

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Это важно в любой области. Слушать учение и медитировать с эгоистичной мотивацией – бесполезно. Так ваше эго будет становиться сильнее, от чего источников ваших страданий будет только больше. Вы ясно видите, как ваше эго вредит вам в жизни. Если вы не замечаете этого, то посмотрите на других людей-эгоистов, сколько у них проблем. В передаче «Дом-2», например, можно увидеть – где больше эго, там больше страданий. Вам трудно осознать собственные ошибки, но ошибки других людей вы замечаете легко. Когда вы видите, что эго других людей совершает ошибки, не думайте, что ваше эго – другое, что оно – святое.

Мой вам совет: каждый день вспоминайте, что основной создатель ваших проблем – ваше собственное эго, злой дух, который сидит в вашем сердце. Пока вы не уменьшите его, какой бы практикой вы ни занимались, это будет бесполезно. Если вы приступите к тантрическим практикам, однажды ваше эго скажет, что вы – йогин. Это будет признаком того, что вы стали еще хуже, а ваше эго увеличилось. Если вы будете день и ночь читать мантры и думать, что ваше эго стало обычным, от этого тоже не будет никакой пользы.

Вначале не занимайтесь медитацией интенсивно, а постарайтесь уменьшить свое эго. В Европе и в Америке люди медитируют, но не достигают реализаций. Они становятся странными, почему? В России тоже есть такие люди, которые несколько лет занимаются всевозможными практиками и становятся странными. У них большие бессмысленные глаза, они сидят в странных позах. Они думают, что реализация – это не иметь никаких концепций. Но это не реализация, а деградация. У таких людей ум маленьких детей, они не знают, что правильно, а что – нет. Если бы реализацией было состояние без концепций, то для его достижения не требовалась бы медитация, достаточно было бы сильного удара по голове чем-то тяжелым.

В буддийской теории пустоты не говорится, что нет хорошего и нет плохого, нет полезного и нет вредного. Это все есть, но нет самобытия. Это совершенно другое. Когда нет самобытия, есть взаимозависимость. Поэтому, когда люди говорят, что все пусто, и ничего не существует, – это нигилистские взгляды. Вам нужно понять, что останавливать все концепции опасно. Это воззрение Хашана. Он говорил, что любые концептуальные мысли привязывают вас к сансаре, поэтому важно не иметь никаких концепций. В прошлом великий индийский мастер, махасиддх Камалашила приходил в Тибет. Он говорил о том, что не иметь никаких концепций, это нигилистичный подход, что мы возвращаемся в сансаре из-за негативных концептуальных мыслей, а позитивные концепции важны и нужны.

Не все желания являются плохими, есть много хороших желаний, которых у вас нет, но которые вам нужны. Например, желание счастья всем живым существам, желание освободить всех живых существ от страдания – великое сострадание, желание достичь состояния будды ради блага всех живых существ – бодхичитта, желание обрести безупречно здоровое состояние ума. Это все – драгоценные желания, но у вас их в настоящий момент нет. Если бы они у вас были, у вас было бы топливо для духовной практики.

С неправильной, эгоистичной, мотивацией вы можете практиковать день и ночь, потому что у вас есть «бензин» для такой мотивации. Если же вы станете практиковать для блага всех существ или для развития здорового ума, то через час устанете. Почему? Потому что нет «бензина». Посмотрите сами, если вы помогаете кому-то: соседу, маме, товарищу, – то через пять минут уже сильно устаете. Но если вы что-то делаете для того чтобы показать свою силу, то можете работать долго и сидеть много. Когда вы делаете что-то в неправильном направлении, то не устаете. Это явные вещи.

Каким образом вы можете обрести духовное топливо? С помощью медитации на Ламрим. Если вы не выполняете аналитические медитации на темы Ламрима, у вас нет «бензина» для медитации на шаматху. Ваше эго станет говорить: «Я разовью шаматху, я разовью ясновидение, и все меня начнут уважать, потому что я стану особым человеком». Поэтому выполняйте аналитические медитации, анализируйте снова и снова, глубже и глубже, и постепенно из самой глубины вашего сердца будут возникать драгоценные желания, потому что вы станете получать «бензин» для этих желаний. А ваши негативные желания будут становиться слабее, потому что вы ясно увидите, что они вам вредят.

