

Я очень рад вас здесь видеть сегодня. Сегодня второй день учения в Вильнюсе. Как обычно вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией сделать свою жизнь значимой. Наша жизнь предназначена не просто для того чтобы стремиться к богатству, собственности и также не для временного счастья. Есть нечто более значимое, чем такая деятельность. Если вы обладаете драгоценной человеческой жизнью, имеете особый мозг и при этом используете его только для обретения временного счастья, то вы не будете особо отличаться от животных, в этом не будет большого значения. Что касается пищи и какого-то жилья, то это могут найти даже животные. Мы, люди, обладаем особым мозгом, нам необходимо его использовать для обретения более долгосрочного счастья.

Очень важно понимать, что у нашей жизни нет начала и нет конца, такова реальность. Мы не думаем о том, что наша жизнь будет продолжаться из жизни в жизнь, потому что мы не видим этого, это основная причина. Есть много всего того, чего мы не видим, но что продолжает существовать. Например, мельчайшие элементарные частицы продолжают существование, мы их не видим, но при этом их невозможно полностью уничтожить, они все время продолжают существовать. Наш ум подобно материи все время продолжает существование. Поэтому смерть – это не конец жизни, это начало новой жизни. Как большой взрыв является началом новой вселенной, так же и смерть является началом новой жизни.

Если вы смотрите с такой точки зрения, то понимаете, что в нашей жизни есть некая большая ценность. Если вы думаете только с точки зрения этой жизни, то учение, которое я вам передаю, не будет особо значимым для вас. Что касается одной лишь этой жизни, то здесь вы многое можете купить на деньги, но при этом на деньги невозможно купить всего. Даже если говорить только с точки зрения этой жизни, то здоровый ум – это тоже очень важно. Если ваш ум здоров, и при этом у вас мало денег, то вы будете очень счастливы. Здоровый ум и учение о том, каким образом сделать свой ум более здоровым, являются полезными не только в этой жизни, оно полезно из жизни в жизнь.

Как говорит Его Святейшество: «Если вы верите в будущую жизнь, то даже если при этом будущей жизни нет, в этом нет опасности. Но если вы не верите в будущую жизнь, а будущая жизнь существует, то это кошмар». Например, человек приезжает в Вильнюс летом и видит, что погода очень хорошая. Если люди начнут ему говорить о том, что придет зима, погода станет холодной, и нужно к этому готовиться, а он скажет, что не верит в это, в холодную погоду, то когда она наступит, это будет для него кошмаром. Если вы верите в то, что придет зима, и готовитесь к этому, а зима не придет, то это будет очень хорошо. Вера в будущую жизнь для вас связана лишь с одними преимуществами, в этом нет никакой опасности. Не существует таких доказательств, которые доказывали бы отсутствие будущей жизни, такое невозможно. При этом есть доказательство, которое доказывает существование будущей жизни, но в настоящий момент у вас нет его ясного понимания.

Если вы верите в это, то для вас в этом преимущества. У вас может не быть точного понимания, но при этом, если у вас есть научные знания, например, вы верите в то, что большой взрыв является началом новой вселенной, почему же вам не поверить в то, что смерть является началом новой жизни? Здесь используется точно такая же логика, те же самые логические доказательства – невозможно полностью уничтожить материю. Даже если происходит большой взрыв, материя разлетается на мельчайшие частицы, но при этом все они продолжают существование. Точно также, когда мы умираем, наш ум продолжает существовать. Наш тонкий ум с тонким энергетическим телом продолжают существовать и перерождаются. Я точно могу вам сказать, это существует на сто процентов. Если вы в это верите, в этом нет никакой опасности, это тоже совершенно точно.

Вчера мы с вами обсуждали первую строку из четверостишия Будды: «Не совершение негативной кармы». Я подробно вам объяснил, почему нам не следует создавать негативную карму. Сегодня я прокомментирую вам вторую строку, в которой говорится: «Накапливай богатство заслуг». Наше настоящее богатство – это заслуги. Что такое заслуги? Это когда вы совершаете какое-то позитивное действие, и оно оставляет отпечаток в вашем уме, – такой отпечаток позитивной кармы называется «заслуги».

Если вы все больше и больше накапливаете таких отпечатков позитивной кармы, то куда бы вы ни отправились, вы везде будете счастливы, потому что у вас есть причины счастья. Если у вас больше отпечатков негативной кармы и мало отпечатков позитивной кармы, то тогда, даже если не меняются внешние условия, тем не менее, в большей степени вы испытываете какое-то беспокойство в уме, страх, параноидальное состояние и депрессию – это симптомы того, что у вас много отпечатков тяжелой негативной кармы.

В буддийской философии проводится исследование и говорится, что те отпечатки кармы, которые хранятся в нашем уме – это композитный фактор. Это форма, но при этом не материя, это составной фактор. Те, кто обладает высоким видением, способны видеть такие отпечатки кармы. Если рождается ребенок, то человек с таким высоким видением способен увидеть, что это очень добродетельный ребенок, у него много заслуг. Отпечатки кармы – это составной фактор, это то, что не является сознанием, не является материей, но при этом возникает из причины, это называется составной фактор. Например, время, – это составной фактор. Время происходит в силу причин и условий, поэтому оно все время меняется, это не материя, не сознание, но это функциональный объект. Время, кармические отпечатки – все это составные факторы, они существуют, они функционируют. Вы их не видите, но они существуют. Что касается времени, то в разных буддийских философских школах есть разные утверждения касательно времени. Сейчас я не буду это с вами обсуждать, мы сейчас говорим о кармических отпечатках.

Кармические отпечатки хранятся в нашем уме. Наш ум является невероятным хранилищем кармических отпечатков. Что касается кармических отпечатков, то могут пройти даже миллиарды лет, но при этом кармические отпечатки не исчезнут, также они не смешаются друг с другом, – таков невероятный механизм нашего ума. Современные изобретения, такие как компакт-диски, способны хранить большое количество информации, ее можно записывать на компакт-диски, и что касается нашего ума, то он очень на них похож, но при этом это природный механизм.

В первую очередь я объясню вам, каковы четыре характеристики кармы. Если я объясню вам, каковы четыре характеристики кармы, а также четыре фактора, которые делают карму либо легкой, либо сильной, то для вас это будет очень полезно, вы узнаете, как за короткое время создать очень весомую позитивную карму. Бывает так, что ребенок рождается без большого количества отпечатков позитивной кармы, но при этом, если он знает как накапливать позитивную карму, то в середине своей жизни он может накопить невероятно высокие заслуги. Тогда он станет по-настоящему богатым человеком. Я хотел бы, чтобы в первую очередь вы достигли такой реализации, как накопление очень весомой позитивной кармы. Накопите заслуги, и как только вы обретете большое количество высоких заслуг, это станет очень хорошей основой для достижения более высоких реализаций.

