

Как обычно, развеите правильную мотивацию. Слушайте это учение с мотивацией укротить свой ум, сделать его здоровым.

Мы подошли к теме анализ десяти негативных карм. Когда вы проводите аналитическую медитацию на десять негативных карм, в первую очередь рассматриваете три негативных кармы тела. Из них первая – это убийство. Здесь существует четыре фактора: основа для убийства, три вида мотивации, само действие и завершение. Если некоторые из этих факторов отсутствуют, то это созданная, но не накопленная карма. Если же присутствуют все четыре фактора – то карма становится и созданной и накопленной, то есть карма становится определенной.

Подумайте: «Это очень тяжелая карма, я никогда не создам такой кармы. Это очень опасный яд, он сразу же проявится. Даже если по неосторожности я совершу негативную карму убийства, то в конце я обязательно пожалею об этом и не стану радоваться». Проводите такую аналитическую медитацию. Не думайте, что аналитическая медитация заключается в том, чтобы просто перечислять десять негативных карм: убийство, воровство и т. д.

О воровстве я говорил ранее.

Мы подошли к теме прелюбодеяние. В первую очередь вам необходимо узнать, что представляет собой основа для прелюбодеяния. Это муж или жена, принадлежащие другим людям, ваши родственники, близость алтаря или ступы.

Мотивацией служит привязанность, гнев и неведение. Когда вы принуждаете кого-то к сексуальным отношениям против его воли, это также прелюбодеяние. Само действие – это вовлечение в такие отношения. Завершение – это радость по поводу содеянного: «О, я это сделал!» Когда присутствуют все четыре фактора, карма становится тяжелой.

Существуют четыре негативных кармы речи. Эти поступки являются причиной несчастья других людей, но для вас они становятся причинами еще большего несчастья. Будьте осторожны, старайтесь не создавать эти четыре негативных кармы речи. Рассмотрение десяти негативных карм – это общая практика для всех буддистов. Но последствия негативной кармы для всех одинаковы: кто бы ни совершил эти десять негативных действий, буддист это или не буддист, он словно принимает яд. Яд действует не только на тех ученых, которые его открыли. Если ученый примет яд, то он будет болеть, но если тот, кто принял яд, не является ученым и даже не верит в науку, он тоже будет болеть. Вред от яда – это естественный, природный вред. Так же и негативные поступки являются вредоносными по природе, поэтому отказ от создания негативных карм необходим не только буддистам.

Существует два вида запретов. Первые запрещают определенные действия в силу их вредоносной природы. Вторые запрещают совершать некоторые невредоносные действия по определенной причине. Например, существует множество монашеских обетов, которые предписывают не совершать действия, не вредоносные по природе. Хотя в самих действиях нет ничего плохого, тем не менее, совершая их, монах нарушает обещание, данное Будде. Например, один из многочисленных вторичных обетов монаха – не прыгать. Сами прыжки не являются негативной кармой, но монахам это запрещено, потому что это некрасиво выглядит. Будда дал такой совет: те, кто носит монашеские одежды, должны ходить правильно. Такие запреты называются запретами с определенной целью.

Теперь рассмотрим четыре негативных кармы речи. Первая негативная карма речи – ложь. Какова основа для лжи? Живое существо, которое вы хотите обмануть. Какие виды мотиваций здесь возможны? Гнев, привязанность, неведение. Некоторые индуистские мастера из-за неведения говорят ученикам: «Чем больше вы обманываете людей, тем больше силы обретаєте». Раньше было много мастеров, которые говорили ученикам: «Если ты дашь людям яд, ты обретешь новые силы». Так говорили не только индуистские мастера. В нашем мире много разных странных мастеров. В индуизме тоже бывают разные учителя. Люди, интересующиеся темными силами, становятся зависимыми от негативных эмоций, без злости они не могут жить и испытывают потребность каждый день кому-нибудь навредить, а если никого не встречают, вредят себе.

