

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте это учение с мотивацией заботы обо всех живых существах: «Сегодня я получаю это учение, чтобы укротить свой ум, чтобы приносить благо всем живым существам».

Буддийская логика приводит доказательства существования предыдущих жизней – нам становится ясно, что они существуют, и у них нет начала. Как на этой основе мы можем доказать, что все живые существа были нашими матерями? Существуют миллиарды вселенных, населенных бесчисленным количеством живых существ. Как мы можем доказать, что все они были нашими матерями? Для доказательства сравним понятия безначального множества предыдущих жизней и бесчисленного множества живых существ. В математике рассматриваются разные виды бесконечностей, среди которых одни виды бесконечностей больше, чем другие. Например, существует бесчисленное количество насекомых, бесчисленное количество животных. Вы не можете их всех пересчитать, но как бы ни была велика бесчисленность животных, количество всех живых существ больше. Однако, хотя всех живых существ бесчисленное множество, в силу того, что все живые существа обладают потенциалом стать буддой, в определенный момент времени возникнет такое условие, при котором каждое живое существо сможет достичь просветления. Тогда всем живым существам придет конец.

Существуют две точки зрения великих буддийских мастеров прошлого на этот вопрос. Последователи Кхедруба Ринпоче говорят, что все живые существа могут достичь состояния будды, поэтому, как бы ни было велико количество живых существ, однажды им придет конец. Это возможно не только теоретически – на практике возможно, чтобы все живые существа стали буддами. В отличие от этого количество предыдущих жизней вы можете считать бесконечно, но начала не найдете, потому что у сознания нет первого момента. Поэтому говорится, что мы существуем с безначальных времен. Таким образом, бесчисленное множество живых существ оказывается гораздо меньше безначального множества предыдущих жизней.

В одной из сутр Будда приводит очень ясный пример. Поскольку я живу с безначальных времен, то родился ребенком какого-то одного живого существа бесчисленное количество раз, и за это время я выпил целый океан молока у того, кто был моей матерью. Бесчисленное количество раз я был и ребенком и матерью этого живого существа. С безначальных времен мы не просто были детьми всех живых существ, мы были ими бесчисленное количество раз. Поэтому все живые существа не только были нашими матерями, они были ими бесчисленное количество раз. Это логически следует из сравнения понятий безначального и бесчисленного – мощность безначального множества гораздо больше, чем бесчисленного.

Понятие «бесчисленные живые существа» представляется чем-то очень большим, но по сравнению с «безначальным» оказывается очень маленьким. Из этого следует, что мы были детьми не просто у бесчисленного множества живых существ. Мы бесчисленное количество раз были детьми у бесчисленного множества живых существ. Вам трудно делать такие подсчеты в уме, потому что обычно вы так не думаете. Вы можете считать: «один», «два», но когда доходите до миллиона, то у вас начинает кружиться голова. Например, в буддизме есть понятие «три бесчисленных эона»: первый бесчисленный эон, второй бесчисленный эон и т.д. Если вы говорите о бесчисленных предыдущих жизнях, то это не является существованием с безначальных времен, потому что здесь подразумевается начало. Это справедливо, даже если вы скажете «миллиарды и миллиарды бесчисленных предыдущих жизней», но когда вы говорите, что нечто существует с безначальных времен – это значит, что начала нет. Сколько бы вы ни считали, начала не будет, и это – эволюция

нашей жизни. Мы существуем с безначальных времен, у нашей жизни нет начала. Иногда хорошо так думать: «без начала». Это правда.

Проводите подобный анализ и пребывайте с осознанием того, что начала нет, что мы существуем с безначальных времен. Это немного расширит ваш ум, и ваш мозг начнет функционировать немного лучше. В нем начнут открываться дополнительные каналы. В настоящий момент в вашем мозгу работает только один канал. Это похоже на вашу обычную ситуацию, когда вы встаете утром, едете в метро на работу, а после работы по тому же маршруту едете обратно домой. В метро вашего мозга работает один канал, по которому туда-сюда ездит поезд. Иногда маршрут этого поезда чуть-чуть отклоняется вправо-влево: 25 июля вы едете на Байкал – потом обратно, в январе вы едете в Индию слушать учение Далай-ламы – потом обратно. Это похоже на одну прямую линию, от которой отходят две ветки. Так работает ваш мозг.

