

Я очень рад всех вас видеть сегодня. Хотя сегодня праздник, тем не менее, вы пришли сюда, чтобы получить учение. Вы готовы пожертвовать временным мирским праздником во имя получения учения по Дхарме – это очень хорошо. Вам нужно понимать, что без принесения в жертву чего-либо вы не сможете достичь большого результата. Так великие мастера прошлых времен говорили, что если вы хотите обрести бесконечное счастье, то вам нужно научиться жертвовать своим маленьким временным счастьем, мирским счастьем. Вам не нужно полностью отбрасывать свое временное счастье, оно вам необходимо, но иногда, ради большой цели хорошо немного пожертвовать своим счастьем, временным счастьем.

Что касается учения. Вчера мы с вами говорили об определении благородной истины страдания. Что касается определения, то мы рассматривали, на что указывает слово «то» в этом определении, и установили, что оно относится к вашим пяти совокупностям. И я вам объяснил, что представляют собой эти ваши пять совокупностей. Эти пять совокупностей – основа, которую вы именуете как «я». Эти пять совокупностей существуют все время, поэтому и ваше «я» все время продолжает существовать. Поскольку продолжает существовать эта объектная основа. Итак, слово «то» указывает на ваши пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений. Но как вам узнать, что ваши пять совокупностей рождены под контролем омрачений? Если в настоящий момент в вашем уме омрачения проявляются спонтанно, это значит, что вы родились под контролем омрачений. Когда гнев, зависть и все остальные омрачения проявляются спонтанно – это значит, что ваши пять совокупностей рождены под контролем омрачений. Поскольку ваши омрачения сильнее, чем ваши позитивные состояния ума, это значит, что вы родились под контролем омрачений. На основе этого на сто процентов ясно, что вы родились под контролем омрачений.

В буддийской философии говорится, что ваши пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, это всепроникающее страдание. Родившись под контролем омрачений, что бы вы ни переживали в настоящий момент, даже если вы переживаете счастье, это ненастоящее счастье. Счастье, которое дарят вам пять объектов чувственного восприятия, которые называются «временными факторами», это то, что обыватели считают счастьем, но в буддийской философии говорится, что это страдание перемен. Потому что ваши пять совокупностей – это загрязненные пять совокупностей. Поэтому такие объекты приводят вас лишь к появлению страдания перемен и не приводят к настоящему счастью. До тех пор пока вы рождаетесь под контролем омрачений, эти ваши пять совокупностей являются основой для страдания.

Это как, например, когда вы страдаете от такой болезни как туберкулез. С того момента как бактерии туберкулеза попадают в ваши легкие, вы начинаете болеть этой болезнью – туберкулезом, хотя даже можете не испытывать боли. Из-за такой основы как наличие бактерий в ваших легких у вас начинают проявляться симптомы: высокая температура, кашель и так далее и это подобно страданию страданий. А бактерии в ваших легких – это как всепроникающее страдание. Люди, которые не знают, как излечиться от такой болезни, стараются устранить симптомы и не лечат настоящую болезнь. Если вы стараетесь устранить лишь симптомы: высокую температуру и кашель, то, хотя вы можете их немного уменьшить, потом они возникают снова, так как у вас остается основа болезни. До тех пор пока бактерии туберкулеза остаются в ваших легких, вы являетесь больным человеком. Если же вы устраните бактерии, добьетесь пресечения бактерий туберкулеза в ваших легких, тогда вы будете свободны от болезни туберкулеза. Точно также наши страдания – такие очевидные виды страдания как головная боль, депрессия и так далее, все это симптомы нашего всепроникающего страдания. Страдания от неполучения желаемого, страдания от расставания с желанными объектами – все это симптомы. До тех пор пока вы не освободитесь от этого всепроникающего страдания, у вас всегда будет страдания.

