

Я очень рад видеть всех вас после долгого перерыва. Мне приятно смотреть на ваши улыбающиеся лица. Я знаю, что у всех у вас есть проблемы, но вам все-таки удается сохранить улыбки на лицах – это очень хорошо. Вы не сможете решить все ваши проблемы, став более несчастными, демонстрируя другим свое недовольное лицо, поэтому у вас нет выбора: просто улыбайтесь, когда у вас проблемы.

Как обычно, чтобы получить драгоценное учение, вначале породите правильную мотивацию, связанную с укрощением ума. Развейте определенный уровень убежденности в том, что лучший метод решения проблем – это укротить свой ум. Также лучший метод добиться счастья – это укрощение своего ума. А все другие методы, которые мы использовали на протяжении бесчисленных жизней, не работают, неэффективны. Все они были направлены на то, чтобы кем-то стать, что-то обрести или куда-то уехать. В своих предыдущих жизнях мы много раз получали образование, то есть изучали экономику, политику и всевозможные другие науки, чтобы что-то обрести, кем-то стать или куда-то уехать. В одной из своих предыдущих жизней мы даже пытались создать ракету и улететь на ней далеко-далеко, но тем самым не решили своих проблем. Если мы не излечим тот больной ум, который имеем сейчас, то, куда бы мы ни поехали, наши проблемы отправятся вместе с нами.

Наш ум страдает от болезни омрачений. Если мы не излечим его, то какой смысл становиться кем-то с больным умом? Даже пост президента для вас – только одно название, если ваш ум остался сухим. Вы всего лишь надели галстук, но внутри не изменились. Тогда какая разница, какой у вас пост? Если не вылечите этот больной ум, то, даже окружив себя золотом и бриллиантами, вы не сможете избавиться от проблем. Ведь золото и бриллианты не вылечат вас от болезни омрачений.

До того как получили учение, мы считали, что самое главное – это занять какой-то пост, обрести богатство или поменять местоположение. Но в действительности самое важное – принять подобный лекарству нектар Дхармы и с его помощью излечить свой ум. Тогда вам не будет нужно становиться каким-то важным человеком. Кем бы ни стали, вы будете счастливы. Что бы ни имели в этот момент, вы будете удовлетворены. Если вам удалось чуть-чуть подлечить свой ум, то даже чай без молока или кусок хлеба без колбасы покажется вам очень вкусным. Это действительно так. Когда ум здоров, чтобы мы ни ели, все становится полезным и вкусным.

Ученые тоже анализировали это и пришли к выводу, что человеку со здоровым умом любая еда дает особую энергию. Когда ум нездоров, даже из очень дорогой еды мы не способны извлечь ее сущность – питательные вещества. Когда в горах Тибета медитируют йогины, ум которых здоров, они способны извлекать сущность даже из простой воды, поэтому живут долго. Вдыхая воздух, они извлекают сущность воздуха, поэтому сохраняют крепкое здоровье. Их иммунитет укрепляется. Итак, очень важно укрощать свой ум.

Если ваш ум укрощен, вам нет необходимости куда-то уезжать. Где бы ни находились, везде вы будете счастливы. Геше Лобсанг Тхубтен Башкы не хочет никуда уезжать – ему нравится находиться здесь, в Кызыле. Я даже просил его отправиться в Европу, Канаду, но он спрашивал: «Зачем?» – «Отдыхать!» – «Какая разница, где отдыхать?» У него есть родственники в Канаде, и они просили его приехать к ним пожить, но он отказался. Когда ум укрощен, ему очень приятно находиться даже здесь, в Туве, в Кызыле, где мало места, где нет железной дороги. Неважно, где вы находитесь: если ум укрощен, вы будете счастливы всюду.

В прошлом мастера Тибета, а также тувинские мастера, достигнув определенной степени укрощенности ума, оставались у себя дома, им очень нравилось там находиться. Они не стремились никуда уходить, потому что их дом был для них самым счастливым местом. А если вы не обуздаете свой ум, то, куда бы вы ни поехали, везде будете несчастными. Когда находитесь в Кызыле, вам захочется поехать в Красноярск, Новосибирск или Москву, а будучи там, вы захотите обратно в Кызыл. Так можно всю жизнь проездить туда-сюда, оставаясь несчастным всюду. Это болезнь путешествия туда и сюда, то есть неспособность усидеть на одном месте. Укрощайте свой ум, развивайте его – это и есть буддийская практика.