Вам очень повезло, что вы не произносите лжи из-за неведения. Ваша мотивация – привязанность или гнев, от этого вреда немного меньше. Из-за маленькой привязанности вы тоже не лжете, вы говорите: «Из-за большой привязанности немного можно солгать, ничего страшного».

Старайтесь постепенно меняться. Даже если у вас сильная привязанность, скажите себе, что с помощью лжи вы не сможете обрести желаемый объект. Желание не решит вашу проблему, оно, подобно соленой воде, будет лишь усиливать жажду. Уменьшайте свои желания, тогда вам не захочется лгать. Вы применяете противоядие от такой мотивации, и негативные действия речи таким образом прекращаются.

Васубандху говорил, что действия тела и речи движимы умом. Если вы немного уменьшите движения ума в негативную сторону, то естественным образом станут меньше отрицательные действия тела и речи. Даже если повесить на рот замок, вы не сможете остановить негативную карму речи. Вы будете обманывать жестами, движениями головы. Вас спросят: «Ты это знаешь?» Вы сохрете, покачав головой: «Нет, не знаю». Ложь – это негативная карма речи, но вы также можете солгать, кивнув головой или жестикулируя. Всё равно это ложь.

Если человек поверил вашим лживым словам, и вы радуетесь: «О, я его обманул», то здесь присутствуют все четыре фактора. Основа – это человек. Мотивация – привязанность, например, к себе: «Я особенный!» Например, кто-то вас спросил: «У вас есть бодхичитта?» Вы кивнули. «А мудрость понимания пустоты?» Вы опять кивнули. Всё, действие совершено. Он начал думать, что вы реализованный человек. Эта ложь о себе как о практике высокого уровня является очень тяжелой ложью. Даже если у вас есть какие-то реализации, всегда говорите: «У меня нет реализаций». Это не ложь, потому что у вас нет мотивации кого-то обмануть – вы хотите остаться на самом низшем месте. Когда вы говорите с целью обмануть кого-то, ввести в заблуждение – это негативная карма. Если вы скрываете свои реализации – это не ложь. Из желания помочь вы произносите то, что человеку в данный момент подходит.

Например, один человек в гневе убил отца и мать. Когда злость прошла, он сильно испугался. С сильным сожалением он пришел к Будде и спросил: «Я страшный человек, убивший отца и мать. Что теперь со мной будет?» Будда знал, что, если сказать человеку правду, он сразу умрет. Даже убийство одного родителя считается тяжелой негативной кармой, результатом которой будет ад. Будда из сострадания сказал: «Убить отца и мать не страшно, их надо убить». Человек успокоился и стал размышлять: «Почему Будда так сказал?» В конце концов он понял: «Под отцом и матерью Будда подразумевал вовсе не людей, которые дали мне это тело. Отец – это мое неведение, а мать – привязанность. Из-за них я родился в сансаре, и именно их следует убить. Без этого невозможно освободиться от

сансары». В этом состоял смысл слов Будды, которые были не ложью, но искусной речью, произнесенной вовремя.

Так же поступают доктора, если они обнаружили рак у пациента. Слабому пациенту правду не говорят, потому что это слишком тяжело. Они готовят его к такой информации постепенно. В буддизме не говорится, что все время нужно говорить только правду. В некоторых ситуациях сказать человеку то, что будет полезно услышать, – это не ложь, а искусная речь.

Мы рассмотрели три вида мотивации. Что касается самого действия, то вы обманываете посредством речи, жестов или мимики. Четвертый фактор – вы радуетесь: «Теперь я это сделал, я солгал! Он попался на мою ложь».

Вторая негативная карма речи – злословие. Основа злословия, клеветы – два человека или группа людей, которые находятся в дружеских или не дружеских отношениях. Если вы что-то говорите для того, чтобы внести раскол в группу людей, которые между собой ладят, это злословие. Если вы говорите вещи, которые увеличат уже имеющуюся дисгармонию, это также злословие. Вы можете говорить правду или неправду, это неважно, главное – ваша мотивация внести раскол. Когда вы видите, что чей-то муж пошел куда-то с другой девушкой, вы радуетесь: «О, я их застал вместе!» и говорите его жене о том, что видели. Если вы радуетесь, что внесли дисгармонию в отношения супругов, это и есть злословие.

