

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Послезавтра будет тридцатое число по лунному календарю. Это самый лучший день для принятия махаянских обетов. Кроме того, послезавтра день солнечного затмения. В соответствии с тибетским календарем, если в такой день вы накапливаете добродетели, то они во много раз возрастают. Для нас самый лучший способ накопить добродетели – это принять обеты Махаяны, делать упор на любовь и сострадание и читать мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Вы можете купаться в Байкале и при этом читать мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ. Как вы знаете, приняв обеты Махаяны, вы не можете есть мясо, вам придется поесть только один раз до 14 часов. Также вы должны знать, что во время трапезы, если вы чуть-чуть привстанете, то должны прекратить есть. Поэтому перед тем, как сесть, поставьте все необходимое перед собой. Когда вы встанете, обед будет закончен. Содержание обетов Махаяны я объясню позже. Так что, готовьтесь в уме к принятию обетов Махаяны послезавтра в шесть часов утра.

Итак, мы подошли к теме значимости драгоценной человеческой жизни. В этой теме три пункта:

- 1 – значимость с точки зрения временных целей;
- 2 – значимость с точки зрения долговременной перспективы;
- 3 – значимость каждого мгновения.

Сначала мы рассмотрим значимость с точки зрения долговременных целей. С этой позиции драгоценная человеческая жизнь очень значима для достижения состояния будды. Чтобы достичь Просветления, надо породить бодхичитту. Человеческая жизнь – это лучшее место для ее возвращения. Хотя в других мирах тоже можно породить бодхичитту, но встречается это очень редко. На основе драгоценной человеческой жизни гораздо проще породить бодхичитту. В мире богов это очень сложно сделать, потому что там слишком сильно временное счастье. В мире животных, в мире ада существа испытывают крайние виды страданий, поэтому им тоже очень сложно породить бодхичитту. В человеческой жизни страдания и счастье более или менее сбалансированы. Мы немножко страдаем и немножко испытываем счастье. У нас нет крайних видов страдания или счастья. Поэтому, если мы встречаемся с небольшими временными страданиями, то это может открыть в нашем уме сострадание. На основе этой человеческой жизни гораздо проще развить любовь, сострадание, бодхичитту.

Итак, на основе драгоценной человеческой жизни вы можете достичь состояния будды. В этом ее значимость с точки зрения долговременных целей. Почему? Потому что, благодаря драгоценной человеческой жизни вы можете породить бодхичитту – причину достижения состояния будды. С этой точки зрения, если вы хотите сделать правильный акцент и достичь долговременной цели, то должны породить бодхичитту.

Для того чтобы достичь временной цели драгоценной человеческой жизни – получить лучшее перерождение и спастись от низших миров, вы должны создать причину для этого и отбросить причину для низшего перерождения. Вы должны накапливать добродетели и очищаться от негативной кармы. Это главная практика для того чтобы достичь временных целей. Однако только иметь цель недостаточно. Что еще нужно делать? Не создавать негативную карму и создавать позитивную. Это ваша цель, ваша практика. Поэтому Будда сказал вкратце о своем Учении: «Не создавай негативной кармы, накапливай добродетели, укроти свой ум полностью». Таково Учение Будды. Первые два положения здесь необходимы для достижения временных целей, а укрощение ума необходимо для достижения долгосрочных целей. Породив бодхичитту, вы сможете полностью укротить свой ум.

Итак, когда вы думаете о значимости драгоценной человеческой жизни, вы должны понимать, что в эту тему включен весь Ламрим. Тогда вы скажете: «О, для того чтобы достичь долговременной цели, мне необходима бодхичитта – драгоценный ум, заботящийся о других больше, чем о себе». Чтобы обрести такой ум, необходим океан мудрости. Без мудрости, просто подталкивая себя словами: «Я должен заботиться о других больше, чем о себе», – невозможно обрести бодхичитту. Когда вы обретае все больше и больше мудрости, то даже если захотите заботиться о себе, то не сможете. Вы увидите, насколько это глупо. Это очень глупо.

Рассмотрим, например, человека, у которого имеется большое поле, на котором он выращивает хлеб. Как поступает человек, который знает, как правильно выращивать хлеб? Когда идет дождь, он не может удержаться от того, чтобы бросить зерна в землю, потому что этот человек знает, что это подходящее время для сева семян. Если бросить сейчас семена, то они обязательно прорастут. Такой человек не может не посеять семена. Он скажет: «Пожалуйста, дайте мне час, чтобы разбросать семена». А мы эгоистично держим зерно, потому что по глупости думаем, что если будем копить, то станем богатыми. Как крысы, которые собирают зерна, сами не едят и другим не дают. Это глупо. Какая-нибудь другая крыса может убить вас и забрать ваше зерно.

Вы должны понимать, что в буддизме есть колесницы Махаяны и Хинаяны. Махаяна содержит самое богатое учение о том, как породить бодхичитту. Если вы думаете, что достаточно только услышать это слово, то ничего не знаете о буддизме Махаяны. То есть, если вы думаете, что бодхичитта – это быстро сказать: «Я буду заботиться о других больше, чем о себе», – и сразу приступать к практике тантры, читать множество тантрических текстов, то вы ничего не знаете о буддизме.