Поэтому ученые говорят, что человеческий мозг используется на 3-6%. Я хочу точно знать, какой процент головного мозга функционирует у большинства обычных людей. Что об этом говорят нейробиологи? Есть нейробиологи среди калмыцких бабушек? Кто знает, встаньте и в качестве даяния Дхармы скажите об этом. О, тувинская бабушка хочет ответить. Тувинские бабушки, возможно, имеют больше познаний в науке, чем калмыцкие бабушки. Тувинская бабушка сказала, что у большинства людей работает 2-5% головного мозга, если же у человека работает больше 10% головного мозга, то это является признаком гениальности. Калмыцкая бабушка также хочет продолжить эту тему. Она говорит, что у большинства людей мозг работает на 3%, а у тех людей, которые попадают в психиатрическую больницу, наблюдается повышение мозговой активности; если же люди начинают медитировать, то у них лобная часть мозга становится более активной. Что могут сказать уфимские, новосибирские ученые? Все говорят, что у обычного человека головной мозг используется всего на 3%.

Итак, сейчас вам понятно не только то, что существуют предыдущие жизни, но и то, что все живые существа были вашими матерями. Поскольку вы существуете с безначальных времен, то всегда рождались и были ребенком какого-то живого существа. Будда говорит, что нет такой планеты, где бы вы ни рождались. Нет такого живого существа, про которое вы могли бы сказать, что оно не было вашей матерью, потому что все они были вашими матерями. Поэтому ту близость, которую вы испытываете к своей матери в этой жизни, вы должны распространить на всех живых существ. Ваша мать в этой или в предыдущей жизни – это лишь вопрос времени, обе они в одинаковой степени были вашей матерью. Когда вы порождаете сильную убежденность в том, что все живые существа были вашими матерями, пребывайте с этой убежденностью.

Мастера Кадампы применяли определенную технику для порождения сильного чувства, что все живые существа были вашими матерями: пальцем одной руки закрывали одну ноздрю, другим – ухо, далее пальцами второй руки закрывали другую ноздрю, другое ухо, закрывали глаза и постоянно повторяли: «Матери живые существа, матери живые существа...» Это создавало определенные вибрации. Я не знаю, почему эта техника работает, но она очень эффективна для того чтобы осознать всех живых существ как своих матерей.

Итак, породив сильную убежденность в том, что все живые существа были вашими матерями, примените эту технику – закройте глаза, нос, уши. Я видел, что в Индии некоторые мастера, практикующие йогу, так же зажимают ноздри, глаза, уши и произносят звук «ОМ». Они говорят, что это помогает им улучшить память. Они не знают, почему так происходит, но это помогает. Таким же образом, когда вы закрываете ноздри, глаза, уши и произносите слова «матери живые существа» – достигается определенный эффект. Эта

техника не объясняется в Ламриме, но она передавалась в учении по тренировке ума мастерами Кадампы.

Итак, вы используете логические обоснования и с их помощью порождаете сильную убежденность, что все живые существа были вашими матерями. Далее, вы однонаправлено пребываете с этой убежденностью и выполняете упражнение, произнося слова «матери живые существа». Тогда естественным образом ваши глаза наполнятся слезами, волоски на теле встанут дыбом. После такой очень эффективной медитации, когда вы увидите какое-то живое существо, у вас в памяти всплывут слова «мать живое существо» и возникнет чувство: «Это живое существо было моей мамой». Вот так. Когда интенсивность в практике пропадает, чувство также пропадает.

Когда в горах Индии я делал эту практику осознания всех живых существ своими матерями, я таким же образом закрывал уши, нос, глаза и произносил слова «матери живые существа». После этого, кого бы я ни встретил: людей, косивших траву, животных, – я все время вспоминал слова «матери живые существа». Это очень полезно. Увидев любых живых существ, я думал: «Это мои матери живые существа» и постоянно напоминал себе: «Они были моими мамами. Сейчас они меня не знают, я тоже их забыл, но раньше мы были очень близки». Я ощущал большую близость к любому живому существу. В пещеру, где я медитировал, заходили крысы и другие животные, но у меня с этим не было проблем – ведь рядом находились мои матери живые существа. У меня не возникало желания прогнать их из пещеры. Куда они пойдут? Такие мысли очень полезны, они возникают из медитации, из техники, которую передали мастера Кадампа. Используйте ее и вы увидите, что это невероятно эффективная техника. Как только ваш ум начинает всех живых существ видеть своими матерями, он становится очень спокойным, умиротворенным. Ваш ум становится очень безвредным, и вы можете подумать, что становитесь похожими на бодхисаттву, но, на самом деле, вам все еще далеко до бодхисаттвы. Однако ум становится очень умиротворенным – вы готовы помочь любому человеку, который попросит о помощи, потому что знаете, что все люди были вашими матерями.

