

Итак, я очень рад всех вас видеть после долгого перерыва и, как обычно, для того, чтобы получить драгоценное учение Дхармы, в первую очередь необходимо породить правильную мотивацию. Мотивация должна быть связана с заботой об укрощении ума, с развитием ума. В нашей повседневной жизни мы уже очень много всего сделали ради счастья только в этой жизни. Прилагать все усилия к решению проблем только этой жизни – это не самый лучший способ решения проблем и не самый лучший способ обретения счастья. Думать о счастье нашей будущей жизни – это очень важно и, если вы думаете о счастье вашей будущей жизни, то эта ваша жизнь будет более счастливой, это очень важно. В буддизме говорится, что если вы думаете о счастье только этой жизни, то даже в этой жизни вы не будете счастливы, потому что ваш образ мышления очень узкий. Но если вы думаете о счастье из жизни в жизнь, если вы думаете о счастье всех живых существ, то в этом случае, в этой жизни вы будете более счастливыми, чем другие люди. Потому что у вас такой образ мышления с очень широкой перспективой и это называется «развитие ума». Поэтому главная духовная практика – это не практика тела и не практика речи, а главное – это практика ума и изменение образа мышления, обретение более широкого видения. Если вы обретае более широкий взгляд, то те проблемы, которые возникают у вас в повседневной жизни, не будут для вас слишком большими, потому что ваш образ мышления более высокий, более высокой перспективы. Вы смотрите с немного более высокого измерения.

Например, если какой-нибудь маленький фрукт вы поднесете очень близко к глазам, он покажется вам очень большим. Как вы поступаете в повседневной жизни, со своими повседневными проблемами? Вы на них смотрите очень близко и поэтому они кажутся очень большими – это наш ошибочный образ мышления в повседневной жизни. Если вы будете смотреть на свои проблемы издалека, то в этом случае даже ваши большие проблемы покажутся очень маленькими. Каким образом вам надо смотреть на свои проблемы издалека? Смотрите на них с точки зрения перспективы из жизни в жизнь, с точки зрения всех живых существ, тогда вы очень легко сможете увидеть свои проблемы, посмотреть на них издалека. И поэтому с такой мотивацией получайте учение. Со своей стороны, когда я передаю вам учение, моей главной мотивацией должна быть мотивация помочь вам сделать ваш ум более здоровым. А также передавать учение, которое полезно для вас, а не то, что вам интересно. Как доктор, который прописывая пациенту лекарство, не спрашивает, какое лекарство пациенту нравится, чтобы прописать его. «Какое лекарство вам понравится? Вы говорите, что не пробовали желтое лекарство. Хорошо, в этот раз я назначу вам желтое лекарство». Вы не должны просить Духовного Наставника об учении, которое вам необходимо, это Учитель должен решать, какое учение вам больше всего подходит, какое учение вам передавать. Давать учение из сострадания – это очень важно. Моя главная цель, с которой я передаю учение, состоит не в том, чтобы сделать из вас буддистов. Зачем мне делать вас буддистами? У нас в мире достаточно буддистов. Если я произведу такое большое количество фанатичных буддистов, то в этом случае в мире во имя буддизма будет возникать больше конфликтов, зачем это нужно?

Главная цель, с которой я передаю это учение – это помочь вам стать более хорошими людьми и вам также нужно стараться становиться более хорошими людьми. Сейчас на дворе двадцать первый век и это не время носить буддийские шапки, – в свое время люди носили очень много разных шапок на головах. Буддийская шапка, христианская шапка, исламская шапка, шапки наций и так далее. Сейчас, в нашем мире это не нужно. Сейчас пришло время всем снять все эти шапки и стараться стать более хорошими людьми, это очень важно. Важно, чтобы мы знали философию, имели более глубокий и более здоровый образ мышления. Когда вы обретае здоровый образ мышления, то естественным путем ваш ум становится более здоровым. И тогда вы будете счастливы и другие, окружающие вас люди, тоже будут счастливы. Чтобы обрести здоровый образ мышления, очень важно изучать богатый материал по философии, подлинный материал, учение истины, – это очень важно.

Если вы получаете неподлинную философию, то есть опасность, что позже у вас появится странный образ мышления. Во имя философии у вас будет очень странный образ мышления. До получения философии у вас был странный образ мышления, затем вы получили такую неподлинную философию, у вас появился какой-то другой образ мышления, но все равно остался странный образ мышления.

Теперь, что касается философии. Если вы получаете подлинное учение по философии, то вы будете очень глубоким человеком внутри, а снаружи будете оставаться обычным человеком. Если вы правильно понимаете философию, то вы будете способны общаться со всеми: и с молодыми людьми, и с представителями пожилого поколения, и с духовными людьми, и с атеистами. Вы очень легко сможете общаться благодаря правильному пониманию философии. Поэтому подлинная философия очень важна. И какое бы учение по философии вы ни получали, для вас очень важно исследовать, подлинное оно или не подлинное. Если философия неподлинная, вместо того, чтобы ваш ум становился лучше, он наоборот будет становиться все хуже и хуже и поэтому лучше вообще не знать философии, чем изучать ложную философию. Сакья Пандита в прошлые времена говорил о том, что люди бывают очень осторожными, покупая лошадь. Они очень подробно изучают родословную этой лошади, проверяют ее зубы, ноги и так далее, но если они совершают ошибку, это всего лишь маленькая ошибка с одной лошадью. А когда дело доходит до выбора подлинного учения, то они ведут себя подобно собаке, которая видит кусок мяса, сразу же хватается за него и это большая ошибка. Если вы совершаете ошибку с выбором философии, с выбором учения, то вы совершаете ошибку с направлением в своей жизни. И если вы пойдете в неправильном направлении, то в вашей жизни будет возникать все больше и больше проблем. Если к ложной теории, ложной философии вы приложите усилия, то все ваши действия тела, речи и ума будут потрачены впустую. А если вы идете в правильном направлении, то даже если вы прошли всего лишь немного, все равно есть результат, потому что вы движетесь в правильном направлении. Вы становитесь немного ближе к месту назначения. И поэтому Будда сам говорил: «Не принимайте мое учение просто на веру, а исследуйте то, что я говорю. Исследуйте мое учение так же, как кузнец исследует золото: трет его, режет, жжет». Проверьте учение таким же образом, не принимайте его просто потому, что так сказал Будда. И это очень важно.

