

Для того чтобы развить правильную мотивацию, все вместе прочитаем послание, напоминающее о ежедневной практике. Я очень рад видеть всех вас на учении. Также я очень рад видеть, что молодое поколение проявляет большой интерес к буддийской философии, это очень хорошо. Для вас эта философия – настоящее богатство. Все остальное мирское богатство ненадежно. Например, бриллианты, какими бы драгоценными ни считали их люди, все равно это просто камни. Если ситуация изменится, хлеб будет дороже, чем бриллиант. Какими бы ценными ни считали люди деньги, все равно это бумага. Когда ситуация изменится, в самый трудный момент вашей жизни, они не смогут вам особо помочь. Стив Джобс, который был одним из самых богатых людей в мире, не смог купить на свои деньги здоровье. У него было много денег, но они не могли спасти его, и он умер. Даже в этой жизни на деньги невозможно купить абсолютно все, как же они могут помочь обрести счастье в будущей жизни?

Если вы будете так думать, то поймете, что самое драгоценное богатство – это мудрость. Это настоящее богатство: если вы одиноки, то это лучшая компания, если у вас возникает какая-то проблема, то эта мудрость поможет вам ее решить, если вы счастливы, то мудрость сделает вас еще счастливее. Если у вас есть и мудрость, и богатство, то вы можете правильно распорядиться этим богатством ради собственного блага и ради блага других. А если у вас есть богатство, но нет мудрости, то тогда это богатство, в первую очередь, разрушит ваш покой, а затем уничтожит покой других людей. Поэтому мудрость очень важна. В особенности во время смерти ценность мудрости просто невероятна. И поэтому накопление мудрости – это самое лучшее накопление, пока у вас есть драгоценная человеческая жизнь. С большой радостью получайте учение.

Теперь, что касается учения по буддийской философии. Существует четыре буддийские философские школы, и мы с вами рассматривали буддийскую философскую школу Вайбхашику. Воззрение школы Вайбхашика излагается в трех главах: основа, путь и результат. Мы закончили рассматривать основу и подошли к рассмотрению пути. Я напомним то учение, которое недавно вам передал, причину, по которой в школе Вайбхашика рассматривается основа, путь и результат. Состояние освобождения, состояние просветления не нужно искать где-то вовне, его основа находится в рамках ваших собственных тела и ума. У нас есть эта основа изначально, но в настоящий момент она как бы покрыта грязью.

Высокая драгоценность покрыта грязью, поэтому она не функционирует, как драгоценность. Вам не нужно искать эту драгоценность где-то во внешнем мире, ваш собственный наитончайший ум является ясным светом вашего ума, вашей природой ума, является такой драгоценностью, которая в настоящий момент покрыта грязью, грязью омрачений. Этот драгоценный ум в настоящий момент не функционирует, как драгоценный ум Будды и архата, потому что он покрыт грязью омрачений и загрязнений. Здесь вам нужно открыть для себя то, что такая основа – основа состояния архата, состояния Будды – у вас есть уже сейчас, у вас нет необходимости искать ее, как нечто новое.

Если она у вас есть, почему же вы не достигаете результатов? Потому что она покрыта грязью омрачений. После открытия основы мы переходим к рассмотрению пути. Это метод и мудрость. Этот путь помогает вам устранить омрачения из вашего ума. И когда метод (отречение и бодхичитта) и мудрость (мудрость, постигающая пустоту) полностью устраняют все загрязнения из вашего ума, тогда в результате проявляются состояние архата и состояние Будды. Таково представление основы, пути и результата, если говорить вкратце.

Что касается воззрения школы Вайбхашика, мы с вами рассмотрели основу, анализ феноменов. Сейчас мы подошли к рассмотрению пути, он объясняется в двух главах: это

объект отбрасывания и непосредственно сам путь. В прошлый понедельник мы обсуждали, что такое объект отбрасывания. Чтобы продвигаться по внутреннему пути, вам необходимо устранить объект отбрасывания, в противном случае вы не сможете продвинуться вперед. И чем лучше вы будете понимать, что такое объект отбрасывания, чем больше вы будете уменьшать этот объект отбрасывания, тем дальше вы будете продвигаться по внутреннему пути, у вас будет происходить развитие. Что касается объекта отбрасывания, то различают два вида объекта отбрасывания. Они называются двумя видами загрязнений, это то, что загрязняет ваш ум и не позволяет вашему уму раскрыть весь его потенциал, его природу. Первое загрязнение называется омрачающие загрязнения. Школа Вайбхашика не признает существование препятствий к всеведению, они говорят о неомрачающих загрязнениях.

Как я говорил вам в понедельник, первое из омрачающих загрязнений – это неведение, это представление о том, что есть некое независимое субстанционально существующее «я». Из-за этого возникает эгоистичный ум. Эгоистичный ум – это привязанность к некоему плотному «я». Из-за этого эгоистичного ума вы делите живых существ на друзей, врагов и посторонних. По отношению к друзьям вы испытываете привязанность, по отношению к врагам – гнев, а посторонних вы просто игнорируете. Будда говорил, что из этих трех коренных омрачений – неведения, привязанности и гнева – возникает восемьдесят четыре тысячи различных омрачений, так же как из трех основных цветов в телевизоре возникает множество различных оттенков. Этот объект отбрасывания, омрачения, следует устранить.