Для счастья этой жизни высокие заслуги – это как настоящее богатство. Если вы накопили заслуги, то даже если в вашем кармане пусто, вы никогда не почувствуете себя бедным. Вы будете чувствовать, что у вас внутри есть определенное богатство, – это настоящее счастье. Это по настоящему, правда. У моих друзей, которые медитируют в горах в Дхарамсале,

ничего нет, но когда я с ними разговариваю, я никогда не чувствую, что они бедные, наоборот, я чувствую, как от них исходит то, что они очень богаты. Точно так же, когда я находился в горах, хотя у меня ничего не было, при этом внутри я чувствовал высокую степень удовлетворенности, чувствовал, что у меня есть настоящее богатство. Когда у вас есть заслуги, куда бы вы ни отправились и чего бы вы ни захотели, все это будет приходить к вам само собой. Это механизм высоких заслуг.

Когда у вас нет высоких заслуг, и вы используете последние заслуги, которыми обладаете, признаком этого будет то, что даже если у вас будет много денег, что бы вы ни ели, это не будет для вас вкусным. Где бы вы ни находились, вам все время будет чего-то не хватать – это симптом того, что у вас очень мало заслуг, и вы используете последние свои заслуги. Это учение о том, как накопить заслуги, важнее знаний о том, как обрести материальное богатство в этой жизни.

Что касается накопления заслуг, то это тоже нелегко, здесь вам необходима полная информация. Когда вы обладаете полной информацией по этой теме, тогда каждый день в банк своего ума вы можете делать настоящий вклад очень высоких заслуг. После того как вы получите такое учение, каждый день в течение тридцати минут или в течение одного часа накапливайте высокие заслуги. Когда вы накапливаете заслуги неформально, это не будет очень эффективно. Формальная практика будет более эффективно приносить вам заслуги. Подробное учение о том, как выполнять формальную практику, как накапливать заслуги, является очень важным.

Если вы будете делать практику каждый день, то через год, когда я вас увижу снова, уже произойдут очень большие перемены. Я увижу, что ваше лицо будет совершенно другим, с высокими заслугами, у вас появится харизма. Если вы будете в течение года каждый день минимум тридцать минут заниматься формальной практикой, то я совершенно точно могу вам сказать, что через год это принесет вам определенный результат. Вы накопите очень высокие заслуги. Эти высокие заслуги для этой жизни будут источником вашего счастья. Даже если вы умрете, свое богатство заслуг вы сможете забрать в следующую жизнь. В настоящий момент не думайте об иллюзорном теле, не думайте о ясном свете, туммо, шести йогах Наропы – это для вас недостижимо, это не самое главное, это вторично. Самое главное в буддизме – это бодхичитта. Чтобы породить бодхичитту, вам нужны очень высокие заслуги. Как я вчера вам говорил, породить великое сострадание и мудрость, познающую пустоту, – это самое главное, эти два момента трансформируют наш обычный ум в ум будды. Для бизнеса очень важен капитал. Без капитала вы не сможете заниматься каким-либо бизнесом. Для духовных реализаций, для вашего счастья заслуги очень важны.

Поэтому Будда произнес такие слова: «Не совершайте негативной кармы, накапливайте богатство заслуг». Почему нам не следует создавать негативную карму? Потому что Будда говорил, что если вы не хотите страдать, то не создавайте негативной кармы. Второе – накапливайте высокие заслуги, потому что если вы хотите счастья, то счастье не придет к вам откуда-то извне, из космоса, вам нужно создавать причины счастья. Даже если просто молиться Будде, молиться богу, в силу этого счастье не придет к вам откуда-то извне, вам нужно создавать причины счастья. В буддизме самое главное – это теория взаимозависимости. Говорится о том, что бог не может подарить вам счастье, передать его как подарок. Вам необходимо самим создавать причины, поскольку все зависит от причин и условий. Поэтому накапливать высокие заслуги – это очень-очень важно, это должно стать вашей главной практикой. Если с высокими заслугами, с высокими нравственными принципами вы станете укрощать свой ум, то вы сможете по-настоящему укротить свой ум. Поэтому третьей строкой Будда говорил: «Укротите свой ум полностью».

Теперь что касается богатства накопления заслуг. В первую очередь в качестве основополагающей информации вам нужно знать, каковы четыре характеристики кармы. Первая характеристика кармы состоит в том, что карма определена. Это означает, что позитивная карма совершенно определенно приводит только к позитивному результату. А негативная карма определенно приводит только к негативному результату. Вам нужно понять, что совершенно невозможно в силу негативных действий получить позитивный результат. Если вы едите вредную пищу, то она навредит вашему телу, невозможно, чтобы она улучшила здоровье вашего тела. Это механизм связи причины и результата. Это приводит нас к мысли о том, что те негативные действия, которые мы совершаем в жизни (иногда мы их совершаем, чтобы решить наши проблемы, обрести счастье), это неверная теория. Невозможно, чтобы они принесли нам счастье, они могут решить какие-то временные маленькие проблемы, но при этом создадут еще большие проблемы.

Когда вы обретаеете убежденность в этой теории, после этого вы уже никогда не будете использовать негативные эмоции для решения проблем и обретения счастья. В прошлом вредоносные действия приводили только к негативному результату, так обстоят дела в настоящем, и так же будет в будущем. Вредоносные действия не могут принести хорошего результата. Некоторые люди думают, что, например, человек украл деньги, и при этом его не поймала полиция, в этом случае он разбогател, то есть воровство приводит к хорошему результату. Если вы смотрите только с точки зрения этой жизни, то кажется, как будто это правда. В этой жизни он мог заплатить деньги полицейскому, полицейский закрывает глаза, при этом он остается с деньгами. Это действительно так, но если думать только с точки зрения этой жизни. В действительности речь идет о периоде из жизни в жизнь, и в следующей жизни его карма будет просто ужасна.

Если человек принимает наркотики, и, приняв наркотики, он говорит, что чувствует себя хорошо, что нет никаких проблем, это действительно так, если думать с точки зрения только одного дня. Сегодня он летает, но при этом завтра и дальше ему будет все хуже и хуже. Это на сто процентов так, и мы об этом знаем. Поэтому мы боимся принимать наркотики. Точно также, если вы знаете о периоде из жизни в жизнь, то хорошо, если в этой жизни вы как-то избежали наказания, не попались полиции, но что вы будете делать в следующей жизни?