Итак, что касается Учения Будды, то даже в Слове Будды некоторое учение воспринимается буквально, а некоторые Слова Будды не нужно воспринимать буквально, они требуют интерпретации. Так, даже в отношении Учения Будды вы можете сказать, что такие-то и такие-то слова, – это слова, имеющие прямой смысл, а какие-то другие слова – это слова, требующие интерпретации. Что касается философии, которой учил Будда, – различают четыре вида различной философии. Те люди, которые не могли понять более высокой философии, получали от Будды учение на своем уровне, поэтому существуют также и низшие философские школы. Поэтому в буддийской философии различают четыре вида буддийской философии. Пятой буддийской философской школы не существует. Каждая из четырех буддийских философских школ является ступенькой в лестнице для понимания более высоких философских воззрений. В разных школах философия немного отличается, но главная их цель – это помочь людям стать более хорошими и добрыми людьми. Хотя эти философии имеют определенные отличия, последователи высших философских школ не имеют конфликтов с последователями низших философских школ, они просто говорят: «Я признаю такую-то философию». Они говорят: «Мне подходит эта философия, вам подходит эта». Последователи разных школ занимаются философской дискуссией, но конфликта между ними нет.

Итак, в нашем мире также существует множество различных видов философии: есть буддийская философия и небуддийская философия, но самая главная цель всех этих учений

– это помочь людям стать более хорошими. В нашем мире существует очень много философских теорий. Если вы их исследуете, то увидите, что все эти философские теории стараются ответить на три главных человеческих вопроса. У нас, людей, есть три основных вопроса, они существовали и до рождения Христа и сейчас существуют. Первый вопрос – это также и ваш вопрос: «Кто я»? Потому что мы все делаем что-то для себя, но нам необходимо знать, кто мы. Каждое утро мы просыпаемся, открываем глаза и говорим: «Я, я, я», но при этом мы не знаем точно, кто такой этот «я». Те, кто не изучает философию, те, кто не имеет интереса к философии, не задаются таким вопросом: «Кто я?», они просто что-то делают и стараются найти какие-нибудь средства к существованию. «Я» – это не интересно, самое главное – надо открыть глаза утром, поехать туда, забрать деньги, что-то купить, приготовить еду. «Я – что это такое? У меня нет времени об этом думать, что такое «я», какая разница, самое главное, сегодня это обязательно надо, это обязательно надо». Это такая жизнь без философии. Это просто жизнь ради этого дня, жизнь ради только этой жизни. Если жить таким образом, то решить свои проблемы очень трудно. Поэтому все философы задавались этим вопросом: «Кто я?» На этот вопрос есть два вида ответов. Есть буддийский ответ на этот вопрос, и есть ответ небуддистов, и большинство небуддистов одинаково отвечают на этот вопрос. В первую очередь, я скажу вам, что когда небуддисты исследуют вопрос «Кто такой я?» – они понимают, что тело – это не «я». Они ищут «я» в теле, но не находят его, ищут его в уме, и тоже не находят. Далее, они говорят, что «я» должно существовать, но тело – это не «я», ум – это тоже не «я». Тогда, где находится это «я»? В результате они делают вывод, что «я» – это нечто, наподобие души или атмана, существующего отдельно от тела и ума. Это такая «душа-я» существующая отдельно от тела и ума. Это называется «философией атмана». Это представление о том, что существует такое «я», отдельное от тела и ума, как атман или как душа. Такой ответ называется «атманом-я».

Буддийский ответ: «я» – это не атман. Такой «атман-я», существующий отдельно от тела и ума, – это просто предрассудки, нечто, созданное ментально, такого на самом деле не существует. «Я» существует, но при этом нет какого-то конкретного «я», существующего отдельно от тела и ума. Нет такого прочного независимого «я», существующего отдельно от тела и ума, потому что в буддизме говорится, что «я» взаимозависимо. Если говорить о взаимозависимости, как пример, это – вода. Если вы посмотрите на воду, то вам явится такая независимо существующая вода. Такая вода, до которой вы можете дотронуться. Но если вы исследуете, то не существует такой «души-воды», потому что водород – это не вода, кислород – это тоже не вода и не существует такого третьего, как «души-воды», чего-то отдельного от кислорода и водорода. Это нонсенс. Теперь, что такое вода? Вода – это соединение водорода и кислорода. Поэтому кислород – это не вода, водород – это тоже не вода, но соединение этих двух – это вода. Это вы очень хорошо знаете из науки. «Я» очень похоже на эту воду: тело – это не «я», ум – это тоже не «я» и не существует такой «души-я», существующей отдельно от тела и ума. Тогда что такое «я»? Соединение этих тела и ума называется «я». И поэтому нет такого «атмана-я», существующего отдельно от тела и ума. «Я», пока вы живете – это соединение вашего грубого тела и ума, а когда вы умираете, после смерти – это соединение тонких тела и ума, это то, что называется «я». И до тех пор, пока это соединение продолжает существование, «я» тоже продолжается. В буддизме говорится, что грубый уровень меняется, а тонкий уровень все время продолжает существовать. То же самое открыто и в науке, например, если говорить о грубых объектах, скажем, об этой чашке, то эта чашка может разрушиться, исчезнуть, но мельчайшие частицы, из которых состоит эта чашка, не исчезают, их поток все время продолжается. Это то, что было открыто в буддизме две с половиной тысячи лет назад, – то, что ваше «я» является соединением вашего тонкого тела и ума, оно меняется, поскольку непостоянно, но при этом нет грубых изменений этого «я»; а что касается грубого тела и ума, грубого «я», то оно меняется каждый день. Каждый день по чуть-чуть меняется, волосы меняются. Если вы

