

Я очень рад вас всех сегодня здесь видеть, в мой второй день пребывания в Уфе. Как обычно породите правильную мотивацию, это очень важно. Самый лучший способ, каким я вам могу помочь, – это помочь вам развить мудрость, а мудрость – это самый лучший способ решить проблемы вашей жизни. Также вам нужно понимать, что есть большая разница между мудростью и интеллектуальными знаниями. Интеллектуальные знания иногда могут вам создать даже больше проблем, а не помогут решить проблемы. Вы можете видеть, что в нашем мире есть многие люди, которые обладают большим количеством интеллектуальной информации, но при этом у них в жизни много проблем и они также создают проблемы другим людям. Некоторые люди живут в деревне и, хотя не имеют больших знаний, но они вполне удовлетворены своей жизнью, они не очень помогают другим, но при этом они также и не вредят другим. Почему те знания, которые получают люди, становятся просто интеллектуальными знаниями и не становятся мудростью? Потому что они не знают, как правильно слушать учение.

В отношении слушания учения очень важно знать, как правильно слушать учение. И в отношении бизнеса также очень важно знать, как правильно заниматься бизнесом. Если вы не знаете, как правильно вести бизнес, то вместо того, чтобы добиться прибыли, вы наоборот можете потерять весь свой капитал. Точно также, если вы не знаете, как правильно слушать учение, то какой бы информацией вы ни владели, эта информация не будет полезной для вас, наоборот, может сделать вас более высокомерными. Поэтому в любой области, когда вы получаете информацию, слушаете учение, очень важно знать, как правильно слушать учение. В настоящий момент вы находитесь на стадии слушания учения, поэтому для вас очень важно знать, как правильно слушать учение. Когда вы будете медитировать, то будет очень важно знать, как правильно медитировать.

Что касается того, как правильно слушать учение, то вам нужно слушать учение, сохраняя шесть осознаний и со свободой от трех изъянов сосуда. Это очень важно. Если вы получаете учение с шестью осознаниями, то любое учение, которое вы слышите, даже если это лишь небольшая информация, будет очень полезным для вас. Когда я получал учение у своего Духовного Наставника, то получал его с шестью осознаниями, и все это учение становилось очень полезным для меня. В настоящий момент, когда я вам даю учение, у меня нет книги, по которой я вам читал бы лекцию, и причина этого состоит в том, что когда я слушал учение, я слушал с шестью осознаниями и при свободе от трех изъянов сосуда. Вам также нужно научиться тому, как правильно слушать учение с шестью осознаниями. И для вас это очень практичное учение, вам нужно это знать и тогда во время получения учения с шестью осознаниями вы сразу же будете добиваться прогресса.

Во время учения ваши глаза будут открываться, если у вас есть шесть осознаний. К тому же эти шесть осознаний очень важны, вам нужно помнить их наизусть. Это просто, но очень полезно. Если что-то полезно в вашей жизни, то оно необязательно должно быть чем-то очень сложным, есть некоторые вещи очень простые, но при этом очень полезные в вашей жизни. В шахматной игре также существует множество различных и сложных комбинаций, сложных ходов, но не обязательно это какие-то лучшие ходы. Есть также большое количество простых ходов, которые делают гроссмейстеры, но они оказываются самыми лучшими ходами. Когда гроссмейстер делает очень простой ход, он хоть и простой, но очень эффективен, потому что он делает этот ход в нужный момент, в этой ситуации он думает на долгосрочную перспективу.

Поэтому самый простой ход получается самым эффективным. В нашей жизни простые вещи иногда становятся очень полезными. Вы можете получить помощь через простые вещи и не думать, что это слишком простые вещи. Если простые вещи использовать в правильное время, то они могут решить много проблем. Поэтому, чтобы решать проблемы и обретать счастье, необязательно делать это с помощью чего-то очень сложного. Есть сложные вещи, которые могут быть эффективными, но также есть множество простых вещей очень эффективных, я не говорю, что все простые вещи очень эффективны. Это буддийская логика – сложное необязательно решает все проблемы, простое бывает очень правильным и эффективным, если применено в правильное время. Но сложные вещи тоже могут быть эффективными. Мы все время смотрим с какой-то сложной стороны и это неправильно. В буддийской философии также есть очень много сложных вещей, например, касающихся теории пустоты. Также когда дело доходит до практики тантры, там есть очень много тонких механизмов.

Теперь рассмотрим эти шесть осознаний для того, чтобы вы слушали учение очень эффективно. Первое осознание – это осознание себя больным человеком. Это самое важное осознание. В действительности это ваша реальная ситуация, вы с безначальных времен и по сей день страдаете от болезней омрачений, это ваша реальность. Это ваша реальная ситуация, а вы не знаете вашей реальной ситуации. Если человек не знает своей реальной ситуации, то это катастрофа. Итак, вам нужно понимать, что ваш ум страдает от большого количества болезней омрачений. Из-за этих болезней омрачений ваш ум основную часть времени несчастен. Нет спокойствия, потому что много болезней. А когда вы излечиваетесь от этой болезни омрачений, то покой ума, умиротворение приходят к вам сами собой. Посмотрите, к примеру, на свое текущее состояние ума: если вам кто-то скажет, что у вас очень красивые волосы, вы подумаете: «Мне сказали, что у меня красивые волосы, это означает, что мое лицо некрасивое», – вот это болезнь ума. Ваш ум делает вас несчастными, вы сразу думаете негативно, – это болезнь ума. И сколько бы у вас всего ни было, вам мало, – и это также признак больного ума.

Когда вы сидите дома, то вам хочется выйти на улицу, а когда вы гуляете по улице, то вам хочется вернуться домой. Например, если вы живете в Уфе, то вы хотите уехать в другую страну. А когда уезжаете в другую страну, то вам хочется вернуться обратно домой в Уфу. Это симптомы больного ума. И когда вы встречаетесь с каким-то маленьким плохим условием, то у вас сразу же возникают омрачения. Если вы встречаетесь с маленьким плохим условием и у вас мгновенно возникают омрачения, это означает, что ситуация в вашем уме очень критическая. Если при встрече с маленькими плохими условиями у вас омрачения не возникают, но при встрече с такими средними плохими условиями порождаются омрачения, то это значит, что ситуация в вашем уме средне-плохая. Но, тем не менее, все равно это состояние больного ума.