Если, развив равностный ум, вы осознаете всех живых существ своими матерями, то на 60% станете святым существом. Теперь вы не сможете разгневаться. В вашем уме всегда будет присутствовать доброе чувство. Вы будете ощущать близость ко всем живым существам, поймете, что у вас нет внешних врагов – врагами являются ваши омрачения. Ум станет счастливым, в нем перестанут блуждать всевозможные концепции. Если кто-то вас обманет, вы подумаете: «Ничего страшного, ведь это одна из моих матерей забрала мои деньги». Вы ничего не потеряли. Если кто-то во второй раз вас обманет, вы подумаете: «Это другая мама забрала мои деньги. Раньше я отбирал деньги у нее, а теперь она взяла их у меня. Это справедливо». Никакого чувства потери у вас не будет, ведь когда ваши вещи забирает у вас самый близкий человек, вы ничего не теряете, даже если он вас обманывает – тоже ничего.

Итак, вначале тренируйтесь в том, чтобы породить равностный ум и осознать, что все живые существа были вашими матерями. Постоянно напоминайте себе об этом. Выполняйте технику, переданную мастерами Кадампа, а затем, всякий раз, какое бы живое существо вы ни увидели, вспоминайте: «Мать живое существо». Тогда вы станете очень близки ко всем людям, потому что посторонних людей нет.

Вы можете породить равностный ум, используя тренировку одинаково ровного отношения ко всем категориям живых существ – друзьям, врагам и посторонним, но когда вспоминаете, что все живые существа были вашими матерями, это равностное чувство усиливается многократно. Допустим, вы порождаете определенное чувство близости к постороннему человеку, но когда думаете: «Все живые существа были моими матерями», –

ум становится очень ровным, вы ощущаете всех живых существ очень близкими, относитесь к ним, как к своей маме.

Понять бодхичитту нетрудно, но жить как бодхисаттва очень сложно, понять сострадание нетрудно, но развить его очень тяжело. Поэтому вам нужно прилагать усилия, чтобы породить их. В отличие от этого, теорию пустоты понять очень трудно, но, если вы ее понимаете, то развить мудрость постижения пустоты не очень сложно.

Итак, сейчас мы проведем небольшую тренировку. Начнем с медитации на развитие равнозначности, затем продолжим медитацию с осознанием всех живых существ своими матерями, а в конце мы применим технику с произнесением слов: «матери живые существа». Многие мастера говорили: «Очень важно тренироваться в признании всех живых существ своими матерями. Даже если вам придется тренироваться несколько месяцев или целый год, это того стоит».

Теперь сядьте в позу медитации. Визуализируйте перед собой три категории людей: друзей, врагов и посторонних. Подумайте, почему вы очень привязаны к категории друзей, почему у вас сильный гнев к категории врагов, и почему вы игнорируете посторонних людей. Как я говорил ранее, чтобы устранить привязанность к своим друзьям, вы думаете о том, что в прошлом они были вашими врагами, и в будущем они также могут сказать о вас что-то плохое. Поэтому, зачем к ним привязываться? В отношении категории врагов вы думаете, что в прошлом они были вашими друзьями и в будущем, возможно, будут вам помогать, зачем же испытывать к ним отвращение и ненависть? Люди из нейтральной категории были вашими друзьями или врагами в прошлом, и в будущем они также будут вашими друзьями или врагами. Поэтому нет никакой разницы между категориями людей: враги были друзьями, друзья были врагами – зачем проводить различия?