Итак, вам необходимо понять, что до тех пор, пока вы рождаетесь под контролем омрачений, это природа страданий. Это то, что начинается со страдания и заканчивается страданием. Когда в сансаре вы испытываете какие-то проблемы, у вас не должно возникать шока, так как тот, кто должен страдать, будет страдать, это говорили мастера Кадампы. Живые существа в сансаре неизбежно будут страдать, и поэтому в том, что они страдают, нет ничего удивительного.

Когда вы развиваете сострадание, вы порождаете сострадание не из-за того, что они испытывают головную боль или депрессию, вам нужно сострадать их всепроникающему страданию. Такое сострадание нужно развить до безграничности, и оно не причинит вам боли. Если вы слишком эмоциональны, если у вас слишком сильные чувства в отношении их временных страданий, то это может сделать вас несчастными. Так Ананда испытывал сострадание к живым существам из-за их временных страданий и чувствовал себя несчастным, и тогда Будда сказал ему: «Ананда, ты не должен быть несчастным, ты не должен расстраиваться». Так же и у вас, если возникают какие-то проблемы, то это не должно вас шокировать. Например, если хозяин просит слугу помыть чашку и принести ему чашку чая, то это не ввергает слугу в шок. Слуга говорит: «Да, поскольку я слуга, я должен выполнять все это», – поэтому это его не удивляет. Этот слуга говорит: «Если я не хочу заниматься всем этим, мне не нужно быть слугой». И точно также, если вы родились под контролем омрачений, то, когда вы переживаете временные страдания, не впадайте в шок. Думайте так: «Я родился под контролем омрачений – такова природа, у меня могут быть еще худшие страдания». Когда вы думаете о еще более тяжелых страданиях, то эти страдания не кажутся вам слишком большими. Это сделает вас сильными. Таким образом, учение по четырем благородным истинам является основой такого учения как учение по тренировке ума. Чем глубже вы понимаете учение по четырем благородным истинам, тем более эффективным будет для вас учение по тренировке ума. Вам нужно сказать себе: «Если я не хочу страдать, то мне не нужно рождаться под контролем омрачений». И так каждый раз, когда вы встречаетесь с какой-то проблемой.

Как говорили мастера Кадампы: «У проблемы есть пять хороших качеств, достоинств». У вашего страдания есть пять достоинств: первое – они уменьшают ваше высокомерие, второе – они помогают вам развить отречение. Что касается отречения, то вы должны думать следующим образом: «Если я не хочу испытывать все эти страдания, то мне не следует рождаться под контролем омрачений. В прошлом я совершил такую дебютную ошибку – родился под контролем омрачений, но в будущем мне нужно удостовериться, что я больше не буду рождаться под контролем омрачений. Я хочу обрести такую независимость, чтобы я мог сам выбирать: где мне умирать, где мне рождаться. Я хочу быть независимым». Это независимость, и у вас нет такой независимости, поэтому вы сансарические существа – такие рабы сансары. С безначальных времен и по сей день вы рабы своих омрачений. У вас до сих пор нет независимости. Настоящая свобода – это свобода выбирать, где и когда вам умирать, где и когда рождаться, а что касается свободы слова, то это не настоящая свобода.

Если у вас есть свобода в отношении рождения и смерти, то это настоящая свобода. Тогда вы будете рождаться по собственному выбору, вы не будете являться основой для страдания, у вас не будет «бактерий сансары». С того момента, когда вы рождаетесь под контролем омрачений, у вас есть «бактерии сансары». Они в вашем уме, поэтому вы больные люди. Поэтому вы обладаете всепроникающим страданием, и это самая худшая болезнь. Думая таким образом, породите решимость: «Я хотел бы обрести такую свободу, когда я мог бы умирать по собственному выбору и рождаться по собственному выбору». В прошлом в Тибете многие мастера обретали такую свободу: определять, где им рождаться и где умирать, и также – когда умирать. Это мудрые люди. Если вы достигаете такой

реализации, то это по-настоящему надежная реализация. В противном случае ясновидение или умение летать – в этом нет ничего особенного, даже птицы умеют летать. В отношении ясновидения – даже у злых духов есть ясновидение. И каждый раз, когда вы умираете, в бардо у вас есть ясновидение. В бардо у вас есть ясновидение, потому что ваше ментальное сознание напрямую видит объекты, не опираясь на органы чувств, поэтому у вас есть ясновидение.