Некоторые думают, что злословие – это тонкий политический инструмент, но это не искусная речь, это опасный яд. Из-за такой причины из жизни в жизнь вы не сможете найти надёжных людей, верных друзей. Даже находясь наедине с самим собой, вы не сможете обрести внутренней гармонии. Вы легко будете впадать в депрессию. Нарушая спокойствие других, невозможно обрести собственный покой. Выйдя на улицу, вы захотите вернуться домой, а дома вас будут одолевать мысли: «Я хочу на улицу». Никто вам не мешает, но, куда бы вы ни отправились, там всё будет не так. Это результат внесения дисгармонии в отношения других людей. Какая причина – такой и результат. Это только один симптом, это не полное проявление негативной кармы, созданной клеветой. Поэтому скажите себе: «Я никогда не буду произносить клеветы. Что я обрету, если другие станут несчастны?»

Наш ум думает: «Если кто-то станет хуже, то я от этого стану лучше». Это неправильно. Почему люди критикуют друг друга? Они думают, что, унижая других, можно самому возвыситься. Это примитивный уровень мышления.

Если хвалить других, а про себя вообще не говорить, то другие станут хвалить вас еще больше. Через возвышение и похвалу других, вы действительно будете становиться выше и выше.

Люди, которых вы критиковали, не будут молчать, они будут критиковать вас в ответ. Вы оба будете унижены, упадете в глазах других. Особенно в духовной области важно уважать других, не критиковать других учителей. Очень некрасиво, когда два учителя говорят друг о друге плохие вещи. Это позорит будд и бодхисаттв больше, чем ругань между учениками. Им очень стыдно за вас. Если вы учитель или старший ученик, очень позорно так себя вести. Поэтому я прошу вас: пожалуйста, ни о ком не говорите плохих слов. Злословие – это следствие примитивного мышления. На таком пути вы никогда не будете счастливы. Когда к вам приходят такие мысли, сразу ругайте себя: «Зачем я так долго слушал учение, если до сих пор не изменился? Ум до сих пор примитивно мыслит. Немного читаю мантры, молитвы, но ум не меняется. Надо себя ругать!»

Полезное мышление – это когда вы делаете что-то хорошее для других, вносите гармонию, это позитивная карма. Даже если другие хотят немного преимуществ, отдайте им победу, скажите: «Да, да, вы лучше меня, правильно». При этом вы ничего не теряете. Даже если от этого люди будут меньше вас уважать, какая разница? Если у вас много негативной кармы, никакое уважение вам не поможет. Помните об этом всегда.

Третья негативная карма речи – грубая речь. Основа для грубой речи – любое живое существо, которое способно чувствовать. Даже в отношении собаки или кошки вы можете накопить карму грубой речи. Если вы будете ругать комара, который жужжит и не дает вам спать, вы тоже можете накопить негативную карму грубой речи. Если комар обидится – карма будет сильнее, если же нет – карма будет немного слабее, но основа есть. Грубая речь в отношении человека – более тяжелая карма, потому что он понимает ваши слова. Комар ничего не понимает, но чуть-чуть чувствует. Животные тоже чувствуют, когда их ругают. Они немного обижаются, не как человек, но всё же немного обиды есть.

Три вида мотивации – гнев, привязанность, неведение. Само действие – произнесение грубой речи. Завершение – радость от содеянного: «Я сказал ему грубые слова, он покраснел, как хорошо! Сегодня я встретил своего врага и в присутствии многих людей отругал его, он чуть не плакал, как хорошо!»

