

Как обычно, вначале развеите правильную мотивацию. Получайте это учение с мотивацией укротить свой ум, избавить ум от омрачений, с пониманием того, что настоящее счастье – это ум, полностью свободный от омрачений. Каждый день старайтесь вспоминать, что если ум находится под властью омрачений, то где бы вы ни находились, везде с вами будет природа страданий. Это сансара. Куда бы вы ни отправились с умом, находящимся под контролем омрачений, вы не будете счастливы. Какой бы объект вы ни обрели с умом, находящимся под контролем омрачений, в конце концов, этот объект причинит вам страдание.

Всякий объект мирского счастья в итоге принесет вам одни лишь страдания, он не сможет принести вам настоящего счастья. В прошлом сансарические объекты приводили только лишь к страданиям. В настоящем и будущем, если вы не остановите привязанность к сансарическим объектам, у вас будут возникать те же самые проблемы. Любой статус в итоге приводит к проблемам. Даже если вы станете президентом всего мира, в конце у вас будут проблемы. Даже если вы станете самым богатым человеком в мире, в конце концов, у вас возникнут страдания, потому что вы полагаетесь на ненадежный сансарический объект. О любом сансарическом объекте следует думать, что он немного полезен, но привязываться к нему не нужно, потому что в итоге он приведет к страданию, он не может дать счастье.

Таковы даже ваши дети: когда они рождаются, вы испытываете немного счастья, но в результате и от них вы начнете страдать. Они вырастают и перестают вас слушаться. Некоторые дети выгоняют своих родителей из дома. Дети – не объект счастья. Если вы из сострадания помогаете своим детям, это правильно. Если из привязанности вы думаете, что хотите вырастить детей для того, чтобы они кормили вас в старости, ухаживали за вами, это неправильные мысли. Заботиться о детях нужно из сострадания: «Если я не буду рожать детей и никто не будет рожать, во что превратится наш мир?» Детей нужно рожать из сострадания. Вы хотите вырастить детей, которые будут полезны обществу. Не думайте о своей пользе. Дети – это сансарический объект, а не источник счастья. Желайте, чтобы ваши дети стали источником счастья для других людей. Тогда ваш ум будет подобен уму бодхисаттвы. Раньше бодхисаттвы ради блага большого количества людей заводили много жен и детей. Их цель была в том, чтобы эти дети помогли живым существам.

Когда вы привязываетесь к какому-то сансарическому объекту, постоянно напоминайте себе, что привязываться не к чему, потому что в итоге такой объект приведет только к страданиям. Только одно может подарить вам счастье: если одним негативным состоянием ума у вас станет меньше, это принесет вам счастье. Это самое надежное. Если вы разовьете одно благое качество ума, это станет источником вашего счастья. Вам каждый день нужно думать, что этот объект – настоящий объект счастья. Нужно собирать именно такие объекты. Если уж хотите испытывать привязанность, привязывайтесь к чему-то достоверному.

Вы привязываетесь к объектам, к которым не стоит привязываться. Поэтому привязанность – это омрачение, неверное состояние ума. Забота – это другое. Вы заботитесь о том, у чего есть хорошая основа. Есть большая разница между привязанностью и заботой. Вы должны заботиться о благих качествах ума. О других людях вам тоже нужно заботиться. Имеет смысл заботиться о них, потому что они – источник вашего счастья, а привязанность к людям возникает тогда, когда вы хотите сделать их своими рабами, использовать в своих целях, ради себя. Забота о других возникает из уважения к их чувствам.

Вернемся к теме четырех благородных истин. Сначала я объясню определение благородной истины страдания. Определение должно быть таким, чтобы все, что представляет собой

благородную истину страдания, входило в это определение, чтобы это определение отсекало все то, что не является благородной истиной страдания. Тогда вы поставите точный диагноз – определите страдание в полном объеме. Определение благородной истины страдания – это пять загрязненных совокупностей, возникающих из благородной истины источника страдания.

Все внешние объекты являются совокупностью формы: стол и так далее. Внешний мир также является объектом благородной истины страдания. Он возникает из источника страдания. Когда существа под контролем омрачений рождаются в этом внешнем мире, который возникает из источника страдания, им всегда сопутствует природа страдания. Если вы не понимаете точно термин «благородная истина источника страдания», вы можете сказать «под контролем омрачений». Пять загрязненных совокупностей, рожденных под контролем омрачений – это объект благородной истины страдания. Поэтому весь внешний мир, вы сами, а так же окружающие вас существа являются объектами благородной истины страдания. Солнце, Луна, все галактики относятся к благородной истине страдания. Все, что мы испытываем, переживаем, тоже к ней относится.

Относится ли к истине страдания также и чистая земля? Чистая земля возникает не из источника страдания. Она возникает в силу чистой причины. Поэтому чистая земля – это не сансара. Если вы рождаетесь в чистой земле, в этом случае вы не в сансаре, но вы также не свободны от сансары. Например, если ваш адвокат помогает вам выйти из тюрьмы, вы заплатите залог, но ваше дело до сих пор до конца не рассмотрено, в этом случае вы находитесь не в тюрьме, а в своей квартире, но вы еще не полностью свободны. В любой момент вы можете вернуться обратно, если ваше дело не будет закрыто. В чистой земле вы можете родиться с умом, находящимся под контролем омрачений, в этот момент вы не в сансаре, но и не свободны от сансары. В чистой земле вы точно сможете избавиться от сансары, потому что там есть все условия для полного избавления вашего ума от омрачений.