говорите, что есть такое «я», отдельное от тела и ума, то, в этом случае, если ваше тело становится более толстым, вы не можете сказать, что «я стал толще», потому что это «я» существует отдельно от тела. Это все равно, что сказать: «Мое тело стало толстым, но я остался худым. Я худой, но тело толстое, но это ничего, я ведь худой». Так не бывает, если есть такое независимое «я». Раньше, когда худой был, все говорили: «Он всегда был худой». Потом, когда толстый стал, вы говорите: «Мое тело стало толстым, а «я» худой, независимый от тела, всегда худой». Это противоречие. Если ваше тело идет, вы не можете сказать: «Я иду», потому что ваше тело – это не «я», то есть возникает множество логических противоречий. Вы не можете сказать: «Я иду пешком» или «Я ем», потому что это ваше тело ест, а ваша «душа-я» не ест. И далее, если я буду вести с вами диспут, тогда вы должны будете признать, что я вижу ваше тело, но не вижу вас. Вам придется признать, что никто не может вас увидеть. И это противоречие. Кто видел такую «душу-я», что-то отдельное от тела и ума? Этого не видел никто. Вы и сами этого не видели и другие этого не видели, поэтому это нонсенс. Признать, что существует такое «я», отдельное от тела и ума, – это все равно, что признать, что существует такая вода, отдельная от кислорода и водорода.

Итак, мы не будем в это слишком углубляться, но в буддизме, когда исследуется, что такое «я», говорится о теории пустоты. В теории пустоты не говорится, что «я» не существует вообще, в этой теории говорится, что «я» существует не таким образом, каким является вам. Есть очень большая разница между тем, каким это «я» является вам и каким образом оно существует на самом деле. И не только в отношении вашего «я», но и в отношении всех феноменов в буддизме говорится, что есть очень большая разница между тем, какими эти феномены нам кажутся и какими они на самом деле существуют. В наши дни в квантовой физике говорится то же самое, что в буддизме говорилось много тысяч лет назад. В квантовой физике также говорится о том, что все феномены существуют не такими, какими являются вам, что их образ существования совершенно противоположен тому, каким он кажется.

В буддийской философии говорится об относительной истине и абсолютной истине. Эти две истины имеют единую сущность – это два разных взгляда на один объект. Относительная истина во многом смотрит на то, каким образом объект существует. Абсолютная истина смотрит с той точки зрения, как объект не существует. И когда вы точно знаете, каким образом объект не существует, то вы очень точно устанавливаете, каким образом он существует. В буддийской логике говорится, что если вы точно хотите кого-то идентифицировать, то в первую очередь вам необходимо устранить все то, что не является этим человеком. Если вы устраните все то, что не является этим человеком, то вы очень точно сможете познать этого человека. В противном случае вы можете совершить ошибку, спутать его с кем-то очень похожим на него. И поэтому очень важно определение, когда вы знаете определение, то вы знаете все, что не является этим объектом. И тогда, устранив все то, что не является этим объектом, вы очень точно можете познать, что объект – это то-то и то-то.

В буддийской логике есть такая игра, когда задается пять вопросов, на основе которых необходимо установить личность человека. Например, если вы помните о каком-то человеке, первый вопрос, который вам задается: «Мужчина это или женщина?» Если вы говорите: «Мужчина», то полностью устраняется вся категория женщин. Что касается поиска среди мужчин, вы можете задавать вопросы: «Кто это? Политик, спортсмен или бизнесмен?» То есть, множество различных категорий, которые вы постепенно устраняете. Затем, постепенно вы можете перейти к индивидуальным характеристикам и когда устраните определенные индивидуальные характеристики, то точно сможете познать, кто этот человек. Такая логика называется «логикой опровержения или отбрасывания всего, что не этот объект». Тогда вы очень точно сможете познать, что является этим объектом.

Теперь вернемся к теме. Итак, что касается теории буддийской философии, то существует четыре буддийских философских школы, в которых теория объясняется немного по-разному. Постепенно все глубже и глубже. Высшая философская школа называется Мадхьямика. А сейчас я вернусь ко второму вопросу. Второй вопрос, на который отвечают все философы, буддисты и небуддисты, это вопрос о том, есть ли у нашего «я» начало? И здесь философы-небуддисты в большинстве своем совершенно одинаково отвечают на этот вопрос. Индуисты, христиане, мусульмане – они все признают, что нас создал бог. Поэтому они говорят, что у нас есть начало. Потому что, когда бог нас сотворил, это и было началом. И у вселенной также есть начало, когда бог сотворил вселенную, это являлось ее началом. На этот вопрос существует два ответа, второй ответ – это буддийский ответ. Буддийский ответ – это то, что у «я» нет начала. Почему? Потому что в буддизме не признается существование бога-творца. В буддизме признается существование бога, проявляется уважение к богу, но при этом не признается то, что бог сотворил все вокруг. Следующий вопрос: «Тогда каким образом все это возникло, если все это сотворил не бог?» Такой вопрос задавался и Будде. Что он на это отвечал? Будда говорил: «Поскольку существует это, существует то. Поскольку возникает это, возникает то». Таким образом, из неведения возникают кармические отпечатки и так далее. И так объяснялась двенадцатичленная цепь взаимозависимого возникновения. Что хотел сказать Будда, когда говорил: «Поскольку существует это, существует то». Поскольку есть причина, то также существует и результат. Если вы исследуете эту причину, то окажется, что благодаря тому существует это. Таким образом, у этого нет начала, потому что если что-то возникает из причины, эта причина тоже возникает из своей причины и так далее, и у этого нет начала.