А если ваш ум становится здоровым как у архата, то такому архату тысяча человек может говорить что-то плохое, но он остается спокойным. Это здоровый ум. Вы смотрите на это как на отражение. Арья смотрит на все как на простое отражение, как на нечто взаимозависимое. Нет какого-то самосущего существования. Когда человек смотрит фильм, то он как-то считает фильм настоящим и начинает бояться. Но если люди представляют себе, что такое фильм, то у них не возникает страха. Нет страха, это просто игра, не нужно

этого бояться. Так же как с этим фильмом, все феномены в сансаре существуют подобно иллюзии. И как только вы поймете их абсолютную природу, ваш ум станет совершенно здоровым. Тогда вы поймете, что в пустом доме нечего терять и нечего найти. Вы останетесь в очень умиротворенном состоянии ума. Но до тех пор, пока не достигнута такая мудрость, ваш ум будет все время пребывать в больном состоянии. Это будет до тех пор, пока ваша нравственность не стала очень чистой, и пока на основе нравственного поведения ваших тела, речи и ума вы не достигнете высокого уровня ментальной концентрации, что является шаматхой, и пока с помощью шаматхи вы не обретете прямое постижение пустоты.

Но одного лишь этого тоже недостаточно. Вам нужно медитировать длительный период времени. И если вы не устраните полностью омрачения из вашего ума, до этого момента ваш ум будет больным. Даже если вы обрете концентрацию невероятно высокого уровня, шаматху, даже если у вас будет невероятное ясновидение, все равно вы будете оставаться больными людьми. Если с помощью шаматхи вы обретете какие-то особые реализации, научитесь летать в небе, но при этом из вашего ума не будут устранены полностью все омрачения, вы все равно будете оставаться больным человеком, но при этом ваша ситуация будет гораздо лучше, чем ситуация обычных людей. Поэтому даже те, кто обладает прямым познанием пустоты, все равно являются больными людьми с точки зрения их ума, потому что они еще не полностью свободны от омрачений. Поэтому до тех пор, пока мы не достигнем нирваны, – безусловно здорового состояния ума, наш ум будет оставаться больным.

Даже арьи, которые обладают прямым постижением пустоты, являются больными. Что же касается нашего болезненного состояния, то нам нужно понять, что мы в очень критической ситуации. И такое осознание является очень важным. Наш ум очень болен, также мы являемся рабами своих омрачений, и это очень печальная ситуация. Мы очень покорны своим омрачениям, мы сразу же слушаемся всего, что они нам говорят, и не слушаем, что нам говорят позитивные состояния ума. Папа с мамой столько советов дают, но дети их не слушают, а если омрачения один раз сказали, то они среди ночи пойдут это выполнять. Вот такой наш ум. Ваш учитель, папа, мама дают вам хорошие советы, дают, дают, а дети не слушают хороших советов. Тогда как омрачения дают плохие советы, но они сразу же их слушают. Среди ночи встают, включают свет, интернет открывают – все, пошли решать. Таков наш ум, он является рабом омрачений.

Если среди ночи у вас порождаются позитивные состояния ума, и ваши позитивные состояния ума говорят вам: «Сделай кому-нибудь какой-нибудь подарок», – вы говорите: «Потом, потом» – и засыпаете. Если среди ночи ваши омрачения говорят вам: «Отругай кого-нибудь», – то вы сразу же включаете свет, звоните этому человеку и ругаете его. Когда омрачения вам говорят что-то, вы это сразу начинаете делать, а что говорят другие, вы этого не делаете. Это признак рабства омрачений. Поэтому, что касается живых существ, то направить их в правильном направлении очень трудно, а увести в ложном направлении очень легко. Увести их в правильном направлении – это все равно, что в гору закатывать бревно, на это потребуются очень длительное время. Я убедился в этом на своем опыте: вы как бревно, я вас толкаю, толкаю, потом я еду в другой город, чуть-чуть забыл и вы упали вниз. Если вы встречаетесь с нехорошими друзьями, которые уводят вас в ложном направлении, то ваши омрачения становятся активными, и вы превращаетесь в раба своих

омрачений. Поэтому плохому совету следовать легко, а хороший совет нужно много раз повторять.

Вам нужно понимать, что вы являетесь рабом своих омрачений, это понимать очень важно. Говорится, что раб, который не знает, что является рабом, является постоянным рабом. Так, вам нужно знать, что мы являемся рабами своих омрачений. Я не только болен, но я также раб своих омрачений, и хотел бы избавиться от этого рабства омрачений. И с этой целью я бы хотел получать учение. Также мастера Кадампа говорили, что мы подобны туристам, которые никогда не достигают своих целей. Мы с безначальных времен и по сей день, все время ходим, ходим, крутимся в сансаре, и никогда не выходим за рамки этого города сансары.

Мы все время крутимся в сансаре и никогда не выходим из сансары. Это как туристы, не достигающие своей цели. Нам нужно сказать: «Теперь пришло время куда-то добраться, потому что я все время кружусь в сансаре, и я устал от этого». Какая разница в том, что бежишь, бежишь, а потом отдыхать? Лучше много не делать, спокойно сидеть и чуть-чуть отдыхать. В сансаре, сколько времени вы тратите на работу, все равно пользы от этого нет. Если вы движетесь в ложном направлении, то, как бы быстро вы ни передвигались, вы будете все дальше и дальше от места назначения. Но сейчас для вас пришло время выйти из сансары и прийти к такой цели как нирвана, туристу необходимо достичь нирваны. Чем сильнее будет ваше осознание того, что вы страдаете от болезни омрачений, тем сильнее станет ваше следующее второе осознание.

Второе – это осознание учения как лекарства. Учение, которое преподнес Будда, является самым лучшим лекарством от болезни омрачений. Главная цель, с которой вы слушаете учение, состоит не в том, чтобы стать буддистом, это не главная цель. Буддизм, христианство, ислам – это все подобно больнице. Что вы все делаете в больнице? Вы в больнице принимаете лекарства, там вы поправляете свое здоровье. Вы не рабы в больнице. Вам не нужно превращаться в рабов религий, это тоже было бы неправильно. Для чего создана религия? Религия похожа на больницу, она помогает людям стать здоровыми. В наши дни достаточно, что мы являемся рабами омрачений. Мы в достаточной степени также рабы больших бизнесменов. Большие бизнесмены создали такую систему, а мы стали их рабами. Опять же, религии в другой системе делают человека подобным рабу.