У вас должно быть две стратегии. Первая – стремиться избавиться свой ум от омрачений. Вторая – в том случае, если вы умрете, еще не достигнув к этому моменту стабильности в практике, необходимо иметь намерение с помощью пяти сил переродиться в чистой земле. Мой Духовный Наставник говорил мне, что с момента рождения в чистой земле у вас нет выбора – вы принудительно достигаете состояния будды.

В «Ламе Чопа» после аналитической медитации на Ламрим есть такие строки: «Если к моменту смерти не пройду путь до конца, благословите меня достичь чистой земли, следуя наставлениям о применении пяти сил или могучему методу просветления – переносу сознания с помощью Гуру». Этот термин «могучий метод» означает здесь, что принудительно, без всякого выбора вы должны будете это сделать. Здесь не совсем точный перевод. Могучий – это значит мощный. На самом деле в этом месте в тексте есть термин, который имеет более глубокий смысл: он означает, что без всякого выбора вам приходится это делать. Вы не хотите есть, но вам приходится есть. Даже если вы не хотите становиться буддой, у вас нет выбора – вы должны стать буддой. Это уникальная особенность чистой земли.

Если вы рождаетесь в чистой земле, у вас не будет возможности отдыхать, растрачивая время попусту. Там вам приходится продвигаться к состоянию будды. Если у вас есть такое желание, конечно, вы очень быстро сможете достичь Пробуждения. Таким ленивым людям, как вы, обязательно нужно попасть в то место, где без выбора становятся Пробужденными. Там вам не дадут долго спать по утрам: даки и дакини разбудят вас

звуками дамару и колокольчика. Даки и дакини очень приятные, красивые, поэтому у вас не будет выбора, вам придется встать. А ленивый мужчина тем более быстро проснется, если его разбудит красивая дакини. Женщина тоже проснется быстрее, если ее разбудит привлекательный дак. В чистой земле используются очень искусные методы: вы практикуете Дхарму, даже не замечая этого.

В течение одиннадцати дней нашего ретрита здесь, возможно, было создано пять процентов от тех условий, которые есть в чистой земле. Тем не менее, как мы здесь радовались, как было приятно, как мы добивались прогресса! Не замечая, без всяких трудностей, мы добивались результата в практике. Без всякого выбора небольшого прогресса достигли все, даже некоторые маленькие дети. В чистой земле условия благоприятны для практики на сто процентов. Поэтому молитесь: «Да смогу я родиться в такой чистой земле!»

Вернемся к теме благородной истины страдания. Чистые земли, земли Будды – это не сансара. Все остальные миры богов, где живут Брахма, Индра и так далее, являются сансарой, поскольку появились в результате омрачений, вследствие проявления позитивной, но загрязненной кармы. Если что-то приводит к благому результату, но является следствием загрязненной кармы, это сансара. Если говорить точно, к благородной истине источника страдания относятся не только омрачения, но и отпечатки загрязненной кармы, которые являются источниками страданий. Даже позитивная карма может быть загрязненной. Различают два вида позитивной кармы: загрязненная и незагрязненная.

Определение благородной истины источника страдания: кармические отпечатки и омрачения, которые становятся причинами благородной истины страдания, являются источниками страдания. Все то, что является причинами наших страданий в сансаре, все сансарические объекты, относятся к благородной истине источника страдания.

В чем разница между благородной истиной страдания и благородной истиной источника страдания? Есть ли что-то такое, что одновременно является страданием и источником страдания? Омрачения относятся к благородной истине источника страдания, потому что являются причинами всех ваших страданий. Являются ли омрачения также страданием? Вспомните определение благородной истины страдания: пять совокупностей, являющихся результатами омрачений. Омрачения – это ментальная совокупность.

Омрачения возникают из омрачений или нет? Те омрачения, которые есть в настоящий момент, возникают из предыдущего момента омрачений. Например, рассмотрим те пять мгновений, когда вы испытываете гнев. Пятое мгновение гнева возникает из четвертого, четвертое – из третьего, третье – из второго, второе – из первого. Появляется вопрос: откуда возникает первый момент гнева? Вы должны ответить, в чем состоит субстанциональная причина первого мгновения гнева. Субстанциональная причина гнева – это отпечаток гнева, сохранившийся у вас с предыдущей жизни. Условием проявления этого отпечатка может стать, например, сказанное в ваш адрес грубое слово. В результате столкновения причины и условия отпечаток проявляется, и у вас возникает гнев.

Если вы хорошо выполняли практику очищения, то вы не будете гневаться из-за чьих-то грубых слов, потому что у вас в уме не осталось отпечатка гнева. Поэтому бодхисаттвы высокого уровня не испытают ни капли гнева, даже если кто-то воткнет им нож в тело, потому что у них нет причин для гнева. Они будут испытывать сострадание к человеку, который это сделал, потому что понимают, что он только ухудшил свою ситуацию. Они будут думать о том, как можно помочь этому человеку, чтобы он не создавал негативную

карму. У бодхисаттвы высокого уровня чистый ум, он не испытывает боли, когда в него вонзают нож.

