

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией принести благо всем живым существам. В течение нескольких дней мы с вами говорили о том, каким образом развить безмерную любовь. Что касается порождения любви, то это нелегко, вам необходимо, чтобы за этим у вас стояла философия, чтобы вы смогли породить любовь ко всем живым существам.

Когда вы любите, когда вы желаете другим счастья, а любовь – это желание другим счастья, вам для этого необходимо правильно понимать, что такое счастье. Чтобы другим пожелать полного счастья, в первую очередь, вам необходимо пожелать такого полного счастья самим себе. В настоящий момент мы желаем себе такого счастья, которое могут пожелать себе даже животные. Наша цель очень похожа на цель животных. Накопление объектов пяти органов чувств – такое может быть даже у животных. В буддизме говорится, что такое счастье, которое возникает на основе объектов пяти органов чувств, во-первых, не является настоящим счастьем, а во-вторых, оно ненадежно. Оно у вас может очень быстро исчезнуть, поэтому, если вы целиком и полностью полагаетесь на него, то это самое большое ваше заблуждение. Другие люди также, если они считают это счастьем, если они гонятся за ним, то они тоже находятся в критической ситуации. Итак, вы можете желать другим немного более высокого уровня счастья.

Поэтому, как я говорил вам, второй уровень счастья – это порождение определенного уровня позитивных состояний ума, устранение каких-то негативных состояний ума, а также развитие высокой концентрации – шаматхи, – это счастье более надежно. Оно надежно и будет оставаться с вами из жизни в жизнь. На такое счастье вам необходимо полагаться. В настоящий момент это является вашей целью и вам нужно сказать себе: «Это моя цель».

Далее, с точки зрения более высокой буддийской философии говорится, что и такое счастье не полностью надежно. Это то, что может деградировать – могут прийти в упадок позитивные состояния ума, увеличиться негативные состояния ума, также может деградировать ваша концентрация. Даже шаматха может деградировать. Поэтому то, что является полностью надежным, то, что никогда не приходит в упадок, никогда не деградирует – это ум полностью свободный от омрачений, это нирвана. Это то, что должно являться нашей конечной целью.

Что касается нирваны, то различают два вида нирваны – это пребывающая нирвана и не пребывающая нирвана. И что касается цели практика Махаяны, то это должна быть не пребывающая нирвана. Итак, это должно быть вашей целью, и вам необходимо желать такого же счастья другим: «Пусть все живые существа обретут безупречное состояние ума, которое устранил все омрачения и реализует весь их потенциал. Это безупречное состояние ума. Когда они обретут такое состояние ума, то станут источниками счастья не только для себя, но также и для всех других живых существ». Итак, этого вам необходимо желать всем живым существам, то есть, вы желаете им обретения самого высшего счастья. Чтобы достичь такого уровня счастья, им необходимо вначале обрести второй уровень счастья, до какой-то степени развить позитивные состояния ума, уменьшить негативные состояния ума, также развить шаматху. Это поможет им обрести третий уровень счастья.

Итак, этого вам нужно желать не только себе, но и всем живым существам: «Пусть все мы обретем второй уровень счастья». Чтобы обрести второй уровень счастья, также необходимо иметь первый уровень счастья – необходимы материальные объекты, объекты пяти органов чувств, для того чтобы мы могли поддержать свое тело и достичь каких-то реализаций. Вам необходимо желать этого себе, но не в качестве конечной цели, а лишь в качестве чего-то дополнительного – для обретения второго и третьего уровня счастья, себе и также всем живым существам: «Пусть все живые существа никогда не испытывают недостатка в

одежде, в еде, чтобы они могли продолжать свою практику». Когда у вас есть такое желание, когда вы желаете всем живым существам обретения такого счастья, – это называется «безмерной любовью». Если вы порождаете безмерную любовь, то вам необходимо произносить такие строки, которые традиционно произносятся в традиции ламы Цонкапы и которые отмечены в «Гуру Пудже»:

Пусть все живые существа обретут счастье и причины счастья.

Как было бы хорошо, если бы все живые существа обрели счастье и причины счастья.

Я приведу всех живых существ к безупречному счастью и причинам счастья.

Здесь третьей строкой вы принимаете на себя ответственность: «Я беру на себя ответственность не только за свое собственное счастье, но также за то, чтобы привести всех живых существ к такому безупречному счастью, к состоянию просветления». Итак, такую молитву я произношу каждое утро, вам необходимо молиться точно таким же образом, это молитва Махаяны. Это то, что относится к безмерной любви – это настоящая махаянская молитва. Махаянская молитва, – это не когда вы просите: «Будда и божества, пожалуйста, дайте мне это, дайте мне то». Это не махаянская молитва, а просто детская молитва.

Итак, вам необходимо запомнить эти слова наизусть и произносить их по утрам и также днем, если вы ходите где-то, здесь и там, то вспоминайте эти слова и думайте: «Пусть все живые существа обретут такое безупречное счастье». Несколько дней назад я сочинил одно стихотворение, если вы будете его читать, то это было бы также полезно для вас. Я его сочинил и произношу его, повторяю, – для меня это полезно, я надеюсь, что это будет также полезно и для вас.

Итак, это самое важное – это нечто основополагающее, фундамент, если вы его обретете, то тогда вам уже нетрудно будет достичь более высоких реализаций. Но обрести этот фундамент очень трудно, такой фундамент как безмерная любовь, безмерное сострадание ко всем живым существам. Будда сам произносил такие слова, что везде, где есть первичное сознание, семена вторичного сознания проявятся сами собой. Везде где есть корень, ствол, ветви, листья, плоды – все это возникнет само собой. Точно также, везде, где есть такой корень как великое сострадание, корень Махаяны – великое сострадание, все остальные реализации проявятся сами собой.