Я не говорю, что в нашей жизни материальное развитие ни к чему. Нам надо как-то жить в этом мире, а для этого материальное благополучие тоже необходимо, не следует его игнорировать. Но всю свою жизнь посвящать материальному развитию – это неправильно. Когда я говорю, что материальное развитие не так важно, некоторые мои ленивые ученики радуются и перестают работать – это ошибка. Я сказал это для тех людей, которые готовы посвятить всю свою жизнь материальному развитию, а не для тех, кто ленится и не хочет создавать основу для своей жизни. Необходимо иметь определенный материальный фундамент – будьте практичны. Вам нужно получить современное образование, чтобы в дальнейшем иметь хорошую работу, хорошую зарплату. Желудок требует пищи. Но ум развивать не менее важно. Заботиться и об уме, и о теле – это весьма практичный подход. Можно привести такой пример: если у вас двое детей, то неправильно проявлять заботу только об одном ребенке. Точно так же не следует уделять внимание только телу или только уму, необходимо заботиться о них обоих, как о своих детях.

Не стоит игнорировать какие-либо аспекты своей жизни. Для материального развития вам необходимо получить образование, изучить, каким образом работают различные материалы и вещества. В прошлом, чем больше люди изучали материю, тем большего прогресса добивались в материальной сфере. Так же важно изучать законы, по которым функционирует общество: экономические и прочие.

Подобным же образом, для того чтобы развивать свой ум, важно знать, что такое ум и как он работает. Чем более подробными знаниями в этой области вы обладаете, тем более искусными вы становитесь в развитии ума. Вы хотите узнать, каков механизм развития ума? Эта информация очень полезна. В настоящий момент вы знаете, что у вас есть ум, но не понимаете, что он собой представляет: что такое первичный ум и что такое вторичный ум, каким образом возникает мысль. В этой области вам также предстоит исследовать себя и делать открытия.

В первую очередь нам нужно знать, что такое наш ум. У вашего ума есть три характеристики. Первая из них: он *нематериален*, не является веществом. Тем не менее, ум возникает из причины.

Вторая характеристика: он *способен к познанию*, то есть он изучает и понимает все вокруг, чувствует боль, чувствует счастье. Именно ум распознает, что этот человек такой-то, а этот человек – другой. Ему не требуется какая-либо программа, для того чтобы осознавать мир. У него есть способность к творческому познанию. В отличие от компьютера он все понимает сам. Он сам способен прийти к открытиям – и это уникальная особенность ума. Он оценивает объект: «может быть, это так, а может быть, иначе» и в конце концов приходит к выводу, что «это именно так».

Третья характеристика ума: он *ясен по своей природе*. Это означает, что гнев, зависть и прочие омрачения не находятся в природе ума, чистой, свободной от любых загрязнений. Все, что обладает этими тремя характеристиками, и называется умом.

В теме ума рассматривается также первичное сознание и вторичное сознание. В этот момент я говорю именно о *вашем* уме. Вначале вы должны понять, что такое первичный ум и чем он отличается от вторичного. Недостаточно просто услышать эти названия: первичное, вторичное сознание. Вы должны на собственном опыте исследовать, проверить и понять, что это за виды ума и чем они отличаются. Если вы уже можете изложить эту тему своими словами, не цитируя лекцию, это значит, что вы по-настоящему ее поняли. А просто повторив слова, услышанные от меня, вы тему не усвоите.

Иногда задавайте своим детям или другим людям такие вопросы: «Что это за феномен, который возникает из причины, но не имеет субстанции, способен к творческому познанию и по природе является ясным?» Такие загадки очень полезны. Используя их, вы сможете помочь другим людям подумать и глубже понять, что такое ум.