Итак, буддизм, христианство, ислам, все это – как учреждения, помогающие людям обрести здоровое состояние ума. Их ответственность – помогать людям обрести здоровый ум, помогать становиться хорошими людьми. Тогда буддизм помогает, ислам помогает, христианство помогает. Если вы стали здоровыми, не обязательно носить шапку буддизма или христианства. Например, вы принимаете европейские лекарства, ваше здоровье улучшается, и вы начинаете рассказывать всем подряд, что принимаете европейские лекарства. Все тогда смеяться над вами будут. Если вы обрели доброе здоровье, принимая тибетские лекарства, то тогда вы как бы надеваете тибетскую шапку, и все также будут смеяться над вами. Зачем надевать шапку и делать на ней надпись, что тибетские лекарства вам помогли? Это неправильно. Так же как в случае с лекарством, учение, Дхарма является таким невидимым лекарством, которое очень эффективно для излечения от болезней омрачений. Что касается лекарств, то Будда учил также тому, как исцеляться от болезней тела. Будда говорил: «Главная медицина, которую я преподношу, – это медицина,

помогающая излечиться от болезни омрачений». Что касается вторичной медицины, Будда рассказал о том, как создать пилюли, которые сейчас относятся к тибетской медицине, чтобы устранять временные физические болезни тела. И эти две медицины предназначены для того, чтобы люди обретали здоровье ума и здоровье тела, – в этом состоят две цели. Это главная цель.

Будда никогда не говорил: «Ты делай так, и станешь буддистом». В буддизме это очень строго. Если люди не просят у вас учение, то нельзя давать учение. Это очень строго. Потому что вы можете навредить этим людям. По домам ездить, учить: «Вы, пожалуйста, станьте буддистами, буддизм очень хороший, это мои книги, пожалуйста, читайте их», – этого нельзя делать. Это миссионерство, из-за попыток обращения в свою веру в нашем мире возникают конфликты. Я хотел бы сказать, что для нас религия – это то, что помогает людям обрести здоровый ум, а не то, что стремится обратить людей в их веру, это было бы неправильно. В буддизме также говорится, что необходимо давать учение таким образом, чтобы пробудился внутренний духовный наставник учеников. Если у людей пробуждается внутренний духовный наставник, то они становятся наставниками сами для себя.

И в этом цель буддийской религии. И я здесь даю вам учение для того, чтобы помочь пробудить вашего внутреннего наставника. Когда пробуждается ваш внутренний наставник, то вы становитесь наставником сами для себя. И тогда вы уже знаете, что следует делать, а чего не следует делать, вы знаете, как совершать действия в подходящее время. Также вы будете знать, как решать проблемы размером со слона подобно тому, как если бы это были проблемы с муху. Когда вы становитесь наставником сами для себя, то вы хорошо знаете свою ситуацию, также вы знаете все самые эффективные методы решения всевозможных проблем. Также вы знаете, как сделать ваш ум самым здоровым. В этом цель буддийского учения. Я здесь для того, чтобы пробудить вашего внутреннего наставника, чтобы сделать вас наставниками самим для себя, – это моя главная цель. Также, пожалуйста, не надевайте шапок, на которых было бы написано «буддист», в этом нет необходимости. Наоборот, если вас кто-то спрашивают, кто вы, вы можете отвечать: «Я человек. Я стараюсь быть хорошим человеком». Это правда.

Хотя то, что вы человек, не является вашей настоящей идентичностью. Ваша более глубокая идентичность – это живое существо. И сейчас вы называете себя человеком, поскольку вы обладаете этим телом. Но завтра вы можете умереть, и у вас уже не будет этого тела, и соответственно не будет основы для того, чтобы называть себя человеком. Человеком вы перестанете быть. Но, что касается живого существа, то вы и завтра будете живым существом, и в течение многих жизней вы будете живым существом, и во многих предыдущих жизнях вы были живыми существами. «Я живое существо», – это ваша более глубокая идентичность, а то, что вы человек, – это временная идентичность. Что касается вашей идентичности в рамках того, что вы человек, то вы горите: «Я русский» или «Я россиянин», – и это еще более поверхностная идентичность. В рамках россиянина вы можете говорить: «Я россиянин-буддист», «Я россиянин-христианин, россиянин-мусульманин», – это еще более поверхностная идентичность. Это не является вашей настоящей идентичностью. Если вы принимаете такую поверхностную идентичность в качестве своей настоящей идентичности, то это большая ошибка, из которой возникают проблемы. Поэтому вам нужно сказать: «Я человек и даже это временно. На самом деле я живое существо».

Однажды кто-то спросил у Будды: «Кто вы?» Ему задали вопрос о его идентичности. Будда хотел продемонстрировать людям, что все те идентичности, которыми мы обладаем, поверхностны. Из-за этого узкого самоотождествления в обществе возникают конфликты. Люди легко начинают плести интриги, возникают конфликты, и отсюда возникает беда. Будде задали вопрос: «Вы ангел?» Будда ответил: «Нет». Будда здесь говорил с точки зрения тонкой идентичности. Далее у Будды спросили: «Бог ли вы?» Будда ответил: «Нет». И так, Будде задавали множество вопросов, и Будда отвечал: «Нет». Тот человек, который задавал Будде вопрос, подумал: «Ну, теперь вы не сможете сказать, что вы не человек», и спросил у Будды: «Вы человек?» Будда ответил: «Нет». У него спросили: «Кто же вы тогда?» И Будда ответил: «Я пробужденное существо». Человек, бог, ангел, животное и так далее, – все это временная идентичность во сне сансары. И в этом сне сансары вы постоянно меняете свою идентичность, иногда вы человек, иногда вы мирской бог, иногда вы животное и так далее в этом сне сансары. А когда вы пробуждаетесь от этого сна сансары, то остается только одно, это то, что вы пробужденное существо.

Итак, вернемся к нашей теме. То учение, которое вы получаете, вы получаете не для того, чтобы стать буддистом, а самое главное, чтобы стать добрым человеком, здоровым человеком, здоровым ментально. Чтобы излечиться от этой болезни омрачений. Скажите себе: «Я получаю это учение, и я не только получаю учение, но и буду применять его». Это второе осознание.