Что касается устранения омрачений, то каким образом вы это делаете: вначале вам необходимо уменьшить омрачения, затем с помощью однонаправленной концентрации и мудрости, познающей пустоту, вы полностью устраняете омрачения из своего ума. Каким образом у вас должен происходить прогресс, я объяснял в ходе Байкальского ретрита по Ламриму, поэтому сейчас не буду подробно это объяснять. Второй вид загрязнений называется неомрачающие загрязнения. Это отпечатки, оставленные омрачениями. Это то, что называется неомрачающие загрязнения. Здесь приводится такой пример: у вас в чашке лежит долька чеснока (чеснок – это поток омрачений), если вы вынимаете этот кусок чеснока из чашки, то запах чеснока там остается. Этот запах чеснока подобен неомрачающим загрязнениям. В Хинаяне не признается наличие препятствий к всеведению, они не используют эти термины, но, тем не менее, говорят о чем-то очень похожем.

Перейдем ко второй главе, которая называется презентация пути. Это рассмотрение пяти путей. Школа Вайбхашика является философской школой Хинаяны, поэтому в ней говорится о том, каким образом достичь состояния архата, и не говорится о достижении состояния Будды. Вам необходимо это понять не для того, чтобы последовать этим пяти путям, а для того, чтобы просто в целом иметь представление о пяти путях. Это представление о пяти путях в Хинаяне поможет вам понять путь Махаяны глубже. В Хинаяне речь идет о пяти путях, посредством них вы достигаете состояния архата. Не пройдя по эти пяти путям, невозможно достичь состояния архата. Невозможно перепрыгнуть с одного пути на другой, например, с первого на третий, или какой-то другой путь. Вам необходимо последовательно пройти по всем путям: с первого перейти на второй, со второго на третий и так далее. Невозможное такое, чтобы вы были на первом пути, а потом сразу же перепрыгнули на третий путь, или, чтобы, не вступив на первый путь, вы сразу же оказались на пятом, такое тоже невозможно. Невозможно, чтобы сегодня вы были обычным человеком и имели множество негативных эмоций, а потом приступили к медитации и на следующий день достигли состояния Будды. В мирской области такое тоже невозможно.

Первый путь называется путем накопления, второй – это путь подготовки, третий – путь видения, четвертый – путь медитации, пятый – путь более неучения. Сейчас я подробно

объясню, что это такое. Нужно сказать, что в Хинаяне пять путей очень похожи на пять путей в Махаяне. Пять путей Махаяны примерно то же самое, что и в Хинаяне, только есть определенные дополнения. Почему первый путь называется путем накопления? На этом пути практикующий основной упор делает на накоплении заслуг, поэтому этот путь называется путем накопления. Как вы можете достичь этого пути, пути накопления? С точки зрения школы Вайбхашика, чтобы достичь пути накопления в Хинаяне, вам необходимо породить спонтанное отречение, после этого вы вступаете на путь накопления.

Что касается отречения, я говорил вам, что это такое состояние ума, которое понимает состояние счастья очень точно. В настоящий момент у нас нет отречения, потому что мы не знаем, что такое настоящее счастье. Теоретически мы немного знаем, но глубоко внутри у нас есть представление о том, что по природе является страданием, как о счастье, у нас нет понимания настоящего счастья. Подумайте о том, какое представление счастья у вас появится, если, например, к вам во сне придет джинн и скажет: «Загадайте одно желание, я его исполню». У вас сразу же возникнет желание мирского счастья, у вас не появится мысль о том, что ум, полностью свободный от омрачений, – это настоящее счастье. Это признак того, что у вас нет правильного понимания четырех благородных истин. Даже если вы поняли это учение, вы не медитировали на него снова и снова, поэтому оно не является хорошо знакомым для вашего ума.

Поэтому, какие бы красивые слова вы ни произносили, глубоко внутри вы думаете: «Если я куда-то уеду, там я буду счастлив. Если я что-то обрету, то тогда я стану счастлив. Если я обрету такое-то богатство, я стану счастливым». То есть у вас такая мысль: «Если я достигну или обрету какой-то внешний объект, тогда я стану счастлив». Это иллюзия. С безначальных времен и по сей день мы сохраняем такой примитивный образ мышления и из-за этого возвращаемся в сансаре. Бабочка, считая, что масляный светильник является объектом счастья, подлетает к нему. Он обжигает ее тело, и она сгорает, умирает. И мы с безначальных времен и по сей день поступаем также. Мы думаем, что существует некий внешний объект счастья, и стараемся найти его. Если мы очень ясно поймем учение по четырем благородным истинам, то мы поймем, что такое настоящее счастье, что это ум, полностью свободный от омрачений.