В наши дни многие люди занимаются разными видами медитации, они получают посвящения, занимаются тантрическими медитациями, но кто достигает реализации? Вместо этого это становится больше. Такие люди есть среди европейцев, среди тибетцев, американцев и русских. Двадцать лет они занимаются практикой, но за двадцать лет их это только становится больше. Почему? Фундамента нет, любви и сострадания нет. Это это хочет стать необычным человеком, вот это ошибка. Если тибетцы так поступают, то это тибетская ошибка. Если в Бурятии так поступают, то это бурятская ошибка. Ошибка состоит в отсутствии корня, без корня желать достичь высоких реализаций – это невозможно. Почему Асанга двенадцать лет медитировал в горах, но так и не увидел Будду Майтрею? Потому что не было корня. Будда Майтрея сам сказал, что Асанге не хватает сострадания. Асанга хотел увидеть его с эгоистичной мотивацией. Потом, когда Будда Майтрея появился перед ним в форме собаки, и Асанга развил очень сильное сострадание, после этого он сразу его увидел. Это все явно доказывает, что корень всех реализаций – это великая любовь, великое сострадание. На этом вам нужно сделать очень большой упор. Атиша делал очень большой упор именно на этом, на развитии великой любви и сострадания, также лама Цонкапа делал на этом очень большой упор. Наш Духовный Наставник Его Святейшество Далай-лама все время делает очень большой упор на развитии доброты и сострадания.

Итак, мое стихотворение, сейчас я его произнесу. Это следующие слова:

Когда я думаю о счастье, я хочу достичь состояния просветления.

Когда я думаю о страдании, я опять же хочу достичь состояния просветления.

Когда я думаю о собственном благополучии, я также думаю о достижении состояния просветления.

Когда я думаю о благополучии всех живых существ, я также желаю достичь состояния просветления.

Пусть я достигну состояния просветления ради блага всех живых существ.

Это моя цель, это моя молитва, самая любимая молитва, которую я недавно сочинил.

Итак, подумайте об этом, все учение, которое я вам давал в течение этих нескольких дней, полностью включено в эти четыре строки.

Мы все думаем о счастье, думаем о решении своих проблем, мы думаем о собственном счастье, а также думаем о счастье других. Но что бы вы ни подумали, в конце концов, все это сводится к достижению состояния просветления. Только таким образом вы можете решить проблему и обрести счастье. Что касается собственного благополучия, то ради вашего будущего благополучия состояние просветления – это самое лучшее. Для принесения блага другим это еще важнее. Поэтому у меня есть только одна цель – это достижения состояния просветления. Меня не интересует то, как стать самым богатым человеком или как стать политическим или духовным лидером.

Если я помогаю живым существам, делая им подношения, то это тоже не так уж благотворно. Об этом говорил Шантидева: если вы не устранили все омрачения из ума, не реализовали весь его потенциал, то даже если вы помогаете живым существам, то это тоже не очень эффективно, поэтому не привязывайтесь к этому. Не привязывайтесь к принесению блага всем живым существам, потому что в настоящий момент вы не можете сделать это, как полагается. Не привязывайтесь к тому, что в настоящий момент вы, как бодхисаттва, делаете что-то очень хорошее для других, это тоже было бы неправильно. Когда я читал «Путь бодхисаттвы», читал эти строки, то увидел в них глубокий смысл и понял то, что мне также не нужно привязываться к принесению блага живым существам. В настоящий момент было бы более эффективно устранить все омрачения из ума и реализовать весь его потенциал, это более эффективно с точки зрения принесения блага живым существам.

Итак, вас в большей степени должно интересовать укрощение ума, устранение омрачений, развитие достижений и реализаций, чем какое-то временное принесение блага живым существам. Когда ваш ум еще не свободен от омрачений, это все равно, что вы все еще пьете водку омрачений. Когда вы пьете водку омрачений, то становитесь пьяными. Учитель, пьяный от омрачений, говорит: «Вы такой умный, мы будем заниматься высшей практикой ясного света, иллюзорного тела. Через пять лет вы станете буддой». Все бодхисаттвы будут плакать – вот такой пьяный учитель говорит своим ученикам, что они через пять лет достигнут состояния будды. Будда Шакьямуни накапливал заслуги три неисчислимых эона, сколько раз он практиковал даяние своего тела, – он не достиг состояния будды за пять лет. Если учитель так говорит, то он пьяный учитель, пьяный от омрачений. Вы тоже пьяные ученики: «О, я тоже хочу быстро стать буддой». Вы, наверное, видели двух пьяных мужчин, которых говорят друг другу: «Я тебе помогу дойти по дороге», а другой: «Нет, я тебе помогу». Они так идут, шатаясь кругами, и потом оба падают. Точно также, если ваш ум не свободен полностью от омрачений, если в нем нет высоких реализаций, то даже когда вы приносите благо живым существам, в действительности, вы не очень им помогаете, вы похожи на двух запутавшихся живых существ.

Итак, то, что я хотел сказать, это со всех сторон подумайте о смысле достижения просветления, скажите – это моя цель. Если с такой целью вы произносите одну мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, то это становится махаянской практикой. Если вы с такой целью готовите себе завтрак, чтобы поддержать свое тело, это тоже становится махаянской практикой. А с неправильной целью, даже если вы даже медитируете, это не является махаянской практикой, и вообще не является практикой Дхармы. Если с эгоистичной целью вы занимаетесь практикой тантры, то это не является практикой тантры, это игра эго. Это только лишь увеличит ваше эго. Итак, что касается любви, мы закончили тему рассмотрения безмерной любви, и теперь переходим к безмерному состраданию.

Вначале я расскажу вам о том, почему это сострадание называется безмерным состраданием. Здесь есть два основания. Первое основание состоит в том, что вы желаете живым существам избавиться не просто от временных страданий, а желаете им избавиться от всех трех видов страданий – от полного страдания, что является основой всех страданий. Поэтому это безмерное сострадание. Второе, вы желаете этого не одному, не двум живым существам, а вы желаете всем живым существам избавиться от трех видов страданий, от полного страдания. Поэтому это называется безмерным состраданием.

Для того чтобы пожелать всем живым существам избавиться от полного страдания, в первую очередь вам нужно пожелать самим себе избавиться от этого полного страдания. Поэтому очень важно знать, что представляет собой полное страдание. В отношении болезни также очень важно знать, что представляет собой полностью вся болезнь, иначе вы будете устранять только лишь поверхностные проявления болезни, и не будете устранять ее глубинных проявлений, так и не сможете никогда устранить болезнь полностью.