Далее третье осознание. Третье осознание Будды как достоверного существа. Что касается Будды как достоверного существа, то Дигнага в «Праманасамуччае» очень ясно доказал, что Будда является достоверным существом. Когда Дигнага медитировал в горах, у себя в пещере он написал одно четверостишие. Он написал следующее:

Ставший достоверным существом,
Приносящий благо живым существам,
Учитель, ушедший за пределы печали,
Защитник, Вам я поклоняюсь.

Эти строки имеют очень глубокий смысл и доказывают, что Будда является достоверным существом. И также косвенно эти строки опровергают индийскую теорию, в которой считается, что существует бог-творец. Косвенно в нем говорится, что бог не может быть творцом всего вокруг. Не существует изначального бога. И когда один индуистский мастер увидел эти слова, то он понял, что они глубоки и опровергают индуистскую теорию. Из-за привязанности к своей религии он разозлился и стер эти слова. Когда человек думает, что его религия главная, то, конечно, он будет так поступать. Будда говорил, что если мое учение противоречит достоверным логическим умозаключениям, то вам нужно отказаться от него. То есть здесь логические умозаключения важнее. Далай-лама всегда говорит, что если наука сможет доказать, что в нашей теории что-то неправильно, мы откажемся от теории. Но пока наука не может опровергнуть ни одного факта из буддийской теории, ученые не могут доказать, что наша теория недостоверна.

В следующий раз, когда Дигнага вернулся к себе в пещеру ночью, он увидел, что эти слова стерты. Он их снова написал. В следующий раз, когда он вновь вернулся в свою пещеру, он

опять увидел, что слова стертые. В следующий раз Дигнага снова написал эти слова и приписал внизу: «Пожалуйста, не стирайте эти слова, для меня они имеют глубокий смысл, и если вы хотите вступить со мной в диспут, то подождите меня, я вернусь, и мы проведем диспут». Итак, в следующий раз, когда Дигнага вернулся в свою пещеру, он обнаружил в ней индуса с большими красными глазами и в гневном состоянии ума. Дигнага поговорил с ним. Тот сразу же начал вести диспут с Дигнагой. Дигнага защищал свою позицию. В ходе диспута Дигнага очень ясно доказал этому индусу, что не существует изначального Будды, что все возникает в силу причин. Вначале все являются обычными существами, а далее в процессе тренировки они достигают безупречного состояния ума. И позже этот индус убедился в этой теории и стал буддистом и учеником Дигнаги.

А сейчас я объясню в общем, каков смысл этих слов. Это мое любимое четверостишие. Когда я произношу это четверостишие, у меня порождается очень сильная вера в Будду в самой глубине моего сердца. Я не думаю о Будде как об абстрактном существе, изначальном Будде, которого никто не видел. Вначале он был таким же, как мы, обладающим омрачениями, и далее в процессе тренировки, в конце концов, он достиг безупречного состояния ума. Он обрел здоровое состояние ума. Как больной человек сначала был больным, а потом стал здоровым.

Теперь первые слова: «Ставший достоверным существом». Здесь говорится, что все будды, все божества, не являлись божествами с самого начала, вначале они были обычными существами. И благодаря тренировке они стали достоверными существами, безупречными существами. Нашу вселенную, живых существ никто не создавал, все они происходят из своего предыдущего мгновения. А то, в свою очередь, возникает из своего предыдущего мгновения. Еще две с половиной тысячи лет тому назад до каких-либо научных открытий в буддизме уже было известно то, что наша планета существует с безначальных времен. Наша мировая система возникла из предшествующей мировой системы. Та мировая система возникла из предыдущей мировой системы и так далее. Таким образом, у нашей мировой системы нет начала. И живые существа, которые живут на этой планете, также существуют с безначальных времен. Они возникают из своего предыдущего мгновения, то мгновение возникает из своего предшествующего мгновения и так далее, и у этого нет начала. У живых существ также нет конца, жизнь все время будет продолжаться. Если у вас нет здорового ума, если вы не сделаете свой ум здоровым, то вы будете продолжать существовать в состоянии нездорового ума. Если вы сделаете свой ум здоровым, то будете продолжать существовать со здоровым умом. Если вы сделаете ум наполовину здоровым, то переедете в следующую жизнь с наполовину здоровым умом.

Я про себя могу сказать, что в прошлой жизни сделал свой ум немного здоровым. Поэтому с детства мой ум был более здоровым. Это продолжение. В тибетском обществе маленькие дети вместе со мной играли, некоторые были с очень больным умом, потому что в прошлой жизни вообще не делали свой ум здоровым. Когда я был маленьким, я это видел. Они были с очень нездоровым умом, были очень негативными. Потому что в прошлой жизни не заботились о здоровье ума, и это продолжается. Посмотрите, в семье, где есть пять детей, у них одни родители, генетика одна, но среди этих пятерых детей у кого-то ум чуть-чуть здоровый, а у кого-то очень нездоровый. У кого-то бывает средне-здоровый ум. Это потому, что настоящая жизнь является продолжением прошлой жизни. Наука пока не знает, почему так происходит.

Даже однояйцовые близнецы обладают одинаковым телом, но при этом состояние ума у них может быть совершенно разным. У всех людей, выросших в одной семье, разный ум: у кого-то немного здоровый ум, у кого-то не совсем здоровый. Потому что эта жизнь является продолжением их предыдущей жизни. Поэтому когда вы слушаете учение, вы получаете немного мудрости, ум становится немного более здоровым. В следующей жизни в юности у вас будет более здоровый ум, чем у других. Потом вы будете делать свой ум здоровым, и еще в следующей жизни ваш ум будет более здоровым. Вот так все это продолжается. Поэтому я могу вам сказать, что учение, которое вы получаете, очень полезно для вас. Ваша будущая жизнь бесконечна. И посредством тренировки вы можете стать достоверным существом. Потому что нет разницы между вашим потенциалом и потенциалом Будды, ваши потенциалы совершенно одинаковы.

Потенциал вашего ума и потенциал ума Будды точно такой же, разницы между вами нет, но вы не устранили такие факторы, из-за которых возникают омрачения. Это те три фактора, о которых я говорил вам вчера. Отсутствие контроля над своим телом, речью и умом, – это один из факторов. Второй фактор – это очень сильная привычка к омрачениям. И третий фактор – отсутствие мудрости. Если вы замените эти три фактора на три хороших фактора: первое – хорошую самодисциплину, чистую этику; второе – вместо привычки к негативному состоянию ума вы приучите ум к позитивным состояниям; третье – разовьете безупречную мудрость, то тогда тьма отсутствия мудрости исчезнет. Тогда ваш ум превратится в чистый, здоровый ум.