В четырех печатях Будда говорит, что только ум, полностью свободный от омрачений, является счастьем. Говорится: «Только нирвана – это счастье». Это означает, что все остальное, о чем мы думаем, как о счастье, ложно, ошибочно. Это примитивный образ мышления, он не является настоящим счастьем. До тех пор пока мы придерживаемся мысли, что если мы создадим какие-то внешние причины и условия для счастья, то сможем обрести настоящее счастье, для нас невозможно стать по-настоящему счастливым. В буддизме не отрицается материальное развитие. Для того чтобы поддерживать свое тело нам необходимо материальное развитие, но оно не является объектом счастья, оно существует просто для поддержания нашего тела. Это то, что не является главным объектом счастья, это то, что существует для выживания. Есть только один настоящий объект счастья. Это ум, полностью свободный от омрачений.

Если вы медитируете на тему четырех благородных истин, то день и ночь у вас сохраняется одно желание: «Как было бы хорошо обрести ум, полностью свободный от омрачений». Лама Цонкапа говорил, что в этот момент вы обретае отречение. Лама Цонкапа в тексте по трем основам пути говорил о том, что когда день и ночь, с пониманием учения по четырем благородным истинам, вы желаете обрести ум, полностью свободный от омрачений, который является безупречным счастьем, это критерий достижения отречения. В этом случае вы обрели спонтанное отречение и вступили на первый путь, путь накопления. Когда вы таким образом вступаете на первый путь, путь накопления, вы делаете основной упор на

накоплении заслуг и на очищении негативной кармы. Ваша цель – достижение ума, полностью свободного от омрачений, основополагающим факторами для этого являются очищение негативной кармы и накопление заслуг. Это самое основное.

В настоящий момент у нас нет отречения, нет бодхичитты, мы еще не вступили на первый путь, поэтому сейчас основной упор нужно делать на накоплении заслуг и очищении негативной кармы. Первого путь не называется путем медитации, он называется путем накопления. Четвертый путь называется путем медитации, в это время вы занимаетесь только медитацией. Если в это время, на пути медитации, вы вместо медитации занимаетесь накоплением заслуг, скажем, совершаете обхождения вокруг ступы или простирания, это является препятствием к развитию вашего ума. Поэтому сами названия пяти путей – это очень хорошие наставления о том, каким образом вам практиковать в соответствии с вашей ситуацией.

В наши дни слово «медитация» стало очень популярно в мире. Экстрасенсы и те, кто занимается ньюэйджевской медитацией, с самого начала, даже не зная слова Дхармы, без какой-то бы то ни было философии, сразу же начинают говорить о медитации. Это очень опасно, люди начинают медитировать и становятся очень странными. Поэтому сами названия пяти путей – это очень хорошее наставление о том, каким образом добиваться прогресса. И я очень рад, что вы сейчас сидите нормально и получаете учение. Я не был бы рад, если бы человек сидел в очень строгой позе, делая вид, что медитирует. Мне бы это не понравилось, это неправильно, потом у таких людей голова ненормальная становится.

Второй путь называется путем подготовки. В Хинаяне, когда вы обретаете отречение, вы переходите на путь накопления. Невозможно пройти этот путь без шаматхи. Спонтанного отречения возможно достичь без шаматхи, но с шаматхой это гораздо легче. Поэтому мы не можем сказать, что без шаматхи невозможно обрести отречение, это возможно, но большинство великих мастеров прошлого обретали отречение с помощью шаматхи. У некоторых мастеров были очень высокие отпечатки, поэтому во время получения учения они обретали отречение, не развив шаматху, но это исключение. Мы обычные люди, нам для того, чтобы вступить на первый путь, путь накопления, необходимо развить отречение, для этого необходима шаматха. Сейчас я вам объясню то, что касается вашего внутреннего путешествия, если вы не понимаете всех деталей, неважно, но такое внутреннее путешествие является очень полезным в вашей жизни.

Для того чтобы вступить на первый путь, путь накопления, вначале необходимо развить шаматху. Чтобы развить шаматху, вам нужно знать, что собой представляют пять ошибок медитации, восемь противоядий, шесть сил, девять стадий и четыре способа вступления в медитацию. Когда вы обретаете шаматху, вы обретаете однонаправленную концентрацию. Когда мы говорим о пути медитации, то речь идет о медитации на пустоту, это другое. Однонаправленная концентрация поможет вам по-настоящему медитировать на абсолютную природу себя и абсолютную природу всех феноменов. Поэтому после того, как с помощью шаматхи вы обретаете отречение, далее делаете упор на накоплении высоких заслуг и обретаете очень ясное понимание теории пустоты. Когда с помощью шаматхи, вы обретаете концептуальное постижение бессамости, это называется союз шаматхи и випашьяны, в этот момент вы вступаете на второй путь, путь подготовки.

Это происходит, когда в вашем уме с помощью шаматхи появляется отречение. Далее с пониманием теории бессамости, медитируя с помощью шаматхи, вы анализируете и концептуально постигаете бессамость, в этот момент вы обретаете реализацию союза випашьяны и шаматхи. Это то, что объясняется в нашей ежедневной молитве, в этот момент вы вступаете на второй путь, путь подготовки. Поэтому вам не нужно кого-то спрашивать о том, какой реализации вы достигли, вы сами это знаете очень точно. У нас нет шаматхи, это

совершенно ясно. У нас нет отречения, это тоже совершенно ясно. Тогда, каким же образом нам возможно иметь реализацию союза шаматхи и випашьяны? Абсолютно ясно, что вы не стоите сейчас даже на первом пути.