В буддийской логике объясняется очень ясно, что функциональные объекты не могут возникнуть без причины. Если этот объект возник из причины, то первый миг этого объекта также имеет причину. Если он возник из причины, то он не является первым мигом, а он является продолжением предыдущего момента. Таким образом, нет начала у вселенной, также нет начала у нашего «я». В буддийской философии две с половиной тысячи лет назад говорилось, что наша мировая система возникла из предшествующей мировой системы. Та, в свою очередь, возникла из предыдущей мировой системы. Предыдущая мировая система разрушилась, превратилась в космические частицы, далее они собрались вместе и образовали эту мировую систему. Каким образом такое возможно? В буддийской философии две с половиной тысячи лет назад был открыт закон сохранения массы и энергии. В буддийской философии говорится, что вы не можете создать никакой новой материи. Это невозможно. Эта материя является продолжением предыдущей материи. Вы можете, скажем, разрушить эту чашку, но каждая мельчайшая частица этой чашки будет продолжать существовать, и вы не сможете остановить поток этих частиц. Что касается этого тонкого уровня, то на этом уровне не могут происходить какие-то серьезные изменения, то есть явление просто продолжает существовать, меняется от мгновения к мгновению, но как нечто подобное все время продолжает существовать. Это что касается рассмотрения чего-то на тонком уровне.

Что касается грубого уровня, то если я разобью эту чашку, то подобие этой чашки уже не будет существовать, она не продолжит существовать. То есть, на грубом уровне происходят такие значительные, серьезные изменения, а если мы рассматриваем тонкий уровень, там все время нечто подобное продолжает существовать. Если бы экономическая мировая система была основана на таком тонком уровне, то она была бы очень прочной. Наша мировая экономическая система еще более хрупкая, чем эта чашка, она представляет собой нечто подобие того, как на один камень надстраиваются два камня, сверху ставится еще четыре камня и поэтому все это очень нестабильно. Поэтому специалисты-экономисты

ставят подпорки, а потом анализируют: «Туда может упасть, здесь нужно защищать». Они поступают вот так. Конечно, в конце концов, будет кризис и падение.

Эта философия говорит нам о том, что если мы делаем что-то на тонком уровне, то это очень эффективно и дает надежные результаты. Итак, если мы рассмотрим любую частицу, она возникает из своего предыдущего мгновения, поэтому в буддийской философии говорится, что бог не может сотворить ни одной новой частицы в нашем мире. Если бог не может сотворить ни одной новой частицы, тогда как же он может сотворить нас и все феномены? Но с другой стороны, в буддизме есть вера в бога и говорится, что если мы слушаем его советы, то мы можем сделать свою жизнь лучше. Здесь, если смотреть с этой точки зрения, кажется, что лучшая жизнь создана богом, но не в прямом смысле сотворена, она возникла во многом благодаря совету бога, тогда вы можете сказать, что благодаря совету бога, моя жизнь стала лучше, то есть он как бы сотворил мою более хорошую жизнь. Но ваши страдания бог не создавал. Вы сами создали свои страдания. А если вы говорите, что бог создал все, тогда, если у кого-то возникают проблемы, он начинает обвинять бога, в том, что бог создал все проблемы этому человеку, он начинает жаловаться на бога. Когда сосед машину купил: «Бог, почему ты моему соседу дал машину, а мне не дал? Я каждый день не хуже чем он читаю молитвы. Почему мне не дал, а ему дал?» Здесь возникает большой вопрос, если кто-то ведет себя плохо, многим создает проблемы, но при этом каждый год он становится все сильнее и сильнее. Почему бог делает его сильнее? Он наоборот, должен сделать его слабее, поскольку этот человек создает больше страданий. А если человек хороший, добрый, то он не становится сильнее. Почему бог не делает его сильнее? Если я бог, наоборот, хорошего человека я сделаю сильнее, а плохого человека ослаблю, чтобы он не мешал. И если вы думаете, что бог является творцом всего вокруг, то возникает большое количество вопросов: «Почему бог создал это, почему бог создал то?» На эти вопросы очень трудно ответить. В буддизме говорится, что бог не является творцом всего, но при этом бог существует. Если вы слушаете его советы, то ваша жизнь становится лучше и ваше будущее тоже будет лучше.

Далее третий вопрос: «Каков метод обретения счастья, метод решения проблем?» Мы, – люди, животные, мы все совершаем какие-то действия, думая, что определенное действие решит мои проблемы и такое действие принесет мне счастье. Поэтому у всех у нас есть философия, что такой-то метод – это метод обретения счастья, а другой метод – это метод обретения страданий, поэтому мы не поступаем в соответствии с ним, то есть тот метод, который приносит страдания, мы не используем. А если есть метод, который мы считаем методом обретения счастья, то мы его используем. Так или иначе, мы используем этот метод, чтобы стать счастливым. Поэтому все живые существа интересуются, каков метод обретения счастья, каков метод решения проблем? Потому что все хотят обрести счастье, и никто не хочет страдать. С ранних лет вы слушаете советы от своих родителей, от учителей в школе и так далее, и все эти советы связаны с тем, каким образом обрести счастье и как решить свои проблемы. Существует три вида ответов на этот третий вопрос. И первый ответ категории тех людей, которые верят в существование бога-творца. Что касается категории тех, кто не верит в существование бога-творца, у них есть два ответа на этот вопрос. Также есть две группы, тех, кто не верит в существование бога-творца. Речь идет о глобальной точке зрения, точке зрения всех живых существ.