Что такое ясновидение? Если ментальное сознание может видеть напрямую, не опираясь на пять органов чувств, то это ясновидение. Когда вы развиваете концентрацию высокого уровня, тогда вы способны сосредоточиться и увидеть, что происходит за этой стеной – это ваше ментальное сознание напрямую видит, что там происходит. Что касается ментального сознания, то стена не является для него препятствием. А зрительное сознание способно видеть только то, что отражается в органах зрения. Оно видит то, что отражается в органе зрения, и не видит дальше этого объекта. Поэтому я говорю, что ясновидение и все остальное – это не очень важно, а самое важное – это освободиться от рождения под контролем омрачений. Вам нужно знать эволюцию, то, каким образом вы вращаетесь под контролем омрачений. Для этого Будда объяснял двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения. Может быть, эту тему я объясню вам позже, не в этот раз, поскольку у нас нет времени.

В первую очередь нам нужно полностью рассмотреть первую благородную истину – благородную истину о страдании. Итак, эти пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, обладают природой страдания. Если пять совокупностей рождены под контролем омрачений, то на сто процентов они имеют четыре аспекта. Нет таких пяти совокупностей, которые бы рождались под контролем омрачений и не имели бы этих четырех аспектов. И это очень важно – понимать эти четыре аспекта. Каждая из четырех благородных истин имеет четыре аспекта – вместе получается шестнадцать аспектов, которые являются главной темой для медитации. В прошлые времена великие практики достигали высоких реализаций, медитируя на четыре благородные истины, на их шестнадцать аспектов и двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения. Шестнадцать аспектов четырех благородных истин очень подробно объясняются в тексте «Абхисамаяланкара», в «Ламриме» подобных объяснений нет.

Зачем нам нужно медитировать на шестнадцать аспектов четырех благородных истин? В отношении каждой из четырех благородных истин мы цепляемся за нечто полностью противоположное их четырем аспектам. В отношении наших пяти совокупностей, рожденных под контролем омрачений, это благородная истина страдания. Первый аспект – что мы думаем об этих пяти совокупностях? Мы считаем их постоянными. Как, например, прошлогоднее тело – это вот это тело. Вчерашнее тело – это вот это же тело. Мы представляем это тело как нечто постоянное. В действительности, если сравнивать вчерашнее тело и сегодняшнее тело, то в нем произошло уже очень много изменений. Но нашему уму кажется, что вчерашнее тело и сегодняшнее тело одинаковы, мы верим в то, что нам кажется, и у нас возникает концепция постоянства.

В первую очередь я объясню вам четыре ложных аспекта, за которые мы цепляемся в отношении наших пяти совокупностей. Так, мы цепляемся за пять совокупностей как за постоянные. И далее, что касается «я», которое является названием, присвоенным этим пяти совокупностям, то нам оно является как какое-то прочное «я», и его мы также считаем постоянным: «я» существую все время такой постоянной. Если вы видите, что другие люди умирают, вы думаете: «Они умирают, но я буду жить долго». Это концепция постоянства. Итак, вы не думаете о том, что объектная основа для обозначения «я» каждый миг меняется, и соответственно вот это «я» каждый раз присваивается новой объектной основе. Это никогда не приходит вам на ум. Так, вы думаете, что десять лет назад было ваше «я», и это

то же самое «я», что и прошлогоднее, и то же самое «я», которым вы обладаете сейчас. Вы думаете о ком-то, что это плохой человек, потому что десять лет назад он сказал про меня, про мое «я», то-то и то-то. Будто есть такое прочное «я» и такой прочный человек, который говорил про меня что-то плохое. Из-за этого возникает гнев.