Для того чтобы вступить на первый путь, существует определенная ступень. Возможно, сейчас мы даже еще не приблизились к этой ступени, которая ведет к вступлению на первый путь. Поэтому Атиша в тексте «Светильник на пути к просветлению» объяснял, что существует три уровня практикующих: начальный уровень, промежуточный уровень и высший уровень. Практикующий начального уровня – это тот, кто отбросил привязанность к этой жизни и заботится только о счастье в будущей жизни. Если это относится к вам, то тогда вы являетесь практикующими начального уровня. Практикующий промежуточного уровня – это тот, кто видит, что вся сансара обладает природой страдания, и приступает к практике для достижения нирваны. Это практикующий промежуточного уровня. Практикующий высшего уровня рассматривает себя в качестве примера и видит, каким образом все живые существа страдают от болезни омрачений. Ум под контролем омрачений страдает, и все живые существа страдают с безначальных времен. У практикующего высшего уровня возникает желание избавить всех живых существ от страданий: «С этой целью пусть я смогу достичь состояния Будды». Если вся практика выполняется только для принесения блага живым существам, то это практикующий высшего уровня.

Если вы проверите, то окажется, что еще не достигли даже начального уровня. Такова ваша реальность. Атиша разделил практикующего начального уровня на три категории: начального-начального уровня, начального-среднего уровня и начального-высшего уровня. Начальный-начальный уровень не является практикой Дхармы. Большинство живых существ относятся именно к начальному-начальному уровню. Это те, кто полностью потерялись только в этой жизни. О будущей жизни вообще не думают, о счастье тоже совершенно не думают, только об этой жизни. Тот, кто думает только об этой жизни, называется практиком начального-начального уровня. Если человек думает восемьдесят процентов времени о счастье этой жизни и лишь двадцать процентов о счастье в будущей жизни, это тоже практик начального-начального уровня. Но он немного лучше, чем другие практики начального-начального уровня, которые сто процентов времени думают только о счастье в этой жизни.

Если человек пятьдесят процентов времени думает о счастье в этой жизни и оставшиеся пятьдесят о счастье в будущей жизни, то он является практиком начального-промежуточного уровня. Я не знаю, сколько из вас являются практиками начального-промежуточного уровня. Это тоже нелегко, для этого вам необходимо размышлять о страдательной природе сансары, в особенности о страданиях низших миров. Вам нужно обрести убежденность, что есть жизнь после смерти и что у вас больше отпечатков негативной кармы, чем позитивной, тогда ваш ум по-настоящему будет думать о счастье в будущей жизни, будет думать о делах будущей жизни. Потому что, какой бы важной вы ни считали эту жизнь, это всего лишь одна очень короткая жизнь. А будущая жизнь очень длинная, она невероятна длинна. Что касается нашей предыдущей жизни, то мы существуем с безначальных времен. У нас было бесчисленное множество предыдущих жизней, а эта жизнь очень коротка. И поэтому прикладывать все свои усилия только к этой жизни очень глупо.

Понимая это, вы думаете: «Половину своих усилий я буду прикладывать к созданию счастья в будущей жизни, потому что смерть может прийти завтра или на следующий год, кто знает». Когда вы сохраняете памятование о непостоянстве и смерти, то сразу же становитесь практиком начального-промежуточного уровня. Если вы забываете о непостоянстве и смерти, то становитесь практиками начального-начального уровня. Когда вы помните о

непостоянство и смерти, то становитесь практиком начального-промежуточного уровня. Поэтому в повседневной жизни очень важно помнить о непостоянстве и смерти, помнить, что в этом мире мы пробудем очень недолго и что наша жизнь в этом мире очень неопределенна, произойти может все, что угодно. Вы не можете сказать, что случится сегодня, как же у вас может сохраняться какая-то фиксированная идея о том, что завтра вы будете жить? Очень важно помнить о непостоянстве и смерти, чтобы ваш ум открылся, тогда вы очень ясно увидите, что стали практиком начального-промежуточного уровня, и это прогресс. Когда вы будете думать о непостоянстве и смерти снова и снова, то поймете, что эта жизнь неважна, будущая жизнь гораздо важнее.

Восемь мирских дхарм покинут ваш ум, и тогда, полностью устранив из ума восемь мирских дхарм, вы станете практиком начального-высшего уровня. Каковы эти восемь мирских дхарм? Первая и вторая – это радоваться похвале и расстраиваться из-за критики. Это проявление детского ума. В буддизме говорится, что вам не нужно радоваться похвале и нужно радоваться критике. Мастера Кадампа говорили: «Не радуйся похвале, а радуйся критике. Похвала сделает твой ум слабым, а критика сделает твой ум сильным». Третья и четвертая мирские дхармы – радоваться мирскому счастью и расстраиваться из-за временного страдания. Мастера Кадампа говорили: «Не радуйся временному счастью, а радуйся временному страданию. Временное счастье – это обман. Это то, что растратит все твое драгоценное время впустую. Радуйся временному страданию. Временные страдания очистят от негативной кармы. Временные страдания пробудят твой ум к пониманию твоей реальной ситуации, поэтому временные страдания – это благословение Духовного Наставника».