Ваши омрачения одновременно являются благородной истиной страдания и благородной истиной источника страдания. Вы должны понимать, что ваше состояние гнева – это сансара, страдание. Это состояние, когда вы злитесь, является не только причиной ваших страданий, оно само также является страданием. Никто не испытывает удовольствия от гнева. Состояние злости очень несчастливое. Привязанность – тоже несчастливое состояние. Вы думаете, что привязанность – это счастье, но в действительности это тоже страдание, потому что в этом чувстве все время присутствует страх. У некоторых людей к привязанности примешано чувство гнева. Поэтому, если муж и жена сильно привязаны друг к другу, иногда они испытывают гнев. В один день они гневаются, в другой – испытывают привязанность, в третий – опять ссорятся. То ругаются, то признаются друг другу в любви. В этих отношениях перемешаны гнев и привязанность. В такой семье у обоих супругов нездоровое состояние ума.

Есть ли что-то такое, что является источником страдания, но не является страданием? Такого нет. Если нечто является источником страдания, оно должно быть страданием. Не существует первого мгновения омрачений. Если бы у омрачений было начало, то первое мгновение этого омрачения не являлось бы страданием. К благородной истине страдания относится только то, что возникает из омрачений. Если бы было первое мгновение омрачений, следовательно, оно бы не возникло из омрачений, тем не менее, являлось бы причиной следующих омрачений. Таким образом, это нечто можно было бы отнести к благородной истине источника страдания, но не к благородной истине страдания.

Однако вы не можете указать на такие омрачения, которые не возникали бы из предыдущего мгновения омрачений или из кармических отпечатков. Поэтому все омрачения являются результатами предыдущих омрачений. Неведение – результат предыдущего неведения. Итак, если нечто является источником страдания, оно определенно относится к благородной истине страдания.

Если что-то относится к благородной истине страдания, не обязательно оно является источником страдания. Что является страданием, но не источником страдания? Например, ваша головная боль. Является ли она причиной омрачений? Иногда люди злятся из-за головной боли, но это не значит, что головная боль становится причиной омрачений. Это условие для проявления омрачений, а условия не так важны. Здесь речь идет о субстанциональной причине.

Например, стол относится к истине страдания, но не к истине источника страдания. Некоторые люди могут привязаться к столу. Если нет стола, нет и привязанности. Условием для привязанности является стол. Становится ли он в этом случае причиной омрачений? Стол – это не причина вашей привязанности, а условие для ее возникновения. Причина вашей привязанности – ваша привычка привязываться, иначе говоря, отпечатки, оставшиеся с ваших предыдущих жизней, а также неведение. Неведение, в результате которого вы видите этот стол как истинно существующий, является одной из основных причин возникновения привязанности. Вы воспринимаете самосущий красивый стол. Поэтому основная причина – неведение, но есть и такая причина, как отпечатки, которые у вас остались с предыдущих жизней. Например, если вы исследуете гнев, то обнаружите, что основная его причина – неведение. Вам кажется, что вам вредит какой-то истинно существующий человек.

Что не является ни страданием, ни источником страдания? Пресечение – это очень точный пример того, что не относится к благородной истине страдания. Свобода от страдания не является источником страдания, потому что она пресекает не только само страдание, но и его источник.

Пресечение, если понимать его точно, – это пресечение страдания и источника страдания. Сначала достигается пресечение источника страдания, то есть неведения. Например, когда вы нажимаете на выключатель и включаете свободу от неведения, то вместе с ним у вас включаются свободы от остальных омрачений. Другая аналогия – если вы выключаете неведение, все остальные лампочки омрачений, а также и всех страданий сами сразу гаснут. Так наступает тишина, покой. Путь – прямое познание пустоты – называется лекарством, излечивающим от тысячи болезней.

Существует множество противоядий от привязанности. Когда вы применяете противоядие, ваша привязанность уменьшается. Но противоядие от привязанности не уменьшает гнев и зависть. А, например, противоядие от гнева может уменьшить ваш гнев, но не сократит привязанность, зависть и высокомерие. Поэтому все эти противоядия подобны лекарствам от конкретных болезней. Благородная истина пути называется лекарством, излечивающим от тысячи болезней. Если вы точно поймете, что такое благородная истина страдания и благородная истина источника страдания, вам будет гораздо проще понять истину пресечения и истину пути.

В разделе Ламрима о четырех благородных истинах очень подробно объясняются истины страдания и источника страдания, а затем коротко объясняются благородные истины пресечения и пути. Пресечение и путь более подробно объясняются в разделе, посвященном мудрости.

В действительности все учение Будды прямо или косвенно демонстрирует благородную истину пути. Поэтому Шантидева говорил, что все учения Будды, а конкретно пять парамит, предназначены для развития шестой парамиты мудрости. Парамита мудрости – это благородная истина пути, одна из основных причин, благодаря которым мы достигаем освобождения. Будда говорил: «Медитируйте на благородную истину пути. Осуществите благородную истину пресечения. Отбросьте благородную истину источника страдания. Признайте благородную истину страдания».

Рассмотрим определение благородной истины пресечения. Страдание в полном объеме – это сансара. Если нечто относится к благородной истине страдания, значит, это сансарический объект. Стол – тоже сансарический объект. Все, что возникает из омрачений и кармических отпечатков, является сансарическими объектами. Здесь говорится о загрязненных кармических отпечатках. Даже рай возникает в силу проявления позитивной, но загрязненной кармы, потому что позитивная карма создается под контролем неведения.