Второй ложный аспект, за который вы цепляетесь – вы не считаете ваши пять совокупностей по природе страданием, вы считаете ваши пять совокупностей объектом счастья. Мы считаем наши пять совокупностей объектом счастья и не думаем, что они обладают природой страдания. И все остальные объекты, которые возникают в силу проявления коллективной загрязненной кармы, мы также считаем объектами счастья. Они тоже обладают природой страдания, а мы их считаем объектами счастья. Здесь мы страдательную природу считаем счастьем. Мы думаем: «Если я получу это, то буду счастлив, если я получу другое, то буду счастлив», но все эти объекты по природе – страдание и ни один из них не сделает нас счастливыми. Вы думаете: «Вот если бы моя фигура стала более стройной, тогда я стал бы счастлив», – но это не объект счастья, это не сделает вас счастливыми. «Если я уменьшу количество своих морщин, сделаю операцию, тогда я стану счастлив» – но это тоже неправильно. Какие бы поверхностные изменения вы ни проводили со своими пятью совокупностями, это не принесет вам настоящего счастья. Что вам нужно сделать – это устранить коренной фактор, то есть устранить болезнь омрачений, и в этом случае ваши пять совокупностей станут чистыми. Тогда вы уже не будете основой для страдания. Но мы этого не знаем.

Далее, еще один ложный аспект в отношении наших пяти совокупностей – мы считаем их существующими истинно. Далее четвертое – нечто бессамостное мы считаем самосущим. Это четыре аспекта в отношении наших пяти совокупностей. Что нам нужно сделать – это устранить эти четыре неверных аспекта из нашего ума, медитируя на четыре аспекта пяти совокупностей. В первую очередь вам нужно сказать, что мои пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, поскольку они зависят от причины, непостоянны, и каждый миг они разрушаются. Поэтому цепляться за них, как за постоянные, неправильно.

Можно говорить о грубом непостоянстве и тонком непостоянстве. Если говорить о грубом непостоянстве, то Будда упоминал о четырех заключениях: о том, что любое рождение заканчивается смертью, любая встреча заканчивается расставанием, любое накопление заканчивается истощением и любой взлет заканчивается падением. Это грубое непостоянство. А тонкое непостоянство – это, поскольку ваши пять совокупностей возникли в зависимости от причин и условий, поэтому в самый же первый миг их возникновения они уже разрушались. Потому что причина, которая произвела эти объекты, сама является причиной их разрушения. Так вы медитируете о своих пяти совокупностях, думая, что они не пребывают ни одного мгновения в каком-то стабильном состоянии и разрушаются каждый миг. Поскольку ваши пять совокупностей разрушаются каждый миг, то и ваше «я» тоже разрушается каждый миг, поскольку это название, присвоенное вашим пяти совокупностям. Таким образом, вы пребываете с этой концепцией того, что ваши пять совокупностей разрушаются каждый миг и ни одного мгновения не пребывают в стабильном состоянии. Эта медитация уменьшит концепцию постоянства в вашем уме. Одно из больших препятствий для начинающего практика – это концепция постоянства.

Из-за концепции постоянства вы обретае пять недостатков – это объясняется в «Ламриме». Первый недостаток: из-за концепции постоянства вы никогда не задумаетесь о практике Дхармы. Второй: даже если вы подумаете о практике Дхармы, вы не захотите практиковать. Третий: даже если вы захотите практиковать, вы будете откладывать практику на потом. Четвертый: даже если вы будете практиковать, вы не будете практиковать чисто, правильно. Вы не будете практиковать искренне из-за концепции постоянства. Вы будете

просто выполнять практику как какую-то формальность и потом заканчивать: «Пусть все живые существа будут счастливы». Вы будете, как попугай, произносить какие-то слова, далее читать какие-то мантры, потом посвящать заслуги, и все, практика закончилась. Это происходит из-за концепции постоянства. И далее, пятый недостаток: вы умрете с сожалением. Итак, эта концепция постоянства по-настоящему обманывает нас, не дает извлечь смысла из драгоценной человеческой жизни. Поэтому очень важно каждый день вспоминать о непостоянстве и смерти. Великие мастера прошлых времен говорили, что если утром вы не вспоминаете о непостоянстве и смерти, то вся ваша утренняя сессия проходит впустую. Если днем вы не вспоминаете о непостоянстве и смерти, то вся ваша дневная практика проходит впустую. Если ночью вы не вспоминаете о непостоянстве и смерти, то вся ваша вечерняя практика также проходит впустую.