Пятое и шестое наставление – не радуйся богатству, радуйся бедности. Мастера Кадампа говорили: «Не радуйся богатству, радуйся бедности. Когда есть большое количество богатства, то есть страдания от накопления и охраны этого богатства, а в конце оно с вами расстанется, таково будет завершение. Радуйся бедности. Бедность – это украшение практика Дхармы». Здесь говорится, что не нужно думать: «Если я обрету какое-то материальное богатство, то стану счастливым». Довольствуйтесь тем, что у вас есть. Далее, седьмая и восьмая мирские дхармы. Мастера Кадампа говорили: «Не радуйся славе и репутации, а радуйся сдержанной позиции». Что касается славы и репутации, в конце происходит падение. Самое низшее положение – это самое лучшее место. Поэтому в своей жизни всегда думайте: «Подо мной никого нет, подо мной только земля». Не думайте, что кто-то другой находится под вами. Когда вы обретаете такое состояние ума, то обретаете очень хорошую основу для духовной практики.

Эти восемь мирских дхарм ничем вам не помогут, в особенности во время смерти. Ваша слава и репутация, как говорил Миларепа, подобны звукам грома. Миларепа говорил, что каким бы громким ни был гром, это всего лишь пустой звук. Во время смерти вы не сможете забрать с собой славу и репутацию, это ничто. Что касается вашего богатства, собственности, во время смерти вы тоже не сможете забрать их с собой. Миларепа говорил, что и царь, и нищий во время смерти уходят в следующую жизнь с пустыми руками. Царь не может забрать с собой свои богатства, а нищий не может забрать свою чашу для подаяния. Поэтому Миларепа говорил: «Когда я вижу, как богатые люди умирают, я вижу, что материальное богатство совершенно бессмысленно».

Для вас это очень полезно, я рассказываю вам, как достичь начального-высшего уровня практикующего. Тогда появится шанс вступить на первый путь – путь накопления. Это ступень к тому, чтобы перейти на первый путь. Восемь мирских дхарм во время смерти бесполезны. В отношении временного счастья Шантидева говорил очень ясно: «Если во сне вам приснилось, что вы испытываете счастье сто лет, когда вы просыпаетесь, все это

остается просто воспоминанием. И точно так же временное счастье, сколько бы вы его ни испытывали, во время смерти остается просто воспоминанием». Это то же самое, что увидеть очень красивый сон. Если у вас нет заслуг и очень много негативной кармы, если вы испытываете временное счастье и теряетесь в нем, это очень опасно. Вы похожи на человека, который на свои последние деньги водку пьет и думает: «Какой я богатый, счастливый», – потом играет в карты, создает долги. В настоящий момент, если вы теряетесь во временном счастье, то это очень похоже на эту картину.

Практиком промежуточного уровня вы становитесь, когда обретаете отречение и вступаете на первый путь Хинаяны – путь накопления. Если вы последователь Махаяны, то обретая отречение, вы не вступаете на первый путь Хинаяны, в дополнение к отречению вы обретаете бодхичитту. И когда вы обретаете бодхичитту, то вступаете на первый путь, путь накопления, то есть становитесь практиком высшего уровня. Так в Ламриме объясняется то, каким образом вам тренироваться на трех уровнях практикующего. Что касается пути подготовки в Хинаяне, обретая отречение, вы с помощью шаматхи обретаете концептуальное постижение пустоты. В этом случае вы становитесь на путь подготовки в Хинаяне. Это на сто процентов точно. Если вы проверяете, есть ли у вас шаматха, вы можете с уверенностью сказать: «Да, у меня есть шаматха».

Каковы критерии того, что у вас есть шаматха? Шаматха – это благое состояние ума. Ваше состояние ума таково, что вы не можете концентрироваться на каком-либо объекте настолько долго, насколько хотите. И ваша концентрация не может быть настолько чистой, чтобы у вас не возникали даже тонкая притупленность и тонкое блуждание ума. Шаматха – это такое состояние ума, в котором вы сохраняете чистую концентрацию на одном объекте, и при этом ваше тело и ум наполняет блаженство. Когда вы обретаете шаматху, у вас в теле начинает циркулировать особого рода энергия, особые каналы вашей нервной системы открываются, и благодаря такой особой циркуляции энергии вы чувствуете легкость в теле, не чувствуете боли. Сколько бы вы ни сидели в какой-либо позе, ваше тело никогда не устает, не чувствует боли, такова эта безмятежность или блаженство.

Кроме такой безмятежности тела, вы обретаете безмятежность ума. Лама Цонкапа в Ламриме говорит о том, что когда безмятежность вашего тела и ума становятся нерушимыми, тогда вы достигли шаматхи. Вначале, когда вы обретаете безмятежность тела и ума, она не очень стабильна, как бы дрожит. Затем эта безмятежность становится все тоньше и тоньше, становится нерушимой. В этот момент вы достигаете шаматхи. Это критерий достижения шаматхи. Проверьте, есть у вас это или нет. Если у вас этого нет, если все эти качества для вас невозможны, не думайте, что у вас есть какая-то реализация. Не говорите: «У меня есть особые реализации». Это будет очень большая ложь. Если вы без шаматхи, без отречения, без бодхичитты проводите какой-то ретрит по Ямантаке-божества и говорите, что у вас было определенное видение божеств, что вы достигли определенных реализаций, это нонсенс, это самообман. «Я читал Махамудру, меня благословили божества, у меня есть особая сила. Я необычный человек, я тантрический практик», – говорить так ошибка. Это нонсенс.