Итак, о методе обретения счастья для тех, кто верит в существование бога-творца, их метод решения проблем. Поскольку они верят, что все сотворил бог, их метод обретения счастья, их метод решения проблем – поступать, как они говорят, в соответствии с волей бога. Это тоже хороший совет, в буддизме не говорится, что это нехорошо, неправильно. Для определенной группы людей такой совет очень полезен. Делайте то, что советует бог, и вы достигнете какого-то более хорошего места. Бог – очень доброе существо и он всегда

советует вам: «Делайте что-то хорошее, доброе, не совершайте вредоносных действий». Здесь результат такой же: если вы не вредите другим, вы помогаете, вы добрые, то обретаете такой же результат. И говорится, что если вы идете против воли бога, то бог вас за это накажет, в этом случае возникает страх наказания: «Если я сделаю много неправильных дел, то бог меня накажет». Это тоже хорошо, полезно. Для другой категории людей, если они услышат, что бог их накажет, то для них это не очень эффективно. Поэтому для них существует другое объяснение, которое дается в буддийской философии, и может быть полезным. У всех людей разный образ мышления, поэтому различные ответы также полезны.

Итак, что касается основной практики тех, кто верит в бога-творца, – это слушаться воли бога, постоянно ходить в храмы, делать подношения богу. И это метод обретения счастья и метод решения проблем. В буддизме говорится, что это является методом, но это неполный метод. Он не может принести полного результата. Маленькая причина приведет к маленькому результату, она не сможет привести к безупречному результату. Что касается тех, кто не верит в существование бога-творца, то здесь различают две категории людей: атеисты и буддисты. Атеисты не верят в бога и не верят в механизм ума, все, что они ценят – это материальные ценности. Они думают, что только материальное развитие может принести счастье и решить проблемы. Поэтому день и ночь у них только одни проблемы: деньги, деньги, деньги. Они думают, что деньги решают их проблемы. Только материальные вещи. И в наши дни становится ясно, что это не решает всех проблем. Иногда из-за денег ваши проблемы становятся хуже. Если у вас денег нет вообще – это проблема, а если денег очень много, то это становится другой проблемой. Если у вас денег немного, вы можете спокойно спать, спокойно кушать, а если у вас денег очень много, то вы не можете ни спокойно спать, ни спокойно кушать, тогда какова же ценность денег?

Я расскажу вам один анекдот. Один человек искал грибы. Он был очень простым человеком, не имел большого количества концепций; шел по лесу и просто считал: «Грибочки, грибочки, грибочки» и встретил джинна. Джинн ему сказал: «Загадай три желания, я их исполню». Человек сказал: «Мое первое желание – я хочу стать очень богатым». Джинн щелкнул пальцами и человек стал очень богатым. Джинн спросил: «Каково твое второе желание?» Тот ответил: «Я хочу быть умным, потому что я глуп». Так, джинн щелкнул пальцами, и человек стал умным. Джинн сказал: «Хорошо, какое твое третье желание?» Человек подумал: «Итак, я богат, я умен, но все еще несчастлив; у меня нет спокойного ума. Я хочу счастья, хочу спокойного ума». Джинн щелкнул пальцами, и этот человек опять оказался в лесу и продолжал считать: «Грибочки, грибочки, грибочки». Этот анекдот – ответ людям-атеистам. Одно лишь богатство не может решить всех проблем, оно не принесет покоя ума, тогда какая же польза от большого количества богатства? Нам необходимо богатство, чтобы защитить свою жизнь от страданий, но не в качестве объекта счастья. В буддизме говорится, что богатство – это не объект счастья, но оно может спасти вас от большого количества проблем.

Теперь буддийский ответ. Ответ тех, кто не верит в существование бога-творца. Буддийский ответ таков: поскольку бог не является творцом нашего счастья и страдания, тогда кто создает наше счастье и страдание? Ответ такой: вы сами являетесь создателями своего счастья и творцами своего страдания. Но это общий ответ. Каким образом это получается? В буддизме говорится, что в вашем уме есть два состояния ума. Это позитивное состояние ума и негативное. Что именно создает все ваши страдания? Это ваши негативные состояния ума, именно они создают все ваши страдания. Эти негативные состояния ума не только создают все ваши проблемы, они также расстраивают других людей. Таким образом, до тех пор, пока ваши негативные состояния ума активны, пока у вас много этих негативных состояний ума, вы будете несчастны, и окружающие вас люди также будут несчастны. Потому что ваши

негативные состояния ума – это создатели ваших страданий с безначальных времен и по сей день. И поэтому, если вы не хотите страдать, то вам необходимо сделать ваши негативные состояния ума слабыми и полностью устранить их из своего ума. Тогда, естественным образом, ваш ум день ото дня будет становиться более спокойным и более счастливым. Далее: другие состояния ума – это позитивные состояния ума, они являются создателями вашего счастья. Поэтому, если вы хотите быть счастливы, вам необходимо сделать ваши позитивные состояния ума активными и увеличить позитивное состояние ума. Тогда и вы будете счастливы, и окружающие вас люди тоже будут счастливы. Это самое основополагающее буддийское учение. Для того чтобы ослабить свои негативные состояния ума, чтобы полностью устранить их из своего ума, существует большое количество различных наставлений по философии. Чтобы сделать более активными позитивные состояния ума, чтобы увеличить свои позитивные состояния ума, также передается большое количество философских учений. Таким образом, когда вы полностью устраняете все негативные состояния из своего ума и когда делаете активными все позитивные состояния ума, полностью увеличиваете позитивные состояния ума, то, в этом случае, вы не только становитесь счастливы, но вы также становитесь источником счастья для всех живых существ. И такое состояние ума называется «просветлением». Такое возможно для любого живого существа, любой может достичь такого состояния ума, это называется «совершенно здоровым состоянием ума».