Что касается смерти, то о том, что однажды вы умрете, знают все, но что время смерти не определено и что вы можете умереть в каждый момент, – вот это очень важно понимать. То есть в любой миг, может быть завтра, я могу умереть, и нет такой гарантии, что завтра я буду жив. Каждый новый день, когда вы просыпаетесь живыми, вам нужно радоваться тому, что вы не умерли. Это очень важный фактор. Он ничего вам не стоит. Вам не нужно какое-то особое время, чтобы вспомнить о непостоянстве и смерти. Вы занимаетесь повседневными делами и одновременно с этим вспоминаете о большом количестве разных тем, вызывающих у вас омрачения, – это не мешает вашей работе. Вы же не говорите, что вот эти темы, омрачающие вас темы, как-то мешают вам, что вам нужно какое-то особое, отдельное время, чтобы подумать об этом. Вы делаете свою работу, это все возникает у вас и не отвлекает вас. Поэтому мой для вас совет: каждое утро, когда вы просыпаетесь, вам нужно сказать, что те, кто уснул вчера вечером, – не все из них проснулись сегодня утром. Вы можете посмотреть в интернете и обнаружите, что большое количество людей в нашем мире умерло вчера ночью и сегодня утром. И то, что в этом списке нет моего имени, это для меня большая удача. Эти люди, которые умерли, были точно такими же, как я, и думали, что будут жить долго.

Итак, утром, когда вы просыпаетесь, вам нужно подумать, что многие люди уже умерли, и что касается вероятности умереть, то у вас высока эта вероятность, – точно такая же, как и у этих людей, которые умерли, и поэтому вам очень повезло, что вы все еще живы. Вам нужно понять, что вы все еще обладаете драгоценной человеческой жизнью. Когда вы чувствуете, что у вас еще есть эта драгоценная человеческая жизнь, то у вас есть очень хорошая основа быть счастливыми: «Как я счастлив, у меня еще есть человеческая жизнь!» Тогда все остальное – это ерунда, чепуха. Подруга не звонит – это не главное, парень ушел – это не главное, в отпуск уехал – ничего страшного. Самое главное – я живой! Муж ушел – ничего страшного. Самое главное – я жива! Один муж ушел, другой муж придет, какая разница? Это не конец света. Для вас это не кошмар. Жена ушла – пусть она будет счастлива. Скажите: «Я желаю вам счастья». Это не главное, это не причина для страданий. Подруга не звонит или ушла к другому мужчине, думайте, что это не страшно, пусть ушла, самое главное, что я живой, что у меня есть драгоценная человеческая жизнь. Однажды все уйдут, я тоже уйду, каждый человек должен уйти. Мастера Кадампы говорили, что тот человек, который должен уйти, уйдет, и в этом нет никакого шока, нет повода для слез.

Человек, который должен страдать, поскольку рожден под контролем омрачений, будет страдать, и в этом нет никакого шока. Так, вам нужно сказать, что они страдают из-за всепроникающего страдания, и мне нужно помочь им избавиться от этого всепроникающего страдания. Мне нужно достичь состояния будды, чтобы избавить их от всепроникающего страдания. А не от какого-то конкретного страдания, которое они сейчас переживают, это не должно вас повергать в шок. Когда врач видит заболевшего пациента, он сочувствует его страданиям, его кашлю, но понимает, что самое главное – это бактерии, врач должен

избавить пациента от бактерий. Врач не будет плакать: «О! Ты тоже кашляешь, как жалко». Он говорит: «Это симптом». Он любит вас. Он говорит: «Вас нужно избавить от этих бактерий, вам нужно лечиться». Поэтому слишком больших эмоций у врача не будет, он не будет плакать.