Чтобы развить такое желание, в первую очередь, вам нужно знать, насколько важным является сострадание. Если вы все больше и больше понимаете ценность сострадания, то вас все больше будет интересовать развитие сострадания. В настоящий момент вы не знаете, насколько ценным является великое сострадание. Вы знаете ценность денег, и тогда, если я буду рассказывать вам о том, каким образом заработать много денег, ваши глаза станут большими. Потому что вы знаете ценность денег. Вы скажете: «Если у меня будут деньги, я смогу купить это, смогу купить то. И что дальше? Дальше я стану счастливым». Это примитивный образ мышления, если вы подумаете, то поймете, что в действительности деньги не могут принести вам счастья. Если бы деньги могли подарить счастье, то все богатые люди должны были быть счастливыми. Но очень богатые люди еще более несчастливы. Почему? Потому что счастье нельзя купить за деньги.

Счастье и спокойствие ума невозможно купить за деньги. Раньше это было невозможно, сейчас невозможно и в будущем будет невозможно. Люди на них могут купить только игрушки, как маленькие дети. У маленьких детей есть сотни игрушек, в этом нет ничего особенного. На деньги можно купить дом. У одной американской певицы одна из комнат в доме полностью занята одеждой. В чем там счастье? Другая комната полностью забита обувью, но через пять минут она плачет. Туфли есть, одежда есть, сумки есть, – все, что можно купить, она купила, но счастья нет. Почему? Ответ в Учении Будды. Будда говорил, что счастье и покой ума невозможно купить за деньги, раньше этого не было, сейчас нет, и в будущем будет невозможно. Но наш ум так неверно считает, почему? Вам в жизни всегда не хватает денег, всегда мало денег, и вы думаете: «О, если будет много денег, тогда я буду счастлив». Что будет дальше? Если вы выиграете в лотерею миллион долларов, что будете делать? У вас десять пальцев, и если все ваши пальцы будут унизаны золотыми кольцами и перстнями, то это будет некрасиво. У вас только один желудок, что нужно больше? Думайте иногда так, тогда вы скажете: «Да, это так, на деньги невозможно все купить». Тогда ваш ум станет чуть-чуть мудрее, так как будет знать, что есть другие вещи, которые являются более

ценными, чем деньги. В нашем мире у всех людей, даже профессоров, ученых и тех, кто называет себя монахами, которые едут учить философию, когда речь заходит о деньгах, глаза становятся большими. Потому что их ум несколько лучше не становится – есть только информация, а ум как был на низком уровне, на таком же уровне и остался или стал еще хуже. В этом состоит проблема.

Поэтому, когда вы получаете учение по буддийской философии, вам нужно сделать так, чтобы маленький ребенок вашего ума стал немного более взрослым. Наше тело стало взрослым, у некоторых людей тело уже стало даже бабушкой или дедушкой, но, что касается ума, то он все равно остался подобным ребенку. Образ мышления не меняется: если немного похвалить – счастлив, если немного критики, то несчастен. Если какой-то объект, который не имеет никакой ценности, вы считаете самым главным и держитесь за него: «Этого я никому не отдам», тогда эта вещь становится для вас объектом прибежища. Вам необходимо изменить именно это, в противном случае, если вы не меняете свое отношение, такой свой образ мысли, то тогда, какой бы медитацией вы ни занимались, это будет бесполезно. Это будет просто детская медитация.

Если ваш образ мышления является низким образом мышления, то любая медитация, какой бы медитацией вы ни занимались, будет детской медитацией. Когда образ мышления меняется, даже занимаясь приготовлением еды, вы будете медитировать. Это не будет приготовлением детской еды, это будет приготовлением махаянской еды, ведь вы готовите еду с мотивацией – чтобы мое тело продолжало жить, тогда я продолжу практику ради блага всех живых существ. Такая огромная сила ума: «Ради блага всех живых существ мне надо поддерживать мое тело – кормить, лечить». Поэтому, когда вы готовите еду, это тоже становится огромной практикой. Всё меняется, образ мышления меняется. Это не такой детский образ мышления: «Я, я, я... У меня будет такая-то реализация. Я стану высоким практиком». С такой эгоистичной мотивацией ваша медитация будет детской медитацией. Поэтому лама Цонкапа говорил: «Вначале меняйте образ мышления, это очень важно». Лама Цонкапа всегда подчеркивает, что вначале тексты по шести йогам Наропы, махамудре, тантрические книги поставьте высоко на алтарь. Вначале развивайте высший образ мышления, меняйте образ мышления: развивайте отречение, бодхичитту, мудрость, постигающую пустоту. Развивайте эти три основы, тогда образ мышления будет меняться. Если этих трех основ пути у вас нет, тогда ваш образ мышления будет детским образом мышления. Это главный совет ламы Цонкапы, мне он очень нравится. Итак, каждый раз проверяйте свое отношение, свой образ мысли, делайте его более глубоким, меняйте его.

Далее, что касается сострадания, насколько важным является великое сострадание. Я хотел бы дать такие объяснения, чтобы вы увидели, что это великое сострадание нечто настоящему невероятное. Такое понимание будет настоящим пониманием. Если вы обретете убежденность в том, что в вашей жизни великое сострадание – это настоящее сокровище, тогда вы уже немного понимаете учение Махаяны. А если у вас нет в этом убежденности, если вы думаете: «В моей жизни эго является самым важным», тогда вы ничего не знаете. Итак, вам нужно знать то, что в вашей жизни великое сострадание – это очень важно. Оно должно стать спутником вашей жизни. Вам нужно полностью положиться на это великое сострадание. Если вы полностью положитесь на великое сострадание, то оно вас никогда не обманет, это просто невозможно. Это ваша Дхарма. Даже если вы в сансаре, это великое сострадание никогда не сделает вас несчастным.

