем на языке. Старайтесь быть не слишком эмоциональными, не слишком огорчайтесь из-за временного страдания.

Скажите себе, что вы должны радоваться временному страданию, потому что временное страдание делает вас сильнее. Это благословение вашего духовного наставника. Это правильный дебют. Если у вас такой образ мышления, то чтобы с вами не произошло завтра, вам будет очень легко. Например, если вы потеряли свою ногу, то расстраиваться из-за этого не имеет смысла – нога к вам не вернется. Конечно, больно, но пользы от крика нет. Повезло, что вы потеряли только одну ногу, а не умерли. Это не беда. Беда – это когда человек создает много негативной кармы. Негативная карма – это ад. Какие причины человек создает, такой результат и получает. Хорошие причины ведут к хорошему результату. Если будете так думать, всегда будете счастливы.

Итак, седьмой правильный дебют – не радоваться своей репутации. Слава и репутация ничего вам не принесут. Любой взлет заканчивается падением. Зачем вам тогда слава и репутация? Восьмой правильный дебют – это радоваться отсутствию славы и репутации. В вашем уме не будет эго, которое говорит: «Я популярный, известный человек». Ваш ум будет просто спокоен. Скромный человек всегда счастлив.

До свидания!