Это очень тяжелая карма. Им больно так же, как и вам, когда вас ругают. Поэтому никогда не произносите грубой речи. Иногда мы думаем: «Если я произнесу грубые слова, люди испугаются и будут меня слушаться», но это иллюзия власти. Вас слушают в вашем присутствии, но когда уходите, никто не делает так, как вы сказали. Если же вы завоевали сердце человека, то он будет делать так, как вы сказали, независимо от того, рядом вы или нет. Поэтому настоящая победа – завоевать сердца людей. Только с помощью любви вы сможете завоевать сердца других людей. Они будут делать, как вы хотите, даже если вы спите, это будет хорошо и для них, и для вас.

Я не заставлял своих учеников работать здесь, строить этот лагерь и не запугивал их: «Если не сделаешь так, как я сказал, я тебя буду бить!» То, что вы создали здесь за короткое время, означает, что моя любовь тронула ваши сердца. Поэтому вы работали день и ночь. Благодаря вам мы находимся сейчас в таком красивом месте. Сегодня здесь больше тысячи человек, и вы работали вместе добровольно, в полной гармонии, это очень ясный пример того, что не обязательно ругать людей, чтобы что-то от них получить.

Сейчас мир изменился, ум людей стал острым, они не станут работать из-под палки. Сейчас самое лучшее – завоевать сердце другого человека с помощью любви, сострадания, гармонии, тогда все будут счастливы. Во всех буддийских центрах я говорю о том, что один человек не должен диктовать другим свою волю. У вас должно быть взаимоуважение. Тогда люди будут помогать не из-за страха. Мне было трудно в течение нескольких лет создать такую систему. Вначале буддийский центр создавался ради блага общества, но его контролировали один – два человека и все время боялись потерять власть в группе, не пускали новых людей. Это происходит из-за ненормальной работы их ума – они создают неудобство себе и другим. Я очень рад, что сейчас в буддийских центрах наступила гармония, никто никого не боится. Люди помогают друг другу по собственному желанию. Члены центров должны проявлять любовь друг к другу, и это лучший способ завоевать сердца других людей. Все председатели должны следовать моему примеру: использовать чистую любовь. Думайте, что вы как отец или как мать, ваша ответственность – помогать людям, защищать их, показывать правильный путь. Когда они поступают неправильно, говорите им: «У нас в центре есть определенные правила, пожалуйста, не нарушай их».

Мы все умрем, но вокруг много молодых людей, которые станут членами буддийских центров. Они будут немного лучше нас, потому что мы слишком поздно начали слушать учение. Некоторые дети слушают учение уже с десяти лет и понимают закон кармы. Когда им будет двадцать пять – тридцать лет, они станут мудрыми председателями.

Четвертая негативная карма речи – пустословие. Основа – любой человек. Мотивация – гнев, привязанность, неведение. Действие – бессмысленные разговоры. Например, о Путине, о Медведеве: «Они все неправильно делают, живут на государственные деньги. Если бы я был президентом, я бы сделал все по-другому». Это бессмысленная болтовня.

Самое лучшее – не говорить слишком много, но совсем молчать – тоже неправильно. Вы можете шутить, чтобы порадовать людей, сделать их счастливыми – это не пустословие, потому что все зависит от мотивации. Нужно придерживаться срединного пути.

Завершение здесь такое же – вы радуетесь, что сегодня сказали очень много: «Я целый час говорил и больше никому не дал слова сказать!» Иногда бывает, что оба человека говорят одновременно, не слушая друг друга. В этом случае сложно сказать, кто из них является объектом пустословия.

Три негативных кармы ума. Первая – алчность, желание завладеть вещью другого человека. Это грубая привязанность. Есть просто желание: хорошо бы у меня была одежда и прочее, это не алчность. Желание обрести чужого мужа или чужую жену – это тоже алчность. Основа – объект, принадлежащий другому человеку. Все люди согласятся с тем, что желать чужое неправильно. Эти действия вы способны пресечь.