В словах «ставший достоверным существом» заключается два смысла – это то, что Будда вначале был обычным существом, так же как мы, и далее стал достоверным; и также вы в настоящий момент как обычные живые существа посредством тренировки можете стать достоверными существами. Что такое достоверное существо? Достоверное означает безупречное, безошибочное. Если вы совершаете ошибки, то у вас есть омрачения. Если вы полностью свободны от омрачений, тогда вы безошибочны. Итак, вы становитесь достоверным существом. Как вы становитесь достоверным существом, как Будда стал достоверным существом? Это произошло не потому, что Будда кому-то молился, и после этого бог сказал: «Хорошо, я тебя благословляю», щелкнул пальцами, и Будда превратился в достоверное существо, – это не так. Так не бывает. С вами такого тоже не может произойти. Что-то внешнее никогда не может сделать вас достоверным существом и не может сделать ваш ум безупречным.

Нагарджуна говорил: «Ваше освобождение никто не удерживает, освобождение означает ваше абсолютно здоровое состояние ума», никто не держит его, никто не может подарить его вам. Вы посредством понимания своей абсолютной природы устраняете факторы, которые мешают проявлению вашего здорового состояния ума, и в итоге проявляетесь как здоровое существо, достигшее освобождения. Поэтому никто не может вам подарить ваше освобождение, вам необходимо развить его. Будда говорил: «Я укажу вам путь к освобождению, но идти по нему вам нужно самим. Никто не сможет привести вас туда, вам нужно идти самим». Итак, никакие внешние силы не смогут вас перенести туда, но посредством своих внутренних сил вы можете достичь освобождения. В чем состоят ваши внутренние силы? Две очень важные ваши внутренние силы могут превратить вас в

существо, достигшее освобождения, в достоверное существо. Здесь идет речь о состоянии будды.

Среди них первая – это ваша внутренняя сила. В этом четверостишии говорится: «Приносящий благо живым существам». Откуда берутся действия принесения блага живым существам? Эти действия возникают в силу состояния ума. А какого состояния ума? Это состояние ума, которое заботится о других существах. Оно не может проигнорировать страдания других живых существ, оно является очень чутким к страданиям живых существ, и хочет освободить их от страданий. Это то, что называется «состраданием». Эта одна из мощных внутренних сил. Если у вас нет сострадания, то вы слабые люди. А если у вас есть сострадание, то вы очень сильные.

Посмотрите в прошлом, те люди, которые обладали состраданием для того, чтобы спасти жизнь большинства, могли пожертвовать своей собственной жизнью, это те, кто зовется «героями». Мы называем этих людей «героями». Эти герои жертвуют своей жизнью ради спасения своей страны. Когда из сострадания кто-то помогает людям, спасает их от страданий, их называют «героем». Это сострадание дает вам по-настоящему сильное состояние ума. Дигнага говорил, что если осваивать сострадание длительное время, то оно может распространиться до безграничности. И когда оно так увеличивается, становится безграничным, то вы хотите достичь состояния будды ради блага всех живых существ. «Будда» означает безусловно здоровое состояние ума, в котором реализован весь потенциал. И эта бодхичитта является одним из внутренних факторов, она превращает ваш ум в достоверное существо. Эта бодхичитта Будды помогла Будде превратить его ум в достоверное существо.

Второй фактор, вторая внутренняя сила – Учитель. И здесь под Учителем понимается мудрость, познающая пустоту. Когда ваш ум обретает прямое познание пустоты, то пробуждается ваш внутренний учитель. И до тех пор, пока ваш ум не обретет прямое постижение пустоты, в нем не будет пробужден внутренний учитель. Вам придется очень сильно опираться на внешнего Духовного Наставника. Но даже если пробудится ваш внутренний духовный наставник, вам все равно придется опираться на внешнего Духовного Наставника, чтобы достигать более высокого прогресса. Когда пробужден ваш внутренний духовный наставник, то вы начинаете меньше зависеть от внешнего Духовного Наставника. Мой Духовный Наставник мне говорил, что до тех пор, пока не пробудился твой внутренний духовный наставник, тебе нужно находиться очень близко к своему Духовному Наставнику. Это правда.

Когда внутри нет реализаций, если вы далеко уйдете от своего Учителя, и при этом встретите не благих друзей, тогда можно легко попасть под дурное влияние, и вы станете хуже. Поэтому я сюда приезжаю два раза в год. Если я не приеду два, три года, то могу сказать, что большинство моих учеников станут странными, и когда я вновь приеду, они будут сидеть с большими глазами, будут задавать странные вопросы, потому что их будут интересовать вещи, которые находятся под контролем омрачений: «Я хочу быстрых реализаций, я необычный человек». Это происходит из-за омрачений, потом они будут подвержены эго: «Я особый человек». Это пахнет эгоистичным умом. Вам нужен такой Духовный Наставник, который будет ругать вас, – это очень хорошо. Подлинный Духовный Наставник никогда не будет ругать вас ради собственного блага, он всегда будет ругать вас

ради вашего блага. Что касается такого Духовного Наставника, вы можете на него больше полагаться, он никогда вас не подведет.

Когда я положился на своего Духовного Наставника, мне мой Учитель никогда не говорил такого, что я должен стать буддистом или что-то подобное, он мне всегда говорил, что тебе нужно сохранять скептический настрой, не принимай все сразу же. Когда мне было семнадцать лет, у меня было немного интереса к религии, но у меня был небольшой страх. Вы тоже используйте такой подход. Потому что в нашем мире религиозные люди много всего делают неправильно. Во имя религии происходит очень много конфликтов, это вы видите. Христиане так делают, буддисты так делают, мусульмане так делают, потому что в этом случае посредством религии люди становятся рабами. Мне это не понравилось. Потом мне стал немного интересен буддизм, но я этого тоже внутри немного боялся, думая, что все равно там есть что-то, что может сделать меня рабом. Я не хочу быть рабом. Если бы мой Духовный Наставник давал мне учение как-то догматично, то я никогда бы не стал буддистом. Я все равно не говорю, что я буддист, я просто следую по пути, который указал Будда, я не называю себя буддистом. Я человек. Куда бы я ни отправился, вот это для меня самое первое – то, что я человек, я живое существо. Каждую секунду, каждый миг мы все живые существа, – эта наша настоящая объективность. У меня нет такой идентичности как у Будды – как пробужденное существо, этого у меня нет, потому что я не пробудился, поэтому я живое существо. Что касается живых существ, то я могу сказать, что я доброе живое существо, это то, что у меня есть. Я думаю, что я доброе живое существо, я никому не буду причинять вред. Это моя идентификация. Моя ответственность в том, что куда бы я ни поехал, я буду помогать всем. Это моя ответственность.