Сейчас я расскажу очень простыми словами, что такое первичное сознание и что такое вторичное сознание. В монастырях на разъяснение этой темы уходит много времени. Но вам очень повезло, потому что я изложу вам учение об уме кратко и понятно для вас. В тибетских монастырях очень богатый материал, но, честно сказать, искусство преподавания учения там не очень развито. Современное западное образование, напротив, не содержит обширного и качественного материала для изучения, но метод преподнесения материала там очень искусен, поэтому разные науки кажутся нам очень интересными. Нам, буддистам, нужно перенимать положительные стороны всего вокруг. Например, я стараюсь использовать методы презентации современных научных знаний для изложения буддийского учения, чтобы таким образом помогать большему количеству людей легче его понять.

Оба вида ума – первичный и вторичный – не имеют субстанции. Оба они являются познающими и ясными по природе. Тогда в чем же между ними разница? Сначала я приведу вам примеры первичного ума. Зрительное сознание, сознание слуха, наше ментальное сознание – все это первичные виды ума. А вторичные виды ума – это любовь, сострадание, гнев, зависть, привязанность, желания и т. д. Представления о «моих друзьях» и «моих врагах» – это также вторичные виды ума. Все наши концепции – это вторичный ум. Итак, в чем же разница между первичными и вторичными видами ума? Разница состоит в том, каким образом они распознают объект. *Первичный ум познает объект в целом*. Например, зрительное сознание, когда смотрит на чашку, познает просто чашку. Зрительный орган воспринимает объект, затем передает информацию уму, и ум называет этот объект «чашка» – это первичный ум.

Но везде, где есть первичный ум, сразу же возникает *вторичный ум*, который *познает специфические характеристики объекта*. Например, когда первичный ум познал чашку как чашку, вторичный ум уже познает отдельные ее характеристики: белая чашка, красивая или некрасивая чашка. Далее он продолжает свои рассуждения, например, так: «Это красивая чашка. Как здорово было бы ее купить!» Вторичный ум у нас очень активен. Если вы находитесь в магазине, то ваши желания будут подтверждать продавцы: они скажут, что это замечательная чашка и вам обязательно надо ее купить, что она очень надежна и никогда не сломается. Ваш глупый вторичный ум верит в это – и вы покупаете чашку. Так мы и обманываемся.

Сейчас я рассказываю вам, каким образом функционирует ваш ум. Что касается вторичного ума, то различают позитивный вторичный ум и негативный вторичный ум. Если вы на какое-то время остановите вторичный ум, ненадолго он, конечно, перестанет возникать, но потом появится снова. Например, привязанность на какое-то время не будет вас беспокоить. Но, как только возникнет вторичный ум, привязанность появится снова. По этой причине в буддизме и говорится, что пытаться полностью остановить вторичный ум – это неправильный метод. В основном наш вторичный ум не может достоверно распознавать характеристики объектов. Он представляет белую чашку как самосуше красивую, постоянную, никогда не разрушающуюся. Но на самом деле нет такой самосушей белой чашки. Он удерживает неправильные характеристики объекта, на основе которых возникают омрачения. Затем, когда продавцы начинают вас убеждать, что эта чашка очень надежна, ваш вторичный ум становится еще глупее. Что же вам необходимо сделать?

Во вторичном уме также есть много позитивного, позволяющего познать истинные характеристики объекта. Например, вы можете посмотреть на чашку и сказать: «Эта чашка выглядит очень прочной, но в действительности с каждым мгновением она разрушается» – это тоже вторичный ум, но он называется мудростью. Мудрость – это понимание того, что чашка только выглядит белой и красивой со стороны объекта, но в действительности ее цвет – лишь отражение света, и сама она подобна иллюзии. Чашка хороша только для того, чтобы пить из нее чай, – и больше не для чего. Тогда зачем нужна золотая, дорогая чашка? Для этой цели достаточно простого стакана. Раньше ваши мудрые предки знали, что чашка нужна только для того, чтобы попить из нее чаю, поэтому не покупали много дорогих чашек, не привязывались к ним и не огорчались, когда они разбивались.

Буддизм – это настоящая наука об уме. Итак, ваш первичный ум познает объект в целом. Природа этого ума чиста, он подобен маленькому ребенку, который видит просто чашку и не думает: «Чашка красивая, я хочу иметь ее. Как бы мне ее заполучить или украсть?» В нем подобных мысленных комбинаций нет, поэтому его называют чистым.