Если, например, вы думаете, что где-то есть истинно существующий рай, вы хотите родиться в таком раю и начитываете для этого мантру, это тоже практика Дхармы, вы создаете этим позитивную карму. Но из-за представления о рае как истинно существующем ваша карма загрязнена неведением. Поэтому в сутрах Будда говорил, что чтение мантры под влиянием представления об истинном существовании – это действие демона. Что это значит? Будда имел в виду, что вы будете создавать загрязненную карму. Эта карма не станет причиной освобождения. Демон – это причина страданий. Создавая загрязненную карму, вы продолжаете создавать сансару. Это позитивное действие, но оно все равно приводит к сансаре, к страданию. В сансаре не бывает настоящего счастья.

Не думайте, что в раю есть настоящее счастье. Хотя там нет человеческих головных болей, депрессий, физического дискомфорта, тем не менее, там есть омрачения, есть неведение, зависть. Боги завидуют друг другу. Как можно быть счастливым, испытывая зависть? Когда один бог видит, что у другого вещи более красивые и в большем количестве, первый бог начинает чувствовать себя неполноценным. Если более могущественный бог посмотрит на первого свысока, с высокомерием, то низший бог почувствует себя еще хуже. Боль ума переживается тяжелее, чем физическая. В головной боли нет ничего страшного. Немного замерзшее тело – это не страшно. Когда ум чувствует, что он слабый, что все смотрят на него свысока, это очень больно. Когда бог становится старым, от его тела начинает исходить неприятный запах, лицо становится некрасивым, цветы, украшавшие тело, вянут. Поэтому все остальные боги отказываются от общения с ним. В это время бог испытывает сильную боль.

Самое страшное страдание мирских богов – страдания старости, когда боги остаются в одиночестве. У мирских богов есть некоторый уровень ясновидения. В мире богов, состарившись, вы будете знать, где родитесь в следующий раз. Вам придется переродиться в низших мирах, потому что всю хорошую карму вы потратили. Это подобно тому, как если бы на последние деньги вы поехали отдыхать в Европу. Вы снимаете номер в пятизвездочной гостинице на свои последние деньги. Окружающие думают, что вы очень богатый человек, но вы знаете, что ваш карман пуст. Вы знаете, что через два дня вам придется уехать, но пока сидите как король. Как вы можете быть счастливы, зная, что вам скоро уезжать, что у вас долги? Зачем нужно занимать деньги на пятизвездочную гостиницу, демонстрируя людям, что вы богаты?

Мирские боги с помощью ясновидения знают место своего будущего рождения. Большинство богов перерождается в аду или в мире голодных духов. У голодных духов такая тонкая шея, что через нее не может пройти даже капля воды. Когда мирские боги узнают об этом, они начинают очень сильно страдать, думать, что сделать, чтобы исправить ситуацию. Есть много историй, когда мирские боги видели свое предстоящее рождение и начинали искать Духовного Наставника. У кого есть связь с Учителем из предыдущей жизни, кто хранил преданность, те смогут найти Наставника. Не все стареющие мирские боги могут найти Наставника. Те, у кого есть связь, находят Наставника и начинают получать учение. Духовный Наставник дает учение о законе кармы, объясняет, в чем нужно принять прибежище. Самая лучшая практика в такой ситуации – это Прибежище, она может спасти от низшего перерождения. Необходимо очищение негативной кармы, создание позитивной кармы. Если бог начинает заниматься практикой, он получает еще одно хорошее перерождение. Без Духовного Наставника достичь этого невозможно, без него бога ждет перерождение в низшем мире.

В любой критической ситуации только ваш Духовный Наставник сможет вам помочь. Поэтому всегда думайте о том, что ваш Наставник является воплощением всех будд, поддерживайте хорошие отношения с ним и тогда не беспокойтесь: где бы вы ни родились, ваш Духовный Наставник родится вместе с вами.

Теперь я дам определение благородной истины пресечения. Состояние ума, свободное от омрачений и страданий, называется пресечением. Оно является постоянным. Пресечение – это отрицание. Не существует конкретного, плотного пресечения. Пресечение – это просто отсутствие омрачений и страданий.

Существует два вида феноменов: утверждения и отрицания. Феноменом утверждения является, например, эта чашка. Мы думаем, что нечто может дать нам счастье так же, как, например, чай приносит нам удовольствие. Некий объект, который мы утверждаем,

например чай, делает нас счастливыми. Кому-то дает счастье распитие водки, для кого-то водка – источник счастья. Если что-то дает вам счастье, это обязательно должно быть утверждением, но объекты утверждения являются непостоянными. Когда кончается водка, кончается и счастье. Когда кончается чай, кончается и ваше счастье. Если причина вашего счастья – объект утверждения, то с его скорым окончанием закончится и ваше счастье. Закончится даже солнце. Солнце может быть для вас источником счастья, но настанет день, когда его свет угаснет и вместе с ним закончится и ваше счастье.

Если бы причинами нашего счастья были какие-то объекты утверждения, тогда однажды наше счастье обязательно бы прекратилось. Если причина вашего счастья – конкретный объект, зависящий от причин, значит, он ненадежен и наступит день, когда он закончится. Рассмотрим, например, газ. Его много, но настанет день, когда он закончится. В нашем мире много воды, но наступит день, когда закончится эта вода, и счастье, которое зависело от нее, тоже. Поэтому люди, у которых есть хотя бы немного ума, думают, что будет в будущем с водой. Каждый день вода потихоньку кончается – и однажды она закончится вся. Вы беспокоитесь потому, что одна из причин вашего счастья – вода.