Мотивация – гнев, привязанность, неведение. Из-за гнева и привязанности вы хотите обрести объект, принадлежащий другому. Когда вы видите красивые вещи у других людей, у вас возникает алчное желание: «Если бы этот объект стал моим, как было бы хорошо!», а вслед за ним зависть и гнев.

В силу неведения вы можете следовать неверным учениям и желать объекты, принадлежащие другим. Существуют ложные учения, в которых говорится, что вы станете более счастливы, присваивая такие объекты. Это хороший материал для аналитической медитации. Скажите себе: «Такую негативную карму я остановлю и не стану ее совершать. Будда не советовал своим ученикам подавлять любую привязанность. Для меня это было бы слишком сложно. Но я вполне способен не желать объекты, принадлежащие другим. Я никогда не поддамся такой алчности!»

Вторая негативная карма ума – злонамеренность. Основа – другие существа, которым вы хотите причинить вред. Вы хотите создать проблемы другим, навредить им. Такие мысли могут возникать из-за гнева, привязанности и неведения. Действие – это состояние ума. Например, мысль: «Пусть он сломает себе ногу». В завершение вы радуетесь. В таком случае в вашем действии ума присутствуют все четыре фактора, и карма становится тяжелой. Подумайте: «Я никогда не позволю себе вредоносных мыслей. Даже если они возникнут, я сразу о них пожалею». Каждое утро думайте так, это полезнее, чем воображать себя Ямантакой и тому подобное. Я думаю, что вам пока еще рано делать тантрические визуализации. Те, кто получил посвящение, выполняйте свои обязательства кратко, а основной упор делайте на размышления о карме.

Если ежедневно проводить такую медитацию о карме, вы заметите, что меняетесь в лучшую сторону. Если же вы будете в течение месяца выполнять ретрит по Ямантаке, день

и ночь читать мантры, может быть, вы накопите заслуги, но, поскольку ваша мотивация неверна, вы вернетесь из ретрита таким же, каким ушли. В Тибете много таких историй. Не все встречают подлинного учителя, некоторые сразу получают инициацию от неподлинных учителей, уходят в ретрит, думая, что если провести трехлетнее затворничество, то можно стать ламой. Некоторые русские ученики говорят, что они ламы, потому что провели трехлетний ретрит. Но они выходят из ретрита такими же, как были прежде: их речь осталась прежней, они даже не думают, что негативная карма – это плохо. Во имя Дхармы они совершают еще больше негативной кармы. «Это моя школа, а та школа – другая! В школе Гелуг только впустую болтают, там медитации нет! Наша школа – самая лучшая! Мы занимаемся медитацией!»

Это тяжелая негативная карма! Вам должно быть стыдно говорить: «Мы, гелугпинцы, самые лучшие! Другие школы плохие!» Зачем вам это надо? Все школы одинаковы, всё это – учение Будды. Нет гелугпинского, нингмапинского или кагьюпинского буддизма. Все учения пришли из монастыря Наланда. Нагарджуна, Чандракирти, Асанга, Дигнага – великие мастера, которые там учились. Лама Цонкапа говорил, что не добавил к учениям мастеров Наланды ни одной своей мысли. Туда оно пришло от Будды, поэтому мы все – ученики Будды. Если вы вернетесь из трехлетнего ретрита с еще более омраченным состоянием ума, чем раньше, это очень печально.

Вы получали это учение несколько дней. Проверьте, отличается ли ваше состояние ума от того, что было три – четыре дня назад. Если отличается, то это уже реализация. Вы можете заметить большую разницу, значит, это лекарство эффективно, оно вас меняет. Подлинный врач смотрит, эффективно ли лекарство. Если оно эффективно, он может увеличить дозу. Другие лекарства, такие как практика Ямантаки, тоже хороши. Я сам практикую эту тантру и не критикую ее ни коим образом. Ямантака, Гухьясамаджа, Махамудра, Дзогчен, шесть йог Наропы – все эти практики хороши, но вам пока не подходят. Ваш ум не готов к таким высоким практикам, от них вам может стать еще хуже.