Первое, что я вам объяснил, это то, каким образом достичь пути подготовки. Сейчас я расскажу, что такое путь подготовки. Достичь этого пути возможно, не думайте, что это невозможно. Это совершенно точно возможно, но это нелегко. Если вы сначала обретете шаматху, затем обретете отречение, то после этого достичь союза шаматхи и випашьяны будет уже нетрудно. Самое трудное – это шаматха. Как только вы обретете шаматху, медитация станет для вас удовольствием. Если вы знаете, каким образом практиковать искусно, то ментальное развитие приносит удовольствие. Вы будете счастливы и будете при этом развиваться. Это называется путем счастья. Шантидева говорил: «Последователи

Махаяны, мы вступаем на путь настоящего счастья. Верхом на коне бодхичитты восходим к все более и более высокому счастью. Как вы можете лениться в этом случае?» Как только вы обретете бодхичитту, куда бы вы ни отправились, везде вы будете счастливы. Кого бы вы ни встретили, это будет очень драгоценное существо, очень близкое живое существо.

Как только вы обретете бодхичитту, солнце вашего счастья взойдет, и вы сами станете источником счастья для многих других живых существ. Даже если вы не обретете бодхичитту, но обретете некий уровень любви и сострадания, то вы сами первые станете счастливыми людьми, после этого вы станете источником счастья для других. Если вы очень эгоистичны, в первую очередь вы сами будете самыми несчастными. В нашем мире вы можете разделить людей на две категории: очень эгоистичные люди и менее эгоистичные люди. Это правда. Третья категория – это те, кто вообще не имеет эгоизма, но таких очень мало. Если вы сравните две категории, очень эгоистичных людей и менее эгоистичных людей, то вы увидите, что очень эгоистичные люди, к какой бы религии они ни относились – христианству, буддизму или какой-либо еще, – очень несчастны, гораздо более несчастны.

Люди, которые являются очень сильными эгоистами, все несчастны. Например, Сталин. Он был очень несчастный человек. Гитлер тоже был несчастный человек: всегда злился, всегда нервничал. У него не было спокойствия ума. Все это из-за эгоизма, сильного эгоистичного ума. В конце концов, он покончил жизнь самоубийством. Такие эгоистичные люди в первую очередь сами очень несчастны и становятся источником страданий для других. Чем более вы эгоистичны, тем большим источником страдания вы становитесь для себя и для других. Это совершенно ясно. Вы не найдете ни одного человека, у которого возникли бы проблемы от того, что он стал менее эгоистичен. Это не буддийские объяснения, это универсальный факт.

Я хочу вам сказать, что если вы добрый человек, не слишком эгоистичный, то и вы сами счастливы, и окружающие вас люди тоже счастливы. Почему путь Махаяны называется путем счастья? Потому что бодхичитта – это очень хорошее состояние ума, это забота о всеобщем счастье. Выражение «верхом на коне бодхичитты» означает, что когда у вас будет такое состояние ума, вы будете становиться все счастливее и счастливее. Ваша жизнь будет значима. Окружающие вас люди тоже будут счастливы. Это ваша главная практика. Думайте: «Я буду менее эгоистичным, буду сохранять ум, заботящийся о других. И пусть, благодаря этой ступени моей практики, однажды я смогу вступить на первый путь, путь накопления, и развить бодхичитту. Пусть я смогу вступить на первый путь Махаяны».

Чтобы вступить на первый путь Махаяны, вам необходимо приступить к такой практике, то есть видеть свой эгоистичный ум как источник всех ваших страданий. Свой эгоистичный ум вам нужно видеть как самого худшего злого духа. А ум, заботящийся о других, – это источник всего счастья. У вас в повседневной жизни две главные практики – уменьшать эгоистичный ум и увеличивать ум, заботящийся о других. В повседневной жизни вам нужно делать упор на этих двух практиках, так в сжатом виде вы будете практиковать весь путь. Это секрет того, каким образом вступить на путь накопления Махаяны. Сегодня для нас не время говорить о пути Махаяны, но для вашего развития я рассказал вам об этом.

Почему путь подготовки так называется? На этом пути вы готовите себя к прямому постижению бессамостности с точки зрения школы Вайбхашика. В школе Вайбхашика не говорится о прямом постижении пустоты, там говорится о прямом постижении бессамостности. На пути подготовки они готовятся все больше и больше и обретают все более и более ясное концептуальное постижение бессамостности. Затем, когда оно становится очень ясным, возникает прямое йогическое познание бессамостности, и они приходят на третий путь – путь видения. Можно говорить о прямом познании органов чувств, прямом ментальном познании и прямом йогическом познании. Когда вы своими



глазами видите чашку, когда напрямую слышите какой-то звук, это прямое познание с помощью органов чувств.