Желание обрести безупречно здоровое состояние ума называется отречением, это очень хорошее желание. Для того чтобы обрести это желание, в первую очередь необходимо желание иметь здоровое тело. Это хорошее мирское желание. Сейчас оно у вас появляется редко, поэтому вы с самого начала не заботитесь о своем теле. Вроде знаете, что для тела плохо, но все равно употребляете опасные продукты и вещества. А когда заболеваете, то думаете, что не следовало это есть. Вы понимаете, что шоколад вредит зубам, но все равно едите его. Это от недисциплинированности. Чем больше вы заботитесь о своем здоровье, чем более правильной диеты придерживаетесь, тем более здоровое тело обретаете.

Если у вас появится настоящее желание иметь здоровое тело, вы тут же бросите курить и употреблять алкоголь. Первая моя для вас практика не в духовной области, а в мирской жизни – не курите и не пейте. Обретите желание иметь здоровое тело. Многие мудрецы прошлого говорили: «Если вы потеряли деньги, вы потеряли кое-что. Если вы потеряли здоровье, вы потеряли все». Так что для продвижения к высоким уровням вначале необходимо породить здоровые желания. Я по своим ощущениям вам скажу, если у меня появляется сильное желание иметь здоровый ум, здоровое тело безо всяких болезней, то сразу же у меня внутри, в сердце, появляется сильное желание заниматься практикой. Если у вас то же самое, тогда это чистая буддийская практика. Если вы читаете по утрам молитву, думая, что не читать ее – признак плохого буддиста, то вы опять тешите свое эго. Если вы думаете, что ваш Учитель на вас обидится, или боитесь, что вам будет плохо, это тоже неправильная мотивация.

Желание иметь безупречно здоровое состояние ума очень важно, оно будет толкать вас в нужном направлении. Если у вас есть желание счастья всем живым существам, это махаянская мотивация. Надо заниматься практикой ради блага всех живых существ – такая мотивация крайне важна. Если вы будете читать мантры ради того, чтобы все живые существа стали счастливыми, тогда, прочитав «ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ» всего лишь раз, вы накопите огромные заслуги. Если вы сегодня даете кому-то кусок хлеба и при этом думаете, что делаете это ради блага всех живых существ, а в будущем, если будете иметь тысячу рук, то дадите тысячу кусков, чтобы никто не страдал, то это настоящая, чистая мотивация. Это драгоценное желание и источник вашего будущего счастья.

Эгоистичные желания, желания блага ради одного человека, опасны. Что такое эгоистичное желание? В Хинаяне есть желание безупречного счастья, желание обрести ум, полностью свободный от омрачений, но это не эгоистичное желание. Эгоистичное желание – это не то, что существо желает счастья для себя, а то, что оно стремится обрести собственное счастье посредством своих омрачений. Эгоистичный ум ищет счастье только через свои эмоции. Когда вы используете негативные эмоции для того чтобы решать проблемы и обретать счастье, это и есть эгоизм. А простое достижение счастья одним человеком – это не эгоизм.

Когда вы стараетесь обрести счастье для себя через позитивные эмоции, то есть желаете реалистичного счастья – безупречно здорового состояния ума, это не эгоизм, а отречение. Хотя вы думаете о счастье одного существа, но вы получаете счастье через обретение

здорового ума. Таким образом, вы устраняете страдание и обретаете счастье, это здоровый образ мышления. Ваше обычное эго не думает, что станет счастливым, если сделает свой ум здоровым, оно думает, что будет счастливым, если куда-то поедет, если станет необычным и могущественным человеком, например, мэром города. Поэтому эгоистичный ум день и ночь об этом думает. Это и есть эгоизм, это неправильная стратегия. Ради этого человек готов убить и обмануть кого угодно. Это нездоровое состояние ума. Вроде бы эго хочет сделать себе что-то хорошее, но при этом делает ум хуже.