Будда говорил, что создание негативной кармы в тайне – это все равно, что принятие яда в тайне. Если вы в тайне приняли яд, и при этом говорите, что вы его не принимали, даже показываете какой-то сертификат, что вы не принимали яда, это не имеет большого значения, это самообман. Этот яд будет оставаться в этом теле, и куда бы вы ни отправились, этот яд отправится вместе с вами. Точно также негативные действия, негативная карма остается в вашем уме, куда бы вы ни отправились, этот яд отправится вместе с вами. Такое понимание является очень полезным для того, чтобы больше не использовать негативных действий, негативных мыслей для решения проблем и для обретения счастья. Скажите себе, что это большой самообман.

Вторая характеристика. Вы не получаете результата той кармы, которую не создали. Здесь говорится о том, что если вы хотите счастья, то вам нужно создавать причины счастья. Если вы хотите счастья и при этом не создаете причин счастья, то для вас невозможно обрести счастье. Если вы хотите счастья, то крайне важно создавать причины счастья. Если вы не создаете причины, вам невозможно обрести результат. У этого есть два смысла. Другой смысл состоит в том, что если вы не создаете причин страданий, то не беспокойтесь о своем будущем. Не создавайте негативной кармы, очищайте негативную карму и тогда не бойтесь будущего. Если вы не создаете причин страданий, то чего же вам бояться?

Смерти тоже не бойтесь, это естественный процесс. Смерть очень похожа на то, как вы засыпаете, спите, а потом просыпаетесь. Каждый раз, когда вы спите – это как маленькая смерть. Сон подобен состоянию бардо – промежуточному состоянию. В этот момент вы не знаете, кем являетесь, вы совершенно другие люди, вы полностью теряетесь в этих видениях. Иногда вы можете быть как обезьяна, иногда как олень бежать, но все это сон. Вы не думаете в этот момент, что вы человек и сейчас вы спите. В тантрах есть особые техники по контролю над состоянием сна, чтобы во сне осознать то, что человек находится во сне. Цель практики осознания сна как сна состоит в том, чтобы в состоянии бардо осознать, что вы находитесь в бардо.

Бардо означает промежуточное состояние между смертью и перерождением. В этом состоянии вы максимум пребываете сорок девять дней. В этот момент у вас нет грубого тела, ваш ум находится в тонком состоянии, и вы обладаете невероятным потенциалом. Чем более тонким становится ум, тем более он эффективен. В тантрах объясняется то, каким образом использовать состояние бардо (промежуточное состояние между смертью и перерождением) для более высокого развития ума. Если в промежуточном состоянии вы не осознаете, что находитесь в состоянии бардо, то перед вами возникает множество различных видений, и вы постоянно куда-то бежите. В этот момент вам нужно понять, что вы уже умерли и находитесь в бардо, вас уже никто не может убить, вы уже мертвы. Зачем куда-то бежать, нужно оставаться там, где вы находитесь, потому что все это иллюзия, не бойтесь этого. Займитесь медитацией. В особенности накапливайте заслуги, порождаете любовь и сострадание. Есть очень много уровней практик, делайте практику того уровня, который подходит вам. Самая эффективная практика – эта та практика, которая подходит вашему уровню. Точно также европейские доктора скажут, что лучшее лекарство – это лекарство, которое вам подходит. Они не скажут, что лучшее лекарство для вас – это самое дорогое лекарство. Иногда какое-то лекарство может быть очень простым, но если оно вам подходит, то для вас это лучшее лекарство. В буддизме говорится, что существует множество уровней практик, учений разного уровня, и в первую очередь вам нужно знать, что из этого вам подходит. Для вас это самое лучшее.

Вы не получаете результата, причины которого не создали, поэтому не бойтесь будущего, если вы не создаете причин страданий. Если вы не создали причин испытать страдания от какого-то человека, то даже если он попытается вам навредить, наоборот, его действия будут полезны для вас. Я расскажу вам историю. Два соседа очень не любили друг друга. У одного из соседей была проблема со спиной. Однажды, когда он шел по улице, другой сосед увидел его, подкрался к нему сзади, пнул его в спину и убежал. На следующее утро кто-то постучал ему в дверь, и когда он открыл дверь, то увидел, что на пороге стоит его сосед с тарелкой фруктов. Он спросил: «Чем же я заслужил эти фрукты?» Сосед ответил, что он их заслуживает: многие доктора пытались излечить его спину, но никто не мог ее излечить, а после вчерашнего удара спина совершенно здорова, большое спасибо.

Если вы не создали причин получить счастье от какого-то человека, то даже если вам стараются помочь, наоборот, от их действий вам будет хуже. Некоторые сыновья или дочери просят своих родителей: «Мама, пожалуйста, не помогай мне, когда ты стараешься мне помочь, наоборот, становится хуже». Здесь причина не в том, что мать делает что-то не так, просто вы не создали причин получить хороший результат от своей матери, поэтому, даже если она старается вам помочь, вам, наоборот, становится хуже. Поэтому создавать причины очень важно. Если вы не создаете причин, то даже если рядом с вами находятся будды и божества, они ничем не смогут вам помочь, поскольку вы не создали причин получить благо.

Третья характеристика. Та причина, которую вы создаете, не исчезнет без принесения результата. Сколько бы времени ни прошло, могут пройти даже миллионы лет, но однажды причина обязательно даст результат, на сто процентов она обязательно приведет к результату. Поэтому будьте очень осторожны с негативной кармой. Позитивная карма, которую вы создаете, однажды на сто процентов приведет к результату, поэтому это стоит того – создавать позитивную карму. Это закон природы. Будда говорил, что не создавал закона кармы, это закон природы, он просто открыл его. Будда объясняет его нам. Если вы живете в соответствии с этим законом, тогда естественным образом день ото дня вы будете все счастливее и счастливее. Позитивная карма, которую вы создаете, совершенно точно приведет к результату. Может быть, не в течение нескольких лет, но спустя какое-то время, может, через длительный период, из жизни в жизнь, однажды она приведет к результату, это на сто процентов так. Поэтому создание позитивной кармы – это стоящее дело.

Четвертая характеристика. Карма преумножается. У преумножения есть два смысла. Один из этих смыслов состоит в том, что если вы создаете негативную карму, и при этом не очищаете ее, то день ото дня эта негативная карма будет преумножаться. Как бактерии в вашем теле, если вы не применяете антибиотики, то бактерии будут размножаться. Что касается отпечатков негативной кармы, если вы не применяете противоядия, не очищаете их, то день ото дня они будут преумножаться. Очень важно сожалеть о той негативной карме, которую вы создали. Позитивная карма, которую вы создаете, тоже преумножается. Имеет смысл создавать позитивную карму, поскольку она преумножается. Второй смысл преумножения состоит в том, что когда кармический отпечаток встречается с условиями, то это подобно тому, как из семени вырастает дерево, на котором созревает множество плодов. Это четыре характеристики кармы, это должно быть в вашем основополагающем понимании.