Скажите себе: «Я равнозначно отношусь ко всем людям, между ними нет никакой разницы». После этого вы порождаете убежденность в том, что все живые существа были вашими матерями. Вы думаете о том, что предыдущие жизни существовали с безначальных времен, поэтому вы были ребенком каждого живого существа. Хотя живых существ бесчисленное множество, но у предыдущих жизней нет начала. Размышляйте так: «Я не однажды, а бесчисленное количество раз был ребенком у каждого живого существа». Затем развейте сильную убежденность в том, что все живые существа были вашими матерями. После этого закройте глаза, ноздри, уши и произнесите слова: «матери живые существа».

Теперь, приступайте к медитации. Первый шаг – это развитие равнозначности. Далее размышляйте о том, что все живые существа были вашими матерями. В первую очередь подумайте о том, что существуют предыдущие жизни, и у них нет начала. Логически обоснуйте, почему существуют предыдущие жизни, и почему у них нет начала. Причина в том, что сознание не может возникнуть из какого-то другого источника, кроме своего предшествующего момента. У предыдущих жизней нет начала, потому что без причины не может возникнуть результат, и поскольку все зависит от предыдущей причины, то начала нет. Поскольку начала нет, то все живые существа были вашими матерями. Хотя их бесчисленное множество, но мы существуем с безначальных времен. Поэтому бесчисленное количество раз вы были ребенком у каждого живого существа. Это, действительно, правда. Породите сильную убежденность в том, что все живые существа были вашими матерями, просто вы этого не помните. Маленькие насекомые, снующие перед вами, также были вашими матерями. Подумайте так: «Птицы, которые летают в небе, много раз были моими матерями. Обезьяны, которые прыгают вверх-вниз по деревьям, также были моими матерями. Все люди были моими матерями. Даже мои враги, которые считают меня очень плохим, были моими матерями». Теперь закройте уши, нос, глаза и с сильным чувством произнесите слова «матери живые существа».

В будущем тренируйтесь подобным образом, развивайте отдельно каждое положение медитации на бодхичитту – это очень важно. Когда в размышлениях вы доходите до памятования о доброте живых существ по отношению к вам, обратите особое внимание на развитие этого чувства – это будет очень эффективно для вас. Если всех живых существ вы считаете своими матерями, то у вас есть очень богатый материал для того чтобы помнить об их доброте.

Чтобы помнить о доброте всех живых существ, очень важно в первую очередь помнить о доброте своей матери в этой жизни. Если человек не в состоянии помнить доброту своей матери, то бодхичитта очень далеко от него. Некоторые европейские люди говорят, что они не хотят думать о доброте своей матери, потому что у них с ней плохие отношения, но они хотят развить бодхичитту. Это невозможно. Если вы не хотите думать о доброте одного живого существа, которое в этой жизни напрямую проявляло к вам огромную доброту, то, как вы можете думать о том, что живые существа были вашими матерями и порождать желание отблагодарить их за доброту? Это безнадежно – в этом случае у вас нет основы. Если вы не осознаете доброту матери в этой жизни, то ваше сознание находится на очень низком уровне. Поэтому сначала надо развить уважение к своей маме в этой жизни, думать о ее доброте. В современном мире у детей есть тенденция принимать доброту своих родителей как должное: «Вы меня родили, поэтому несете за меня ответственность. Зачем вы меня родили, если отказываетесь помогать?» Такие люди никому не говорят «спасибо», у них очень большой ум. Что бы хорошего ни сделали родители, они принимают это как должное и быстро забывают об этом, но то, что родители не сделали, они помнят очень хорошо.

Если вы попросили что-то у родителей, но они на этот раз не помогли вам, то вы помните это всю жизнь. Это неправильно и похоже на ситуацию, когда какой-то человек каждый день давал вам хлеб, но однажды сказал: «Извини, сегодня нет хлеба», вы возмущаетесь: «Почему сегодня нет хлеба?» Это признак наглости и плохого характера. Нужно говорить: «Спасибо большое за то, что вы давали мне хлеб, сегодня вы не дали мне хлеба, но это ничего, ведь вы делали это вчера, спасибо вам большое».