Как возможно практически достичь здорового состояния ума? Что касается негативных состояний ума, если в настоящий момент я вам объясню, каким образом полностью устранить ваши негативные состояния ума из вашего ума, эти наставления не будут для вас эффективными. Потому что это очень высокая доза, это вам не подходит. Если вы принимаете большую дозу и не получаете результата, то дальше уже не хотите практиковать искренне. Поэтому очень важно принимать такую дозу учения, не просто теоретического понимания, а на практике принимать такую дозу, которая подходит вам и приносит результаты. Для буддийской практики вам не нужно вставать рано утром. Я сам, ваш Духовный Наставник, не просыпаюсь рано утром. Я, как человек двадцать первого века, не могу рано ложиться спать и также не могу рано утром просыпаться, это мой характер. Поэтому не обязательно рано ложиться спать и рано вставать, это человеческий характер. Некоторым людям удобно рано ложиться спать и рано вставать; некоторым удобнее поздно ложиться и поздно вставать. Для вас очень важно знать, каким образом уменьшить свои негативные состояния ума. Если вы знаете, как сделать свои негативные состояния ума менее активными и слабыми, то это очень полезно в вашей жизни. В настоящий момент даже не думайте о том, чтобы полностью устранить все негативные состояния из своего ума, чтобы сейчас достичь состояния будды – это для вас сейчас недостижимо. Это долгосрочная цель. В настоящий момент, практичная цель для вас – это думать о том, каким образом сделать свои негативные состояния ума слабыми, как сделать их меньше. Вам также необходимо попросить Духовного Наставника передать вам практичные наставления, с помощью практики которых вы в повседневной жизни смогли бы уменьшить ваши негативные состояния ума, сделать их слабыми, менее активными. Сразу же вы станете счастливыми, и окружающие вас люди тоже будут счастливыми.

Чтобы полностью устранить негативные состояния из своего ума, потребуется очень большой фундамент. Вам необходима шаматха, однонаправленная концентрация. Это концентрация такого высокого уровня, что вы способны пребывать в сосредоточении на одном объекте сколь угодно долго. Но не только шаматха. Далее, с помощью этой концентрации, вы, в первую очередь, обретаете отречение и бодхичитту. Это такое чистое состояние ума – забота о других, больше, чем о самом себе. Далее, с помощью мудрости, познающей пустоту, вы можете полностью устранить все омрачения из своего ума. Это называется «освобождением, нирваной, состоянием будды». В настоящий момент, если



говорить с практической точки зрения, у вас нет такой квалификации. У вас нет такой концентрации, чтобы пребывать на каком-то объекте даже в течение двух минут. Но в такой ситуации нельзя сказать, что вы беспомощны, вы можете многое сделать. У меня тоже нет высокой концентрации, но у меня есть много работы, которая делает меня счастливым. У вас, россиян, есть хороший ум, вы можете правильно понять философию и поэтому я для вас на практике могу очень много сделать. В первую очередь на практике вам необходимо делать упор на то, каким образом сделать свои негативные состояния ума меньше, как их ослабить. Чтобы породить вдохновение к ослаблению своего негативного состояния ума, в первую очередь вам надо узнать, насколько опасны такие негативные состояния ума. Если вы не знаете, насколько опасны ваши негативные состояния ума, то у вас никогда не появится такая мысль: «Как было бы хорошо, если бы эти негативные состояния ума покинули меня, или стали менее активными».

Например, если ваш сосед постоянно шумит, все время с вами спорит, вы думаете о том, что этот сосед создает вам проблемы. Вы думаете, что он создатель ваших проблем. И вы думаете, что было бы хорошо, если бы этот сосед куда-нибудь уехал. Для вас это была бы нирвана. То есть для вас нирвана, если этот сосед куда-нибудь переедет. Вы думаете, что в этом случае будете жить очень спокойно: «О, какое счастье, можно чай спокойно пить». Здесь вы понимаете то, каким образом вас немного беспокоит ваш сосед, но вы не понимаете, насколько вам вредят ваши негативные состояния ума, они гораздо хуже. Когда сосед чуть-чуть мешает – это ничего страшного, наоборот, это очень полезно для вас с точки зрения развития терпения. Вы сильное терпение развиваете, и в этом он вам не мешает. Вы сами себе своими мыслями мешаете, а он вам помогает, он делает вас сильнее, поэтому сосед вам не мешает. Что мешает? То, что внутри. Ваши негативные состояния ума все время вам вредят и никогда вам не помогают. В буддизме говорится, что функция ваших негативных состояний ума – это только вредить и они никогда вам не помогают. В прошлом ваши негативные состояния ума никогда вам не помогали, в настоящем не помогают и в будущем также не помогут. У них есть только одна функция: вредить вам и вредить другим. Это функция ваших негативных состояний ума.