Четыре фактора, которые делают карму весомой. С точки зрения весомости это относится и к позитивной и к негативной карме. Первая среди них – это основа. Самая весомая основа для создания позитивной или негативной кармы – это ваш Духовный Наставник, божества, Будда, далее за ними идут арьи, бодхисаттвы, архаты Хинаяны и далее добрые люди. Ваши родители также являются весомыми объектами, которые идут после бодхисаттв. Это что касается объектов кармы. Если вы создаете карму по отношению к таким объектам, то создание кармы по отношению к таким объектам приведет к накоплению весомой кармы, создание кармы по отношению к средним объектам приведет к накоплению средней кармы. Если вы хотите каждый день накапливать высокие заслуги, то очень важно для этого использовать весомый объект, визуализируйте перед собой Поле заслуг. Поле заслуг – это очень весомый объект для накопления заслуг, поэтому оно называется Полем заслуг.

Что касается Поля заслуг, то вы визуализируете древо, исполняющее желания, сверху центральной фигурой является Будда Шакьямуни в облике ламы Цонкапы. В его окружении находятся будды, бодхисаттвы, божества, защитники Дхармы. Если вы визуализируете это перед собой, то это объект накопления заслуг. Когда вы читаете ежедневную молитву, визуализируйте перед собой Поле заслуг, и это – очень весомый объект для накопления заслуг. Визуализируйте, что вокруг вас находятся все живые существа, почувствуйте любовь и сострадание ко всем живым существам. Породите уважение и веру к этому объекту – Полю заслуг. Это основа для накопления очень высоких заслуг.

Второй фактор – мотивация. Если присутствуют все четыре фактора, то карма становится определенной кармой. В первую очередь, что означает определенная карма? Определенная карма означает, что эта карма совершенно определенно проявится в ближайшем будущем, это то, что называется «определенная карма». Если вы создаете карму, и при этом один из четырех факторов отсутствует, такая карма будет называться неопределенной кармой или

незавершенной кармой. Эта незавершенная карма проявится, но спустя очень длительный период времени. Эти четыре фактора: основа, мотивация, действие и завершение, – очень важны. Я не знаю, интересно для вас это или нет, но очень полезно. Бывает так, что что-то очень полезное не будет очень интересным. Вам это нужно знать, для вас это очень полезно.

Первый фактор – это то, что вы визуализируете рядом с собой всех живых существ, а перед собой визуализируете Поле заслуг, порождаете сострадание ко всем живым существам и веру в Поле заслуг. Очень важно, как я говорил вам вчера, понять то, что перед вами находятся достоверные существа. Это достоверные, безупречные существа, и, что бы они ни делали, они делают это ради нашего блага без какого либо эгоизма. Все, что они говорят, движимо лишь любовью и состраданием, поэтому каждое их слово – это святое слово, потому что они заботятся о нашем благе. Поэтому очень важно породить очень высокое уважение и веру в то, что они нам говорят и что советуют нам.

Второй фактор – мотивация. В первую очередь можно говорить о мирской мотивации. Мирская мотивация – это когда вы делаете практику ради хорошего здоровья, ради процветания, ради того, чтобы ваши дети не болели. Какой бы практикой вы ни занимались с мирской мотивацией, этой мотивации будет недостаточно. Мирская мотивация приведет к тому, что в вашей практике все, что вы накопите – это будут пустые бутылки и стаканы. Большой ценности у этого не будет. Когда люди ходят в христианские и буддийские храмы и молятся таким образом: пусть я не буду болеть, пусть я хорошо сдам экзамены или пусть моя внучка не болеет – все это мирские молитвы. У этих молитв нет силы, потому что здесь мирская мотивация. Иногда какой-то человек приходит в христианскую церковь, молится Иисусу Христу о том, чтобы сегодня не было дождя, а второй человек, наоборот, молится о том, чтобы пошел дождь, чтобы вырос урожай. Что же в итоге делать Иисусу Христу? Они не для таких целей, а для того, чтобы указать вам путь к освобождению. И в буддизме и в христианстве одинаково, это неправильная мотивация.

Первая минимальная мотивация – это забота о счастье вашей будущей жизни. Это мысль, что вы можете умереть в любой момент. «Я хотел бы накопить высокие заслуги, чтобы из жизни в жизнь обретать высокие перерождения и чтобы иметь возможность помогать другим», – если вы выполняете практику с такой мотивацией, то вы накапливаете серебряные монеты. В банк своего ума вы кладете серебряные монеты. С мирской мотивацией в банк своего ума вы складываете пустые бутылки и банки.

Третий вид мотивации – мотивация освободиться от сансары, обрести безупречно здоровое состояние ума. Вы думаете, что с этими целями я сегодня хочу практиковать Дхарму, я хотел бы накапливать заслуги, и однажды эти заслуги освободят мой ум от болезни омрачений. Если вы накапливаете заслуги с такой мотивацией, то эти заслуги станут подобны золотым монетам в банке вашего ума. Когда эти отпечатки начнут проявляться, до самого вашего состояния освобождения они продолжат давать результат. Это то, что называется золотыми монетами. Мотивация очень важна для накопления заслуг.

Высшая мотивация – это мотивация бодхичитты. С сильными чувствами любви и сострадания ко всем живым существам, вы думаете: «Пусть я достигну состояния будды ради блага всех живых существ». Когда вы накапливаете заслуги с такой мотивацией, они подобны бриллиантам, в банк своего ума вы, таким образом, кладете бриллианты.

Второй фактор, мотивация, делает ваши кармические отпечатки либо серебряными, либо золотыми, либо бриллиантовыми. Если вы с такой правильной мотивацией выбираете высокий объект – Поле заслуг, то они увеличиваются еще больше. Говорится, что если вы практикуете щедрость по отношению к обычному человеку, то это хорошо, это приносит

заслуги, но если вы практикуете щедрость по отношению к бодхисаттве, это приносит вам в сто раз большие заслуги. В отношении ваших родителей заслуги также возрастают в сто раз. Точно также, если вы сделаете как-то больно своим родителям, это действие в сто раз сильнее, чем обидеть какого-то обычного человека. Все более и более высокие объекты приносят вам большие заслуги.