Ваше эго также может думать, что вы станете счастливы, если обретете много денег, много собственности. Это тоже неправильный путь. Для того чтобы обрести много денег, вы готовы убивать других, думая, что это сделает вас счастливыми. Посмотрите, сколько в нашем мире люди убивают друг друга. Это эгоистичный путь. Эго думает, что этот путь приведет к счастью, но, в конце концов, все друг друга убивают, и никто не обретает счастья. Если ваше эго думает, что через начитывание мантр буддист становится счастливым, это тоже неправильно. Это тоже эгоистичный подход. Став буддистом, вы не избавитесь от страдания.

Если вы, став буддистом, начинаете носить буддийскую одежду или шапку, в этом нет ничего полезного. Ритуальные предметы не приносят пользы. Если вы меняетесь снаружи, но не внутри себя, это бессмысленно. Нужно менять ум, создавать здоровый образ мысли, становиться мудрее, тогда вы сразу же начнете изменяться. Через внешние перемены: изменение места, тела, одежды и т.п., – нельзя обрести счастье. Это эгоистичный подход, если вы используете негативные эмоции, чтобы этого достичь. Это мои для вас советы перед учением. У вас очень слабые позитивные желания – отречение, любовь, сострадание. Поэтому в повседневной жизни делайте все, чтобы усилить их, тогда у вас появится прочная основа для интенсивной медитации, хороший «бензин» для нее.

Теперь, что касается четырех печатей. Первая печать – то, что является производным, непостоянно. Существует грубое и тонкое непостоянство. Если вы знаете об этих двух непостоянствах, это полезно для уменьшения привязанности к этой жизни. Если вы уменьшите привязанность к жизни, то тем самым уменьшите свое эго. После этого все, что вы станете делать, будет эффективно. Я уже объяснил, как концепция постоянства вредит вам в вашей жизни, и как концепция непостоянства вам помогает. Теперь четыре грубых непостоянства. Важно помнить это наизусть, это поможет вам в жизни.

Первое грубое непостоянство – любое рождение заканчивается смертью. Это факт, который нельзя опровергнуть. Когда мы рождаемся, то рождаемся одни, когда умираем, то умираем одни. Зачем же в середине между этими событиями накапливать множество объектов? Они не перейдут с вами в новую жизнь. И бедный, и богатый умирают с одинаково пустыми руками. Если вы узнаете этот факт, ваш ум будет немного мудрее. В вашей жизни есть много секретов, и, если вы знаете их, то можете эффективно использовать.

Одна пожилая женщина была сильно привязана к дому, в котором жила, и саду, постоянно о них заботилась. Однажды в ее дверь постучал человек и сказал, что хочет рассказать три секрета, связанные с ее жизнью. Она заинтересовалась: «А почему это секрет?» Человек ответил: «Потому что это нечто, что не является для вас очевидным. Есть, например, жизнь после смерти, а для вас это секрет, потому что вы это не можете видеть. Любовь и сострадание – тоже секрет, потому что вы не знаете их силу. Тот, кто это знает, пользуется этим, и поэтому счастлив. А тот, кто не знает, всегда несчастлив». Женщина, обрадовавшись, пригласила его в дом и попросила рассказать эти секреты.

Многие считают, что секрет – это те действия, которые они совершают неправильно. На самом деле неискусные действия – это не секрет, а неверное представление. Секрет – это тонкие вещи, которые очень полезны для вас, если вы их знаете. Если вы не знаете о них, это вам вредит.

Итак, мудрый человек сказал женщине: «Первый секрет: дом, в котором вы живете, вам не принадлежит, поэтому вы не сможете находиться в нем все время, однажды вам придется его покинуть. Второй секрет: хозяин этого дома очень эгоистичен. Сейчас ему никто не предлагает за этот дом денег, но если кто-то предложит, он сразу же распрощается с вами. Это может произойти в любой момент. Третий секрет: когда придет время покинуть дом, вы ничего не сможете забрать с собой – ни обстановку дома, ни растения из сада, ни украшения. Поэтому все, что бы вы ни делали для того чтобы вырастить сад или украсить дом, бесполезно для вас. Вам придется все это оставить и уйти. Только если вы накопите какие-то деньги, то сможете купить себе другой дом».