Вы должны помнить о доброте своей матери в этой жизни. Будучи ребенком, вы ничего не умели делать, не умели говорить, мама вас кормила, заботилась о вас, среди ночи вставала ради вас. Вы должны помнить это. Человек, который не может помнить доброту своей матери, – это самый худший человек, хуже, чем собака. Когда собака видит свою маму, она радостно виляет хвостом, а мы, люди, забываем доброту своей мамы. В этом мы хуже, чем собаки. Собака знает своего хозяина, потому что он ее кормит. Когда собака видит своего хозяина, она виляет хвостом и старается доставить ему радость. Если у вас плохие отношения со своими родителями, то в первую очередь скажите себе: «Я очень плохой человек». Это правда, только у очень плохого человека негативное отношение к своим родителям. То, насколько вы хороший человек, судите по тому, насколько хороши ваши отношения с родителями. В тибетском обществе, если кто-то хочет вести бизнес с потенциальным партнером, то, в первую очередь, проверяет, насколько хороши у него взаимоотношения с родителями. Если этот человек плохо относится к своим родителям, не уважает их, самых добрых людей в своей жизни, то он будет так же относиться к партнеру по бизнесу. Это очень ненадежный человек. Итак, чтобы оценить человека, посмотрите, какие у него взаимоотношения с самыми близкими для него людьми, тогда вы увидите, какую цену имеет этот человек.

У какого-то человека может быть очень резкий, неприятный характер, но, тем не менее, он хорошо относится к своим родителям. Когда родители болеют, он заботится о них, помогает во всем. Это хороший человек. Даже если у него гневное, злое лицо, внутри этот человек очень добрый. Некоторые люди всем улыбаются, говорят красивые слова, но когда

их родители болеют, остаются равнодушными, думают только о себе. Эти люди черные внутри, пустые. У них нет чувства к самым близким людям.

Поэтому проверьте себя, какой у вас вес. Если вы помните о доброте своей матери, хотите отблагодарить ее за доброту, значит, у вас есть определенный вес. Если же, когда мама болеет, вам все равно, вы думаете только о своих проблемах, то никакого веса у вас нет, вы пустой человек. Если у вас есть памятование: «Да, я должен быть благодарен маме и папе за их доброту. Они были невероятно добры ко мне», – то сердце у вас не пустое. Посмотрите сами на себя: как вы относитесь к своим родителям? Если у вас очень слабое желание отблагодарить их за доброту – это значит, что вы не помните об их доброте. В этом случае не думайте обо всех живых существах, а в первую очередь подумайте о своих родителях в этой жизни, о том, какими добрыми они были по отношению к вам. Породите желание отблагодарить их за доброту. Забывайте их маленькие ошибки. Помните только их доброту, напоминайте себе снова и снова о том, какими добрыми они были по отношению к вам, тогда вы увидите, что у вас естественным образом установятся очень хорошие отношения с родителями. В этом случае, даже если они будут вас ругать, вы совершенно на них не разозлитесь. У меня нет высоких реализаций, но я всегда уважал своих родителей, если они меня ругали, даже били, я понимал: «У них есть право на это». У меня всегда был такой уровень понимания: «Мои мама и папа родили меня, когда я ничего не умел, они меня кормили. Если сейчас они меня ругают, то это неважно, даже бить меня у них есть право». Когда мама меня ругала, я ни разу в жизни не сказал ей в ответ ни одного слова. Когда я вижу, что люди в ответ ругают своих родителей, меня это шокирует. Эти поступки хуже, чем у собаки. Я не смогу уважать этих людей, даже если захочу. Мне очень трудно уважать таких людей. Очень важно тренироваться таким способом – говорить себе: «У моих родителей есть право ругать и даже бить меня».

В нынешнее время в Америке дети имеют право сообщать властям о фактах насилия по отношению к ним со стороны родителей. Некоторые дети, пользуясь этим правом, звонят по телефону, когда папа или мама их ругают и просят, чтобы родителей посадили за это в тюрьму. Это очень неправильно. Но также бывает, что родители ведут себя злобно, как психически ненормальные люди, они обращаются со своими детьми жестоко, бьют их – это тоже неправильно. Нужно понимать, что таких родителей единицы, большинство родителей постоянно проявляют доброту к своим детям, поэтому здесь нужно придерживаться золотой середины – неправильно, когда все дети считают своих родителей недобрыми.

Поэтому очень важно думать о доброте своей матери с того момента, как вы оказались в материнской утробе, помнить о том, как ваша мать заботилась о вас. Это нормально, и доказать это не очень трудно. Этот факт виден невооруженным глазом. Это не теория пустоты. В теории пустоты таких фактов вы не найдете. Это – явный факт, просто надо о нем помнить. Тогда постепенно вы разовьете постоянное памятование.