Медитация на Прибежище и карму каждую минуту меняет ваш ум, вы становитесь менее дикими. Несколько дней назад я видел здесь только диких животных, сейчас смотрю – диких нет. Вы стали больше похожи на домашних животных, подобных кошке, но все равно вы еще не совсем очеловечились. Тело выглядит как человеческое, но ум подобен уму домашнего животного. Я хочу дать вам совет: укрощайте свой ум, пока он не станет умом мудреца. В любой ситуации не реагируйте сразу, подумайте и решите спокойно – не как кошка, которая сразу кидается на ударившую ее палку и кусается. Если вас ударили палкой, подумайте: почему кто-то ударил меня, кто виноват? Палка не виновата. Удар нанес человек.

В любой ситуации ищите подлинного виновника проблемы, и вы поймете, что виноваты сами. Если вы думаете с точки зрения кармы, какую бы проблему вы ни исследовали, вы увидите, что она возникает с вашей стороны. Это как в горной долине крикнуть: «Ты дурак!» В ответ вы услышите: «Ты дурак!» Откуда доносится до вас этот звук? Вы слышите слова, как будто долетевшие до вас извне. Но если проанализируете, то станет понятно, что вы сами произвели этот звук. Вина лежит на вас, поэтому не вините в своих проблемах никого другого. Не забывайте этот совет. Мастера Кадампы говорили, что во всех бедах винить можно только себя. Эти две фразы я выучил наизусть и повторяю как мантру. Я держу их в своем сердце, это очень полезно.

Помните о доброте живых существ. Когда видите кого-то, вспоминайте, что этот человек в прошлом был очень добр к вам. Сейчас он, возможно, забыл об этом. Все живые существа были вашими матерями. Сколько раз они кормили вас, жертвовали ради вас жизнью! Когда

вы были детенышем обезьяны, ваша мама, защищая вас от охотников, жертвовала своим телом. Если бы у вас было ясновидение, вы увидели бы миллионы и миллионы таких случаев. Все совершали подобные подвиги ради других. В прошлых жизнях, расставаясь, вы плакали и думали: когда мы увидимся снова? Встречаясь в этой жизни, вы называете своего бывшего друга врагом. Немного откройте свой ум, и вы увидите, что врагов не существует, есть только объекты любви и сострадания.

Рассуждая логически, вы не найдете объектов гнева во внешнем мире. Их создаёт ваш ум. Например, есть ли во внешнем мире объект любви – живое существо, которому не хватает счастья? Есть! И вы можете желать ему счастья. Но объекты гнева, т. е. существа, которые вам вредят, объективные враги – их там нет. Если есть объективный враг, он должен быть врагом для всех. Но для других людей он лучший друг. Но тот же самый человек, который враждебно относится к вам, – действительно объект любви, потому что ему не хватает счастья. Это объективная истина. Где объект вашего гнева? Это лишь неправильная интерпретация, ярлык, созданный умом. В мозгу создается неправильный сигнал, и вы видите человека как врага. Это очень ясно.

Буддизм утверждает, что у всех омрачений нет основы. У объекта привязанности нет основы. Он проявляется перед вами, но это иллюзия. Вы воспринимаете видимость и думаете, что объект так и существует на самом деле, но в реальности его нет. В буддизме говорится: привязанность и гнев всегда преувеличивают объект. Это ошибочный, недостоверный ум. В «Праманаварттике» Дхармакирти говорил: «Все омрачения возникают из недостоверного ума, но объекты любви и сострадания существуют достоверно. Когда вы развиваете любовь и сострадание, ваш ум не омрачен, он видит более ясно. Это очень прочный, стабильный ум, который может развиваться до бесконечности. Дхармакирти говорил о том, что недостоверный ум не может развиваться безгранично, для него не существует достоверной основы. Эта логика полезна для обоснования состояния освобождения. В будущем, если будет время, я дам это учение, сегодня времени на это нет.