Третий фактор – действие. Вы уже визуализировали перед собой Поле заслуг во время чтения ежедневной молитвы, породили правильную мотивацию и далее вы начитываете мантры. Когда вы начитываете мантры, то визуализируете, как из Поля заслуг исходит свет и нектар, которые очищают вас, благословляют, и вы продолжаете читать мантры – это непосредственно само действие. Чем дольше вы совершаете действие, тем больше накапливаете заслуг. Если действие короче, то и заслуги меньше. Если вы делаете это каждый день, то это тоже очень хорошо. Когда вы совершаете действие каждый день, оно становится очень мощным. Совершайте такие действия каждый день, регулярно, это будут очень мощные действия по накоплению заслуг и очищению негативной кармы.

То учение, которое я вам передаю, я сам получил у своего Духовного Наставника, я сам выполняю такую практику, для меня она очень полезна, и я говорю об этом вам. Когда у вас есть общее понимание, вы можете применить его к любой практике, которой занимаетесь. Даже если вы практикуете щедрость, вы также можете применять четыре фактора. Что касается объекта, то вы выбираете высокий объект – например, ваши родители или какое-то страдающее существо. Страдающее существо – это весомый объект. Если ваша мотивация не просто мирская, а мотивация достичь состояния будды ради блага всех живых существ, и с ней вы практикуете щедрость, тогда это самая высокая мотивация. Как минимум вашей мотивацией должно быть обретение безупречно здорового состояния ума, с такой мотивацией практикуйте щедрость. Самое лучшее – это делать что-то ради счастья всех. Это нетрудно. Действие – это когда вы делитесь с кем-то пищей или что-то отдаете.

Четвертое – это завершение. В завершении вы посвящаете свои заслуги благу всех живых существ. Вы делаете практику, а в конце делаете посвящение заслуг достижению состояния будды ради блага всех живых существ, или вы посвящаете их счастью всех живых существ. Такая посвященная карма будет у вас оставаться очень длительный период времени.

Во времена Будды женщина сделала подношение одного масляного светильника. Она поднесла этот масляный светильник с мотивацией бодхичитты. Она молилась таким образом: «Пусть в силу подношения этого масляного светильника я смогу достичь состояния будды ради блага всех живых существ, тогда жизнь за жизнью я смогу освобождать всех живых существ от страданий, смогу вести их к безупречному счастью». Она поднесла масляный светильник с очень сильными чувствами любви и сострадания, в тот момент задул сильный ветер и погасил все масляные светильники. Но что касается масляного светильника, который поднесла эта женщина, какой бы силы ни дул ветер, он не мог задуть его. Шарипутра спросил у Будды: «Почему происходит так, что подул очень сильный ветер и задул все масляные светильники, но этот масляный светильник он не может задуть?» Будда ответил, что даже ветер конца кальпы не сможет погасить этот масляный светильник. Шарипутра спросил: «Почему он такой особенный?» Будда сказал, что женщина, которая поднесла этот масляный светильник, сделала подношение с очень сильными чувствами любви и сострадания, она пожелала достичь состояния будды ради блага всех живых существ. Поэтому сегодня среди всех тех людей, которые сделали подношение, она накопила самые высокие заслуги. Некоторые очень богатые люди, цари сделали тысячи различных подношений, а женщина поднесла единственный масляный светильник. Будда сказал, что поскольку ее мотивация – это высочайшая мотивация, она накопила самые высокие заслуги.

Какой бы практикой мы ни занимались, самое главное – это не количество, а качество. Чтобы породить такую мотивацию, очень важно изучать учение Ламрим о том, каким образом порождается правильная мотивация. Если эти четыре фактора присутствуют в негативной карме, то негативная карма становится очень тяжелой. Когда вы совершаете негативную карму, эти четыре фактора создаются спонтанно. Когда вы накапливаете позитивную карму, то очень трудно создать эти четыре фактора, а когда вы создаете негативную карму, эти четыре фактора порождаются спонтанно.

Например, такая основа, как ваши родители, или очень добрый к вам человек – это очень весомый объект. Негативная мотивация – гнев, действие – это когда вы говорите что-то плохое или бьете их. Завершение – вы радуетесь тому, что сделали, говорите: «Слава богу, я сделал то, что хотел». Тогда возникают эти четыре фактора, и эта карма становится определенной. В повседневной жизни, когда вы создаете какую-то негативную карму по привычке, что касается четвертого фактора, никогда не радуйтесь этому, наоборот, жалеете об этом. Подумайте: почему вы так сделали? Если вы пожалеете, то карма станет неопределенной и незавершенной кармой. Поэтому она не сможет мгновенно привести к результату, и также она не будет очень тяжелой, потому что в ней не присутствуют все четыре фактора. Это очень важно. Поскольку я об этом знаю, даже если по привычке создаю какую-то негативную карму, я сразу же жалею об этом, я думаю: «Это неправильно, мне не стоило этого делать, я сделал это из-за привычки, я прошу прощения». Это очень важная привычка, которая вам необходима.

Что касается создания позитивной кармы, то здесь вам с большой силой нужно создать все четыре фактора. Тогда день ото дня вы будете накапливать очень высокие заслуги. Это то, что я хотел бы вам порекомендовать, теперь используйте те знания, которые я вам передал, и ваша жизнь станет значимой.

Третий момент – укрощение ума. Чтобы укротить ум, вам необходимо противостояние от омрачений. Если у вас нет противостояния от омрачений, то, по меньшей мере, если вы породите позитивное состояние ума, это также укротит ваш ум. Что касается высшего противостояния – мудрости познающей пустоту, в настоящий момент у вас его нет. Для того чтобы укротить свой ум породите какие-то благие качества в уме, – это лучший способ временного укрощения своего ума. Среди благих качеств ума любовь и сострадание – высочайшие благие качества ума. Я объясню вам, каким образом в повседневной жизни породить любовь и сострадание.

В первую очередь, я объясню вам, что такое любовь. Любовь – это не когда вы думаете: «Ты мне нравишься» или: «Я тебе нравлюсь», – в буддизме это не называется любовью. Такая любовь очень сильно связана с привязанностью. Мирская любовь – это не настоящая любовь, это больше как привязанность, она связана с эго, это обусловленная любовь. Если ты меня любишь, то я тебя тоже буду любить – это обусловленная любовь, это любовь – привязанность. Если эта любовь у вас возрастает слишком сильно, то она начинает причинять вам боль. Это разбивает ваше сердце, вы думаете: «Зачем же я любил, я никогда никого не буду любить». Но это не любовь, вы не любили, это была привязанность. Эта привязанность обусловлена, она возникает в силу условий, и когда эти условия меняются, то и привязанность тоже меняется. Если любовь зависит от условий, когда условия меняются, любовь исчезает. В буддизме говорится, что очень важно любить безусловно. Не так, что если ты мне улыбаешься, я тебя буду любить за это. Или если ты меня хвалишь, я буду тебя за это любить. Или я тебя буду любить за то, что ты мне даришь подарки. Это не настоящая любовь.