Когда вы были в материнской утробе, мать думала: «Если я выпью горячего чая, это может причинить вред моему ребенку. Если прыгну, это тоже может плохо повлиять на моего ребенка. Так она заботилась о вас все девять месяцев, пока вы были в материнской утробе. Мать, только открыв утром глаза, сразу же вспоминает о своих детях. Так о вас заботились ваши матери живые существа – они постоянно были добры к вам. Когда вы родились, то ничего не умели: разговаривать не умели, кушать не умели. Они кормили, помогали вам не один, не два дня, а в течение всего времени, пока вы не стали самостоятельными. Если вам исполнилось уже тридцать лет, мама и папа все равно о вас думают: «О, мои дети, когда они выйдут замуж, когда женятся, когда у них будут дети? Я хочу посмотреть на их детей». Они постоянно заботятся о вас. Это невероятная доброта.

К примеру, вы попали в аварию, сломали ногу и лежали, беспомощный, на безлюдной дороге. Вам помог случайно оказавший рядом человек, забрал к себе домой, дал теплую одежду, накормил, помог в лечении. Вы говорите: «О, этот человек очень добрый, я никогда не забуду его доброту». Он оказывал вам помощь в течение одного дня, или недели. Если он помогал вам в течение месяца, то вы скажете: «Какой он добрый! Целый месяц он мне помогал». Тогда как же обстоит дело с добротой ваших родителей? Ведь они всю жизнь о вас думают. Когда вы болеете, мама думает: «Пусть я заболею, но мой ребенок пусть никогда не болеет». Обезьяны иногда защищают детей ценой своей жизни. Когда стреляет охотник, они подставляют свое тело под пули, чтобы спасти детей. Вот такая доброта.

Если вы забываете такую доброту, то вы очень большой объект сострадания. Теория пустоты от вас очень далеко. Это факт. Вам просто нужно понимать и держать в своем сердце: «Моя мама невероятно добрая, мне нужно быть ей благодарным. Моя первая обязанность в жизни – отблагодарить родителей за их доброту». У вас должно быть такое чувство. Если его нет, то слово «Махаяна» в ваших устах – просто пустой звук. Какая Махаяна? Если в этом случае вы говорите: «Я – практик Махаяны», – это позор. Всем бодхисатвам будет очень стыдно за вас. Лучше не произносите таких слов. Не говорите о благе всех живых существ – для вас это слишком далеко. Вы не заботитесь о своей маме, которая столько раз проявляла к вам доброту, не думаете о том, чтобы отблагодарить ее за доброту. Как вы можете говорить обо всех живых существах? Иногда ваш язык очень длинный, но руки очень короткие. Вы ничего не делаете, только много болтаете языком о благе всех живых существ, о том, как достичь состояния арьи, а потом ясного света, о медитации, об иллюзорном теле, о том, как быстро стать буддой, а потом отдыхать, – это все детский буддизм, детская Тантра, детская Махаяна. Вы говорите слово «буддизм», слушаете учение в течение пятнадцати лет, а когда ваша мама болеет, у вас нет мысли позаботиться о ней. Если дети живут обеспеченно, в красивом доме, а состарившуюся мать отправляют в дом для престарелых – это очень стыдно.