Несмотря на то, что Атиша был мастером тантры, медитируя в Бодхгае, он чувствовал, что ему чего-то не хватает. У него в уме возник вопрос: «Каким образом я смогу достичь состояния будды быстрее?» Вдруг он увидел в пространстве перед собой двух женщин. Белоликая девушка посмотрела на Атишу, затем на свою спутницу, у которой было красное лицо, и спросила: «Какой способ лучше всего подходит для достижения состояния будды?» Женщина с красным лицом была Ваджрайогини, а женщина с белым лицом – Тарой. Ваджрайогини повернулась к Атише и сказала: «Самый быстрый путь для достижения состояния будды – это порождение бодхичитты». Тогда Атиша понял, что до сих пор ему не хватает океана мудрости – учения о том, как породить бодхичитту. Он стал искать Учителя и узнал, что Серлингпа, который жил в Индонезии, обладает полным учением по развитию бодхичитты. Тогда Атиша с группой учеников отправился в Индонезию. На их пути демоны создавали всевозможные препятствия, пытались остановить их лодку. У Атиши была сила тантрической практики, и он мог устранить препятствия, но у него все еще не было бодхичитты. Без нее, если вы обретае определенные тантрические силы, то они будут называться вторичными реализациями. Это не настоящие реализации. Если без бодхичитты вы дунете на пурбу и броском вонзите ее в камень, то это будет вторичная реализация. В этом ничего особенного нет.

В Индонезии Атиша получал учение в течение тринадцати месяцев. Это долгое время он слушал наставления, практиковал и развивал бодхичитту. Поэтому в Ламримае говорится, что долговременной целью является достижение состояния будды, и ее можно достичь благодаря порождению бодхичитты. А бодхичитту вы сможете развить гораздо проще, если у вас есть драгоценная человеческая жизнь. Поэтому с точки зрения достижения долговременных целей, драгоценная человеческая жизнь очень значима. Скажите себе: «Я извлеку суть из драгоценной человеческой жизни. Через развитие бодхичитты я сделаю свою драгоценную человеческую жизнь значимой».

Если вы будете делать аналитическую медитацию таким образом, то она будет затрагивать весь Ламрим. Если раньше вы медитировали на драгоценную человеческую жизнь, то размышляли только о ней. Но медитируя теперь на основе таких комментариев, каждое положение будет для вас затрагивать весь Ламрим. Такой комментарий я получил от своего Духовного Наставника Пананга Ринпоче. Традиционно таких комментариев большой аудитории не дают. Они даются обычно пяти – десяти ученикам, которые медитируют высоко в горах. Обычный комментарий – это объяснение драгоценной человеческой жизни. Драгоценная человеческая жизнь с точки зрения долговременных целей очень значима, потому что благодаря ей, вы можете достичь состояния будды. Здесь очень сложный механизм, который связан со всеми другими положениями Ламрима.

Теперь рассмотрим значимость драгоценной человеческой жизни каждое мгновение. Этого также нет в учении «Ламрим». Это одна из уникальных тем. О чем вам необходимо здесь размышлять? Если, например, вы поджигаете благовония и до тех пор, пока они полностью не прогорят, искренне практикуете Дхарму, развиваете любовь и сострадание, то в этот период времени каждое мгновение будет значимым. Если вы обладаете высокими техниками накопления заслуг и очищения негативной кармы, то каждый момент, пока горят благовония, вы можете очищаться от огромного количества негативной кармы и накапливать невероятное количество добродетелей. Обладая такой техникой, вы можете сделать каждое мгновение вашей драгоценной человеческой жизни очень значимым. У всех вас уже есть эта техника, вы все получали учение о том, каким образом накапливать добродетели и очищаться от негативной кармы. Для других живых существ каждый момент жизни не является значимым. Для вас, после получения учения «Ламрим», наставлений о том, как очищаться от негативной кармы, как накапливать добродетели, каждое мгновение вашей драгоценной человеческой жизни становится значимым. Если вы не будете использовать драгоценную человеческую жизнь, которая значима каждое мгновение, то это станет большой потерей. В будущем, во-первых, вам будет очень сложно обрести человеческую жизнь. Во-вторых, вам будет сложно обрести драгоценную человеческую жизнь. В-третьих, сложно будет обрести драгоценную человеческую жизнь, значимую каждый миг. Такую жизнь вы можете обрести, не просто благодаря обретению драгоценной человеческой жизни, но также благодаря получению учения о том, каким образом избавляться от негативной кармы и накапливать добродетели. Если вы знаете, как развить бодхичитту, если получали полное учение по развитию бодхичитты, то после этого ваша жизнь каждое мгновение становится невероятно значимой, и вы можете укреплять бодхичитту, делать ее сильнее и сильнее. Каждое мгновение у вас есть шанс собирать бриллианты. Это невероятная значимость. Поэтому вы должны понимать, что всякий раз, получая учение, вы делаете невероятно значимым каждый миг своей драгоценной человеческой жизни. Помните об этом. В наше время, даже имея мешок, полный золота, трудно отыскать такое учение.