В буддизме говорится о том, что такое любовь. Любовь – это забота о других. Различают три вида заботы о других. В буддизме говорится, что первый вид заботы о других – это желание другим обретения счастья и причин счастья. Это забота о других. Это забота о том, чтобы другие обрели счастье и причины счастья. Это называется любовью. Это также ум, заботящийся о других. В эгоистичном уме такая любовь породиться не может. Эгоистичный ум скажет: «Если ты меня будешь любить, то и я тебя буду любить», – это привязанность, эгоистичный ум, это игра эго. Настоящая любовь, настоящее сострадание возникают не из эгоистичного ума, а из ума, заботящегося о других.

Что такое сострадание? Сострадание – это также ум, заботящийся о других. Такая забота о других, в которой вы желаете другим освободиться от страданий и причин страданий, – это называется состраданием.

Третий вид ума, заботящегося о других – здесь вы не просто желаете, вы принимаете на себя ответственность за то, чтобы привести других к безупречному счастью и устранить все их страдания. Как мать, которая принимает ответственность за своего ребенка. Она думает, что принимает на себя полную ответственность за своего ребенка. Это сверхнамерение, это третий вид ума, заботящегося о других. Чтобы стать бодхисаттвой, вам требуется такое сверхнамерение, принятие на себя ответственности за всех живых существ, тогда вы порождаете бодхичитту. Эти три ума, заботящиеся о других, очень важны.

Первый вид ума, заботящийся о других – это любовь. Вы желаете всем живым существам безупречного счастья и причин счастья. В первую очередь, вам нужно знать, что такое счастье. Если вы не знаете, что такое настоящее счастье, то вы будете желать им такого счастья, о котором думаете сами. Например, если родители думают, что счастье – это жениться или выйти замуж, родить детей, то они пожелают такого счастья своей дочери. Они все время будут спрашивать у дочери: «Когда же ты выйдешь замуж?» Потому что они думают, что это настоящее счастье, и когда их дочь выйдет замуж, они подумают, что теперь она будет счастлива. Потому что понимание счастья родителей очень ограничено.

Того, что вы считаете счастьем, вы желаете и другим в качестве счастья. Если вы алкоголик, то вы всем пожелаете заполучить бутылку водки. Когда в настоящий момент мы желаем другим счастья, это тоже не подлинная любовь. Потому что, какого счастья вы желаете самым близким вам людям, вашим детям? Это какого-то временного счастья. В первую очередь нам нужно знать, что такое настоящее счастье. Шантидева говорил, что вам нужно породить желание настоящего счастья, высочайшего уровня счастья. Если вы можете породить желание достичь такого высочайшего уровня счастья, то вы сможете пожелать этого так же и другим, как говорил Шантидева. Если вам даже во сне не приходит мысль о достижении такого высочайшего уровня счастья для себя, то, как же вы можете пожелать такого счастья другим?

Что касается счастья, в буддизме проводится следующий анализ. То, что мы делаем в нашей жизни, мы делаем что-то ради решения проблем и обретения счастья, при этом, если мы не изучаем, как полагается, что такое счастье, то это большая ошибка. Мы хотим счастья, но при этом мы не знаем по-настоящему, что такое счастье. Мы не хотим проблем, но при этом мы не знаем, что представляет собой полное страдание. Мы считаем страданием лишь какой-то грубый уровень страданий, а тонких видов страданий мы не знаем. Что касается тонких уровней страданий, на которых оно является хроническим, мы не знаем этого. Очень важно знать, что такое счастье.

Например, здесь у группы людей я спрошу: «Что такое счастье?» Молодые люди скажут, что счастье – это сдать экзамены, потом попить с друзьями пиво, потанцевать. Если я

спрошу у другой группы людей, что такое счастье, то они скажут, что счастье – это жениться или выйти замуж, купить трехкомнатную квартиру, дачу, машину, иметь хорошую работу со стабильной зарплатой. В третьей группе ответят, что счастье – это стать мэром города, и если я стану мэром города, то буду счастлив, в противном случае я не буду счастливым. Такая фиксированная идея – всю свою жизнь они хотят стать мэром города. Разные группы людей думают о чем-то конкретном и считают это безупречным счастьем. В буддизме говорится, что все такое счастье, о котором вы думаете, это ненастоящее счастье.

В буддизме проводится анализ и говорится о трех категориях счастья. Первый уровень счастья – это счастье, возникающее на основе пяти объектов чувственного восприятия. Если ваше счастье порождается в зависимости от какого-то красивого объекта, который вы видите, то это первый уровень счастья. Также вкусная пища, теплая одежда и так далее – все это счастье, которое возникает на основе чувственных объектов, то есть это первый уровень счастья. В буддизме такое счастье называется бедным, потому что оно очень быстро исчезает. Потому что факторы, которые приводят вас к счастью, являются временными, они не продлятся долго. Если ваше счастье оказывается в зависимости от временных факторов, то оно будет временным.

Второй уровень счастья. Это счастье, возникающее благодаря уменьшению какого-то негативного состояния ума и увеличению позитивного состояния ума. Это более продолжительное счастье, но оно не является безупречным счастьем, потому что ваши позитивные состояния ума могут деградировать, а негативные состояния ума могут возрасти. Также здесь говорится о высоком уровне концентрации. Как только вы обретете концентрацию высокого уровня, ваш ум станет очень умиротворенным, спокойным. Это второй уровень счастья, оно является более продолжительным, надежным. Это качества ума, а качества ума все время остаются с вами, поэтому вы все время счастливы.

Что касается внешних чувственных объектов, то они не могут оставаться с вами все время. Пока они с вами, вы счастливы, но когда они расстанутся с вами, для вас это кошмар. Вы начинаете зависеть от таких внешних объектов, и в этом ваша слабость. Что касается современных людей, то мы достигли высокого уровня материального развития. С одной стороны это хорошо, но в то же время мы очень сильно зависим, например, от таких факторов, как электричество, и если электричество исчезнет, то это будет кошмар. Если на тридцать минут отключат все электричество, люди закричат: «Как же мы сможем жить дальше?!» В былые времена без электричества люди жили очень спокойно. Если мы слишком сильно делаем упор на материальное развитие, то начинаем слишком сильно зависеть от материальных объектов. Они ненадежны, поэтому существует большая вероятность того, что в будущем будут возникать кризисы, какие-то катастрофы.