Поэтому, если вы будете недобрыми, я буду немного обижаться. Если кто-то меня назовет «плохим буддистом», то я не возражаю, – это не страшно. Потому что у меня есть такое очень сильное самоотождествление с тем, что я доброе живое существо. Так, мой Духовный Наставник мне говорил: «Не принимай все сразу же, исследуй и на основе исследований уже принимай». После этого я понял, что здесь нет догмы. Здесь имеется научный подход. Даже больше, чем в науке. Некоторые мои друзья-ученые не имеют сильной логики. Они говорят, что они логичные люди, мыслящие очень логически, но, тем не менее, они еще не мыслят логически. У них нет большой логики.

Теперь вернемся к теме. Итак, Учитель – это мудрость познания пустоты. Если вы очень длительное время осваиваете мудрость, познающую пустоту, то станете достоверным существом. Например, Будда, поскольку длительное время осваивал мудрость познания пустоты, стал достоверным существом. Если мы также длительное время будем осваивать мудрость, познающую пустоту, то мы тоже сможем стать достоверными существами. Если такое могло произойти с Буддой, то почему это не может произойти и с нами? Какую причину создаем, такой результат мы в точности и получаем. Потенциал ума Будды и наш потенциал одинаков. Для этого главное – причина. Это две главные внутренние силы: сострадание – бодхичитта и мудрость познания пустоты, благодаря ним Будда стал достоверным существом.

Далее в третьей строке говорится: «Ушедший за пределы печали». Будда, благодаря длительному освоению сострадания – бодхичитты и мудрости, познающей пустоту, ушел за

пределы печали, то есть, это означает, что он достиг освобождения. И мы тоже на такое способны.

Далее следующие слова: «Защитник». Поскольку Будда обрел безупречное состояние ума, он не остался в состоянии индивидуального умиротворения. Благодаря великому состраданию он сразу же явился в различных мировых системах, в разных формах и дал существам учение по четырем благородным истинам. И раскрыв учение живым существам по четырем благородным истинам, он защитил их от страданий. Поэтому он защитник. Дигнага не говорил о том, что Будда является защитником, потому что благословляет живых существ или дотрагивается до головы живых существ сосудом. Дигнага сказал, что Будда является великим защитником, поскольку он постоянно, непрерывно, в различных формах, в различных мировых системах дает живым существам учение по четырем благородным истинам, а не благословляет их с помощью каких-то ритуальных объектов, не благодаря тому, что он орошает людей нектаром и водой. Некоторые просят буддийский нектар, православный нектар, – это много не помогает. Самое главное, живым существам нужно открывать ум. Нужно без ошибок дать учение, тогда глаза человека открываются, и потом просыпается его внутренний учитель. И затем человек становится мастером самому себе. Используя этот путь, он защитит себя от всех проблем. Поэтому Будда – это защитник.

Итак, далее Дигнага говорит: «Я Вам поклоняюсь». Если бы я объяснял вам это более подробно, то на это у меня ушло бы очень много времени. Поэтому я объяснил вам все это вкратце. И это то, что указывает полный путь к освобождению.

Итак, эти строки такие:

Ставший достоверным существом,
Приносящий благо живым существам,
Учитель, ушедший за пределы печали,
Защитник, Вам я поклоняюсь.

Вам эти слова нужно запомнить наизусть, думайте о них. Тогда в самой глубине вашего сердца вы зародите веру в Будду и захотите следовать этому пути: «Я буду поступать точно так же, как поступал Будда, и достигну такого же результата».

Итак, третье осознание, – это осознание Будды как достоверного существа. Когда у вас есть сильное представление о том, что Будда достоверное существо, то каждое его учение становится для вас очень полезным. Даже если что-то выходит за рамки вашего понимания, вы думаете, что на это должна существовать очень глубокая причина. Я очень сильно уважаю науку. Когда в квантовой физике что-то выходит за пределы моего понимания, я говорю, что на это должны быть определенные основания. Я не говорю, что это все ерунда, это все ложные мысли. Поэтому, если вы видите Будду как достоверное существо, то сразу же, хотя, может быть, у вас нет ясного понимания в отношении предыдущих жизней, будущей жизни, вы скажите, что на это есть глубокие основания. Я бактерии не видел глазами, вирусы тоже не видел, но я верю, я знаю, что они есть. То, что говорят ученые, на это есть основания. Они не говорят пустых слов. Даже не зная точно, что такое вирусы, бактерии, я точно не знаю, но я боюсь бактерий, вирусов, поэтому я делаю все, чтобы бактерии и вирусы не попали в мой организм. Поэтому у меня здоровое тело.

Точно также Будда говорил, что существует ад. Как существует вирус СПИДа, так и на сто процентов существует ад. Это недалеко. Когда проявится ваша негативная карма, в этом самом месте вы будете переживать ад, в том месте, где вы умерли. Там для вас будет ад, хотя другие люди этого не будут видеть. Квантовая физика тоже говорит, что живые существа, люди, животные видят объекты по-разному, все одинаково не видят. Эти вещи во многом похожи на буддийскую науку. Так вам будет легко поверить, что существует ад, и то, что если вы не будете осторожны с негативной кармой, то вы также можете переживать ад.

Что такое ад? Ад означает крайнюю форму страдания. Если вы создаете очень тяжелую негативную карму, то результатом является экстремальное страдание, это и есть ад. Ад не обязательно должен быть далеко, некоторые люди испытывают адские страдания. Это тоже ад. Я не имею точных знаний в отношении вирусов бактерий, но, тем не менее, я верю в них, я принимаю то, что говорят ученые, немного боюсь вирусов и бактерий. Поэтому мы делаем анализы, которые точно подтверждают их наличие, ученые не говорят просто так. Точно также и Будда на собственном опыте убедился в том, что ад существует, и сказал, что нужно подумать: «А почему мы не видим ее?» Но мы видим не все, что находится и что до тех пор, пока вы не испытаете какую-либо проблему, вы не поверите в это. Но когда вы переживаете эту проблему, то тогда уже слишком поздно. Нет никакой опасности верить в то, что ад существует, для вас это очень полезно, даже если ада нет. Если ад не существует, слава богу, как хорошо, я буду очень рад! А если ад существует, то это кошмар. Если вы верите в ад, то вы будете бояться. Какова причина ада? Это негативная карма – обман, причинение вреда людям. Это мне больше вредит. Ад недалеко, когда умрете, если негативная карма проявится, то вы получите адское страдание. Бог вас не наказывает. Вы сами принимаете яд, потом вам от этого плохо – это называется «адом».