Если что-то должно от вас уйти, то это уйдет от вас, и здесь не стоит расстраиваться. Подумайте так: «Однажды я расстанусь с жизнью – и вот это будет кошмар. И мне нужно готовиться к путешествию из этой жизни в следующую жизнь». Тогда вы понимаете, что все эти вещи, о которых вы думали, что они главные – это чепуха, и вы спокойны. Потому что вы понимаете, что это очень хорошо, что вы живой. Даже если вы попадете в аварию и потеряете ноги, не говорите: «Это кошмар!» Подумайте так: «Я все еще жив. В этой аварии люди могли умереть, но я не умер – мне повезло». Посмотрите, как эта концепция непостоянства делает сильным ваш ум. Благодаря этому вы не видите какие-то временные мирские страдания как что-то очень тяжелое, для вас это просто чепуха. Поэтому помните о непостоянстве и смерти и не впадайте в депрессию. Лучшее лекарство от депрессии – это памятование о непостоянстве и смерти.

Далее второй аспект – это страдательная природа. Вам нужно понять, что ваши пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, обладают природой страдания, это не объекты счастья. Это я вам уже объяснил.

Далее третий аспект – это пустота. Эти пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, пусты от истинного существования, пусты от самобытия. Вам нужно понимать, что здесь пустота не означает, что они вообще не существуют. Пустота означает, что они не существуют такими, какими являются вам. Это тело является вам таким прочным, самосущим, но оно не существует таким, каким вам кажется. Вы можете думать так: «У меня было такое красивое тело, а сейчас оно становится уродливым. Кошмар!» Но нет такого истинно существующего тела, которое становится уродливым. Что такое ваше тело? Ваша голова – это не ваше тело, ваши руки – это не ваше тело, ваш живот – это не ваше тело, и ваши ноги – это не ваше тело. Но когда вы смотрите в зеркало, вы видите такое прочное тело, прочное «я», такое самосущее тело. Вы думаете: «Какое красивое мое тело. Я хочу быть таким красивым все время». Но такой совокупности тела, такой совокупности ощущений, различений и так далее не существует. Ни одна из частей не является телом, где-то отдельно от этих частей тоже нет тела. Тогда где же тело? Где же такое прочное, красивое тело, которое вам является? Руки – это не тело, ноги – это не тело, живот и голова – это тоже не тело. И кроме этого также нет какого-то другого прочного тела где-то снаружи. Поэтому, когда вы ищете, вы не находите своего тела.

Вы не находите истинно существующего, самосущего тела, но это не означает, что вашего тела вообще не существует. Рассуждения, поиск того, где находится ваше тело, это абсолютный анализ, и чего не находит этот абсолютный анализ, так это самосущего тела. Поэтому самосущего тела не существует. Вам нужно понимать, что взаимозависимое тело – это не объект абсолютного анализа. Форма – это объект зрительного сознания, звук – объект слухового сознания. Если ваше зрительное сознание не видит звука, это не означает, что звук не существует, поскольку звук не является объектом зрительного сознания. Когда вы думаете о том, что что-то существует истинно, как нечто самосущее, это означает, что вы считаете это чем-то независимым. И поскольку оно независимо, оно должно обязательно быть обнаружимо в процессе абсолютного анализа. Взаимозависимость не говорит о чем-то независимом, она говорит о том, что объект существует взаимозависимо. Такой объект существует в силу стечения большого количества факторов и не может быть обнаружим в процессе абсолютного анализа, но его можно найти в процессе относительного анализа. Абсолютный анализ не находит относительного «я», но это не означает, что относительного

«я», относительных пяти совокупностей не существует. Они являются достоверным объектом относительного анализа.