Теперь поговорим о редкости драгоценной человеческой жизни. Здесь три положения:

- 1 – редкость драгоценной человеческой жизни с точки зрения причины;
- 2 – редкость драгоценной человеческой жизни с точки зрения примера;
- 3 – редкость драгоценной человеческой жизни с точки зрения количества.

Итак, первое. Почему нам необходимо задумываться о редкости драгоценной человеческой жизни? Даже если вы определили драгоценную человеческую жизнь, даже если знаете, что она очень значима, но не думаете о ее редкости, то не будете ее слишком ценить. У вас может возникнуть мысль: «Что ж, в следующий раз, когда я получу драгоценную человеческую жизнь, займусь практикой».

Ваша лень происходит из трех видов неведения:

1. Неведение нераспознавания драгоценной человеческой жизни. Вы думаете, что драгоценная человеческая жизнь не является чем-то особенным. Для вас компьютер будет важнее драгоценной человеческой жизни. Если компьютер будет падать, то вы готовы будете упасть за ним, чтобы поймать. Это неведение.

2. Неведение непонимания ценности драгоценной человеческой жизни. Вы цените сто тысяч долларов больше, чем невероятно ценную драгоценную человеческую жизнь. Если кто-нибудь скажет вам: «Я дам тебе сто тысяч долларов, а ты будешь прислуживать мне всю жизнь», – вы будете рады согласиться. Вы продадите свою драгоценную человеческую жизнь за сто тысяч долларов. Для вас это станет хорошей новостью. Это очень похоже на то, как вы ищете работу: смотрите, за какую цену могут купить вашу драгоценную человеческую жизнь. Ваша драгоценная человеческая жизнь должна быть выше денег. Если кто-то вам скажет: «Для того чтобы поехать на учение «Ламрим», тебе придется бросить работу», – вы должны ответить: «Хорошо, я ее оставляю». Одна работа уйдет, другая придет, а это учение очень редкое. Вот к чему надо готовиться. Я не говорю, что вам не нужно работать. Нужно! Но не будьте подчинены ей всю жизнь. Цените работу, но, если она станет препятствием для вашей духовной практики, то будьте готовы ко всему. Но с другой стороны, я не говорю, что нужно просто ходить туда-сюда и не работать. Надо работать. Всюду ездить, даже в Индию – тоже неправильно. Придерживайтесь срединного пути. Некоторые мои ученики вообще не хотят работать. Когда я говорю о том, что надо жертвовать работой ради духовной практики, они очень рады, но я это говорю не для них. Как раз этим моим ученикам работать нужно. А другая группа учеников слишком серьезно принимает свою работу. Я им говорю, что работа – это не все. Чтобы получить драгоценное учение, чтобы достичь большей цели, пожертвуйте своей временной работой.

3. Третье неведение – это непонимание редкости драгоценной человеческой жизни. Второе неведение – это непонимание того, как драгоценна человеческая жизнь. Она невероятно значима. Даже за огромное количество бриллиантов вы не сможете ее купить...Эту драгоценную человеческую жизнь вы обретаєте однажды за миллионы жизней, поэтому не стоит ее тратить на свою временную работу и карьеру. А третье неведение – это непонимание редкости драгоценной человеческой жизни, непонимание реальной ситуации. На самом деле ваша драгоценная человеческая жизнь очень редка, и исчезнет очень быстро. Это реальная ситуация. Это неведение необходимо устранить посредством развития мудрости. Тогда к вам придет энтузиазм, который будет заключаться в том, что вы захотите быть уверенным, что каждый ваш день хоть немного наполнен смыслом. Каждый день вы будете проверять, накопили вы какие-нибудь добродетели, очистились от какого-то количества негативной кармы?

Чтобы достичь долговременной цели, вы захотите каждый день развивать бодхичитту сильнее и сильнее, приступить к практике шести парамит. Тогда вы сделаете свою жизнь значимой. Учение о том, как наполнить смыслом вашу драгоценную человеческую жизнь, не говорит о том, что нужно звонить в колокольчик и бить в даммару. Там ничего такого не написано. Это самое важное положение, вы должны его понимать, все остальное – вторично.

Итак, первое положение – редкость драгоценной человеческой жизни с точки зрения причины. Сейчас необходимо использовать логику теории вероятности. Нет необходимости думать о себе с безначальных времен и по сей день. Просто думайте о потоке своего ума в этой жизни. С момента рождения и до сегодняшнего дня, сколько позитивных и сколько негативных состояний ума вы породили? Исследуйте это. Конечно, до получения учения вы создавали больше негативной кармы, но проверьте, сколько вы ее создаете даже после получения учения? Посмотрите, сколько позитивной кармы вы накапливаете? Вы должны быть практичным бухгалтером, а вы очень плохой бухгалтер, не делаете свою работу, а проверяете, что делают другие. Что делают другие – это не ваше дело. Ваше дело – смотреть