Далее, второе: это сущность ваших негативных состояний ума. Ваши негативные состояния ума – это ядовитые состояния ума, это настоящий яд, очень опасный. Это источник всех ваших страданий. С другой стороны, ваши негативные состояния ума – это очень глупые состояния ума. У кого бы ум ни попал под контроль омрачений, этот человек становится очень глупым. Потому что негативное состояние ума – это глупое состояние ума и когда человек находится под контролем негативных состояний ума, то он тоже становится глупым. Эти негативные состояния ума – очень глупые состояния ума, если вы им следуете, то у вас будут возникать одни лишь проблемы. Когда у нас есть проблема, мы используем свое негативное состояние ума для решения этих проблем и это очень большая ошибка. Это очень плохая, дурная привычка, которая у нас сохраняется, с безначальных времен и по сей день. Как только возникает какая-то проблема, сразу же проявляется гнев как метод решения этой проблемы, но он делает эту проблему еще хуже. Итак, вы должны понять, что негативные состояния ума никогда не помогут вам в решении проблем, они делают проблемы только хуже, поэтому никогда не используйте негативные состояния ума, как метод решения проблем. Тогда я могу сказать вам, что день ото дня вы будете становиться все счастливее и счастливее. А если вы полностью полагаетесь на свое негативное состояние ума в том, что оно решит все ваши проблемы, то ваша ситуация будет становиться все хуже и хуже, уверенность в этом на сто процентов.

Причина ваших негативных состояний ума – это ошибочное познание. Поскольку они возникают на основе ложного понимания, то они ненадежны. С таким пониманием вы приходите к решимости: «Я не буду использовать свои негативные состояния ума для

решения своих проблем и для обретения счастья». И это самый первый шаг, правильное решение. Я сделал такое решение в своей жизни. И я могу вам сказать, даже у меня нет высокого уровня концентрации, но день ото дня я становлюсь все счастливее и счастливее. Я не сижу долго в медитации, молитвы не читаю долго; самое главное для меня – не использовать негативные состояния ума. Поэтому, даже просто смотря телевизор, я счастлив. Не обязательно рано вставать. Если вы говорите: «Я никогда не буду использовать свои негативные состояния ума», то естественным образом они становятся слабее. Вы не позволяете им проявить активность в вашем уме. А если вы передадите всю власть своим негативным состояниям ума, то, как же вы сможете быть счастливым? Посмотрите, кто в царстве вашего ума является вашим премьер-министром. Это ваш эгоистичный ум, мысль: «Я, я, я» – вот ваш премьер-министр. То, что «Я – самый главный» – это премьер-министр. А кто ваш министр обороны? Ваш гнев. Как вы можете сохранять покой в своем царстве, если ваш гнев является министром обороны? А кто министр экономики? Это жадность. Как вы можете развивать свою экономику, если министр экономики – жадность? И кто в вашем царстве министр образования? Это ваше невежество. Как же можно ставить невежество на пост министра образования? Таким образом, в царстве вашего ума все ключевые посты занимают негативные состояния ума. Поэтому негативные эмоции возникают спонтанно, а позитивным эмоциям возникнуть очень трудно.

Вы сами являетесь царем или президентом в вашем царстве. Вы – Владимир Путин в своем царстве. И вы говорите: «С сегодняшнего дня я издаю указ, в котором снимаю все негативные состояния ума с постов министров и назначаю на эти посты позитивные состояния ума». Вместо министра обороны «гнев», вы назначаете «терпение». Министра «эгоизм» вы заменяете на «ум, заботящийся о других», на ум, который думает о счастье всех. Это очень мудрый премьер-министр. И тогда все станут счастливы, и вы станете счастливым. Вам необходимо что-то изменить в системе своего ума, в противном случае, чтобы вы ни делали – это ничего не изменит. Если вы будете молиться, но не поменяете систему внутри, ничего не изменится. Буддийскую одежду одевать, брить голову, строго сидеть – от этого внутренняя система не поменяется. Полезного ничего нет, перемен не будет. Менять одежду на буддийскую одежду или индуистскую, петь «Хари Кришна», от этого внутренняя система не меняется. Мусульманином стал, христианином стал – какая разница в смене религии, если внутри система не изменится. Ничего не будет меняться. Поэтому не старайтесь изменить что-то во внешнем мире, а измените свою внутреннюю систему, это очень важно. Итак, вам очень важно породить такую решимость: «С этого момента я не позволю всем моим негативным состояниям ума быть активными и не позволю им занимать важные положения». Итак, после того, как вы приняли такое решение, издали сегодня этот указ, наутро, когда вы проснетесь, я расскажу вам, что произойдет.

Ваше эго будет сидеть на посту премьер-министра, как будто ничего не происходило, как будто никто не издавал никаких указов, оно скажет: «Владимир Путин ничего не говорил, я ничего не слышал. Я ничего такого не слышал, наверное, это было во сне». И вам, как президенту или царю в своем царстве, нужно сказать: «Вчера я издал указ». Если вы исследуете, то увидите, что ваш ум – это настоящее царство и вы царь в этом царстве. Нравственность – это как полиция. Если в царстве вашего ума активна полиция нравственности, то в этом случае в вашем уме будет сохраняться покой, будет меньше преступлений. Если вы хотите спокойствия ума, тогда вам этика нужна чуть сильнее, тогда ум на сто процентов будет спокойней. Вам не придется просить у джинна, чтобы он подарил вам покой ума, потому что он не может дать вам этого. Если вы попросите покой ума, он заберет все то, что дал вам, потому что он знает, что это не принесет вам счастья, это создаст вам другие проблемы. Он заберет все это и поэтому у вас появится покой ума, как в том анекдоте, где человек продолжил считать грибочки. Джинн ничего не мог сделать для его настоящего счастья, не мог ему дать спокойствия ума, поэтому он забрал все, что дал до

этого, чтобы меньше было проблем. Джинн не может дать спокойный ум. Покой ума можете создать только вы сами, никто не может вам его подарить, бог не может вам даровать покой ума. Нагарджуна говорил, что ваше состояние освобождения никто не держит, никто не может вам его передать. Благодаря пониманию реальности, вы освободитесь от омрачений, результата страданий. Это называется «освобождением». Итак, когда такое происходит, вам нужно напомнить, сказать: «Вчера я издал указ, в соответствии с которым ты не являешься моим премьер-министром, мой премьер-министр – это ум, заботящийся о других».