Это самый надежный спутник жизни. В сансаре так много проблем, но если у вас в сердце есть великое сострадание, даже если вы находитесь в сансаре, ваш ум будет спокойным и счастливым. Потому что у него есть такая сила. Выше великого сострадания ничего нет. Я тоже так практикую, поэтому у меня появляется сила. Я двадцать лет здесь работаю, в

России, но россиянам нелегко оказать помощь. Однако, я продолжаю работать, работать. Откуда у меня появляются силы? Благодаря великому состраданию. Это великое сострадание дает мне силы. Когда есть великое сострадание, появляются силы: «Если на нашей земле беспросветная темнота, и я смогу хоть одно живое существо сделать светлее, хоть немного убрать черноту, я буду так поступать. Пусть я смогу даже одно живое существо сделать светлее, а затем – еще одно. Вот так я хочу поступать, чтобы на земле стало светло». Вот такая сила ума – ради того, чтобы даже одного человека сделать светлее, я не буду уставать, я буду делать это. Вот такая сила ума должна быть у вас. Развивайте великое сострадание, оно точно так же даст вам силы, оно всегда сделает ваш ум счастливым. Депрессии никогда не будет. Вы можете подумать: «У меня очень много проблем, а это великое сострадание создаст мне еще больше проблем», – но это очень глупый образ мышления, великое сострадание сделает ваш ум очень сильным. Оно никогда не создаст вам больше проблем, а сделает ваш ум сильным.

Теперь, что касается великого сострадания, вначале я расскажу вам, каким образом Чандракирти восхвалял великое сострадание. Когда Чандракирти писал текст «Мадхьямакааватара», а этот текст посвящен теории пустоты, в действительности, в соответствии с темой текста ему нужно было бы вознести хвалу божеству Манджушри, или мудрости, познающей пустоту. Но вместо такой хвалы он вознес хвалу великому состраданию, чтобы показать нам, что даже имея прямое постижение пустоты, но, не имея великого сострадания, у нас нет причины достижения состояния будды. Итак, он сделал это для того, чтобы показать нам, что великое сострадание является очень важным для практика Махаяны. Чтобы дать нам понять ценность великого сострадания, он вознес хвалу именно ему.

Что касается меня, то чем больше в своем уме я осознаю ценность великого сострадания, тем все больше и больше мне хочется его развивать. Например, мобильный телефон. Если у вас имеется обычный китайский телефон, и вы не видели никакого другого телефона новейших марок, то вы думаете, что тот, что у вас есть – это очень хороший телефон: «Этот телефон очень высокого уровня, все, что мне нужно – это именно этот телефон, я не хотел бы расставаться с этим мобильным телефоном. Он такой маленький, такой удобный». Но если вы увидите другой телефон нового поколения, вы скажете: «Тот, что у меня есть – это просто ничто. В большей степени я хотел бы обрести этот новый телефон». В отношении материальных объектов, если вы увидите что-то более высокой ценности, то у вас появляется желание обрести именно это, а не что-то другое, что хуже.

Итак, в настоящий момент вас не интересует великое сострадание, потому что вы не знаете его ценности. Например, если вы говорите со своими друзьями, и они рассказывают вам о ценности какого-то объекта, то ваши глаза становятся все больше и больше, потому что вы видите ценность объекта. У вас возникает мысль: «А как же я могу заполучить этот объект? Я хотел бы его получить». В действительности он бесполезен. Таким образом, мы все время ищем, что-то такое, что не имеет настоящей ценности. А по-настоящему ценным является великое сострадание, но вы его не ищете. Это сокровище, которое вы можете развить в своей человеческой жизни, это очень драгоценное сокровище. Мы говорим о драгоценной человеческой жизни. А что такое драгоценная человеческая жизнь? Если говорить с материальной точки зрения, то у мирских богов гораздо больше богатства, чем у нас, у людей. Почему же мы тогда не называем драгоценной именно их жизнь в мире богов, мы говорим, что именно наша жизнь – это драгоценная человеческая жизнь.

Даже наги, которые относятся к миру животных, обладают большим богатством, чем люди, но не обладают драгоценной человеческой жизнью. Что касается драгоценной человеческой жизни, то в рамках этой жизни вы можете обрести не материальные богатства, а настоящие

внутренние богатства, поэтому это и называется драгоценной человеческой жизнью. Если вы обладаете драгоценной человеческой жизнью и при этом внутри не развиваете любовь, сострадание, не развиваете мудрость, то даже если вы читаете какие-то мантры, выполняете какую-то медитацию, делаете свое эго больше, вы в этом случае не используете правильно свою драгоценную человеческую жизнь. Когда вы умираете, то умираете с пустыми руками, и ничего не забираете с собой.

Смысл жизни в том чтобы развивать любовь, сострадание, мудрость и концентрацию. В этом смысл жизни, это второй уровень счастья. Из него возникает безупречное счастье – состояние будды. Поэтому, чтобы по-настоящему извлечь смысл из своей драгоценной человеческой жизни, развивайте любовь и сострадание, и это было бы гораздо важнее, чем развитие концентрации. Что касается концентрации, то ее могут развивать даже не буддисты, в этом нет чего-то особенного. Уникальность махаянского буддизма – это развитие великого сострадания. Такую же хвалу возносил Чандракирти великому состраданию. Итак, Чандракирти говорил: «Великое сострадание, изначально ты подобно семени. В середине ты подобно воде и удобрениям. В конце ты подобно плодам с дерева, приносящего благо всем живым существам. Тебе, великое сострадание, я поклоняюсь». Итак, Чандракирти говорил, что великое сострадание вначале, в середине и в конце, во все эти три времени является очень важным. Что называется началом, серединой и концом? Начало – это когда вы вступаете на путь Махаяны. Середина – это когда вы продвигаетесь по этому пути, и в конце – когда вы достигаете результата на пути Махаяны.

На всех этих трех стадиях практики Махаяны великое сострадание является очень важным, оно подобно жизненной силе. Итак, все время развивайте великое сострадание. Что касается жизненной силы, Будда говорил, что для поддержания жизненной силы нам необходимо дышать. Точно также, чтобы поддерживать жизненную силу Махаяны, развивайте великое сострадание. Когда вы прекращаете дыхание, то жизненная сила заканчивается. Точно также, когда заканчивается дыхание вашего великого сострадания, жизненная сила Махаяны также исчезает. Для поддержания жизненной силы очень важно дышать, вы никогда не прекращаете дышать. И точно также, никогда не прекращайте переживания великого сострадания по отношению ко всем живым существам. Главное препятствие к вашему великому состраданию – это гнев, это не привязанность. Привязанность и сострадание могут сочетаться вместе, также могут сочетаться любовь и привязанность. Но совершенно невозможно, что бы гнев и великое сострадание сочетались вместе.