Все наши мудрые вторичные виды ума пассивны. А те виды ума, которые неправильно воспринимают объект, очень активны днем и ночью. Даже в ночное время они не дают вам спать – вы думаете: «Что мне надо сделать, чтобы заполучить то-то?» и т. д. Все это – сансарический ум. Когда вы поймете, как действует его механизм, вы сможете снизить скорость работы вашего негативного ума и повысить эффективность работы позитивного сознания. Всегда, когда мы говорим о развитии позитивного ума и об уменьшении негативного, мы ведем речь о вторичном уме.

Первичный ум сам по себе нейтрален, но когда на его основе возникает, например, негативный вторичный ум и становится все крепче и крепче, в результате и первичный ум тоже становится негативным. Первичный ум похож на зеркало. Например, если вы поднесете к зеркалу предмет желтого цвета, то зеркало также отразит это желтое. А если вещь будет синего цвета, то и зеркало отразит синий цвет. Таким же образом работает ваш ум. Просто из-за того, что вы демонстрируете себе что-то негативное, в уме отражается это негативное, хотя по природе ваш ум чист. Все, что вам необходимо сделать, – это остановить создание условий для отражения негатива. Если просто взрастить больше позитивного состояния ума (любви, мудрости, сострадания), тогда ваш ум станет позитивным. Сосредоточение, щедрость, нравственность – тоже позитивные вторичные виды ума. Когда они активизируются, негативный вторичный ум становится все слабее и слабее. Однажды, когда ваш позитивный ум станет очень сильным, вы полностью избавитесь от негативных вторичных умов. Это будет называться Пробуждением.

Вы должны понимать, что существует 51 вид вторичного ума, или 51 ментальный фактор. Сейчас у меня нет времени подробно объяснять все это, постарайтесь сами узнать об этом из других моих книг.

Я вам расскажу, каким образом кармические отпечатки остаются в вашем уме. Сначала я объясню, что такое карма. Карма – это санскритское слово, которое означает «действие». В буддизме говорится, что любое действие, которое вы совершаете, не исчезает, а оставляет след в вашем уме. Хорошее ли действие вы совершаете, плохое или нейтральное – все они оставляют в уме определенный след. Когда этот след, или отпечаток, встречается с условиями, проявляется результат вашего поступка. Например, если вы совершаете вредоносное действие, оно оставляет негативный кармический отпечаток в вашем уме, который, в свою очередь, приводит к негативному результату, то есть к переживанию страдания. А когда встречается с условиями позитивный кармический отпечаток, он дает позитивный результат. Следовательно, вам нужно быть очень осторожными со своими действиями. Итак, кармой называются и негативные, и благие, и нейтральные действия.

Никто не создавал механизма кармы – это природный закон. Наш ум – невероятное хранилище, подобное огромному по вместимости DVD-диск. Все отпечатки наших действий естественным образом сохраняются в нашем уме. Это просто невероятно: в уме отпечатывается столько действий, но он от этого не толстеет. Так же, если вы записываете информацию на DVD-диск, сам диск от этого не становится толще или тяжелее. При этом отпечатки на диске не смешиваются, они все хранятся отдельно друг от друга. Точно так же наш ум – это природный DVD-диск, вмещающий необычайно много данных.

Подобно тому как звук возникает, когда отпечатки на DVD-диске встречаются с условием, точно так же, когда отпечатки кармы в нашем уме встречаются с условиями, мы переживаем хороший или плохой результат.

Однажды один ученик спросил у Будды: «Кто создал все наши страдания и радости?» Будда ответил: «Никто не создавал ваше счастье и ваши страдания. Это творения вашего ума. Как вы поступаете, такой и получаете результат». Например, если вы крикнете в горной долине: «Ты дурак!», то в ответ услышите тоже: «Ты дурак!» У вас возникнет ощущение, что кто-то другой кричит вам это, но в действительности вы слышите только эхо собственных слов. В буддизме отсутствует концепция о Боге, создающем ваше страдание и счастье. Если бы Бог был властен сделать нас счастливыми или заставить страдать, тогда с самого начала он создал бы все безупречным. Зачем ему создавать страдания? Неужели он сначала создает нам проблемы, а потом приходит помогать их решать? Это похоже на то, как если бы я сначала сломал вашу ногу, а потом начал бы лечить ее. Из концепции о Боге-творце следуют подобные выводы.