Допустим, причина вашего счастья – солнце. Проанализируйте его: каждый день оно сжигает свой газ. Солнце – это огонь, его топливо – газ – когда-нибудь закончится, и солнце прекратит свое существование. Счастье, зависящее от солнца, будет длиться долго, но не бесконечно. А значит, однажды вас начнет беспокоить будущее: «Что произойдет, когда на солнце закончится газ?» Вы захотите найти новое солнце. Как видите, даже солнце не может стать настоящим объектом счастья.

Наши сансарические объекты счастья очень хрупки. Они подобны стакану чая или куску хлеба, которые быстро заканчиваются. Поэтому вы быстро начинаете волноваться. Если причина вашего счастья – солнце, вы можете быть спокойны в течение одной кальпы, но у вас нет таких объектов счастья. Ваш объект счастья – водка – заканчивается очень быстро. Красивая одежда через месяц теряет свою красоту. Поэтому вы опять думаете: что же вам надеть? Это очень ненадежно, примитивно. Даже если солнце будет объектом вашего счастья, конечно, каждое утро вы будете видеть его и надолго можете быть спокойны, но даже оно ненадежно.

Если бы нирвана зависела от причины, она была бы непостоянна. Объекты утверждения быстро кончаются, исчезают. Нирвана – это не утверждение, а отрицание. Она подобна отсутствию рогов на вашей голове. Отсутствие рогов на вашей голове не исчезает, оно всегда присутствует на вашей голове с самого момента вашего рождения. Отсутствие рогов не требует топлива для поддержания своего существования. Это феномен отрицания. Когда ваш ум свободен от омрачений, он достигает пресечения омрачений. Это значит, что в вашем уме нет более никаких беспокоящих факторов, поэтому он всегда спокоен.

В буддизме говорится, что все беспокойства, гнев, несчастливые состояния ума возникают из причин. Все это временно, возникает из-за внешних условий. Покой ума пребывает в природе вашего ума. Везде, где есть ум, покой ума пребывает естественным образом, но его беспокоят такие факторы, как омрачения. Вам не нужно создавать специальную причину для покоя ума. Покой присутствует в уме естественным образом. Где есть огонь, жар появляется сам собой, вам не нужно создавать специальную причину тепла. Где есть огонь, там есть тепло, потому что тепло – природа огня. Точно так же покой ума – это природа нашего ума, и для него не нужно создавать особых причин. Если вы устраните факторы, беспокоящие ум, то проявится покой. Пока будет существовать ум, ему будет сопутствовать и этот покой. Пресечение омрачений – это нирвана. Нирвана постоянна. Достигнув этого постоянного объекта, вы становитесь счастливы.

Определение благородной истины пути: то, что является прямой причиной достижения пресечения, является благородной истиной пути. Это мудрость, напрямую познающая пустоту.

Пять загрязненных совокупностей, находящихся под контролем омрачений, – это сансары. Сансарой называются ваши пять загрязненных совокупностей, связанных веревкой омрачений. Освобождение подобно разрезанию веревки омрачений. Вы должны понимать, что не можете сделать сансару несуществующей, вы можете прекратить только свою сансару. Этот стол – объект сансары. Но когда вы достигнете нирваны, этот стол не перестанет быть сансарой. Каким этот стол вам является, когда вы достигаете нирваны? Например, когда на этот стол смотрит Будда и когда вы смотрите на этот стол, вы и Будда видите совершенно разные вещи. Все живые существа видят стол по-разному. Это верно даже в отношении света: люди видят один спектр этого светового излучения, а насекомые – другой спектр.

В буддизме давно знали то, к чему сейчас приходит квантовая физика. В буддизме говорилось, что невозможно говорить о каком-то конкретном, плотном объекте во внешнем мире без связи с субъективным умом. Сейчас наука приходит к тому, что нельзя проанализировать конкретный объект без связи с субъектом. У каждого субъекта свой взгляд на объекты. Например, в нашем мире мы видим сначала полную луну, потом она постепенно убывает. Человек, который находится на Луне, не видит этого. Со стороны Луны наша Земля также будет казаться возрастающей, полной, а затем убывающей, но нет убывающих и возрастающих Луны и Земли. Если вы видите что-то по-разному, не обязательно это происходит из-за того, что ваши уровни познания отличаются. Возможно, отличается лишь ваша точка зрения. Из-за разницы в уровне вы также будете видеть по-разному. Например, если вы видите объекты на высоком уровне, то вы их видите совершенно по-другому, чем остальные.

Когда вы смотрите с чуть более высокого уровня, вы не увидите объекта гнева. Для вас не будет существовать таких объектов. С низкого уровня вы видите объекты гнева, привязанности, поэтому часто испытываете гнев и привязанность. С немного более высокого уровня вы не увидите кого-то, кто может вам навредить. Вы поймете, что только ваш собственный гнев может вам навредить, а окружающие люди не вредят вам, только помогают. Когда кто-то ругает вас, он дает вам шанс стать сильнее. Вы должны благодарить за такую помощь. Когда врач делает вам укол, это немного больно, но полезно, и вы благодарите его за это. Поэтому люди, которые вас ругают, – самые лучшие ваши помощники.