Женщина всю ночь думала, правда это или нет, связано ли это с ее жизнью, и осознала, что это правда, что она была глупой, потому что не понимала эти секреты и теряла время. Это реальная ситуация. На следующее утро она проснулась другим человеком. Раньше, когда она смотрела на соседский сад, в котором было больше красивых цветов, она завидовала. После того, как она узнала секреты, зависть исчезла. Ей стало жалко соседку, которая много времени уделяла своему саду. Также раньше, если дети срывали цветок из ее сада, она злилась. Тем утром, увидев, что ребенок сорвал цветок, она не рассердилась, потому что узнала секреты и поняла, что это уже не важно для нее, что для нее нет ничего полезного в цветке. Она позвала мальчика и нарвала ему еще много цветов.

Когда ум открыт, человек становится другим. Здесь совершенно ясный и простой механизм. Когда вы поймете, что нет ничего постоянного, что вы сами не постоянны, можете умереть в любое время, тогда ваш ум сразу станет гибким. Исчезнет гнев и зависть, являвшаяся источником ваших концепций. Так эта женщина начала готовиться к более хорошему дому в будущем, стала выполнять эффективную работу. Это аналогия, в настоящей жизни вы ведете себя как эта пожилая женщина. А я, как тот мудрый человек, сейчас рассказываю вам о секретах. Вы не знаете первые три секрета своей жизни. Но даже если знаете, то в отличие от той пожилой женщины, не думаете о них, потому что слишком заняты своими делами. Сколько лет я рассказываю вам про эти секреты?! Сейчас я хочу, чтобы вы отбросили свою лень и стали такими же активными, как та женщина.

Итак, первый секрет. Ваше тело для вас то же самое, что для той женщины дом. Ваше тело также вам не принадлежит – вы арендуете его на деньги кармы. Как только они закончатся, вам придется покинуть ваше тело. Если вы этого не знаете, то, что вы вообще знаете? Вокруг вас постоянно умирают люди, и вы должны это видеть. Если вы этого не замечаете, то, как вы можете понять четыре благородные истины и теорию пустоты, ведь это скрытые факты?! Факт смерти понять нетрудно, но вы об этом не думаете. Даже бараны, ожидая своей очереди на бойне, понимают, что тоже сейчас умрут. Люди видят, как умирают соседи и знакомые, но при этом совершенно не думают, что придет и их очередь, считая, что сами будут жить еще долго. Это обман.

Смерть должна вам напоминать, что, возможно, следующим будет ваш черед. Вы все стоите в очереди, и это факт. Если вы знаете это, ваша привязанность к этой жизни станет гораздо меньше. Подобно той пожилой женщине вы не будете завидовать чужому саду. Если ваш сосед купит машину, вы тоже не будете испытывать чувство зависти. Машина не сделает тело более долговечным, а может даже ускорить смерть.

Далее, второй секрет. Смерть заранее не предупредит вас, когда она к вам придет – через час, через день или через десять лет. Она может прийти в любой момент. Также она не скажет вам, что, поскольку вы молоды, то она придет не к вам, а к пожилым людям. Существует большое количество причин смерти, и вы в любой момент можете с ними встретиться и умереть. Ваше тело очень уязвимо, и даже незначительная причина может привести к смерти. Вы это можете видеть. Ваше сердце – слабое, и, если что-то с ним случается, приходит смерть.

Третий секрет. Когда вы будете умирать, богатство, собственность, все будет бесполезно. В момент смерти нет разницы между богатыми и бедными, между царями и нищими. Царь не может забрать свое царство, а нищий – свою чашу для подаяния. В этот момент они одинаковы тем, что у них пустые руки. Что будет полезно в этот момент? Умственное богатство – хорошие качества ума, множество заслуг. Это настоящее богатство, и его можно нести из жизни в жизнь. Накапливайте его в банке вашего ума. Все остальные богатства – временные и иллюзорные. Один мой друг, богатый человек, живущий в Европе, понемногу начинает интересоваться буддизмом. Он – бизнесмен, и, когда я с ним разговариваю о бизнесе, он говорит нечто похожее на то, что говорится в буддизме. Он приходит к этому на основе собственного анализа. Однажды я его спросил, кто самый богатый человек в мире. Поразмыслив, он ответил: «Это все иллюзии, настоящего богатства нет. В бизнесе много иллюзий, даже самый надежный бизнес – это иллюзия».