Последователи некоторых религий, говоря, что Бог создал все, хотят похвалить Бога. Но если исследовать эту хвалу, окажется, что это скорее критика Бога. Например, если вы оцените ситуацию в Кызыле и увидите, какое количество преступлений совершается здесь и какое количество проблем у людей, например, нет горячей воды или тепла, магазины не работают, а потом скажете: «О, мэр города, какой вы могучий, вы создали это все» – это не похвала, а критика. Таким же образом в сансаре есть только страдание. Человек бывает счастлив лишь на короткое время, остальное время он страдает. Если утверждать, что это все создал Бог, – это будет критика, потому что тем самым вы осуждаете его за то, что он создал все наши проблемы.

Когда у людей, полагающих, что все создал Бог, возникают проблемы, они начинают обвинять в этом Бога. Существует очень много таких историй. Например, они говорят: «Я

никогда не вру, не делаю людям зла, а у меня столько проблем в жизни. А у моего соседа, который столько плохого делает людям, в жизни все складывается удачно. Почему так? Бог, это несправедливо!» Когда болеют маленькие дети, тоже возникает вопрос: «Бог, они-то за что страдают?» В силу того, что существует эта теория, умные люди задаются вопросом, почему так происходит. Мать Тереза помогала людям всю свою жизнь и перед смертью в своем дневнике написала, что в течение жизни она была свидетельницей столь большого количества страданий, что начала сомневаться в том, что все создал Бог.

В действительности не все создал Бог. Зачем же ему надо было создавать эти проблемы? Все проблемы были созданы вашим умом из-за непонимания, из-за неискренних действий. Следовательно, вы не можете винить в них кого-то, кроме себя. Скажите: «Может, в одной из своих предыдущих жизней я сделал что-то не так, поэтому теперь получил такой результат. Никто не виноват, никто не насылал на меня порчу. Это порча, которую я создал сам в прошлой жизни».

Откуда берется тот внешний мир, который нас окружает? Ответ здесь такой: «Он возникает из кармы». Бог не создавал наш мир, мы получили все, что воспринимаем, вследствие нашей кармы. Вы должны знать также, что существует коллективная и индивидуальная карма. Сейчас я вам говорю об эволюции нашего мира с точки зрения буддизма. Итак, говорится, что наш мир никем не создан, он возник в результате нашей коллективной кармы, то есть кармических отпечатков тех живых существ, которые здесь живут. Сила нашей коллективной кармы создала этот мир. Сначала мир не выглядел так, как сейчас. Вначале просто существовали частицы в пространстве космоса. Потом в силу нашей коллективной кармы эти частицы начали собираться вместе. Затем к ним стали притягиваться и другие частицы, их скапливалось все больше и больше. Далее в силу коллективной кармы возникли различные планеты, солнечные системы и все остальное в космосе. Именно поэтому планеты крутятся определенным образом вокруг Солнца – в силу притяжения, в силу взаимозависимости, в результате кармических сил. Кармические силы в этом процессе – самые основные.

В буддизме говорится, что без участия силы кармы даже сухой лист не может перемещаться с одного места на другое. Например, ученые утверждают, что без движения электронов невозможен свет. Хотя мы своими глазами не можем увидеть это движение, но мы знаем, что весь искусственный свет основан на движении электронов. Точно так же мы не можем увидеть кармическую силу, но, где бы ни возникло какое-либо движение, там обязательно присутствовала кармическая сила. Любое движение – благотворное или разрушительное – обязательно связано с механизмом кармы. Даже когда дуновение теплого ветерка дает вам приятное ощущение, это чувство у вас возникает тоже в силу кармических причин, без которых вы не можете почувствовать что-то приятное. Даже небольшая головная боль – это тоже проявление кармических причин, созданных вами одним или коллективно. Без них невозможно никакое восприятие. Итак, какое бы движение вы ни испытывали, оно будет связано с «кармическим ветром». Благодаря таким кармическим силам создается и изменяется наш мир.