Я бы хотел, чтобы в Вильнюсе появился медитационный центр. Чтобы люди могли жить, не слишком сильно завися от материальных объектов. Так, что бы ни произошло, у вас будут знания о том, как жить, не слишком сильно опираясь на материальные объекты. Эти два момента вам необходимы вместе, в будущем может произойти все, что угодно.

Если у вас в уме на одно негативное состояние становится меньше и на одно позитивное состояние больше, то в следующий же миг вы испытываете счастье. Такое счастье очень надежно, потому что эти качества останутся с вами, поскольку это качества вашего ума. Поэтому ставить свое счастье в зависимость от ваших собственных благих качеств – это очень надежно, для таких людей будет гораздо меньше кризисов. В буддизме говорится, что оно надежно, но при этом не является безупречно надежным.

Третий уровень счастья. Безупречно надежное счастье – это ум, полностью свободный от омрачений. Такое состояние ума, полностью свободное от омрачений, безупречно здоровое состояние ума – это безупречное счастье. Это счастье, и если вы его достигнете, то из жизни в жизнь будете счастливы. Это очень высокая цель. Мы, люди, можем ставить перед собой такие цели. Кроме того, таких целей можно достичь. Если здесь вы достигаете чего-то одного, то благодаря этому вы достигаете всего. Что касается мирских желаний, то у нас есть сотни, тысячи различных желаний, но при этом не осуществляется, как полагается, даже какое-то одно из них. Здесь у вас есть только одно желание – это обрести безупречно здоровое состояние ума, и как только вы достигаете желаемого, то все остальные тысячи ваших желаний сбываются сами собой.

Этой цели можно достичь. Почему? Дигнага говорил, что накопление материальных объектов зависит от большого количества внешних факторов. Не все находится в ваших руках, это зависит от большого количества внешних факторов, поэтому теоретически невозможно, чтобы нечто пребывало с вами все время. Если у нас есть желание обрести все, то даже теоретически невозможно получить все. Дигнага говорил, что вы не можете обладать даже своим телом, как же вы можете обладать всем остальным, чем-то внешним, какой-то собственностью, какой-то территорией, – это нереально. В прошлые времена царь Литвы говорил, что это его территория, он владелец, но позже он умер, а территория осталась. Он не мог владеть даже своим телом.

Для вас это тоже правда, вы не владеете своим телом. Вы думаете, что являетесь владельцами своего тела, но вы не владеете своими телами. Это факт, о котором вы не знаете. Вы арендуете дом своего тела на кармические деньги. Когда кармические деньги заканчиваются, это тело скажет вам «до свидания». Вы не захотите этого, но вам придется покинуть это тело, это означает, что вы не владелец. Если бы вы были настоящим владельцем, то вы бы подумали так: «Если захочу, то я останусь», – но этого не произойдет. Однажды это тело скажет вам «до свидания». Это означает, что вы не являетесь владельцем этого тела, вы лишь временно заботитесь о нем. Как только вы это поймете, вы перестанете слишком привязываться к своему телу.

Если вы не можете владеть даже этим своим телом, и при этом хотите владеть всем вокруг, то можно сказать, что даже теоретически это невозможно. Если говорить о качествах вашего ума, в отношении них вы – настоящий владелец. Поэтому когда ваш ум покинет это ваше тело, качества вашего ума отправятся вместе с вами. Что касается материальных объектов, то вы должны понять, что ни один из этих объектов вы не сможете забрать с собой, даже ни единого пенни, поэтому вы являетесь сторожем этих объектов.

Благие качества ума, такие как любовь, сострадание, а также уменьшение негативных состояний ума – это относится к качествам вашего ума, поэтому они все время будут с вами. Кроме того они могут развиваться до безграничности. Дигнага доказал, что это возможно, потому что ум – такая прочная основа, и если в ней развиваются благие качества, позже, когда эти благие качества освоены, без дополнительных усилий они могут развиваться до безграничности. Тогда эти благие качества становятся природой вашего ума. Что касается природы вашего ума, то где бы ни находился ваш ум, эти качества все время будут с вами. Как жар и огонь. Жар – это природа огня, поэтому везде, где есть огонь, есть и жар. Поэтому, если говорить о буддах и бодхисаттвах высокого уровня, где бы ни находился их ум, там всегда есть любовь и сострадание, так же, как жар и огонь. Потому что они длительное время осваивали благие качества ума, и они стали природой их ума.

Также Дигнага говорил, что наши негативные эмоции – гнев, привязанность и так далее не могут являться природой нашего ума и не могут развиваться до безграничности. Потому что с

безначальных времен и по сей день, мы осваиваем гнев, осваиваем зависть, но при этом, где бы ни находился наш ум, там не всегда есть зависть или гнев. Иногда, наоборот, мы испытываем сострадание. С безначальных времен мы осваиваем гнев, но при этом гнев не становится природой нашего ума. Дигнага говорил, что это происходит потому, что у гнева нет достоверной основы. Не имея достоверной основы, он не может развиваться до безграничности.

Гнев, зависть, все негативные эмоции, как говорил Дигнага, возникают из недостоверных состояний ума. В наше время психологи говорят то же самое, что такие состояния как гнев и привязанность возникают из-за отсутствия правильного, объективного понимания объекта. Они говорят, что это все возникает из-за сильного преувеличения. Психологи говорят, что если кто-то злится, то он преувеличивает на восемьдесят процентов. Если кто-то испытывает привязанность, то он также преувеличивает на восемьдесят процентов. В буддизме говорится, что когда вы злитесь, вы преувеличиваете на сто процентов, и если привязываетесь, то также преувеличиваете на сто процентов. Не существует ни одного процента объекта гнева и ни одного процента объекта привязанности – все это наши преувеличения. Шантидева в шестой главе «Бодхичарьяаватары» очень ясно объяснил, что для гнева не существует основы. Это просто недопонимание. Когда у вас появляется ясное понимание, то для гнева не остается никакой основы.

Шантидева говорил, что терпение – это не то же самое, как вы, например, терпите жару. Терпение – это не когда вы сидите в сауне и терпите жар. Терпение – это, когда какое бы плохое условие ни возникло, оно не причиняет беспокойства вашему уму. Если у человека есть мудрость, то он обладает большим сердцем. Для человека с большим сердцем, что бы ни говорили про него другие люди, его эти слова не побеспокоят. Потому что его сердце большое, он все видит ясно и понимает, что нет оснований злиться. Терпение означает, что какое бы условие вы ни встретили, ваш ум не беспокоится, остается в покое. Очень важно в будущем получить подробное учение о том, как развить терпение, это очень полезно в повседневной жизни. Я получил такое учение, практиковал его, поэтому расстроить меня очень трудно. Моим врагам очень трудно меня расстроить. Это благодаря доброте моего Духовного Наставника. Я никогда не думаю об этих людях, как о врагах, они считают меня врагом, но я не считаю их врагами. В этом есть разница. Я никогда не считаю их врагами, я все-время думаю, что это хорошие тренеры для меня, очень хорошие бесплатные тренеры. Это так же, как бесплатная сауна.