Что такое ментальное прямое познание? После обретения шаматхи вы развиваете ясновидение, и когда вы его обретаете, это и есть прямое ментальное познание. С помощью шаматхи вы познаете, не опираясь на органы чувств, и можете познать, например, что делают люди в каком-то удаленном месте. Например, первый уровень ясновидения, когда вы находитесь, скажем, в этом месте, то очень ясно видите умом, что происходит в этом городе. Это достаточно слабое ясновидение. Затем, когда оно будет развиваться, вы сможете видеть все дальше и дальше, сможете видеть, что происходит в других городах, даже в Москве, сможете видеть, чем занимается Путин в Москве. Когда ваша шаматха улучшается, у вас пропадают всевозможные загрязнения, препятствующие ясному видению, вы начинаете видеть все яснее и яснее и можете видеть даже то, что происходит в других вселенных.

Самый высший уровень ясновидения называется всеведущим умом. Ум Будды познает все феномены во всех вселенных. У Шарипутры было ясновидение очень высокого уровня, но его ум все равно все еще не был таким, как ум Будды. Поэтому у Шарипутры не было всеведения. Шарипутра и Маудгальяяна не могли видеть на очень далекие расстояния и не могли видеть на очень удаленные предыдущие жизни. Во многих сутрах говорится о том, что у этих учеников не было всеведения, поэтому они не могли видеть на такие удаленные расстояния и далеко во времени. Будда говорил: «Как же они могут судить о том-то и том-то, ведь у них нет всеведения. Они не накапливали заслуги три неисчислимых эона, не устранили препятствия к всеведению, поэтому не могут познать все эти явления».

Когда вы с помощью шаматхи познаете что-либо напрямую, с помощью прямого ментального познания, стены зданий вас не ограничивают, вы можете познать все что угодно в этом городе. Наши глаза не могут видеть, что происходит за стенами, потому что наше сознание не вступает в соприкосновение с этими объектами. Просто объекты отражаются в наших глазах, и сознание познает то, что отражается в наших органах зрения. Поэтому наши глаза не видят то, что происходит за стенами. Что такое ясновидение? Это результат полного контроля над умом, обретенного с помощью шаматхи. Вы сосредотачиваетесь на определенном месте и ментальным сознанием без участия органов чувств точно познаете, что происходит в каком-то месте в этом городе. Сейчас я расскажу вам, каким образом в Тибете йогины проверяли подлинное ли у них ясновидение.

Развив шаматху, они в медитации сосредоточивались на каком-то определенном доме и думали о том, что же сейчас люди делают в этом доме. Это была не визуализация, они напрямую могли увидеть этот дом, флаги, которые развивались рядом, детей, которые бегали вокруг. Для того чтобы проверить подлинное это ясновидение или нет, они могли, скажем, на следующий день отправиться в это место, прийти в этот дом и спросить: «Вчера в такое-то время делали ли ваши дети то-то и то-то? Паслись ли ваши коровы там-то? Висели ли на том-то месте такой-то флаг?» Им отвечали: «Да, в точности так и было». Тогда этот человек понимал, что его ясновидение подлинное.

Буддизм придерживается научного подхода, всегда есть вероятность, что это просто совпадение. То есть вы могли просто что-то визуализировать, и случайно это совпало с реальными событиями. Поэтому проверяйте ясновидение многократно, сосредоточивайтесь на других местах. Если все это подтверждается три-четыре раза, тогда можно сказать, что у вас подлинное ясновидение. Когда вы обретаете первый уровень ясновидения, то это настоящее, подлинное ясновидение, ясновидение, возникающее на основе шаматхи. Сейчас

много говорят о каких-то экстрасенсорных способностях, но без шаматхи это не является настоящим ясновидением. Это просто интуиция. Иногда угадывают, иногда не угадывают.

У женщин интуиция лучше, чем у мужчин. У женщин вероятность угадать больше, чем у мужчин, но все равно это гадание. Поэтому то, чем обладают экстрасенсы, не ясновидение, вам нужно это понимать. Если речь идет о настоящем ясновидении, то в этом случае вы не полагаетесь на какие-либо чувства. Вы видите объект напрямую своим ментальным сознанием так же ясно, как скажем, своими глазами вы можете видеть чашку, стоящую перед вами. Если вы можете увидеть, что происходит за стенами, тогда это настоящее ясновидение. Так, вы сами знаете, есть у вас ясновидение или нет.

Далее третий путь – путь видения. Когда речь идет о йогическом прямом познании, то во время медитации вы видите бессамость напрямую гораздо яснее, чем своими глазами вы видите эту чашку. Вы познаете свою бессамость очень ясно. Это называется йогическим прямым познанием, оно очень ясно. Это высший уровень познания, который превосходит даже прямое видение глазами, поскольку такое прямое видение может быть ошибочно. В йогическом прямом познании нет никаких ошибок, оно подлинное, очень чистое. Когда вы напрямую постигаете бессамость, вы вступаете на путь видения, и здесь речь идет о том, что вы напрямую видите бессамость или напрямую видите пустоту.