на себя. Даже после получения учения вы создаете так много негативной кармы и так мало позитивной. У вас к тому же неправильная мотивация. А когда нет правильной мотивации, то нет и посвящения. А если есть посвящение, то нет верной практики. Получается, что вся ваша практика нарушена. Ваша позитивная карма очень слаба, а ваша практика – как сломанная нога. Даже в течение одного дня вы не можете практиковать чисто и в полном объеме. Я честно говорю. Если бы у меня было ясновидение, то я увидел бы, что вы даже в течение одного дня не делаете полную практику от начала до конца. Вначале должна быть очень хорошая мотивация, в середине – хорошая концентрация, без мыслей о том, что нужно купить завтра, что нужно сделать сегодня, что вам не сделал такой-то человек. В середине надо делать подношение, читать мантры, делать визуализацию с полной чистой концентрацией, а в конце необходимо сделать чистое посвящение. Так вы не делаете даже в течение одного дня. Как тогда вы можете ожидать хорошего результата?

Будда говорил: «Если хотите знать, кем вы были раньше, посмотрите, что делаете сейчас. По тому, что вы делаете сейчас, можете определить и то, кем станете в будущем». Что вы делаете в настоящий момент? Создаете больше негативной кармы и очень мало позитивной. А та позитивная карма, которую вы создаете, все равно испорченная. Если вы не измените эту ситуацию и продолжите пребывать в ней, то будет еще хуже. Если, например, вы болеете и ничего не делаете, не принимаете лекарства, то есть не меняете ситуацию, то здоровье вашего тела станет еще хуже. Для этого ясновидение не нужно – какая причина, такой результат. Скажите себе: «Если я не изменю ситуацию и продолжу вести себя так же, то вероятность моего перерождения в низших мирах – 80%». Однако вероятность того, что вы родитесь человеком, 20% процентов – это очень большой процент. Я вам это говорю для того, чтобы уж совсем вас не расстраивать.

С точки зрения причины ясно, что драгоценная человеческая жизнь невероятно редка. Когда вы думаете о редкости драгоценной человеческой жизни, то думайте не о других, а о себе: «Я могу умереть завтра, послезавтра или в следующем году. Если сейчас я не использую эту редкую возможность и не изменю ситуацию, продолжив пребывать в ней, в будущем мне будет очень сложно ее получить. Если я умру, то приму рождение в низших мирах». Если вы родитесь в низших мирах, то ваша определенная негативная карма будет очень мощной. Это надо понимать. Потому что когда вы создаете отрицательную карму, то создаете ее безупречной. А ваша позитивная карма испорченная, как сломанная нога. Поэтому она приносит небольшие результаты. Какая причина, такой результат. Ваша негативная карма подобна японской компании «Sony», которая производит телевизоры. Вы делаете очень хорошие телевизоры. А ваша позитивная карма подобна китайским телевизорам, которые ломаются очень быстро. Их делают очень плохо. Поэтому, если вы создадите хорошую причину возникновения объекта, то он продержится дольше. Очень важно анализировать себя, тогда у вас откроются глаза, и вы поймете, что до тантры вам еще далеко. «У меня нет уверенности, что я не приму рождение в низших мирах, о какой практике тантры я могу говорить?» В настоящий момент, если вы не можете соблюдать обязательств по практике тантры, то ничего страшного, не надо много читать тантрических текстов. Я знаю, что вы все равно ничего не делаете правильно, просто боитесь нарушить обязательства. Вы делаете ошибку с самого начала, беря их на себя слишком много. Вы сами виноваты. Это как налог – много отдаете, а прибыли нет. Поэтому я могу вас простить – просто читайте мантры. Делайте упор на накоплении добродетелей, читайте текст «Лама Чопа». Когда доходите до места, где нужно читать мантры, читайте мантры тех божеств, посвящение которых вы получили. В этот момент, если у вас есть передача учения о том, как принимать три кайи на духовный путь, принимайте их быстро. Вы должны делать акцент на том, чтобы не родиться в низших мирах. Убедитесь в том, что получите высшее перерождение.

Теперь вернемся к теме. В вашем уме сейчас много совершенных отпечатков негативной кармы и, если хотя бы один из них проявится в момент смерти, то он ввергнет вас в низшие миры на многие жизни. Например, если вы в сильном гневе назовете кого-то собакой, то когда эта негативная карма проявится, вы в течение пятисот жизней будете рождаться собакой. Это слова Будды. Одна ввергающая карма будет ввергать вас в мир животных 500 раз. В этот момент Будда ничего не сможет сделать. Когда негативная карма брата Будды, Хадина, проявилась, и он попал в низшие миры, Татхагата ничего не смог с этим поделать. Будда сказал, что когда карма проявляется, он уже не в силах что-либо сделать. А негативных отпечатков у вас не один, а миллионы. Я вас не пугаю. Это настоящая ситуация. У меня нет причин вас пугать. Будьте осторожны. Люди, которые знают науку, говорят, что вирусы существуют и надо быть осторожным, чтобы они в вас не попали, иначе вы заболите.