В буддизме и в науке эволюция мира рассматривается похожим образом. Реальность есть реальность: с какой стороны вы ни посмотрите, она все равно будет такой. Теперь возникает вопрос: «Откуда же взялись эти частицы в космосе?» В буддизме утверждается, что космические частицы – это не начало мира вообще. Они возникли в результате разрушения предыдущей мировой системы. В науке говорят о большом взрыве, который послужил основанием этого мира. А в буддизме утверждается, что большой взрыв – это не начало. Что подразумевается под большим взрывом в буддизме? Наш мир произошел из частиц предыдущего мира. Прежде существовала какая-то солнечная система, состоявшая

из четырех первоэлементов: огня, воды, земли и воздуха. Из-за того, что эти четыре элемента вышли из равновесия, этот мир разрушился. Когда баланс между элементами нарушается лишь немножко, тогда в мире случаются трагедии, катастрофы, а когда равновесие нарушается полностью, происходит большой взрыв.

Например, элемент огня может стать очень сильным, и тогда он уничтожит мир. Полное уничтожение мировой системы может произойти только из-за сильного преобладания элемента огня. Например, элемент воды не может полностью уничтожить мир. Из-за наводнения может погибнуть очень много людей, но мир полностью не разрушится. Преобладание элемента огня может выражаться в таких внутренних проявлениях, как, например, вулканы, и в таких внешних проявлениях, как очень сильные пожары. В результате схождения множества подобных факторов мир может разрушиться. После этого происходит большой взрыв. Таким образом, большой взрыв, послуживший началом нашей мировой системы, возник от разрушения предыдущей мировой системы. А та мировая система также возникла из космических частиц, которые тоже были последствиями большого взрыва. А перед этим большим взрывом существовала предыдущая мировая система. В буддизме нет подробной информации о черной и белой дырах, но в целом описывается такой механизм.

На основе этой схемы буддизм утверждает, что начала не существует, потому что космические системы возникли из предыдущих систем, которые в свою очередь тоже возникли из других космических систем и т. д. Буддисты доказывают безначальность мира с помощью простой логики. Логика здесь такая: если, например, утверждается, что есть начало, у этого начала должна была быть причина. Если начало не возникло из причины, тогда оно существует независимо от причин. Следовательно, оно не может изменяться, не может функционировать – в этом и заключается противоречие. А если оно произошло вследствие причины, тогда оно не является абсолютным началом, потому что нечто (его причина) существовало и до него.

Так же, как нет начала у мира, нет начала и у вашей собственной эволюции. Схема существования внешнего мира в этом похожа на схему эволюции нашего «я». Многие думают, что начало нашего «я» – это тот момент, когда мы принимаем зачатие в материнской утробе, но это вовсе не начало. Если бы то сознание, которое приняло зачатие в материнской утробе, было началом, тогда, спрашивается, откуда взялось это сознание? Зависит оно от причины или нет? Будь оно независимым от причины, оно не могло бы и разрушиться. Только в том случае, если оно возникло из причины, оно может функционировать. Значит, существовал какой-то момент сознания, предшествующий принятию зачатия, и он тоже не был началом «я». До зачатия уже был ум, который также возник из своего предыдущего момента. Таким образом, у вашего ума нет начала.

Итак, когда ваш ум под влиянием кармических сил принимает зачатие, например, в человеческом теле, вы ощущаете себя человеком. Если вы генетически обретаете тело тувинца, вы говорите, что вы тувинец. У вас такое конкретное, плотное тувинское тело, и вы поете: «Мен Тыва мен», но никакого самосущего тувинца нет. Просто ваше тело имеет генетические особенности тувинца, поэтому вы говорите: «Мен Тыва мен». Но не всегда вы были уроженцем Тувы. Когда-то у вас было тело русского, и вы называли себя русским.

Но иногда ваше положение бывало гораздо хуже – вы рождались в низших мирах. Например, когда вы имели тело собаки, вы считали себя собакой. Тувинец вы или собака – все эти ваши обличья подобны сценическим костюмам, которые периодически меняет актер – ваше «я». Сейчас вы носите один костюм, потом другой. Но у актера нет цепляния за роль короля, которую он играет, потому что в следующий момент он может стать

королевой. Все это похоже на иллюзии, в которых нет никакой определенности и конкретности. Итак, у вашего ума нет начала – он существует с безначальных времен.