У вас в Вильнюсе очень много таких бесплатных саун, вам нужно очень радоваться этому. Они делают ваш ум сильным, почему же вы расстраиваетесь? Когда доктор делает вам укол, это больно, но вы знаете, что это полезно для вашего здоровья. Даже если это больно, вы все равно говорите «спасибо», потому что для вас это полезно, вы даже платите деньги за это. Точно также те люди, которые говорят о вас что-то плохое, как-то идут вам наперекор, для вас они очень хорошие тренеры. Благодаря ним ваш ум становится сильным, вам нужно говорить им «большое спасибо», они бесплатные тренеры.

Обрести безупречно здоровое состояние ума возможно, потому что все это находится в ваших руках. Что касается других мирских проектов, то вы не можете создать безупречную систему. Даже если вы создадите очень хорошую систему, однажды она придет в упадок, она рухнет, это естественный процесс, поскольку она зависит от большого количества факторов. Поэтому Будда говорил, что только нирвана – это настоящее счастье, а все остальное, что бы вы ни создали, в конце концов, придет в упадок, разрушится, – такова природа.

Будда говорил о четырех заключениях. Любое рождение заканчивается смертью. Такова реальность, вам нужно принять ее. Каждый момент мы приближаемся к смерти. С момента нашего рождения мы все равно, что выпали из летящего самолета. Каждый миг мы приближаемся к смерти. Но мы так не думаем. Мы думаем: «Это мой пятидесятый день рождения», празднуем день рождения. Но это не ваш день рождения, ваш день рождения был давным-давно, пятьдесят лет назад. Вы приближаетесь к смерти, это не ваш день рождения, это день приближения к смерти. Сама концепция дня рождения – это иллюзия. Мой день рождения не просто пятого июня, а пятого июня 1962 года – это мой день рождения. Но туда я уже никогда не вернусь, это невозможно. День рождения прошел. Каждый год мои друзья говорят мне о дне рождения, но я говорю им, что это день приближения к смерти. Даже такое понимание очень полезно. Если вы устранили иллюзию, то ровно настолько ваш ум станет спокойным и счастливым.

Второе заключение, о котором говорил Будда. Любая встреча заканчивается расставанием. Поэтому вы можете встречаться со своими друзьями и родственниками, но, в конце концов, вы расстанетесь. Однажды вы расстанетесь даже со своим телом. Такова природа, в этом реальность. Если вы об этом знаете, то пока вы с ними, изо всех сил старайтесь радовать их. Позже, однажды, когда они от вас уйдут, как бы громко вы ни говорили «я люблю тебя», они вас уже больше никогда не услышат. В этом наша ошибка, что пока мы вместе, мы не делим с другими нашу любовь, а когда они умирают, то мы начинаем плакать. Помните, что любая встреча заканчивается расставанием, это поможет вам, пока вы все еще вместе с людьми.

Третье заключение – любое накопление заканчивается истощением. Сколько бы вы ни накопили богатства, какого-то имущества, в конце концов, все это истощится. Это теория Будды. В нашем мире самые богатые люди меняются каждый год. Lehman brothers раньше были очень богаты, но потом, в конце концов разорились, позже стали богатыми другие люди, и эти самые богатые люди все время меняются. В действительности они не являются настоящими владельцами богатства, они просто как его сторожи. Они этого не понимают, поэтому всю свою жизнь являются рабами денег. Однажды они со всем этим расстаются, оставляют деньги, оставляют свое тело, их ум уходит в одиночестве. При этом если человек не развивал достоинства ума, то это самая большая ошибка. Однажды на сто процентов такое произойдет. Я стараюсь донести до вас послание Будды, чтобы оно открыло ваш ум.

Четвертое заключение. Любой взлет заканчивается падением. Будда говорил все это из любви и сострадания. Высокий мирской статус в результате завершится падением, он ненадежен. Настоящий высокий статус – это высокие благие качества ума, он никогда не деградирует. Безупречно здоровое состояние ума никогда не деградирует, это самый высший статус. Все остальное в конце придет в упадок. Для меня это очень полезно, это по-настоящему открыло мои глаза. С таким пониманием, куда бы я ни отправился, в какой бы части мира я ни был, я понимаю иллюзию как иллюзию, я не устремляюсь к иллюзиям. Я понимаю, что мое счастье находится не где-то там, мое счастье здесь, внутри меня. Каждый день, если я делаю свой ум все более и более здоровым, то становлюсь все счастливее и счастливее.

Мое желание такое: вот если бы мой ум стал безупречно здоровым, это моя мечта! Когда вы распознаете это как безупречное счастье, обретаете убежденность в этом, то вы также можете пожелать такого счастья другим, это называется любовью. То безупречное счастье, которого вы желаете себе, в первую очередь вы можете пожелать также и близким людям – своим детям, родственникам, а после этого – всем другим живым существам, это называется любовью.

Безмерная любовь безмерна потому, что в первую очередь вы желаете этого счастья всем живым существам. Далее второе – поскольку вы желаете другим не временного счастья, а безупречного счастья, поэтому такая любовь безмерна. Если все живые существа обретут безупречно здоровое состояние ума, то они станут безупречно счастливы. Если вы всем пожелаете водки, то для кого-то это будет страданием. Если вы думаете, что счастье – это жена и кому-то пожелаете такого счастья, то для другого человека это может быть проблемой. Чего бы материального вы ни пожелали другим, для кого-то это окажется проблемой. Это означает, что все эти объекты не являются подлинными объектами счастья.

Что касается безупречно здорового состояния ума, если вы пожелаете его всем, то оно подойдет совершенно всем, поскольку это подлинное счастье. Безупречно здоровое состояние ума подойдет любому человеку, даже алкоголику. Если он обретет такое состояние ума, он станет совершенно здоровым, перестанет употреблять алкоголь. Такой любви вам нужно пожелать всем живым существам. Каждый день порождайте такую любовь. Для этого в первую очередь вам нужно понять, что такое настоящее счастье, и в первую очередь пожелайте такого счастья самим себе. Время закончилось. Завтра мы поговорим с вами о великом сострадании.