Таким образом, каждый день вспоминайте те позитивные состояния ума, которые вы назначили на ответственные посты в царстве вашего ума и как только возникает негативное состояние ума, сразу же говорите: «Нет, я снял тебя с этой должности», – это практика. Эту практику вы можете выполнять, когда лежите или смотрите телевизор или когда готовите еду. Это практика ума. Это очень важная стратегическая практика и благодаря ей вы будете меняться в самом корне. До тех пор, пока эта система не изменится, больших перемен не произойдет, то есть изменить нужно внутреннюю систему. Таким образом, вы сделаете слабыми негативные состояния ума, и если у них не будет важных постов, они станут слабыми. Это очень важная стратегия. Я практикую таким образом и хотел бы, чтобы вы практиковали так же. Не давайте никаких ответственных постов своим негативным состояниям ума, наоборот, снимите их со всех ответственных должностей. В повседневной жизни, когда у вас будет возникать какая-то проблема, сразу же будет проявляться гнев, чтобы решить эту проблему, так как гнев – это ваш министр обороны. Сразу же спросите свой гнев: «А кто тебе дал право решать эту проблему? Кто ты? Я уже сказал, что ты не являешься моим министром обороны. Мое терпение решит эту проблему». Таким образом, как только проявится ваш гнев, не позволяйте ему принимать какие-либо решения и сразу же в вашем уме воцарится покой.

Терпение очень эффективно и оно решает проблемы таким образом, что все обретают счастье и поэтому терпеть очень важно. Если вы спросите, что самое главное в шахматной игре, профессиональный шахматист скажет, что это терпение. Я однажды задавал такой вопрос шахматисту Карпову, когда летел с ним в самолете в Калмыкию. Он задавал мне вопросы по буддизму, а я спрашивал у него философские вопросы, относящиеся к шахматной игре. Так, я задал ему вопрос: «А что самое важное в шахматной игре?» Он задумался на долгое время, потом ответил, что самое главное в шахматной игре – это терпение. Он сказал, что в шахматной игре бывает такое, что у вас хорошая ситуация или плохая. Если в хорошей ситуации у вас нет терпения, если вы хотите выиграть сразу же, то вы очень быстро проиграете из-за недостатка терпения. А если в хорошей ситуации у вас есть терпение, то вы будете делать эффективные ходы, ход за ходом вы будете становиться все сильнее и сильнее, и, в конце концов, выиграете. Очень правильно. Буддизм тоже так говорит. Если в трудной ситуации у вас нет терпения, и вы пытаетесь решить проблему сразу же, быстро, моментально – это отсутствие терпения. Тогда вы усугубляете проблемы. А если у вас есть терпение, то вы знаете, что не сможете решить проблему мгновенно, – только шаг за шагом. Спокойно, шаг за шагом. Какую причину создаете, такой результат и получите. Шаг за шагом все проблемы решаются. Это как в шахматах. Шахматы создал буддийский монах. В нашей жизни должно быть именно так. У нас в жизни также бывают хорошие ситуации, бывают плохие, как и в шахматах. Если у вас хорошая ситуация, например, вы добились некоторого успеха в бизнесе и вы сразу же, мгновенно хотите стать еще богаче, то есть, если вы не сохраняете терпение, то в этом случае вы сразу же все теряете. Главная причина проблем в мировой экономике – отсутствие терпения. Хочу быстро и большую прибыль. Алчность – это главная причина.

Все профессионалы смотрят на мировой кризис – почему он возникает? Все профессионалы признали, что проблема кризиса – это человеческая алчность. Это результат отсутствия

терпения: «Хочу все быстро!» В вашей жизни происходит тоже самое. Механизмы подобные в вашей жизни и на уровне общества, в вашей индивидуальной жизни и на международном уровне. Механизмы очень похожи. Поэтому терпение – это очень важно. В трудной ситуации терпение еще важнее. Вам нужно сказать себе: «Все эти проблемы возникают из-за нехватки терпения, если я буду нетерпелив, то будет еще хуже. Это результат моего прошлого желания получить все быстрее. Сейчас надо решать с терпением, спокойно посмотреть причину, шаг за шагом». Вам нужна такая практика: шаг за шагом, тогда будет результат. Ум станет спокойным и здоровым, это важнее, чем закрыть глаза, потом летать, – такие вещи мне не интересны. Что-то ты видел, зачем это надо видеть? Потом голова будет ненормальной.

Очень важно сделать свой ум здоровым и приземленным. Это первая практика стратегии, как сделать негативные состояния ума слабыми и выполнять эту практику. Ею вы можете заниматься двадцать четыре часа в сутки и это практика ума, здорового образа мышления. Проверьте свой ум, как только замечаете негативные состояния ума, то сразу же скажите ему: «Ты больше не занимаешь этот пост. Я не давал тебе в руки метод решения проблем, метод обретения счастья, этим занимаются только позитивные состояния ума. Негативные состояния ума, вы не являетесь гражданами моего царства». В буддизме говорится, что все ваши позитивные состояния ума по-настоящему являются гражданами вашего государства, а негативные состояния ума – это чужие, как болезнь, которая возникла откуда-то снаружи, поэтому они не являются вашими гражданами. Можно сказать, что ваши позитивные состояния ума подобны органам вашего тела, например легкие, сердце, почки, печень и так далее, а негативные состояния ума – это как болезни этих органов. Это очень важный момент. До свидания.