Например, в вашей жизни вы можете быть немного привязаны к своим детям, но одновременно с этим у вас есть также и сострадание к своим детям, есть также любовь к своим детям. Итак, привязанность может пребывать вместе с любовью и состраданием, поэтому она не очень опасна. Но очень большая привязанность – это препятствие. Тогда она может превратиться в гнев. Гнев возникает из привязанности очень высокого уровня. Итак, привязанность нужно уменьшить, но что касается гнева, то он полностью противоположен великому состраданию. Поэтому для практиков Махаяны главное препятствие – это гнев. Будда говорил: «Следуйте четверем актам пути ненасилия. Если на вас кто-то злится, никогда не злитесь в ответ. Если вас кто-то ругает, не ругайте в ответ. Если кто-то вас критикует, не критикуйте в ответ. Даже, если вас кто-то бьет, никогда не бейте в ответ». Эти четыре акта ненасилия очень важны для того, чтобы цветок великого сострадания не исчез в вашем сердце.

Итак, в первую очередь вам необходимо вырастить цветок великого сострадания в своем сердце и после этого защищать его четырьмя актами пути ненасилия. Тогда ваша жизнь будет значима. В настоящий момент не делайте слишком большого упора на такую формальную практику в строгой позе, на какую-то медитацию, йогу, – это как детская игра.

Измените свой образ мышления, развеите великое сострадание здесь, внутри. Если вы разовьете хотя бы немного великого сострадания в своем сердце, это будет настоящее богатство. После этого защищайте его, не позволяйте ему иссякнуть. И ничто не может этого уничтожить, это может уничтожить только ваш гнев. Злой дух не может уничтожить великого сострадания в вашем сердце, только ваш гнев способен на это. Проверяйте свой ум, гневаетесь вы или нет. Если вы уже почти было разозлились, то скажите себе: «Нет, нет! Это мое очень большое препятствие. Оно уничтожит не только цветок моего великого сострадания, но также уничтожит мое временное счастье, долговременное счастье, разрушит счастье других, это самое худшее».

Самый худший злой дух – это ваш гнев. Хуже его нет. Что может сделать злой дух? У него нет тела, он сидит на кладбище, немного гуляет тут и там. Когда люди слабые, тогда они могут немного им навредить. Но нет таких историй о том, что в Улан-Удэ с кладбища домой пришел злой дух и разбил все стаканы. Нет таких новостей. Сейчас в Улан-Удэ каждую ночь внутренний злой дух в гневе приходит и разбивает сотни стаканов. Во многих семьях разбивает стаканы, ломает телевизоры. Это внутренний злой дух все разрушил, а злой дух с кладбища никому никогда не разбивал стаканы, такого не было. Поэтому в вашей жизни самое опасное – это ваш гнев. А самое драгоценное – это великое сострадание. Оно сделает вас счастливыми, сделает счастливыми других, благодаря нему вы будете счастливы из жизни в жизнь. Это великое сострадание накопит высокие заслуги за короткое время. Это великое сострадание может очистить невероятное количество негативной кармы за короткое время.

Без великого сострадания, даже если вы делаете практику очищения и начитываете мантру Ваджрасаттвы: «ОМ ВАДЖРА САТТВА САМАЯ...», визуализируя свет и нектар, вы очистите немного негативной кармы. Поэтому Асанга двенадцать лет медитировал в горах, читал мантры и делал очищения, но поскольку в уме отсутствовало сильное сострадание, то и сильного очищения не получалось. И когда спустя двенадцать лет Асанга покинул свою пещеру, Будда Майтрея явился к нему в облике собаки, у которой половина тела гнила, разлагалась. Когда Асанга увидел эту собаку, благодаря благословию Будды Майтреи он испытал очень сильное великое сострадание. Он пережил такое сильное сострадание, что полностью забыл о себе. Это называют «великое сострадание». Когда вы развиваете очень сильное сострадание, вы совсем забываете о себе. Когда вы совершенно забудете о себе, тогда эго совсем уйдет из вашего ума, так как для него не будет места. Когда вы думаете только о других живых существах, вот в это время вы святой человек. Когда в вашем уме сильное эго: «Я, я, я...», вы совершенно о других забываете. Это такой механизм – обо всем забываете, даже о своих родителях – папе и маме, самых добрых людях в вашей жизни, о них вы тоже забываете, говорите только: «Я, я, я...». Вот в это время – вы злой дух, вы забыли обо всех, думаете только о своем «я». В это время вы очень несчастный человек, вы стали источником страданий всех людей.

Таким же образом, когда вы порождаете очень сильное великое сострадание и полностью забываете о своем злом духе, о своем эго, тогда вы становитесь святым человеком. И так, в этот момент Асанга породил очень сильное сострадание и захотел снять с тела собаки всех насекомых, которые ее поедали. Когда он почти уже хотел прикоснуться своим языком к телу собаки, он не смог этого сделать. Он открыл глаза и увидел перед собой Будду Майтрею. Первое, что спросил Асанга: «Где же твое великое сострадание, так долго я хотел тебя увидеть, но ты не приходил ко мне». Будда Майтрея сказал: «С самого первого дня твоей медитации я был перед тобой. Из-за твоих отпечатков негативной кармы, из-за нехватки великого сострадания ты не мог меня увидеть. Сегодня ты породил великое сострадание и огромное количество негативной кармы очистил за один миг, поэтому ты увидел меня».



Вам нужно понимать, что для вас возможно породить великое сострадание, и как только вы его породите, то огромное количество негативной кармы, которую вы копили кальпы и кальпы, вы сможете очистить за один миг. И невероятно высокие заслуги вы также сможете накопить за один миг, благодаря великому состраданию. Поэтому сострадание – это жизненная сила практика Махаяны. Являетесь вы практиком Махаяны или нет, зависит от того, есть у вас в уме великое сострадание или нет, есть ли у вас дыхание великого сострадания. Если заканчивается ваше дыхание великого сострадания, то махаянская практика прекращает существовать, прекращается жизненная сила Махаяны. Поэтому великое сострадание – это очень важно для накопления заслуг, для очищения негативной кармы.