Далее, когда вы родитесь в низших мирах, то, будучи животным или еще кем-то, вы создадите еще больше негативной кармы. Вам будет сложно создавать позитивную карму. Переродиться из мира животных или мира ада в мире людей гораздо сложнее, чем человеку стать буддой. Это правда. Вы должны сказать: «Сейчас я в очень критическом положении». Поэтому сейчас, обладая драгоценной человеческой жизнью, если вы немножко пожертвуете своим временным счастьем, и будете искренне практиковать Дхарму, то каждое мгновение ваша драгоценная человеческая жизнь будет очень значимой. Потом вы можете отдыхать, а сейчас не время отдыхать. Честно! Так мой Учитель говорил. Вы сейчас получили драгоценную человеческую жизнь и это не время для отдыха. Люди, которые умеют заниматься бизнесом, знают, что когда наступает определенный сезон, то отдыхать не нужно. Когда приходят большие деньги, то день и ночь нужно работать. Это сезон, а когда не сезон – можно отдыхать.

Думайте так: механизм редкости драгоценной человеческой жизни связан с законом кармы. Здесь затрагивается все учение «Ламрим». Ваша драгоценная человеческая жизнь очень редка. Когда вы думаете о редкости драгоценной человеческой жизни, то затрагиваете тему страданий в низших мирах, закон кармы, тему того, как избавиться от сансары. Вы касаетесь всего учения «Ламрим». Если вы сможете таким образом затронуть все темы учения, то ваша аналитическая медитация станет эффективной.

Второе положение – редкость драгоценной человеческой жизни с точки зрения примера. Этот пример приводил Будда. Если вы исследуете этот пример, то поймете, что он полностью описывает вашу ситуацию в сансаре. Будда говорил так. Представьте большой океан, где живет одна слепая черепаха. Здесь океан символизирует сансару, а слепая черепаха – это вы. Основную часть времени она находится на дне океана. Что это значит? Будда говорил, то большую часть времени мы находимся в низших мирах, особенно в аду. Это наше постоянное место прописки. Почему черепаха слепая? Потому что у нас нет мудрости. Поэтому мы многого не понимаем. Затем, раз в сто лет черепаха всплывает. Это значит, что за очень длительный период времени, однажды мы обретаем высшее перерождение. Почему? Потому что основную часть времени создаем негативную карму и соответственно основная наша прописка – это низшие миры. Очень редко к нам приходят позитивные мысли, мы редко хотим сделать что-то хорошее, поэтому так редко обретаем высшее перерождение.

Когда эта черепаха всплывает на поверхность океана, это подобно обретению человеческой жизни, но в этом тоже нет ничего особенного, потому что она чуть лучше, чем существование животного. Что же такое драгоценная человеческая жизнь? На поверхности океана плавает золотое кольцо – это драгоценная человеческая жизнь, которая обладает восемнадцатью характеристиками. Это кольцо постоянно перемещается по поверхности океана, а вы, будучи слепой черепахой, раз в сто лет всплываете. Существует всего один

шанс из миллиарда, что черепаха, всплывая раз в сто лет, попадет головой в это кольцо. Таким образом, однажды случается невозможное.

Та драгоценная человеческая жизнь, которой вы сейчас обладаете, – это нечто невероятное. С вами произошло что-то из ряда вон выходящее. Вы не просто родились человеком, у вас совершенная драгоценная человеческая жизнь. И не только. У вас огромная драгоценная человеческая жизнь, потому что вы знаете, как очищаться от негативной кармы и накапливать добродетели. Вы получали наставления длительное время, знаете учение о четырех благородных истинах, знаете, как породить определенный уровень любви и сострадания. Благодаря доброте вашего Духовного Наставника у вас есть представление обо всех основных темах буддийского учения. Сейчас вы являетесь владельцем японской компании по производству телевизоров «Sony», «телевизоров позитивной кармы». В этом проявляется доброта вашего Гуру.

То есть, вы сейчас не просто попали головой в это кольцо, а ваша драгоценная человеческая жизнь настолько сильна, что глаза у вас немного приоткрылись и немного видят. Вы немного видите океан сансары и знаете, как выйти из него. У вас есть теоретические знания о том, как покинуть океан сансары через познание учения о четырех благородных истинах. В настоящий момент с вами произошло нечто невероятное. Как бы вы радовались, если бы выиграли в лото миллион долларов! Вы прыгали бы от радости. Но чему тут радоваться? Миллион долларов – это просто бумага. А сегодня вы получили такое учение! Как раз сейчас время подпрыгнуть и сказать себе: «Сегодня я узнал, что у меня есть золотой шанс, такая драгоценная человеческая жизнь. Это, действительно, невероятно. Даже если у меня нет квартиры, неважно. Я обладаю драгоценной человеческой жизнью». Человек, у которого нет драгоценной человеческой жизни, но есть миллион квартир, что будет с ними делать – у него ведь одно тело. Если у вас нет квартиры, вы ее найдете. Можно арендовать квартиру. По-настоящему вы не можете владеть никакой квартирой, вы все снимаете на время. Вы не можете владеть своим телом, так как тоже арендуете его на деньги кармы. Вы вообще все арендуете, и обладать ничем не можете. Однажды даже этот драгоценный человеческий дом тоже уйдет. Думайте так, и тогда у вас не будет никаких кошмаров.