Без иллюзии нет бизнеса, поэтому мой друг ищет то, что не иллюзорно. Так он пришел в буддизм, потому что это надежная система. У других систем нет такой основы, поэтому они ненадежны. Если меняются обстоятельства мировой системы, изменяется и ваша система. Это похоже на строительство зимой дома из льда. Вроде и красиво, и крепко, но это только видимость, иллюзия. Изменится погода, солнце осветит дом, и он растает. Даже если это был непростой дом, и вы работали над ним много времени, в один из теплых дней он исчезнет. Растает ненадежная основа – лед, исчезнут иллюзии. Металл, хоть и крепче льда, тоже со временем исчезает. Даже бриллиант можно размельчить, и он перестанет существовать как бриллиант.

Лишь только ум невозможно уничтожить, он меняется, но все время продолжает существовать. Поэтому ум – это самое надежное. Сделав его богатым, вы сами станете по-настоящему богатыми. Как ледяной дом до наступления потепления может защитить вас от холода, так и мирское богатство выполняет определенные полезные функции, но и то, и другое – ненадежно. Это знание полезно для вас, оно помогает вам понять, что главное в вашей жизни – не богатство, не слава и не репутация, а внутренние благие качества. Поэтому, когда вы обретае больше позитивной кармы, у вас становится больше положительных эмоций, и в следующей жизни вы сможете обрести более хорошее тело, чем в этой.

Когда вы становитесь старыми – это не конец вашей жизни, а всего лишь начало новой жизни. Если вы спросите ученых, с чего началась Вселенная, они скажут, что с большого взрыва. Но ведь взрыв – это разрушение, то есть разрушение стало началом новой жизни, новой Вселенной. Точно так же возникает рождение, начало новой жизни. Ваша смерть – это начало вашей следующей жизни, и между ними нет промежутка.

Размышляйте об этих трех секретах вашей жизни. Первый говорит о том, что однажды вы обязательно умрете. Ваша жизнь подобна падению из самолета. Когда вы родились, вы как бы выпали из летящего самолета, и каждый миг приближаетесь к земле. Одни выпали сорок лет назад, другие – семьдесят, но все равно все падают. Это падение займет максимум восемьдесят-девяносто лет. Если вы понимаете эту ситуацию, у вас нет другого интереса,

кроме парашюта. Вы не хотите быть мэром города, покупать бриллианты девушкам. Вам нужен только парашют. Таким образом, парашют становится практикой прибежища. Когда у вас есть парашют прибежища, тогда падение для вас перестает быть опасным.

В буддизме вы принимаете прибежище в трех объектах. Главный из них – это Дхарма. Дхарма означает ваш образ мышления и благие качества вашего ума. Это то, что вас защитит. Будда не может вас защитить – ни его Дхарма, ни его благие качества ума не помогут вам. Но Будда может вам помочь открыть глаза, для того чтобы у вас появилась Дхарма. Моя мудрость также не может вас защитить, но она может помочь мне дать вам объяснения. Сегодня я немного объяснил вам учение Будды, и у вас в сердце появилась Дхарма. Вы чуть-чуть поняли свою ситуацию и стали немного мудрее. Именно эта ваша мудрость будет защищать вас. Она поможет вам обрести парашют – создать и накопить заслуги. Вы знаете, что летите вниз и в конце обязательно упадете на землю и умрете, поэтому вам необходим парашют прибежища.