В дополнение к этому Чандракирти говорил, что вначале великое сострадание подобно семени для достижения состояния будды. Без семени дерева, исполняющего желания, само дерево исполнения желаний не может вырасти. И точно также без семени великого сострадания достижение состояния будды невозможно. Вначале великое сострадание подобно семени, из которого прорастает древо просветления. Поэтому вам необходимо развивать великое сострадание, которое подобно семени для достижения состояния будды.

Второе – великое сострадание подобно воде и удобрениям. Что касается этого семени древа просветления, то оно уже проросло. Когда этот росток прекращает существовать? В том случае, если не хватает воды и удобрений. Непрерывно вплоть до достижения состояния будды вам нужно думать о великом сострадании и делать его все сильнее и сильнее. Чем сильнее оно у вас будет, тем быстрее будет расти это древо просветления. Без великого сострадания, даже если вы будете медитировать на ясный свет, это древо просветления не будет расти. Практика иллюзорного тела, ясного света бесполезны без великого сострадания. Поэтому великий практик Махамудры Падампа Сангье, когда пришел в Тибет, сказал, что без бодхичитты, без великого сострадания какой смысл смотреть в свой ум, – это бесполезно. В первую очередь развивайте бодхичитту, которая возникает из великого сострадания. Бодхичитта также порождается из великого сострадания. Без великого сострадания обрести бодхичитту невозможно. Поэтому корень бодхичитты – это тоже великое сострадание. Итак, великое сострадание в середине подобно удобрению и воде.

В конце великое сострадание подобно плодам дерева, исполняющего желания, которыми наслаждаются все живые существа. Когда вы достигаете состояния будды, вы не будете пребывать в состоянии собственного умиротворения ни одного мгновения. Почему? В силу великого сострадания. Оно не позволит вам пребывать в состоянии собственного освобождения ни одного мгновения, вы сразу же начнете приносить благо всем живым существам. Что касается архатов Хинаяны, то они могут пребывать в состоянии собственного умиротворения кальпы и кальпы, но этого не происходит с практиками Махаяны, благодаря великому состраданию. Благодаря этому великому состраданию с самого первого мгновения, как они достигают состояния просветления, они эмануруют бесчисленное множество тел и приносят благо всем живым существам.

То, что в конце все живые существа обретают благо, это также возникает в силу великого сострадания. Поэтому, как говорил Чандракирти: «Тебе, великое сострадание, я поклоняюсь». Было бы также хорошо, если бы вы запомнили наизусть эти слова, я запомнил это стихотворение и, произнося его, также все больше и больше понимаю ценность великого сострадания. Это помогало моему уму осваивать великое сострадание. Это аналитическая медитация, неформальная аналитическая медитация. Вы можете проводить очень много разных аналитических медитаций на развитие омрачений, почему вы не можете таким же образом развивать сострадание в своем уме?

В повседневной жизни, какими только негативными аналитическими медитациями вы ни занимаетесь. «Он так сказал... Она так сказала... Они так-то посмотрели...». О чем только вы ни думаете, столько всего. У вас достаточно памяти в отношении всех людей, словно вы записываете в блокнот, а потом читаете все свои записи, после этого вы говорите: «Все, достаточно. Это уже не мой друг, сейчас он мой враг». Вы так много этим занимаетесь, но во всем этом нет никакой пользы. Вы можете заниматься негативной аналитической медитацией, даже когда смотрите телевизор, когда едите пищу. Почему же тогда вы не можете проводить позитивную аналитическую медитацию во время приема пищи или просмотра телевизора?

Это очень эффективно, так вы немного понимаете ценность великого сострадания и думаете: «Я хотел бы развить великое сострадание». А теперь, каким образом вам его развить? Великое сострадание – это не просто желание, чтобы другие люди освободились от временных страданий. Например, если вы видите, что кто-то сломал себе ногу, вы говорите: «О, он сломал ногу» и испытываете к нему сострадание, но это детское сострадание. Итак, с таким состраданием вы помогаете этому человеку, у него нога заживает и он принимается за какой-нибудь бизнес, добивается успеха, покупает новую машину и приезжает на ней к вам домой. И когда вы это видите, у вас больше уже нет этого великого сострадания, у вас вообще нет сострадания, вы испытываете зависть. Вы говорите: «Зря я ему помог, когда он сломал себе ногу. Если бы я ему не помог, он бы не купил эту машину и сегодня я бы ему не завидовал. Зачем я ему помогал?»

Это очень нездоровый, очень глупый образ мышления, это сансарический образ мышления. Когда вы по-настоящему развиваете сильное, великое сострадание, даже если этот человек стал очень богатым, даже если стал самым богатым человеком, вы все равно не будете ему завидовать, а будете испытывать такое же сострадание. Даже если он становится очень богатым человеком, вы испытываете к нему точно такое же сострадание, тогда вы обладаете по-настоящему великим состраданием.

Бедные люди или богатые, для вас разницы нет, ко всем вы испытываете одинаковое сострадание. Могущественные это люди или нет, вы чувствуете к ним совершенно одинаковое сострадание. Близки они к вам или нет, даже если это ваши враги, вы испытываете точно такое же сострадание. Тогда вы породили великое сострадание. Даже если вас хвалят или вас критикуют, для вас это не имеет разницы, ваше сострадание не меняется, вы одинаково испытываете сострадание и к тем, и к другим. Тогда вы имеете великое сострадание. Это великое сострадание не зависит от ситуации, от того, как реагируют люди, как только вы его порождаете, оно распространяется на всех живых существ. Такое великое сострадание вам необходимо развить. И начать вы можете прямо сегодня. За пять лет такое великое сострадание вы развить не сможете, это нелегко.

Я с самого начала, как только стал слушать учение, развиваю сострадание, но до сих пор мое сострадание не стало сильным. Тогда я подумал: «Как можно стать буддой так быстро, за одну жизнь?» Вам нужно понимать, что речь идет о людях, которые многие жизни обладают великим состраданием, бодхичиттой, для них реально быстро достичь состояния будды. Без бодхичитты, без великого сострадания, как это возможно – с таким эгоистичным умом за одну жизнь достичь состояния будды? Это невозможно. Сколько лет я развиваю великое сострадание, но оно растет медленно-медленно, даже когда оно чуть-чуть увеличивается, я испытываю радость: «Как хорошо, у меня есть немного великого сострадания».