Когда вы получаете учение о драгоценной человеческой жизни, то должны быть подобны нищему, который нашел клад у себя под домом. Как он будет радоваться! Вы должны быть так же счастливы, как он. Энтузиазм – это не подталкивание себя, а радостное состояние ума. Радостное состояние ума, – это когда вы знаете, что у вас есть такой огромный потенциал и думаете: «Я хочу его использовать». Но не только для себя, но и для других. Вы будете рады совершать благие поступки. Это называется энтузиазмом, а подталкивание себя им не является. Это самоистязание. Не подталкивайте себя, иначе вы не захотите делать практику. Думайте над этим примером снова и снова. Напоминайте себе и тогда вы поймете, насколько редка драгоценная человеческая жизнь.

Есть другой пример. Один слепой безногий человек спал на скале. Во время сна он свалился и упал на спину очень быстрого дикого оленя. Человек схватил его за шею и зверь побежал. Это ваша ситуация. Вы слепы, потому что у вас нет мудрости. У вас нет ног, потому что мало добродетелей. И в такой ситуации вы все-таки упали на спину очень быстрого оленя. Даже людям с очень хорошими ногами весьма сложно поймать этого оленя, а вы, хоть и без ног, сидите верхом на нем. Этот человек сказал: «Сегодня со мной случилось невероятное. Я слепой, безногий человек еду веером на диком олене. Даже у людей с хорошими здоровыми ногами такое не получается. Поэтому, если я сегодня не спою песню, то когда еще?» И он запел.

Как говорил мой Учитель, мы подобны этому человеку. Мы слепые, так как у нас нет мудрости, безногие, потому что имеем мало добродетелей. Только благодаря доброте Гуру,

мы приземлились на спину оленя драгоценной человеческой жизни. Многие имеют огромные добродетели, но не могут обрести драгоценную человеческую жизнь. Они рождаются в мире богов или царем в мире людей, но не обретают драгоценную человеческую жизнь. Вы должны сказать себе: «Если сегодня я не буду практиковать Дхарму, то когда?»

Третье положение – редкость с точки зрения количества. Если сравнивать людей и животных, то первых гораздо меньше по количеству, чем вторых. Даже в нашем человеческом теле живет столько микроорганизмов! Все они – живые существа. В одном человеческом теле обитают миллионы живых существ. Больших животных существует огромное количество и в каждом из них живут миллионы маленьких животных. Люди и животные – соседи, они могут видеть друг друга. Голодные духи и обитатели ада тоже соседи и могут видеть друг друга. Голодных духов гораздо больше, чем животных, а существ мира ада больше, чем голодных духов. В мире людей драгоценная человеческая жизнь невероятна редка. Если вы насыплете гору риса, то на вершине, лишь несколько зернышек будет драгоценной человеческой жизнью, а все остальные – просто человеческой жизнью.

Поэтому осознайте это положение и поймите, насколько редка ваша драгоценная человеческая жизнь. Исследуйте гору зерна: самое дно – это существа мира ада. Однажды вы были там и оттуда потихоньку поднимались вверх. Без ног, без движения, просто в силу изменения ситуации, вы передвигались вверх. Таким образом, вы постепенно добрались до вершины и теперь находитесь там. Вы обрели совершенную драгоценную человеческую жизнь, благодаря которой можете окончательно освободиться от сансары. Такое вновь уже вряд ли произойдет. Если вы упадете вниз, то будете падать и падать до самого дна. Падать легко, а обратно подниматься очень трудно. Это реальная ситуация. Сейчас не время расслабляться. Все бодхисаттвы защищают вас, чтобы вы не упали. Чтобы не упасть, очень важно развить прибежище. После осознания редкости вашей драгоценной человеческой жизни, у вас естественным образом в сердце возникнет прибежище. Когда вы видите, как легко упасть и насколько сложно подняться вверх, то просите: «Будда, Дхарма и Сангха, пожалуйста, защитите меня от падения». Это будет настоящее прибежище.

Это страх родиться в низших мирах. Ваше тело не просто будет гореть в огне сотни лет. Это – ничего, но кошмар в том, что вы проведете там кальпы. Потом обратно попасть очень трудно. Поэтому надо очень бояться рождения в низших мирах. Если люди сломают вам ногу, то это не кошмар, если нет дома – тоже не кошмар, если вы – совсем банкрот и нет денег ни копейки, то это тоже не кошмар. Все равно хлеб вы найдете, с голода не умрете. Это не кошмар. Даже если вы заболели раком, то это не кошмар. Все умрут. Кошмар – это когда негативная карма ввергает вас в низшие миры, потому что снова получить человеческую жизнь очень трудно.