Теперь возникает такой вопрос: в чем же причина ума и в чем причина материальных частиц? Причина ума – это предыдущий момент того же ума, а причина частиц – это предыдущий момент этих частиц. Продолжение существования ума и материи – это естественный механизм природы. Хотя сама по себе протяженность существования частиц не обязательно обусловлена силой кармы, но когда некие частицы образуют что-то красивое или что-то уродливое – это уже происходит в силу кармы.

Сама по себе протяженность вашего ума не зависит от кармических сил, но ваше состояние ума – счастливое или несчастное, ясное или не ясное – все это зависит от кармы, формируется в силу кармических причин. Что касается движения, то даже один ваш шаг зависит от кармической силы. Например, сегодня вы пришли сюда, потому что вам помогала кармическая сила. А те, люди, у которых нет кармических причин, даже если они хотят сюда прийти, у них не получается. Но у создавших кармические причины услышать это учение не было выбора: даже если они не собирались сюда, они все равно пришли и слушают это учение. Это называется кармическое движение. Таким образом, вы не можете получить в жизни все, чего хотите, – ваша способность получить желаемое сильно зависит от кармических причин, поэтому не очень-то держитесь за объекты желаний.

Будьте осторожны с негативной кармой. Скажите себе: «Какую я создал карму, с такими последствиями и встречусь». Надо стараться создавать благодетельную карму, а не просто бояться сделать что-то не так.

Вы обретете мужа или жену в соответствии со своей кармой, поэтому пытайтесь не слишком фантазировать на эту тему, к примеру, не ожидайте принца на белом коне. Приедет принц на белом коне – хорошо, а если не приедет – ничего страшного. Благодаря кармической силе однажды вы встретитесь и, даже если не захотите быть в месте, все равно будете вместе. Это не судьба – это карма, поэтому примите происходящее. Если у вас хороший муж или жена, значит, в своей предыдущей жизни вы создали соответствующую благодетельную карму. А если вы выбрали неподходящего спутника жизни, значит, создавали в прошлом неблагодетельные причины. Все переживания обусловлены кармой. Если у вас возникает какая-то проблема, вам остается принять ее – слишком поздно что-то менять, когда карма уже проявилась. Просто скажите себе: «Если в будущем я не хочу таких проблем, не хочу усугублять свое положение, я не буду больше создавать таких причин».

Что такое негативная карма? Это ваши злые мысли, желание причинить вред другим людям. С того момента, как у вас возникли недобрые намерения, вы начинаете создавать негативную карму ума. Уже в следующий момент каждая такая мысль оставляет в вашем уме отпечаток. Например, злая мысль продержалась в вашем уме десять минут. Представьте, сколько моментов в этих десяти минутах. Очень много. И в каждый момент вы будете создавать в уме негативные отпечатки. Точно так же, когда записываете что-то на DVD-диск, отпечатки создаются на диске в каждый момент записи.

В «Ламриме» говорится, что, если вы хотя бы на один миг разгневайтесь на Духовного Наставника, тот негативный отпечаток, который останется в уме и проявится в будущем, будет невероятно мощным и опасным. Кармический отпечаток гнева на Духовного Наставника, созданный в один миг, приведет в будущем к пребыванию в горячем аду в течение целой кальпы. Например, если ваш гнев на Духовного Учителя длился две минуты, подумайте, сколько же в этих минутах мгновений! Вы должны понять, что, какое бы



действие ни совершалось умом, след его остается в уме и никуда не исчезает. Механизм таков, что сначала карма порождается на уровне ума, затем – на уровне речи, а потом – на уровне тела. Сначала у вас возникает гнев, затем под влиянием этого гнева вы произносите какие-то слова, а это уже становится негативной кармой речи. Например, вы скажете: «Ты собака!» или «Ты дурак!» Каждый раз, произнося это, вы оставляете след в своем сознании в каждый момент. Это на сто процентов так, поэтому будьте очень осторожны.