Атиша специально привез с собой из Индии помощника, который был раздражительным. Атиша считал его истинной драгоценностью. Его ученики просили прогнать этого сварливого, грубого помощника и разрешить им самим прислуживать Учителю. Атиша отказывался, говоря, что специально взял с собой в Тибет такого драгоценного помощника, что ученики его испортят, а этот человек – настоящий помощник. Принести еду – это небольшая помощь. Настоящая помощь – предоставить шанс для тренировки терпения. Такой человек открывает ваши глаза, сразу указывает на ваши ошибки. Помощник Атиши, если видел небольшой неправильный поступок, сразу выражал свое недовольство. Он гоаорил, что Атиша не умеет разговаривать с людьми, что нужно по-другому.

Когда люди вас критикуют, не обязательно для этого есть основа, но это знак, что люди с грубым восприятием могут увидеть нечто таким образом, поэтому нужно давать учение с учетом их восприятия. Для любой критики есть небольшая основа, но она – не



стоцентная правда. Если не будет таких людей, то нас может заносить немножко в сторону. Очень редко удается соблюсти баланс, золотую середину. Даже если вы думаете, что находитесь посередине, вы можете немного уклоняться в сторону. Поэтому такие люди – лучшие помощники.

Постарайтесь смотреть на более высоком уровне, и вы не будете видеть никаких объектов гнева. Врагов вообще не существует. У вас есть только один враг, и он находится внутри вас. Во внешнем мире врагов нет. Все они – объекты любви и сострадания, столь же драгоценные, как Будда. Шантидева говорил, что бодхисаттвы видят живых существ такими же добрыми, как будды. К вам они тоже добры, как будды. Сами по себе они могут быть не добрыми, но именно для вас они добры. Доброту живых существ и будд с точки зрения их намерений даже сравнить нельзя – будды гораздо добрее. Шантидева говорил, что и будды, и существа являются одинаковыми причинами и условиями для достижения Пробуждения. Поэтому было бы ошибкой проявлять уважение к будде и не проявлять никакого уважения к существам. Это не мудро. Все существа одинаково помогают вам достичь Пробуждения, потому что только опираясь на них вы можете развить любовь, сострадание, терпение. Будда может вас научить терпению в теории. На практике терпению вас научат омраченные существа. Они приносят вам очень много пользы, вы должны быть благодарны им.

Я хотел сказать, что на разных уровнях вы видите объекты по-разному. На более высоких уровнях они воспринимаются совершенно иначе, чем на вашем. По мере того как вы достигаете все более высоких реализаций, то место, в котором вы пребываете, начинает преобразовываться в чистую землю. Какую бы пищу вы ни ели, для вас эта она будет очень вкусна из-за высокого уровня вашего видения. У вас нет загрязненной кармы, поэтому любая пища станет для вас нектаром.

Рассмотрим в качестве примера стакан воды. На него смотрят три разных человека. Для доброго человека эта вода будет нектаром. Вода может трансформироваться. Для обычного человека, не доброго и не злого, это просто вода. Для злого человека вода превращается в яд. Его состояние ума влияет на воду. Это известно ученым. Структура воды меняется в зависимости от состояния ума человека. Итак, ум играет очень большую роль.

Есть история о том, как Будде поднесли очень невкусную еду. Когда он ее ел, для него она была самой вкусной. Ананда попробовал немножко этой еды и понял, что она отвратительна. Он спросил у Будды: как он может есть такую невкусную пищу, словно нормальную? Будда ответил, что для него она очень вкусна. Ананда не поверил, потому что он сам пробовал это блюдо. На разных уровнях развития сознания существа испытывают разные чувства. Когда ум полностью очищен от омрачений, для вас любая еда становится вкусной, все объекты для вас будут приятными. Когда ум загрязнен гневом, даже обычная еда становится невкусной. Для людей в спокойном состоянии это будет хорошая еда, а человеку в гневе она не понравится, он будет ругать жену за невкусно приготовленный обед. Хотя жена приготовила в точности так, как было вчера, но сегодня мужу кажется, что еда недосолена, что жена не умеет готовить и ничего не делает правильно.

Даже из качественного объекта ум не может извлечь все его благие свойства. Главная причина этого – состояние сознания. Когда вкусная еда становится невкусной – главная причина внутри вас. Если у вас правильное отношение, ум добрый, счастливый, для вас будет вкусным даже обычный кусок хлеба, потому что главная причина счастья внутри, а не снаружи. Вы можете любую еду превратить в нечто вкусное, даже во время кризиса. Вам может подойти любая одежда, даже если вы будете одеваться скромно.

Посмотрите на нынешнюю моду: некоторые люди платят большие деньги за искусственно продырявленную ткань. Зачем это делать? Вы можете одеться скромно и думать, что это модно. Я видел по телевидению, как делают модные искусственно состаренные джинсы. Сначала их шьют, потом трут с песком, потом по ним ездят машины, потом их стирают и выпускают в продажу. Наденьте простые джинсы, они испачкаются сами собой. Зачем переплачивать за искусственно состаренную модную одежду? Не покупайте такие вещи. Покупайте простую одежду и носите ее долго. Если вам нравится носить рваные вещи, носите их долго, и они сами порвутся.