В то время, когда вы думаете о редкости драгоценной человеческой жизни, естественным образом ваш ум должен быть тронут практикой прибежища. Когда вы чувствуете, что ваша ситуация ненадежна, то все время смотрите по сторонам в поисках защиты. В настоящий момент ситуация хорошая, но не стабильная. Поэтому всем сердцем примите прибежище: «Пожалуйста, Будда, Дхарма и Сангха, защищайте меня жизнь за жизнью. Пусть жизнь за жизнью я буду находиться на верхушке драгоценной человеческой жизни». Это должно быть вашей единственной просьбой к Будде, Дхарме и Сангхе. Не просите ничего другого. «Дайте мне внучку, пусть мои дети не болеют, пусть у меня голова не болит» – это дурацкие просьбы. Такого вообще не надо просить. Человек, который не понимает ситуации, – глупец, если так просит. Если вы подходите к Учителю с подношениями: «О, Бакша, пусть я не буду болеть, пусть проживу долго, пусть у меня будет много денег, пусть такой-то мой

план сработает, пусть это все будет». Сейчас такая тяжелая ситуация, вам нужно быть чуть-чуть умнее, не таким глупым, как раньше.

Таким образом, медитируйте на драгоценную человеческую жизнь и думайте так: «Поскольку моя драгоценная человеческая жизнь очень значима, я должен извлечь из нее суть. Поскольку она редка, ее очень сложно получить вновь. Я не буду откладывать практику на «потом». С этого момента я буду практиковать искренне и не стану откладывать до следующей жизни. В следующей жизни такую драгоценную человеческую жизнь будет очень сложно обрести».

После этого сделайте посвящение добродетелей. Затем в период между сессиями читайте книги, посвященные драгоценной человеческой жизни, и думайте о том, насколько ценна эта жизнь. Не стоит размышлять о том, кто и куда пошел, просто старайтесь думать о драгоценной человеческой жизни, и все, с чем вы встречаетесь, должно становиться для вас примером, убеждающим в драгоценности человеческой жизни.

Если между сессиями вы будете вспоминать о драгоценной человеческой жизни, а во время сессии будете эффективно медитировать, то огонь реализации будет постоянно гореть. Во время сессии вы разжигаете огонь, и если не будете его поддерживать между сессиями, то он потухнет. Таким образом, вам будет сложно вскипятить воду реализации драгоценной человеческой жизни. Промежуток между сессиями гораздо больше, чем сама сессия и в это время у вас не будет никакого огня.

Представьте большой котел. Во время сессии вы разжигаете под ним слабый огонек. Ваша медитация подобна огню, горящему от бумаги. У вас нет большого количества разнообразного топлива. Те положения, которые я вам передавал, подобны дровам. Если вы будете их подбрасывать, то они разожгут огонь сильнее. В межсессионный период продолжайте подкладывать дрова. Когда огонь постоянно горит, неважно, насколько большой котел над ним, однажды вода в нем обязательно вскипит.

Итак, учение о драгоценной человеческой жизни закончено. Теперь задавайте вопросы.

*Вопрос.* Есть силлогизм по результату: «Мы в прошлой жизни практиковали нравственность, потому что в этой жизни родились людьми». Последнее условие этого силлогизма, догчаб, звучит так: «Если мы в этой жизни не родились людьми, например, стали животными или духами, значит, мы в предыдущих жизнях никогда не практиковали нравственность». Это не так, то есть, третьего условия в этом силлогизме нет. Вопрос такой: есть ли силлогизмы по результату, у которых есть догчаб? Я искала и не нашла.

*Геше Ла.* Это правильно, это очень правильно, но здесь логика не точная. Такое рассуждение нельзя назвать абсолютно точным. Говорится следующее: «Так как мы создали причины в прошлом, то обладаем сейчас драгоценной человеческой жизнью». Это не логический силлогизм. Это и так понятно, без причины мы не можем получить результат. Силлогизм – это когда мы что-то доказываем, например, что звук непостоянен. Тогда необходимо присутствие трех характеристик. «Звук непостоянен, потому что это производное». В этом силлогизме есть три характеристики. Вы доказываете, что звук непостоянен. А здесь вы говорите так: «Поскольку у меня есть драгоценная человеческая жизнь, значит, в прошлом я создавал причину». Здесь все ясно и нет необходимости что-то доказывать. Поскольку есть результат, должна быть и причина.

В силлогизме «Звук непостоянен, потому что он произведен» должны присутствовать три характеристики. Первая характеристика: между звуком (А) и производным (С) есть связь,

потому что звук – это производное. Это чогчо. Вторая характеристика: если что-то производное (С), то оно должно быть непостоянным (В). Нет ничего производного, что было бы постоянным. Все производное каждое мгновение разрушается. Что такое производное? Это то, что рождено по определенной причине, как огонь и газ. Огонь – это продукт, производное газа. Поскольку он происходит из газа, то каждое мгновение разрушается. У него нет момента пребывания. Это джечаб. Третья характеристика – это догчаб. То, что не является производным (С), должно быть противоположным (В), то есть постоянным. То есть производное и постоянное не должны иметь никакой взаимосвязи. Если есть что-то постоянное, что является производным, то тогда нет третьего условия – догчаб. Или просто можно сказать: что не является (С), должно быть не (В).