Третья негативная карма ума – ложные воззрения. Основа – Три Драгоценности, четыре благородные истины, будущая жизнь, закон кармы, другими словами, нечто существующее, что в силу неверных обоснований вы считаете несуществующим. Подобное отрицание существующего называется «ложные взгляды». Если вы не верите в будущую жизнь, то создаете много негативной кармы. Если вы не верите в карму, это будет подталкивать вас к совершению вредоносных действий. Вы движетесь в неверном направлении, и ложные взгляды помогают вам двигаться еще быстрее.

Мотивация – неведение. Действие – вывод о том, что не существует объектов и явлений, которые на самом деле существуют: «Трех Драгоценностей нет! Если есть, то покажите мне их. Где Будда?» Как говорят китайцы: «Где Будда, покажите нам его! Покажите нам ад, мы туда бросим бомбу!» В ад невозможно бросить бомбу. Если я скажу, что ад находится на Солнце, и вы бросите туда бомбу, то ничего не случится, Солнце станет гореть еще ярче. На Солнце очень жарко, там вполне может быть ад.

Человек очень мал, и его возможности весьма малы. Ад может находиться очень далеко. Человек не способен двигаться даже со скоростью света, как же он может добраться до ада? Но ад может быть не только внутри Солнца. Внутри нашей планеты тоже очень жарко, и там может быть ад. Бросить бомбу в ад – это узкое мышление. Люди, знающие одну небольшую сторону науки, считают себя учеными и говорят: «Религия – это глупости, я точно знаю, что такого не существует!» Это признак неведения. Они не знают всех областей науки: есть целая наука о мозге, о теле, множество отраслей физики и пр. Если вы чуть-чуть знаете, не нужно быть высокомерными. Высокомерие способствует развитию

неведения. Люди говорят: «Будущей жизни нет, потому что я этого не знаю». Такие атеисты – объекты сострадания. Когда вы сделали вывод, основываясь на неверном обосновании, это формирует ложный взгляд.

Завершение возникает, когда вы радуетесь такому убеждению: «Это моё мнение, я этому рад и никогда меняться не буду. Даже если мне отрубят голову, я не поверю». Это весьма опасные взгляды. В таком случае вам будет сложно избавиться от сансары. Вам повезло, что у вас нет ложных взглядов, наоборот, вы верите в закон кармы, и я очень рад.

Мы рассматриваем специфический анализ негативной кармы. Второй заголовок здесь: отличие легкой и тяжелой кармы.

Анализ десяти негативных карм в первую очередь проводится с точки зрения сущности. Первые семь негативных карм – тела и речи – находятся в следующей последовательности: убийство является самой тяжелой кармой, далее воровство, прелюбодеяние, затем ложь, злословие, грубая речь, пустословие. Если присутствуют все четыре фактора, по сущности убийство будет самым тяжелым, далее идет воровство и т. д. Если нет всех факторов, возможна ситуация, когда убийство будет более легкой кармой, чем воровство. Например, вы убили комара и сразу пожалели: «Зачем я так сделал, никогда так больше не буду!», или вы украли нечто, принадлежащее Трем Драгоценностям, и очень этому радуетесь. Здесь присутствуют все факторы, поэтому воровство тяжелее убийства.

С точки зрения сущности негативные кармы ума определяются в обратном порядке. Чем ниже карма по списку, тем она тяжелее. Ложные взгляды тяжелее, чем злонамеренность, а злонамеренность тяжелее, чем алчность. Кармы тела и речи выстроены в правильном порядке, а кармы ума – в обратном. Это очень важно, запомните наизусть.

Тяжесть с точки зрения мотивации, или эмоции. Когда совершаете действие из-за сильного гнева, привязанности или неведения, они становятся более тяжелыми. Если эмоция меньше, то и созданная карма становится легче. Чтобы ослабить вашу негативную карму, необходимо сделать эти омрачения слабее. Каждый день рассматривайте недостатки этих омрачений, относитесь к ним как к яду. Если у вас появляется привязанность, она должна быть небольшой.