Четвертый путь называется путем медитации. На второй момент времени вы уже вступаете на путь медитации. Путь видения – это всего лишь один миг. Когда второй миг вы повторно постигаете пустоту, вы уже находитесь на пути медитации. Почему он называется путем медитации? В этот момент вам необходимо снова и снова медитировать на бессамость или пустоту, которые вы познаете напрямую, чтобы полностью устранить омрачения из своего ума. И на пути медитации вы полностью устраняете омрачения из своего ума.

Когда вы полностью устраняете омрачения из своего ума, вы вступаете на пятый путь, который называется путем более неучения. Это означает, что на этом пути вы уже более не тренируетесь. Когда ваш ум полностью освобождается от омрачений, вы обретаете пресечение страданий и источника страданий и достигаете нирваны. Нирвана означает ум, полностью свободный от омрачений. Такое чистое состояние ума, полностью свободное от омрачений, называется нирваной, безусловно здоровым состоянием ума. Это безусловное счастье. Когда вы достигаете это состояние ума, вы обретаете настоящее счастье. На данный момент вы никогда не переживали настоящего счастья. Все что вы считали счастьем, было на самом деле страданием перемен.

Живые существа в сансаре никогда не испытывают ни одного мгновения настоящего счастья. Например, наркоманы думают во время принятия наркотиков, что они счастливы, но в действительности это не счастье, их ситуация становится все хуже и хуже. Это иллюзия, они думают, что счастливы, но в действительности это не счастье, это все большее и большее страдание. Точно так же, пока вы находитесь под контролем омрачений, чтобы вы ни считали счастьем, это не будет настоящим счастьем, это иллюзия. Мастера Кадампа говорили: «В сансаре нет ни одного мгновения счастья, даже такого малого, как острие иглы. Только когда ваш ум полностью освобождается от омрачений, вы обретаете настоящее счастье».

Вам нужно думать: «Я никогда не испытывал настоящего счастья, все то, что я считал счастьем, – это просто заблуждение. И другие люди, все живые существа в сансаре никогда не испытывали настоящего счастья. Как я могу завидовать им? Это объекты сострадания. Когда я обрету ум, полностью свободный от омрачений, нирвану, это будет настоящее

счастье». Пятый путь – это ум, полностью свободный от омрачений, безупречное счастье, нирвана. На этом пути ваше счастье уже бесконечное, вам не требуется создавать новую причину счастья, в этот момент вы становитесь архатом. Это пять путей.

Время закончилось. Вы знаете, что в субботу пройдет учение в 101 квартале, в воскресенье в три часа дня мы все вместе соберемся здесь. Вы знаете о том, что в наши дни в Тибете многие люди сжигают свои тела, погибают. Тибетский парламент в изгнании организовал движение, которое называется «Пламя истины». «Пламя истины» – это компания, которая проходит по всему миру. Сейчас эта компания прибыла в Москву, и в субботу представитель из Москвы привезет «Пламя истины» сюда, в Улан-Удэ. Мы все вместе присоединимся к этому движению, принесем его сюда и прочитаем особую молитву, посвященную погибшим в Тибете людям. Пройдет особая церемония, будет показано кино, состоится концерт. Будет проведена компания по сбору подписей для того, чтобы правда восторжествовала в Тибете, чтобы тибетский вопрос был разрешен мирными способами. Тибетское движение – это не политическое движение, оно очень сильно связано с вопросом выживания одной из человеческих рас.

Если бы это была политическая борьба за власть, меня бы это не интересовало. Здесь вопрос не в том, кто будет главным. Здесь главный вопрос – это вопрос Тибета, вопрос того, чтобы его уникальная культура не была потеряна. Это мы хотим защитить. Мы не говорим о том, чтобы Тибет был отдельным от Китая. Мы говорим об уважении тибетской культуры, хотим, чтобы ее не считали ниже других. Нет никаких требований о том, чтобы Тибет был отделен от Китая. Поэтому я думаю, что это по-человечески. Во-вторых, мы буддисты, а корень буддизма сохранен в Тибете. Если в Тибете корень буддизма будет становиться крепче, то и здесь ветви буддизма будут становиться более крепкими. И поэтому тибетский вопрос очень сильно связан с нашим духовным ростом. Это не антикитайское движение, нам нужно уважать китайский народ, любить китайский народ.

Народ Китая тоже очень сильно страдает. Не надо никого винить, нужно уважать друг друга. Мы не должны утратить наш мир. Мы как люди, как буддисты стараемся сохранить его, поэтому мы присоединяемся к этому движению. Поэтому я хотел бы вас попросить, чтобы пришло как можно больше людей, чтобы мы вместе отпраздновали это. И когда люди в Тибете услышат о том, что мы здесь проводим такую церемонию, они будут очень рады, это моральная поддержка для них. Я уверен, что Его Святейшество Далай-лама услышит об этом. Это будет очень хороший подарок Его Святейшеству. Ему самому ничего не нужно, он заботится о том, чтобы люди проявляли интерес к тибетскому вопросу и к его мирному разрешению. Расскажите об этом своим друзьям, родственникам, чтобы сюда пришло как можно больше людей. Мероприятие состоится в воскресенье в три часа дня. Сюда приедет большая группа тибетских лам, и мы все вместе прочитаем молитву о разрешении тибетского вопроса. Итак, увидимся с вами в воскресенье, в три часа дня.