*Вопрос.* Люди, которые исповедуют другие религии, обладают драгоценной человеческой жизнью?

*Геше Ла.* Это зависит от религии. Например, христиане, я думаю, обладают драгоценной человеческой жизнью, потому что Иисус давал учение о том, как накапливать добродетели и очищаться от негативной кармы. Если вы исследуете его учение, то поймете, что оно о доброте, о любви и сострадании. Это и в буддизме очень важное положение. Если вы встретили такое учение и практикуете его, то у вас есть драгоценная человеческая жизнь. Я не могу сказать, что она совершенна, но это – драгоценная человеческая жизнь. Совершенна она или нет, вы должны исследовать сами.

*Вопрос.* В прошлом году мы услышали полную биографию Атиши. И вот такой человек, как он, Будда в человеческом теле, нашел своего Учителя Серлингпу и практиковал целых 12 лет бодхичитту, практиковал непостоянство и смерть, различные уровни принятия прибежища. Я все это слушала и поняла, что в этой жизни у меня очень мало шансов породить бодхичитту. Геше Ла, как мне быть в этой ситуации?

*Геше Ла.* Вы до сих пор не понимаете значения драгоценной человеческой жизни. У всех одинаковый потенциал. Если, обладая драгоценной человеческой жизнью, вы не можете породить бодхичитту, тогда в другое время для вас это будет вообще невозможно. Сейчас вы, действительно, можете ее породить и все дело в ваших усилиях. Вы должны сказать себе: «Я могу, но это будет нелегко». Сейчас, когда у вас есть драгоценная человеческая жизнь, вы встретились с учением «Ламрим» и имеете определенное его понимание, возможно все. Вы можете даже достичь состояния будды, а не только породить бодхичитту. Вы можете, но это непросто. Если вы думаете, что не можете, то этим оскорбляете свою драгоценную человеческую жизнь. А если вы думаете, что это просто, то очень глупы, потому что не понимаете, как много причин нужно создать, чтобы достичь состояния будды. И это нелегко. Вам надо понять также один момент: вы думаете, что не можете породить бодхичитту и достичь других реализаций из-за лени.

Есть три вида лени:

1. Нежелание что-либо делать. Это мы все прекрасно знаем.

2. Лень откладывания «на потом».

3. Лень самоуничижения: я не могу такой-то практикой заниматься, я слабый человек.

Когда у вас есть такая драгоценная человеческая жизнь, чего вы не можете сделать? Эта лень происходит из неведения – непонимания ценности вашей драгоценной человеческой жизни. Когда вы поймете, насколько она ценна и редка, то скажете: «Я могу сделать все. Сейчас, когда у меня есть драгоценная человеческая жизнь, для меня возможно все. В будущем, если у меня не будет драгоценной человеческой жизни, мне будет очень сложно».

От этой лени можно избавиться, медитируя на драгоценную человеческую жизнь. Это не высокомерие. Это уверенность, которая будет противоядием от лени. Шантидева в «Бодхичарьяаватаре» приводит слова Будды о том, что даже маленькое насекомое, встретившись с определенными условиями, может достичь Просветления. Вы должны сказать себе: «Я получил драгоценную человеческую жизнь, и нет ничего такого, чего бы я не смог сделать. Даже насекомое может стать буддой». Это не высокомерие. Что такое высокомерие? Это когда вы говорите, что другие люди глупы и ничего не знают, а знаете только вы, только вы умный, только вы способный. У бодхисаттв очень высокий уровень уверенности, но у них нет даже запаха высокомерия, они очень уважают других. А высокомерие не уважает других. Когда вы не уважаете других, только о себе думаете – это высокомерие. Бодхисаттва всех уважает. Когда они смотрят на насекомых и видят, как они помогают друг другу, то говорят: «Надо же, насекомые не получали учение, но все равно помогают друг другу. Это невероятно». У них даже к насекомым возникает глубокое уважение. Если вы будете обращать внимание на позитивные качества, то поймете, что нет существ, у которых нет благих сторон. Вы будете уважать других, и знать цену себе: «У меня есть драгоценная человеческая жизнь, и нет ничего, чего я не могу сделать». Это называется уверенностью без высокомерия. Вы же, стоит вам обрести немножко уверенности, сразу же становитесь высокомерными. Почему? Потому что сразу начинает смотреть на других свысока. Когда у вас появляется уверенность, вы начинаете взлетать и смотрите на всех, как-будто они ниже вас. Вы не должны быть подобны бумаге, взлетая вверх от приобретенной уверенности. Не смотрите на других свысока. Вы должны быть подобны слитку золота: когда ветер уверенности поднимается, золото продолжает лежать на земле. Мудрые люди, сколько бы у них ни было уверенности, никогда не взмывают ввысь, они продолжают оставаться на земле. Сколько бы их ни хвалили, они продолжают ходить по земле, потому что у них есть вес этого золота. Люди без этого веса подобны бумаге: чуть появилась уверенность, удача, они сразу же взлетают. Немножко похвалите их, и они тут же улетаются и начинают смотреть на других свысока, становятся высокомерными.