Тяжесть с точки зрения действия. Если к действию добавляются пытки и желание сделать существо более несчастным, карма становится тяжелее. Например, убийство с использованием пыток.

Что можно сказать о воровстве? Я не знаю, что может усилить это действие. Воровство – это воровство. Убивать можно мучительно, с пытками. Ну, наверное, если владелец что-то прячет от вас, а вы медленно-медленно воруете у него на глазах, такое действие будет тяжелее, чем тайное воровство. Если он вообще не понял и не узнал о пропаже, карма будет легче. Бывает, что воры демонстративно присваивают себе чужие объекты. Исследуйте, что для вас больнее, если у вас украли тайком или если медленно отбирают, показывают вам и говорят: «До свидания!», а вы не можете воспрепятствовать этому. В анализе остальных карм используйте собственный ум.

Тяжесть с точки зрения основы. Если вы убиваете насекомое – это легкая основа, если убили слона – основа весома, потому что на слоне живет множество насекомых, которые умирают вместе со слоном. Убийство человека тяжелее, чем убийство слона, в силу ценности человеческого тела и редкости его обретения. Среди людей: если вы убиваете своих родителей – это очень тяжелая карма, убийство бодхисаттвы – ещё более тяжелая,



убийство будды – ещё более тяжелая. Убийство Духовного Наставника – ещё более тяжелая карма. Это очень ясно объясняется в коренных текстах. Если выколоть глаза у миллиона человек, это очень тяжелая карма, но если сказать грубое слово бодхисаттве, эта карма будет тяжелее. Если вы скажете грубые слова тысяче бодхисаттв, это невероятно тяжелая негативная карма, но если сказать одно грубое слово будде, это ещё более тяжелая карма, потому что основа является более весомой.

Если вы браните тысячу будд, сколько миллиардов карм выкалывания глаз вы создадите? Если скажете одно грубое слово своему Наставнику, указавшему вам путь к освобождению, это ещё более тяжелая карма. Будьте осторожны. Вы совершенно ничего не знаете, а ваш Учитель указывает вам путь и раскрывает глаз мудрости. Если вы критикуете Учителя, который дает учение по «Ламриму» – вашего коренного Гуру – это невероятная негативная карма.

У Атиши было много учителей, но он считал коренным Учителем Серлингпу, который передал ему учение по «Ламриму» и специальное учение по бодхичитте. Он говорил: «У меня есть немного доброты благодаря Серлингпе». Он всегда называл Серлингпу своим главным Учителем. Будьте очень осторожны со своим Духовным Наставником. Если вы произнесете хотя бы одно грубое слово, это будет тяжелее, чем выколоть глаза миллиардам и миллиардам людей.

В коренном тексте говорится: с другой стороны, если подарите зрение миллионам людей, вы накопите очень весомую позитивную карму. Если вы с уважением похвалите одного бодхисаттву, это более весомая позитивная карма. Когда вы читаете молитву, думайте: «Бодхисаттвы заботятся о других больше, чем о себе. Сколько раз они жертвовали своим телом! Вы великие мастера, пусть все ваши желания исполнятся!» Сколько заслуг вы создадите за один миг таких размышлений! Не обязательно идти и раздавать людям глаза, это нелегко. Каждое утро думайте: «В нашем мире много бодхисаттв, сколько они помогают другим! Они думают только о благе других. У меня нет такого ума, но я сорадаюсь им и от всего сердца возношу хвалу!» Это очень высокие заслуги. Если вы похвалите одного будду, это будет весомере, чем похвала тысяче бодхисаттв. Если вы хвалите тысячу будд, вы радуетесь их благим деяниям и сравниваете это с похвалой вашему Духовному Наставнику, то второе действие будет весомере.

В создании негативной и позитивной кармы самый весомый объект – это ваш Духовный Наставник.