Поэтому не думайте о каких-то других реализациях высокого уровня, но каждый день думайте о великом сострадании, тогда все остальные реализации появятся у вас сами собой.

Когда вы разовьете великое сострадание, то шаматху сможете развить очень просто, как по щелчку пальцев. А великое сострадание – это самое трудное. Это то, что нужно вам развивать каждый день, шаг за шагом, подобно тому, как передвигается черепаха. Не существует быстрого пути развития великого сострадания. Легкого пути нет, каждый день понемногу развивайте, постоянно, постоянно. Так же, как шагает черепаха, так же и вы, каждый день развивайте великое сострадание. Вы, наверное, слышали историю о том, как соревновались в беге черепаха и заяц, в конце концов, черепаха выиграла. Заяц начал быстро бежать, но потом расслабился. Черепаха медленно, но постоянно шла вперед: «Я знаю, что быстро бежать не могу. Мне надо идти потихонечку, так я смогу дойти до конца». Так она шла медленно-медленно, еле-еле передвигаясь, как ходят бурятские бабушки. Еле-еле, но в конце она выиграла.

Поэтому, что касается духовной практики, такая практика, которая подобна поведению зайца, совершенно не приносит никакого успеха. Только практика, подобная движению черепахи, может привести к успеху. Каждый день понемногу развивайте великое сострадание. Поэтому вам необходимо вспоминать это стихотворение, чтобы напоминать себе о великом сострадании. Также вам каждый день необходимо вспоминать эти строки о развитии четырех безмерных:

Пусть все живые существа будут счастливы и обретут причины счастья.

Пусть все живые существа избавятся от страданий и причин страданий.

Как было бы хорошо, если бы все живые существа избавились от страданий и никогда бы не расставались со счастьем.

И пусть все живые существа пребывают в равности.

Здесь говорится так: «Пусть я пребываю в равности, не проводя делений на далеких и близких в отношении всех живых существ». Это четыре строки, которые напоминают о четырех безмерных. У нас есть эти строки в ежедневной молитве, их вам нужно помнить наизусть.

А теперь, что касается великого сострадания. Великое сострадание – это желание всем живым существам избавиться от полного страдания и причин страдания. Поэтому в первую очередь вам нужно знать, что такое полное страдание. Вам нужно также желать самому себе, чтобы вы избавились от полного страдания и причин страданий, и точно такое же желание у вас должно быть по отношению ко всем другим живым существам.

Как только вы обретае понимание полного страдания, в сансаре вы перестаете завидовать, вообще не завидуете ни одному живому существу. Все живые существа под контролем омрачений в сансаре обладают природой страданий. Эта страдательная природа – не объект зависти, это объект сострадания. Если у вас нет такого правильного видения, то, вместо того, чтобы испытать сострадание, вы можете испытать зависть. Когда вы видите, что кто-то из ваших близких, друзей или родственников добился успеха и при этом вы испытываете зависть, это означает, что вы не понимаете философию.

Ваш ум до сих пор подобен ребенку. Зависть – это детское состояние ума. Гнев – это детское состояние ума. Сильная привязанность – это детское состояние ума, когда вы не понимаете, что этот объект не является объектом счастья. Поэтому если в нашем уме гнев, зависть, привязанность возникают спонтанно, то это означает, что мы обладаем детским умом. Теперь наш детский ум должен стать немного более зрелым. Это буддийская практика. Вам нужно сказать: «Пять лет назад я очень быстро начинал завидовать, а сейчас я уже почти не завидую. Пять лет назад я испытывал так много привязанности к материальным объектам, а сейчас моя привязанность намного уменьшилась. Если они у

меня есть – хорошо, а если нет – это не страшно. Пять лет назад я часто сильно злился, а сейчас я уже почти перестал злиться. Пять лет назад я не имел чувствительности к страданиям других, а теперь у меня гораздо больше чувствительности к страданиям других. Я могу понять страдания других людей. Пять лет назад я вообще не думал о страданиях других, об их проблемах. О других людях я вообще не думал, думал только о себе. Сейчас, благодаря Учению Будды, я стал чуть-чуть чувствительнее к страданиям других. Я всегда желаю: «Пусть они станут свободными от этих проблем».

Это называется «состраданием». Благодаря чувствительности к страданию других у вас возникает сострадание. Это здравомыслие очень высокого уровня. Когда где-то в университетах на обывательском уровне говорится о здравомыслии, речь не идет о таком высоком уровне. Там также идет речь о какой-то заботе, о чувствах других. Но буддийское здравомыслие основано на том, что все живые существа хотят счастья и не хотят страдать, а также на том, что у всех есть право быть счастливыми и быть свободными от страдания. С этой точки зрения вы становитесь очень чувствительными к их чувствам и на основе этого вы развиваете великое сострадание и желаете им избавиться от всех страданий. Рассматривайте себя в качестве примера: «Я не люблю, когда мне говорят что-то плохое и точно также другие испытывают такие же чувства. Благодаря этому здравомыслию я никому ничего плохого не скажу. Если другие люди какого-то человека обижают, говорят о нем плохо, я из сострадания буду его защищать». Если какой-то скромный человек сидит, а другие люди его ругают, из сострадания сразу его защищайте: «Так не говорите. Что он вам плохого сделал? Говорить, что все люди плохие, нельзя». Так защищать надо. Из сострадания все время проявляйте большую близость к слабым людям – это сострадание. Если вы держитесь ближе к сильным людям и не испытываете близости к слабым, то это означает, что у вас нет сострадания.

Поэтому чувствительность очень важна для порождения великого сострадания. Что касается чувствительности, я расскажу вам, какая у вас чувствительность. У всех живых существ есть определенная чувствительность, но все чувствительны к своему эго. Люди говорят: «Я нечувствительный», но когда дело касается вашего эго, вы очень чувствительны. У вас есть чувствительность, но она очень эгоистична. Например, если вам кто-то говорит, что ваши волосы красивые, то ваша эгоистичная чувствительность говорит вам: «Мне сказали, что мои волосы красивые, это означает, что у меня некрасивое лицо или фигура некрасивая». И сразу же вы становитесь несчастными, потому что вы слишком чувствительны к своему эго, и тогда, что бы вам ни сказали, для вас все будет не так, неправильно. Какие бы хорошие слова вам ни сказали, вы будете неправильно их истолковывать, в любом подарке искать подвох – это не в них дело, это ваша голова ненормальная. Поэтому не быть чувствительным к своему эго – это очень большое счастье. Даже если кто-то напрямую вас критикует, не будьте слишком чувствительны к своему эго. Это очень полезно: «Какой он хороший, он помогает мне разрушить мое эго. Спасибо! Да, да – это правильно, мое эго надо ругать». Ваш ум такой счастливый!