Когда этот отпечаток встретится с условиями, он подействует подобно яду. В силу того, что вы кого-то один раз назвали собакой, в будущем вам придется переродиться собакой пятьсот раз. Если вы кого-то обозвали дураком, то в пятистах следующих жизнях вы будете глупым, неспособным запомнить даже одного слова. Будьте очень осторожны со своей речью. Никогда не называйте других «уродами»: мы и так выглядим не очень красиво, а из-за этих слов жизнь за жизнью будем рождаться еще более некрасивыми. Наши человеческие тела не очень привлекательны. Когда на нас смотрят боги, для них мы выглядим как обезьяны. Есть на нас косметика или нет – разница невелика, потому что все мы подобны обезьянам. Например, когда мы смотрим на обезьян, они нам кажутся одинаковыми, но сами обезьяны тоже считают некоторых обезьян красивыми, других же – менее красивыми. Точно так же мы кажемся одинаково уродливыми богам, но сами меж собой разделяемся на красивых и некрасивых.

В действительности наше тело состоит из тридцати шести нечистых элементов: кожи, плоти, мочи, лимфы и т. д. Как это может быть красивым? Когда вы все это разделите и рассмотрите, то увидите, что ничего красивого в этом нет. Но, собрав все это вместе, вы тем самым немного обманываете других. Людям, непонимающим природы явлений, вы кажетесь красивыми. Но на самом деле настоящей красоты в вас нет, есть только обманчивая видимость. Буддизм утверждает, что нет ничего красивого в сансаре, по природе все уродливо и по сути является основой для страдания.

Если вы что-то обрели – это хорошо, но если вам не хватает чего-то – ничего страшного, ведь по природе все уродливо и представляет собой страдание. Если вы вышли замуж – это хорошо, но не найти мужа – тоже вовсе не катастрофа, ведь муж – это объект страдания. Точно так же, не найдя жены, не порождайте фиксированной идеи: «мне обязательно надо получить этот объект». Если он у вас есть – радуйтесь, а если нет – не беспокойтесь об этом. Это полезно знать, потому что тогда ум будет гибким.

Когда в голове много фиксированных идей, ум становится очень странным. Стоит только появиться в уме идее-фикс, как человек тут же превращается в шизофреника, которому нужен только один объект и больше ничего. Когда у мужчины рождается фиксированная идея найти жену, в этот момент ему ничего, кроме жены, не надо. Как настоящий шизофреник, он все время думает: «жена, жена», даже когда ест. Точно так же и женщина, когда у нее появляется идея-фикс выйти замуж, теряет интерес ко всему, кроме мужа: в этот момент ей уже и шуба не нужна, не нужна работа. С тех пор как у вас появляется фиксированная идея, вы становитесь ненормальным. А откуда берется идея-фикс? Она возникает из очень сильной привязанности. Вы день и ночь думаете только о хороших качествах этого объекта, а после этого ваша голова начинает работать ненормально. Всегда нужно соблюдать баланс: есть желанный объект – хорошо, а если нет – ничего страшного.

Если у вас возникла фиксированная идея стать лидером, вы начнете любым действием делать себе рекламу. Как только открывается ваш рот, сразу все слышат, какой вы замечательный человек и какие другие люди плохие. Например, у Жириновского немного есть склонность к идее лидерства. Как только он открывает рот, сразу начинается: «Я такой умный» и т. п., потому что его ум немножко ненормальный. В любой области, если у вас

появляется фиксированная идея, вы уже не боитесь совершить негативную карму ради обретения желанного объекта. Вы готовы пойти на все, а это очень опасно. Итак, идея-фикс появляется тогда, когда вы вновь и вновь думаете о каком-нибудь объекте. Будьте осторожны с такими идеями.

Фиксированные идеи могут появляться даже в духовной области – и это еще более опасно. «Я буддист, я читаю мантры, а вы все ничего не знаете. Я делаю практику Ямантаки. Я стану необычным человеком, научусь летать. Все люди будут мне поклоняться, делать мне подношения» и т. д. – это уже признак ненормальной работы ума. Это дурацкие мысли. Непонятно, зачем с такими мыслями приходить в буддизм. Буддийская философия – это размышления о непостоянстве, о законе кармы. Поскольку эти природные законы неколебимы, не стоит создавать негативную карму, но имеет смысл накапливать заслуги, чтобы в будущем обрести счастье. Размышления о том, что в природе живых существ нет никакой красоты, поэтому привязываться к ним незачем, – это также настоящая буддийская философия. Ваши мечты стать необычным человеком с помощью чтения мантр или медитации не имеют отношения к буддийской философии. Это духовная шизофрения. Мне не хотелось бы, чтобы в Туву появились духовные шизофреники.