Поэтому я бы всем вам хотел посоветовать, в первую очередь очень хорошо осознать доброту своей матери в этой жизни и породить очень сильное чувство, желание отблагодарить свою мать за ее доброту. Подумайте о том, что если у вас нет желания отблагодарить свою мать за доброту, то вы безнадежный человек. Если бы вы встали перед выбором – мама или жена, то должны сказать жене: «До свидания!» Нужно выбирать маму. А вы из-за привязанности к жене говорите: «Мама, до свидания». Вы должны сказать себе: «Жена – это мой объект привязанности, идти на поводу объекта привязанности – очень низкий уровень сознания». Если ваша жена говорит: «Выбирай: я или мама – я с твоей мамой жить не могу», вы должны ответить ей: «Спасибо большое, до свидания. Моя мама всегда была со мной рядом, если ты говоришь такие слова, то – до свидания!» Не думайте, что ваша жена – единственная женщина в мире. Такой женщине лучше сказать: «До свидания!» Когда ваша жена болеет, когда у нее болят ноги, то «до свидания» не надо говорить. Надо относиться к жене с уважением, но если жена поступает нагло и даже заставляет вас выгнать вашу мать из дома, то вы не должны с ней соглашаться. Я слышал такие истории. В тибетском обществе есть такие истории, и в Европе и в других странах. Если женщина ведет себя нагло и ставит вас перед выбором: «Я устала жить вместе с твоей мамой, пусть она уходит. Если она не уйдет, то уйду я», то вы должны ей ответить: «До свидания, мама меня родила, это мой корень, это моя вода, воздух, без корня я жить не могу, без воздуха я жить не могу. А ты уходи, до свидания. Если у тебя такие мысли, мне не нужна такая жена». Все мои ученики должны так поступать, хорошо? В это время вы делаете хорошую практику, это ваш урок. После таких ваших слов жена будет вести себя чуть-чуть скромнее. Если мужчина поступает подобным образом и говорит вам: «О, я устал от твоей мамы. Или убери свою мать, или я уйду». Тогда женщина должна ответить: «До свидания. Я всегда буду со своей мамой. Она состарится, если я за ней не буду смотреть, то

кто ей поможет?» Не следует бросать маму и бежать за своим мужем. Хорошо? Один муж уйдет, придет другой, вокруг – миллион мужчин. В нашем мире конца нет мужчинам, а мама в этой жизни одна, поэтому не бросайте свою мать.

В Европе распространено вредное влияние: если человек стал взрослым, то жить вместе с родителями считается зазорным. Это очень плохое влияние. Они говорят, что когда вам исполнится 18 лет, вы должны уехать из дома своих родителей. Это очень неправильная система. Из-за этого дети страдают – им приходится строить новый дом, а у родителей дом без детей стоит пустой. Все страдают: дети и родители – это очень неправильная система. Самая хорошая система, когда вся семья живет вместе – мама, папа, дети, их жены и мужья. Раньше в Бурятии, Калмыкии, Туве была очень хорошая система, и в России она тоже была: вся семья жила вместе. Одна большая семья. Так жить экономней: готовится одна еда на всех, все вместе кушают. Подумайте, вместе жить – это выгодно. Если здесь, на нашем ретрите, все будут готовить на отдельных кухнях – это сколько костров надо! Здесь было бы очень грязно. Но когда все вместе, получается вкуснее и дешевле. Все по очереди готовят, остается больше времени для отдыха. Поэтому, когда живые существа живут вместе, – это лучше.

Когда вы вырастаете, не нужно вести себя, как птицы, которые, повзрослев, вылетают из гнезда. Вы – люди, вы должны вести себя, как дерево: когда на нем созревают фрукты, они остаются вместе с корнем этого дерева. Поэтому очень важно развивать гармонию и желание отблагодарить родителей за их доброту. Первая наша обязанность – это отблагодарить родителей за их доброту. Далее, благодарить тех людей, которые были добры к вам. Особенно никогда не забывайте доброту вашего Духовного Наставника. Все время благодарите его за доброту. У всего этого один механизм. Когда у вас хорошая память на доброту ваших папы и мамы, доброту вашего Духовного Наставника тоже легко помнить. Когда у вас очень хорошая преданность к Духовному Наставнику, вы помните доброту Духовного Наставника, развиваете преданность, то вам легко помнить и доброту ваших родителей. Когда этот механизм налажен, то его легко применить и к вашим друзьям. Любой человек проявит по отношению к вам доброту, и вы этого не забудете. Тогда вы станете очень хорошим человеком. Человек, который быстро забывает доброту других людей – это человек очень низкого уровня. Он хуже, чем собака, потому что думает только о своей выгоде и ни к кому не испытывает благодарности. Этот человек не может называться духовной личностью, потому что он имеет очень низкий уровень сознания – это ненадежный, неблагодарный человек.