Иногда, когда я встречаюсь с такой плохой ситуацией, я стараюсь уничтожить свое эго, для меня это полезно. Мирские плохие ситуации в действительности очень хороши для духовной практики. Эти ситуации плохи с точки зрения эго, но они хороши для уничтожения эго. Поэтому мастера Кадампы говорили, что страдания очень полезны. Страдания – это очень плохие новости для вашего эго, но для тех, кто хочет уничтожить эго, страдание – это очень хороший инструмент. Поэтому мастера Кадампы говорили: «Не радуйтесь временному счастью, а радуйтесь временным страданиям». Временное счастье вас ослабит, увеличит все ваши омрачения. Временное страдание уничтожит ваши омрачения и очистит большое количество негативной кармы, а если вы правильно его используете, то оно уничтожит ваше эго. Если вы не знаете, как его использовать, то

например, в аду существа страдают кальпы и кальпы, но это ничего не меняет. Само страдание – это нехорошо, вам оно не нужно, но если вы знаете, как его использовать, то это может вам помочь. Крайние виды страдания невозможно использовать, например, страдания в аду вы не можете трансформировать и превратить в духовное развитие. Это слишком экстремальные страдания. Человеческие страдания не экстремальны, это временные страдания. Поэтому они очень хорошо могут быть использованы для развития ума. Также благодаря страданию вы можете развить более сильное сострадание. Когда вы испытываете страдание, то становитесь очень чувствительными к страданиям других. Тогда вы желаете: «Пусть никто так не страдает». Поэтому в повседневной жизни развивайте чувствительность к страданиям других. Чуткость к своему эго каждый день уменьшайте, вместо этого развивайте чувствительность к страданиям других. Если у вас есть такая высокая чувствительность к своему эго, то ваше эго будет становиться все сильнее и сильнее. Оно вас сделает более несчастными, более омраченными. Просто игнорируйте свое эго.

Когда вы игнорируете свое эго, это не означает, что вам не нужно заботиться о своем будущем. Лучший способ позаботиться о своем будущем – это обрести второй и третий уровень счастья, но этого ваше эго никогда не хочет достичь. Ваше эго никогда не скажет, что вам нужно развить любовь и сострадание. Ваше эго может сказать, что нужно развить концентрацию, но развивать любовь и сострадание оно не будет вам подсказывать. Поэтому очень важно уменьшать чувствительность к своему эго и увеличивать чувствительность к страданиям других. Вам можно использовать определенные знаки, которые напоминали бы вам, что вам нужно увеличивать чуткость к чувствам других. Если вы используете какие-то объекты, они должны вам напоминать о развитии чувствительности к страданиям других. Любой объект, который используется каждый день, сделайте так, чтобы он напоминал вам о развитии чувствительности к страданиям других.

Также мастера Кадампы говорили о том, что полезно отправляться туда, где живые существа страдают. Вначале вы развиваете сострадание поверхностного уровня, и после этого оно становится все глубже и глубже, но вначале развейте хотя бы поверхностное сострадание. Если ваш ум не затрагивает то, что вы видите чьи-то страдания, то у вас не появляется даже поверхностного уровня сострадания. Вначале вам очень важно развить сострадание на таком поверхностном уровне, и позже оно будет становиться у вас все глубже и глубже, и станет очень сильным состраданием. Что касается сострадания, то если говорить о сострадании поверхностного уровня, оно подобно огню, когда горит бумага. Что касается такого огня, то когда вы видите временное страдание других, то ваши чувства подобны огню от бумаги. Его развить очень легко, потому что вы знаете, что это страдание. Вы сами не хотите такого, вы можете желать и другим тоже избавиться от таких же страданий. Что касается второго и третьего уровня страданий, у вас нет их правильного понимания. Вы можете говорить об этом, но глубоко внутри вы не понимаете, что это страдание, а наоборот вы можете считать это счастьем.

Второй уровень страданий – это страдание перемен, обыватели его считают счастьем, тогда как же вы можете пожелать другим избавиться от такого страдания? Поэтому, когда вы понимаете второй и третий уровень страданий и начинаете желать другим живым существам избавиться от этих видов страданий второго и третьего уровня, то в этом случае ваше сострадание подобно огню от дерева. Вначале, когда вы видите, как живые существа испытывают временные страдания, ваше сострадание подобно огню от бумаги, здесь вы желаете живым существам избавиться от временных страданий, то есть, страдания страданий. Это сострадание подобно огню от бумаги – сначала сушит ваше дерево, дерево страдания перемен и всепроникающего страдания, а когда огонь охватывает его, когда дерево загорается, то вы желаете всем живым существам избавиться от этого страдания перемен и всепроникающего страдания. Этот огонь от дерева все время будет гореть, он

никогда не исчезнет, не потухнет, в отличие от огня от бумаги. Наше мирское сострадание подобно огню от бумаги – быстро вспыхивает и быстро гаснет. Что касается вашего сострадания, когда вы понимаете второй уровень страданий и третий уровень страданий и желаете живым существам избавиться от этой страдательной природы второго и третьего уровня, то в этом случае, ваше сострадание становится подобным огню от дерева. Огонь все время будет гореть до тех пор, пока есть дерево, также будет гореть огонь вашего сострадания. Поэтому ум перестанет зависеть от ситуации. Ум подобен солнечному свету, а солнце все время сияет и освещает всех живых существ. Что касается солнца, то однажды газ исчезнет и солнце потухнет. Но, что касается вашего сострадания, то до тех пор, пока есть живые существа, будет пребывать страдание перемен и всепроникающее страдание, и, таким образом, ваше сострадание никогда не исчезнет. Пока существует пространство, пока живые существа живут в этом мире, пока живые существа страдают в сансаре, ваше великое сострадание никогда не исчезнет, и все время будет приносить благо живым существам и избавлять их от страданий.