Когда вы принимаете яд, вам становится плохо, и вы начинаете болеть, результатом всего этого является ад. Ваши негативные поступки в вашем уме оставляют отпечатки, и когда этот негативный отпечаток проявится, результатом этого оказывается ад. Вы будете долго страдать. Но когда вы в это поверите, вы не захотите вредить другим, вы будете этого бояться. Чем больше вы будете бояться ада, тем больше вы будете бояться негативной кармы. Мы боимся болезней, поэтому даже если очень вкусный хлеб упадет на землю, вы говорите: «Нет, нет, там много бактерий». Даже если хлеб очень вкусный, вы говорите, что там есть бактерии, и если я его съем, то буду болеть. Даже если очень вкусно, вы говорите: «Все, до свидания». И тут точно также. В любой ситуации ради маленькой выгоды вы не захотите создавать негативную карму. Это для вас более вредно.

Человек, который не знает науку, не знает о бактериях, вирусах, съест упавший на землю хлеб, потом будет болеть и постоянно лечиться от этого недуга. Это происходит оттого, что он не понимает причинно-следственную связь. И когда вы понимаете, что Будда является достоверным существом, то по отношению ко всем его учениям вы относитесь так, что если, например, Будда говорит, что ад существует, то вы думаете, что на сто процентов на это должна быть причина. На это есть причина. Но если вы верите, что ад существует, а в действительности ада нет, то для вас, наоборот, это очень хорошо. Потому что в силу веры в то, что есть ад, вы перестали создавать негативную карму, и ваш ум благодаря этому будет становиться все более и более здоровым. Вам от этого одна выгода. Но если вы верите в то,

что ад есть, а ада нет, то в этом нет никакого ущерба. А если вы не верите в ад, а он в действительности есть, тогда это настоящий кошмар.

Если вы не верите в существование опасного вируса и кушаете что попало, делаете что попало, ведете себя неосторожно, то потом уже будет поздно. Потому что если я верю в вирус, а опасного вируса на самом деле нет, то в этом нет ничего страшного. Для меня плохо не будет, я ничем плохим заниматься не буду. Это полезно. И вирусы, и ад на сто процентов существуют, это я могу сказать вам совершенно точно. Так же как есть ад, так же есть и рай, и существуют чистые земли, – это результат позитивной кармы, очень мощной позитивной кармы. Если вы хотите родиться в такой чистой земле, вам нужно создавать причины. И в буддизме есть подробное учение в отношении того, как родиться в чистой земле. Некоторые люди думают: «Сейчас мне очень трудно достичь всех этих реализаций, поэтому я бы хотел родиться в чистой земле и там я смогу развить весь свой потенциал. У меня есть дети, семья, о них нужно заботиться, поэтому в постижении духовной реализации мне нелегко.

Поэтому для меня самое лучшее – это родиться в чистой земле». Там можно все время полностью посвящать медитации, это буддийский институт. Там можно развивать реализации: работать не нужно, что бы вы ни пожелали, все сразу сбудется. Это не фантастика, это существует по-настоящему. Когда вы создаете очень много позитивной кармы, такой же получаете результат. Если вы создаете очень сильную негативную карму, то в результате попадаете в ад. Туда отправиться или сюда отправиться – бог это не решает, Будда не решает, это решаете только вы, все в ваших руках. Ваши папа и мама бессильны, они ничего не могут сделать. Если вы неправильно поступили, вы упадете вниз. Поэтому все находится в ваших руках.

Тогда вам будет интересно, и вы подумаете: «Как же мне создать причины рождения в чистой земле?» Когда я стал чистым буддистом, то я начал верить в ад, в чистые земли и мне стало интересно, как создать причины для рождения в чистой земле. В одно время мне было очень интересно, как создать причины для рождения в чистой земле. Я просил своего Учителя: «Пожалуйста, дайте мне еще больше детальных инструкций». Существуют наставления о пяти силах для рождения в чистой земле, также есть практика пхovy Ваджрайогини, также есть практика необычный пхovy, есть пхова Будды Амитабхи. Есть множество и других практик, посредством которых вы сможете родиться в чистой земле. Если практиковать тантру Ваджрайогини, то, даже не покидая этого тела, вы можете родиться в чистой земле.

Существуют также наставления о том, как попасть в чистую землю Шамбалы. В этих наставлениях говорится, как попасть туда в этом теле, то есть, не покидая это тело, вы можете оказаться в Шамбале. Этот текст называется «Карта в Шамбалу». Вначале я думал, что «Карта в Шамбалу» – это какая-то карта, на которой указано, как добраться в Шамбалу. Карты, которой вы пользуетесь в машине, когда куда-то едете, такой карты не существует. Вам это интересно? То, о чем я говорю – это не фантазия, это реальность, если вы в это верите, то в этом нет никакого вреда. Вреда нет, это очень полезно. В этом тексте, в этих наставлениях «Карта Шамбалы» говорится, что в первую очередь вам необходимо прибыть в определенное место, речь идет об особом святом месте. И вам в этом месте нужно выполнить ретрит. Там написано, какой ретрит вы должны выполнить. И когда вы делаете ретрит, вашей мотивацией должны быть чистые любовь и сострадание. То есть, вы должны

думать: «Я хочу попасть в Шамбалу не для того, чтобы получать там удовольствие, – это безупречное место для развития ума. Если я доберусь в это место, то я хотел бы заниматься там развитием ума, развить весь потенциал своего ума, чтобы приносить благо всем живым существам». Для ретрита необходима такая мотивация. Добрым людям в чистую землю попасть легко, легче, чем тем, у кого эгоистичный ум.