Второй факт. Время смерти не определено. Каждый миг, безо всякого промедления, вы приближаетесь к смерти. Поэтому прямо сейчас, не откладывая, начинайте готовиться к важной ситуации в вашей жизни – к настоящему путешествию из одной жизни в другую. Если вы путешествуете из Уфы в Москву, как вы к этому готовитесь? Вы проверяете, есть ли у вас паспорт, билет, достаточно ли у вас денег. Вы берете теплую одежду на случай, если в Москве дождь. Вы выключаете свет, проверяете, не забыли ли что, а ведь это не такое далекое путешествие. Путешествие из одной жизни в другую может для вас стать настоящим кошмаром. Это мой вам совет. Верить или нет – ваше дело.

Сейчас еще не поздно поверить, но, когда придет время смерти, тогда будет поздно. Если вы хоть на пятьдесят процентов в этой жизни поверите и начнете выполнять духовные практики, это будет полезно для вас и сейчас, и в будущей жизни. Самое главное – это порождение позитивной кармы. Это ваши настоящие деньги для путешествия. Позитивную карму вы обретаєте, когда делаете что-то хорошее для других. Все время делать что-то хорошее для других – это настоящее богатство. Даже в этой жизни вы будете счастливы, если будете делать добрые дела для других. Эта доброта к вам вернется в тяжелые для вас времена в виде помощи от других людей. Так крутится карма.

В какой бы ситуации вы ни находились в настоящий момент, она не будет длиться вечно. У многих людей при возникновении сильной для них позиции появляется концепция постоянства. Они думают, что всегда будут могущественными и богатыми. Потом ситуация меняется, и появляется сожаление. Мудрый человек не будет считать такое положение стабильным, он знает, что это скоро кончится, он опирается на концепцию непостоянства. Все наглые люди не являются плохими по природе, они становятся такими из-за концепции постоянства.

Итак, вашей второй решимостью должна стать следующая: «Так как смерть может прийти в любой момент, я буду готовиться к ней прямо сейчас». Самая лучшая подготовка – это быть добрым и делать добрые дела. Этого достаточно. Вставать рано, звонить в колокольчик, носить большие четки и читать много мантр – все это вторично. Когда вы открываете рот, говорите что-то полезное для других людей. Обычно из вашего рта вылетает ваше эго: «Я – самый лучший, я – старший ученик и знаю теорию пустоты. Я, я, я...». Такие ученики мне не интересны, мне больше нравятся новые ученики, которые, хоть и знают мало, но скромны.

Некоторые из вас даже не понимают, что правильно, а что – нет, но при этом прочли много книг и чуть ли не наизусть их выучили, могут сказать, где и что написано. Но это и

компьютер может сделать, в этом нет ничего сложного и ничего полезного. Если вы становитесь такими, то мне жалко. Если у вас порождается убежденность в факте вашей смерти, в том, что время смерти не определено, в том, что во время смерти только ваш ум, ваше внутреннее богатство является полезным, то это означает, что вы стали другими, что вы – не компьютер. У компьютера такой мысли нет. В этот момент вы понимаете Дхарму, в противном случае – нет.

Расскажу вам о Наропе, величайшем индийском мастере. Однажды Ваджрайогини передала ему старый тантрический текст высочайшего уровня. Когда Наропа прочел его, она спросила, понял ли он слова текста. Наропа ответил, что понял. Ваджрайогини рассмеялась и задала другой вопрос, понял ли он мысль текста. Наропа опять ответил, что понял. Тогда Ваджрайогини заплакала. Наропа задумался и спросил ее, почему она смеялась, когда он ответил ей, что понял слова, и почему плачет сейчас, услышав его ответ, что он понял смысл. Ваджрайогини сказала: «Когда ты ответил, что понял слова этого текста, ты сказал правду, и я смеялась. Но когда ты сказал, что понял смысл, ты солгал, и поскольку ты великий мастер, но обманываешь, я заплакала». Тогда Наропа спросил ее, кто знает смысл этого текста. Ваджрайогини ответила: «Мой брат Тилопа». Услышал это имя, Наропа не мог остановить слез, потому что Тилопа был его Духовным Наставником в предыдущей жизни. Он тут же собрался идти к Тилопе и спросил у Ваджрайогини дорогу. Она ответила: «Он в этом мире. Если ты хочешь такого Духовного Наставника, ищи его сам».