В Тибете специально для того, чтобы не привязываться к одежде, люди могли носить ее очень долгое время. Раньше монахам запрещалось носить одежду из цельной ткани для того, чтобы к ней не привязываться, ее шили из лоскутков ткани. Сейчас это делают так красиво, что это стало украшением. Одежду, которую носят полностью посвященные монахи, не могут носить не полностью посвященные монахи, потому что это особая одежда. Во времена Будды такого не было. Потом ринпоче, геше стали носить специальную желтую деталь, которую нельзя носить обычным людям. Раньше такого не было. Это тоже признак упадка учения, поскольку все эти знаки отличия подпитывают это.

Его Святейшество говорит, что в Тибете было допущено много ошибок. Появилось много ринпоче, потом они стали соревноваться за место, на котором сидят во время учения. Каждый хотел показать людям, что не хуже остальных. О помощниках лам рассказывают разные истории. Его Святейшество Далай-лама рассказывал такую историю. У каждого ринпоче есть свой помощник. У всех лам были троны одинаковой высоты, но какие-то из помощников хотели, чтобы их учитель сидел выше остальных. Помощники подкладывали своим духовным наставникам деревянные щиты под подушки. У всех было одинаковое количество подушек, все сидели на одинаковом уровне. Если положить щит под подушки, то сидящий на таком троне сидит чуть выше остальных. Помощнику это очень приятно, ринпоче приятно, но все это игра. Для закона кармы нет разницы: геше вы или ринпоче. Если они не будут осторожны, то будут обманывать самих себя. Это показатели упадка тибетского буддизма.

Вы должны быть осторожны, чтобы такого не произошло здесь. Все эти ошибки возникают из-за людей. Если бы весь народ Тибета знал, как поступать мудро, а какие поступки не являются мудрыми, если бы они уважали мудрость, то они бы больше учились философии. У них были бы мирские концепции, но их больше бы интересовала мудрость, а не высота трона. Их критерий таков: если трон высокий, то и мастер великий. Если он сидит рядом с Его Святейшеством на высоком месте, это знак того, что он великий человек. Из-за такого хода мыслей они начали считать, что лучший способ завоевать уважение окружающих – это всегда быть рядом с Его Святейшеством. Так они хотели показать, что они – люди высокого уровня. Это значит пускать пыль в глаза.

Вы, буддисты России, должны ценить мудрость. Высота трона – не главное. Главное – какое учение дает мастер, каковы его поступки. Поэтому Будда говорил, что нужно полагаться не на титул человека, а на самого человека. Полагайтесь на Дхарму, которую он дает. Только красивого учения недостаточно. Проверьте, живет ли он согласно тому учению, которое дает. Если он живет согласно учению, за таким мастером вам нужно следовать, такого мастера нужно уважать. Тогда в Россию придет множество подлинных мастеров.

Теперь вернемся к истории о Будде и испорченной пище. Сказав, что пища была вкусная, Будда предложил Ананде: «Если не веришь мне, то попробуй сам». Будда вытащил из своего рта кусочек этой пищи и передал Ананде. Ананда попробовал и почувствовал, что

пища действительно очень вкусна. Он захотел узнать, почему так происходит. Будда ответил, что вкус зависит от субъективного восприятия. В пище есть некая объективная субстанция, но ее восприятие в основном зависит от воспринимающего субъекта. Если ум полностью свободен от омрачений, ему будет казаться вкусной любая еда. Чтобы он ни видел, он будет видеть это чистым. Поэтому с точки зрения Будды все вокруг является чистым, нет ничего загрязненного.

Возникает вопрос: если Будда все видит чистым, то существует ли нечистый мир? Существует ли сансара? Сансара является нечистой, видит ли ее Будда? Если он не видит сансару, не видит ничего нечистого, значит, либо нечистого не существует вообще, либо Будда не познает все феномены. Если Будда познает все феномены, то в его восприятии должны существовать и нечистые феномены. Он также должен видеть нечистые феномены, которые существуют.

Ответ такой: со своей точки зрения Будда видит все только чистым, но он также видит и нечистое – с точки зрения других людей. Он видит одновременно и чистое, и нечистое. Например, если вы хороший ученый, то, глядя на Луну, вы говорите, что с точки зрения нашего мира Луна представляет собой то-то, но с точки зрения человека, стоящего на Луне, эта планета, а также Земля, выглядит совсем иначе. Вы знаете больше того, что мы привыкли воспринимать. Вы знаете и свою, и другую точку зрения и понимаете, что между ними нет противоречий. Со своей перспективы Будда все видит чистым, но Будда также видит и нечистые объекты с перспективы других людей.

Теперь дадим определение благородной истине пути. Как я вам уже говорил, прямое познание пустоты, которое является прямой причиной благородной истины пресечения, это путь.

Таковы четыре благородные истины. Объекты скольких благородных истин есть у вас? Если кто-то говорит, что у него три благородные истины, значит, он арья или он себя обманывает. У кого есть четыре благородные истины? Вы должны понимать, что у обычных людей есть только две благородные истины. Это страдание и источник страдания.