Даже если по такой книге вы будете делать ретрит с эгоистичным умом, то у вас ничего не получится. Поэтому доброта – это корень. Доброта не в том, что вы занимаетесь медитацией, мантры читаете, – вы не меняетесь от этого, в этом нет корня. Доброта в людях – это главное. Если вы очень добрые, даже если вы читаете неправильно мантру, в этом нет ничего страшного, вы получаете силу, потому что доброта – это невероятная вещь. Далее говорится о том, что когда вы закончите ретрит, то на следующее утро, проснувшись, вы окажетесь в совершенно другом месте, как бы не в этом мире. В другом мире, но еще не в чистой земле. Там вам ничего бояться не нужно. Половина пути пройдена – как хорошо, я еще больше буду верить, сейчас у меня получается маловато. Еще будете заниматься, читать книги. Далее читайте текст, занимайтесь практикой, и таким образом вы достигнете Шамбалы.

Я расскажу вам одну историю о Шамбале. Вам нужно понимать, что те люди, которые родились на этой планете, имеют кармическую связь с Шамбалой. Эта планета возникла в силу нашей коллективной кармы. Шамбала находится на этой планете, не где-то далеко. Вы можете подумать: «А почему мы не видим ее?» Но мы видим не все, что находится на этой планете. На этой планете есть множество всего того, что мы не видим. Например, в Башкирии мы можем посмотреть на какую-то гору и увидим просто гору. Если у человека есть особое зрение, то он может увидеть это как город духов. Город духов существует, они там живут. Такое существует. Шамбала – это некое другое измерение. Даже если вы доберетесь в то место, где находится Шамбала, вы не увидите Шамбалу, потому что она в другом измерении. В отношении Шамбалы говорится, что она находится на севере от Бодхгаи, это означает, что где-то в России. Россия – это Шамбала. Шамбала находится в России, поэтому в России очень богатые ресурсы.

Предыдущий Панчен-лама на каждое полнолуние отправлялся в Шамбалу. У него была особая белая лошадь. Итак, он сел верхом на эту белую лошадь и отправлялся в чистую землю Шамбалу. Помощник Панчен-ламы был очень удивлен, что Панчен-лама одевался красиво и исчезал. И помощник подумал: «Я хотел бы посмотреть, куда же он отправляется». В такой очередной раз он притворился, что спит, а на самом деле не спал. Когда все заснули, Панчен-лама очень тихо проснулся, красиво оделся и спустился к своей лошади. Помощник тихо подкрался к Панчен-ламе и взял ту лошадь за хвост. У него возникло такое подозрение, он подумал: «Я слышал о том, что Панчен-лама посещает Шамбалу, может как раз сейчас он хочет отправиться в Шамбалу, а я тоже хотел бы отправиться с Панчен-ламой». Он закрыл свои глаза и полностью положился на эту лошадь. Когда вы со стопроцентной верой полагаетесь, то вы получите силу, а когда у вас сомнения, вы можете упасть. Если у вас чуть-чуть появятся сомнения, вы упадете, а если со стопроцентной верой вы полагаетесь, то получите силу.

Наука говорит то же самое: когда человеку дают простую воду и говорят, что это святая вода, человек верит в это, и у него излечиваются болезни. Когда человек на сто процентов

верит, даже простая вода может лечить. Вера – это невероятная сила. А если есть настоящая сила, то вы получаете еще больше. Даже от простой воды он получит силу. Если в этом еще есть настоящая сила, то человек еще больше получает. Итак, с такой верой он держался за хвост лошади, и когда они достигли Шамбалы, он увидел, что находится в Шамбале. Панчен-лама спросил его: «Зачем ты сюда приехал?» Помощник ответил: «Я хотел увидеть Шамбалу». Панчен-лама сказал: «Ну, хорошо, теперь ты не ходи со мной дальше, оставайся здесь. А мне нужно будет отправиться в город и передать учение». И он увидел, что большое количество даков и дакинй выстроились в очередь, играли на музыкальных инструментах, встречали Панчен-ламу, держа хадаки. Там тоже есть хадаки. Такая традиция подносить хадаки также есть и в чистой земле. Белый хадак символизирует чистое сердце, чистую любовь, и мы подносим эту любовь.

Так помощник сидел там, пока не приехал Панчен-лама. Вокруг них было очень много драгоценных камней, и Панчен-лама сказал ему, чтобы помощник не брал ни один из этих драгоценных камней в наш мир. Но, тем не менее, помощник не послушался. Он подумал, что здесь никто не использует эти драгоценные камни, от них нет никакой пользы: «Если я заберу какой-то из этих камней, то в нашем мире они будут очень полезны для принесения блага многим людям». Затем помощник положил драгоценные камни в карман в большом количестве. Панчен-лама закончил учение, сел на лошадь, вернулся обратно. Помощник схватился за хвост, но лошадь не тронулась с места. Панчен-лама сказал: «Выброси драгоценные камни». Помощник выбросил драгоценные камни, но лошадь все равно не трогалась с места. Панчен-лама сказал: «У тебя все равно что-то осталось, доставай все». Так он достал все драгоценные камни, выкинул, но при этом один камень он оставил себе, говоря, что этот камень он ни за что не выбросит. Панчен-лама сказал ему: «Выброси все, потому что в нашем мире это все бесполезно». Но помощник все равно не поверил до конца и один камень все равно оставил. Панчен-лама знал, что один камень у него все же остался и, не обращая на это внимания, вернулся назад. Когда они вернулись в наш мир, помощник сразу же побежал к себе в комнату. Он достал из кармана этот драгоценный камень, посмотрел на него, но увидел просто обычный камень. Если из чистой земли взять камень и принести в наш мир, то в силу кармических связей он превратится в обычный камень.

Эта история меня вдохновила, у нас вами одинаковый образ мышления, и поэтому я рассказал вам эту историю для того, чтобы вы также почувствовали вдохновение. У нас, людей двадцать первого века, с одной стороны острый ум, но с другой стороны у нас слабая вера. Это неправильно. Слабая вера – это неправильно. Вам нужно делать свою веру крепче, благодаря ясному пониманию. Но вы не можете все понять совершенно ясно, тем не менее, если у вас появится понимание того, что Будда является достоверным существом, то вы можете принимать какие-то определенные вещи, опираясь на подлинные цитаты. Потому что вы понимаете, что Будда – это достоверное существо. Поэтому есть такой вид феноменов, который называются «весьма скрытыми феноменами», и вы можете познать их, опираясь на подлинные цитаты.