Третья ваша убежденность – в момент смерти только Дхарма будет вам полезна. В чем это вас убеждает? В том, что вы будете по максимуму практиковать Дхарму. То есть восемьдесят процентов времени вы будете уделять развитию ума и лишь двадцать – материальному развитию. В настоящий момент для вас это слишком сильно. Уделять восемьдесят процентов времени на развитие ума в самом начале – неправильно. Сейчас для вас самое лучшее – уделять развитию ума хотя бы двадцать процентов, а уж восемьдесят оставьте на материальное. Каждый день уделяйте время развитию ума и постепенно наращивайте это до тридцати, сорока процентов и так далее, потому что все время оставаться на двадцати процентах – тоже ошибка.

Итак, первое грубое непостоянство – это то, что любое рождение заканчивается смертью. Второе грубое непостоянство – любая встреча заканчивается расставанием. Сегодняшнее учение для моих старших учеников я даю не в первый раз, поэтому оно для них – как аналитическая медитация. Если вы занимаетесь такой медитацией вместе со своим Учителем, это очень эффективно. Итак, вы не знаете, что любая встреча заканчивается расставанием, вы об этом даже не думаете, поэтому, пока вы вместе со своими друзьями и родственниками, вы не принимаете даже небольшого поражения на себя. Все время вы хотите самого лучшего, чтобы по телевизору смотрели только вашу программу. Так возникают споры, и разрушается гармония. Потому что у вас сильна концепция постоянства: «Мы всегда будем вместе». Но это не так, в один день уйдет кто-то один, а потом уйдут все.

Реальная ситуация такова: мы подобны сухим листьям, которые кармический ветер собрал в одном углу. Однажды направление ветра изменится, листья полетят в разные стороны, и мы долго не увидим друг друга. И нет разницы, кто мы – буряты, русские, тувинцы, буддисты, христиане или мусульмане. Нам нечего делить, мы все зависим друг от друга. Сейчас мы имеем возможность немного помочь друг другу, а потом разойдемся, и, может навсегда. В конце мы все расстанемся. Когда человек знает факт непостоянства, он становится мудрым, живет в гармонии с другими людьми.

В детстве я жил в Индии и понимал, что все непостоянно. Этому меня научил один мудрый человек, он сделал меня добрым. Когда я встречаюсь со своими друзьями, мы не делим вещи

на «мое» и «твое», мы все одинаково ими пользуемся, и все мы счастливы. Я как-то дал денег в долг одному человеку. Когда пришло время отдавать, он отдал только часть. При встрече с ним я завел разговор о долге. Он сначала испугался, так как подумал, что я хочу потребовать остаток долга, но я сказал ему, что хочу, чтобы это стало моим ему подарком, тем более, что получить у него остаток долга все равно не было никакой возможности. А так получалось, что я спокоен, он спокоен, и все хорошо. Вы тоже можете поступать так, тогда вы накопите заслуги, а у вашего должника не появится негативная карма.

Ведь чья это ошибка, если вам не возвращают долг? Ваша. Вы поверили тому, кому не надо доверять, незнакомому человеку, например. Поэтому в такой ситуации самое лучшее – это сделать подарок. Также важно знать, кому можно верить, а кому нет. Как только вы поймете, что скоро расстанетесь и больше не увидите, вы перестанете чувствовать гнев на этого человека. Вы должны осознать, что концепция постоянства делает ваш ум глупым. Помните, что со своими родителями, братьями и сестрами вы встретились лишь на короткое время, поэтому любите друг друга. Делайте для них что-то хорошее, пока вы вместе, принимайте поражение на себя и отдавайте другим свои победы. Это самая лучшая буддийская практика. В настоящее время ваш мозг не понимает таких действий. Вы не понимаете, как сможете жить, если станете поступать таким образом. Но так вы будете становиться счастливее и счастливее.