Когда вы, напрямую познав пустоту, достигаете пути видения, у вас появляются три благородные истины. Кроме страдания и источника страдания у вас появляется путь – мудрость, напрямую познающая пустоту. Все, кто обладает тремя благородными истинами, это арьи. Итак, у нас здесь есть несколько арьев. Когда они говорят, что у них есть три благородные истины, кто знает, может быть, они арьи и говорят правду. Или они ничего не поняли, или они все очень хорошо поняли. Я шучу.

Позже у вас останется только две благородные истины. Сначала две, потом три, потом две. Какие две благородные истины у вас останутся в конце? Третья и четвертая благородные истины. В сансаре сначала у вас есть две благородные истины: страдание и источник страдания. Далее вы пытаетесь найти противоядие, вновь и вновь получаете учение, затем обретаете прямое видение пустоты – так у вас появляются три благородные истины. Благодаря медитации в течение длительного периода вы обретаете третью благородную истину – истину пути.

Затем вы медитируете на благородную истину пути в течение долгого времени, и от этого объекты первой и второй благородных истин у вас перестают существовать. Пресекаются болезнь и ее причина. Благородная истина пути – это лекарство. Вы получили самое сильное лекарство, но пока не принимали его. Сейчас вы больной человек, не принимавший лекарств. Даже если вы немного понимаете учение, у вас нет настоящего

лекарства. Сейчас не существует лекарства от СПИДа. Употребление лекарств позволяет не усугублять ситуацию. Болезнь сансары, болезнь омрачений подобна СПИДу, от которого нет лекарства. Лекарство от сансары очень трудно найти. Когда вы получаете лекарство, вы обретаёте три благородные истины.

Затем вы в течение длительного времени медитируете на благородную истину пути, и тогда страдание и источник страдания, то есть болезнь и причина болезни, перестают существовать. Достижение нирваны не похоже на то, как из семечка вырастает дерево. Если у вас вырастет дерево нирваны, когда-нибудь оно станет старым, а потом упадет – такое дерево нирваны ненадежно. Это тонкости буддистской философии. Если бы нирвана зависела от причин, даже будь она подобна солнцу, однажды когда-нибудь она разрушится. Это ненадежно: вам придется искать другое солнце. Все объекты, которые зависят от грубых причин, ненадежны.

Нирвана – это абсолютно здоровый ум, полное отсутствие омрачений и причин омрачений. Результат омрачений – страдание. Если омрачения пресекутся, они уже никогда не вернуться обратно.

Различают два вида пресечения. Первое – пресечение как простое отсутствие. Второе – пресечение без возможности возникновения вновь. Это детально описано в «Абхисамаяланкаре», в Ламрime вы не найдете такого учения. Вам повезло: когда я даю учение, то собираю сущность из коренных текстов. Как повар, я готовлю блюдо и даю его вам. Такую детальную терминологию не знают даже многие монахи, которые учатся по семь лет. Вам повезло: я даю вам все полностью готовое.

Недостаточно обрести пресечение как простое отсутствие, необходимо обрести такое пресечение, при котором омрачения уже не вернуться, вновь не возникнут. Это пресечение без возможности нового порождения. Такое пресечение называется нирваной.

Когда небуддисты практикуют на высоких уровнях концентрации, они достигают состояния, называемого «пик сансары», в котором омрачения отсутствуют. Но это не такое пресечение, при котором омрачения не возвращаются обратно. Можно привести такую аналогию: вы перестаете баламутить воду в пруду – и вся грязь оседает вниз, тогда вода остается чистой, но при этом грязь все равно присутствует. Затем, когда вы вновь взбалтываете воду, грязь всплывает на поверхность. Такая вода называется чистой, но это не означает, что в ней более не возникнет грязь. Применяя противоядие, медитируя на пустоту, вы можете полностью и навсегда избавить воду от грязи. Тогда, сколько бы вы ее ни взбалтывали, она не станет вновь грязной. Итак, нирвана – это состояние пресечения, при котором омрачения не возникают вновь.

Такое состояние ума, в котором отсутствуют омрачения и страдания, называется нирваной. Это безупречное счастье. Естественным образом в вашем уме проявляется безупречный покой. Ваш ум уже не может встретиться с какими-то волнующими, мешающими факторами и поэтому все время пребывает в покое. Сильнейший из мешающих факторов – не другие люди, а ваше состояние ума. Если в вашем уме нет мешающих факторов, сколько бы вас ни пытались беспокоить люди, они не смогут вам помешать. Все будет для вас полезно и хорошо.

Когда вы достигаете нирваны, вас можно сравнить с человеком, у которого безупречно здоровое тело. До этого вы были больны. Потом вы полностью вылечились. Как хорошо вы будете тогда себя чувствовать! Нирвана – это не значит, что вы прекращаете свое существование. Вы продолжаете жить с абсолютно здоровым умом, абсолютно здоровым

телом и огромным потенциалом. У вас будет одна работа – помощь другим. Вы захотите, чтобы все живые существа вылечили свой ум. Вы станете настоящим врачом. Целителем ума. Вы будете всегда готовы помогать людям в выздоровлении их ума. У вас будет одна мысль: как будет хорошо, если вы сможете помочь человеку сделать его ум здоровым!

Потенциал ума всех существ одинаковый. Счастье и покой присутствуют в природе ума. Просто существа не знают, как убирать мешающие факторы, которые не дают развиваться потенциалу ума. Когда вы будете видеть потенциал всех живых существ, вы станете уважать всех. Вы будете любить всех существ, как свою мать, как своих детей.