Поэтому, если вы хотите стать бодхисаттвой, то вам надо породить все его достоинства и в первую очередь стать благодарным человеком. Даже с мирской точки зрения, когда обычные люди смотрят на человека с высоким уровнем сознания, они говорят: «О, это необычный человек, он очень принципиальный и благодарный». Такого человека все уважают. Даже если вы одеваетесь в очень простую одежду, все говорят: «Он одевается очень просто, но он очень благодарный человек, любую доброту никогда не забывает, он всегда готов вернуть доброту». В нашем тибетском обществе таких благодарных людей очень уважают. Сейчас у нас в обществе демократия, выбор депутатов в наших руках. Кого надо выбирать? Не тех, у кого длинный язык, а тех, кто помнит доброту своих родителей, заботится о своих земляках, кто помнит даже самую малую толику доброты других людей. Таких людей надо выбирать в лидеры. Если лидерами будут благодарные люди, у нас в России все будут очень счастливы. Поэтому, когда выбираете депутатов, то нужно делать такой выбор и самим стараться развивать такие достоинства.

Сегодня мы заканчиваем Учение. Наша основная тема сейчас – это помнить о доброте матери в этой жизни и всех живых существ. Мы останавливаем Учение на этой теме. Основная причина в том, что я хочу, чтобы вы породили в себе это чувство. Каждый день



большой упор делайте на памятовании о доброте других людей. Помните о доброте своих родителей и естественным образом у вас установятся очень хорошие отношения с матерью и отцом. Это моя просьба к вам – постарайтесь стать благодарными людьми. Это будет хорошим примером. Многие люди молодого поколения будут смотреть на вас, следовать вашему примеру. Тогда у нашего мира есть хорошее будущее. Если вы не станете хорошими примером, но будете говорить высокие слова о Тантре, Ясном Свете и не будете помнить о доброте своей матери и живых существ, то буддизм останется пустым звуком. Поэтому первая практика Махаяны, основа для порождения бодхичитты – это сделать себя благодарным человеком. Будьте принципиальными людьми. Если вы принципиальный, благодарный человек, то все хорошие вещи сами к вам придут. Это справедливо на 100%. К благодарным людям через любые трудности приходит удача. Это на 100% так. Потому что туда, где есть мед, пчелы прилетят сами. Благодарный, принципиальный человек – это мед. Удача – это пчелы, они прилетят на мед сами по себе. Быть хитрым, неблагодарным человеком, обманывать других – все это очень опасно. Сначала кажется, что эти качества чуть-чуть помогают в жизни, но они подобны ядовитой еде. В конце все будет хуже и хуже. Это самообман. Поэтому я обращаюсь к молодым людям: вам специально надо знать, что быть в жизни принципиальным человеком – это очень важно. Даже если нечего есть, принципиальный человек не украдет, не обманет. Он попросит, и если ему дадут хлеба – хорошо, если не дадут – тоже ничего. Он скажет: «Без хлеба я не умру», – такой у него принцип, тогда хлеб придет к нему сам по себе. Если вы бегаєте в поисках хлеба и думаете: «Как бы мне обмануть кого-нибудь, чтобы добыть хлеба?», то в результате ничего у вас в руках не будет.

Поэтому очень важно быть принципиальным, благодарным человеком. Тогда вы зложите основу для своего будущего счастья. Если вы благодарный человек, то все хорошее будет само следовать за вами. Если вы благодарны всем живым существам, это просто невероятно. Мозг не может этого вместить. Тот человек, который может вспомнить доброту всех живых существ – это настоящий миллиардер. Подумайте: «Все живые существа были моими мамами», а потом искренне пожелайте счастья всем живым существам. Это невероятно. Каждый миг вы будете накапливать заслуги согласно количеству живых существ. Тогда у вас в уме будет невероятный завод, который постоянно создает причины счастья. Тогда у вашего счастья не будет конца. Это мой сердечный совет вам, помните о нем. Постарайтесь развить такое состояние ума, измените себя, иначе все это бессмысленно. Если вы не разовьете в себе такого чувства, если не сможете измениться, то тогда кого я смогу изменить? Никого не смогу. Тогда для меня нет причин находиться здесь. Я подумаю: «Наверное, у меня нет выбора, я буду молиться, чтобы оказаться там, где люди готовы слушать мое Учение, готовы стать лучше, могут достичь результата, пусть я смогу родиться там». Я буду так молиться. У меня нет выбора, где родиться, я буду читать молитвы, чтобы родиться там, где я принесу больше пользы. Поэтому, если вы станете чуть-чуть лучше, станете благодарными и принципиальными людьми, то тогда я скажу: «Я никуда не хочу уходить, здесь у меня есть результат. Божества, будды, пожалуйста, продлите мою жизнь, чтобы я смог здесь помогать еще больше».