Когда я был маленький, моя мама видела, что я очень добрый, и волновалась, как же я буду жить. Я отвечал ей: «Не беспокойся, доброта – это всегда хорошо, из жизни в жизнь». Сегодня я живу отлично, я счастлив, я никого не обманул и никому не нагрубил. Эгоистичные люди всегда за чем-то гонятся, с кем-то ссорятся и обманывают. Они думают, что так всего добьются, но в конце жизни у них ничего не оказывается – ни друзей, ни денег, ни карьеры. Быть добрым – совершенно безопасно. Но это не значит, что надо говорить всем, что вы – добрый, что у вас можно все забрать. Это неумно. Добрым надо быть внутри, а ваше лицо должно быть таким, чтобы другим оно не нравилось. Вы должны быть хорошими актерами. Не демонстрируйте другим свою доброту. Для блага других и для своего блага иногда надо являть себя в гневном аспекте. Поступайте как мудрая мать. Она очень любит своих детей, но в некоторых ситуациях не показывает этого, а демонстрирует гнев, как бы говоря: «Так нельзя».

Как только вы узнаете, каким образом надо действовать в соответствии с ситуацией, то не сделаете ничего дурного. Если вы этого не знаете, то говорите: «Я – добрый», – но этого недостаточно. Обычно люди, находясь вместе, ссорятся, а когда кто-то умирает, плачут. Это неправильно. Пока вы вместе, думайте о том, что когда-нибудь расстанетесь, поэтому не нужно ссориться, а когда кто-то умирает не надо плакать. Это мой совет вам. Все родственники могут умереть – когда-нибудь это произойдет. Если вы думаете об этом, отношения в вашей семье будут очень хорошие, разговоры – спокойные. Это очень просто и полезно. Думайте об этом снова и снова, даже если услышите от меня это тысячу раз. Даже миллион раз напомнить вам об этом – мало, потому что вы это быстро забываете. Если я вам говорю о чем-то сложном, если ваш ум не может что-то понять, вы сразу же думаете, что это очень интересно, а полезные советы вам неинтересны. Это неправильно.

Третье грубое непостоянство – любой взлет заканчивается падением. Каким бы популярным человеком вы ни стали, в конце вы обязательно упадете. Чем больше популярности, тем дольше и болезненней падать. Если вы знаете этот факт, то с самого начала у вас не будет интереса к высокому положению, к репутации и похвале. Самое лучшее – это сидеть на земле, потому что нет более надежного места. Куда бы вы ни пошли по земле, вам некуда падать, вы – самый счастливый человек. Не иметь гордости, высокомерия, быть скромным – это самое главное. Почему я всегда счастливый? Потому что у меня нет высокомерия. Я не

думаю, что я – особый, самый умный. Я сижу на земле, поэтому счастлив. Не пытайтесь кому бы то ни было доказать, что вы особенный, вам это незачем доказывать. Просто старайтесь сами стать хорошими. Сделайте себя богатыми внутри, но не доказывайте это другим, тогда эти советы будут вам крайне полезны.

Настоящий бизнесмен – очень скромный, он не показывает своего богатства. Ненастоящий выпячивает свое богатство наружу: надевает дорогой костюм, огромные кольца, украшения из золота, – но у него ничего нет. Настоящие богатые люди ничего такого не делают. Точно так же духовные практики высокого уровня держатся очень скромно. Даже если вы спросите такого человека, знает ли он тантру, он ответит, что не знает. Дромтонпа говорил, что немного знает сутры и то, как накапливать заслуги, а ведь он занимался самыми высшими практиками тантры. Это настоящий практик. Если же человек говорит, что у него высокие реализации: ясновидение и прочее, – то на девяносто девять процентов он вас обманывает.

Четвертое грубое непостоянство – любое накопление заканчивается растратой. Поэтому не копите слишком много материального богатства, в конце оно обязательно исчезнет, оно ненадежно. А вот внутреннее богатство, сколько бы вы его ни копили, всегда становится только больше и больше. Материальное богатство похоже на лед в ваших руках: вы сжимаете его, и оно тает, остается только вода. Если вы знаете и понимаете эту теорию, то не будете прикладывать усилий к накоплению материального богатства, а будете стремиться к накоплению богатства внутреннего.