Существует два вида достоверных умозаключений или достоверных рассуждений. Это достоверный относительный анализ и достоверный абсолютный анализ. Лама Цонкапа говорит, что если нет достоверности в процессе относительного анализа, то в этом случае вы не можете говорить об относительных феноменах. До прихода ламы Цонкапы мастера Тибета не знали о таком правильном относительном и абсолютном анализе, поэтому они могли сказать про феномен, что он существует и не существует одновременно. Это неправильно. Иногда они также отрицали относительную достоверность, а это очень опасно. Если кто-то отрицает относительную достоверность, то это крайность нигилизма. Чандракирти очень ясно излагает это в «Мадхьямакааватаре». Он говорит: «Не отрицайте мирскую достоверность». «Два плюс два равно четыре» – это достоверно. Если пустота скажет о том, что этого не существует, то это нонсенс. Такого истинно существующего понятия как «два плюс два равно четыре» нет, но при этом два плюс два равно четыре. Это существует. Итак, если вы отрицаете относительную достоверность, то это очень опасно. Что касается пустоты, то есть того, как феномены не существуют, то это понять не очень трудно. Трудно, но не очень трудно. А понять, как феномены существуют – труднее, если говорить о выборе между этими двумя. Точно понять, как существуют феномены – это то, что называется «тонкая относительная истина». Это очень трудно. Это вы сможете понять только после познания пустоты.

Когда в первый момент я являюсь вам, каким я вам кажусь? Вы увидите такого прочного геше Джампа Тинлея. Перед вами такой прочный, самосуший геше Джампа Тинлей, и это иллюзия. Но одновременно с этим я не могу сказать, что это полная галлюцинация. Это не полная иллюзия. То, что геше Тинлей кажется вам самосушим, это иллюзия, но одновременно с этим вы также видите геше Тинлея. Относительный геше Тинлей и самосуший геше Тинлей для вас смешиваются как вода с молоком и являются вам. Поэтому та видимость геше Тинлея перед вами, которая у вас возникает, с одной стороны – это ошибочное сознание. Ошибочное с той точки зрения, что эта видимость возникает как видимость чего-то самосущего, истинно существующего. Это ошибка. Но одновременно с этим – это достоверно. Потому что вы видите пять объектных основ для обозначения «геше Тинлей». Это не ошибочно. Поэтому с одной стороны – это ошибочное сознание, но с другой стороны – это достоверно. Так объясняет Прасангика Мадхьямака. Низшие школы не могут дать таких объяснений – что ошибочное состояние ума одновременно являлось бы также достоверным. Они видят это как противоречие.

Здесь собрались интеллектуальные люди, поэтому я углубляюсь в эту тему. Итак, проанализируйте этот объект – геше Тинлея, который вам является, с использованием абсолютного анализа: «Он является мне как самосуший, истинно существующий». Здесь в первую очередь вам нужно понять определение – что такое самобытие. Его понять нелегко. Если вы точно поймете, что такое «самосуший геше Тинлей», то вы сможете использовать пять умозаключений для того, чтобы исследовать такого самосущего геше Тинлея. В буддизме эти пять умозаключений подобны микроскопу. Есть пять микроскопов, и вы можете использовать любой из них, вам не обязательно использовать их все вместе. Царем этих умозаключений является умозаключение о взаимозависимости. Вам нужно получить подробное учение о том, что представляют собой эти пять умозаключений и каков процесс использования этих пяти умозаключений. Сейчас у нас нет времени.

А самобытие вам нужно определить и распознать очень точно и это нелегко. Это очень трудно. Как, например, если вы хотите проверить, есть ли вирус СПИДа в чьей-то крови или нет, вам нужно в первую очередь точно знать, что такое вирус СПИДа. Если вы очень точно

знаете, что представляет собой вирус СПИДа, то с помощью микроскопа вы сможете исследовать чью-то кровь и сказать, что эта кровь на сто процентов пуста от вируса СПИДа. Тогда это настоящее познание: «Эта кровь на сто процентов пуста от вируса СПИДа». Если говорить о комментарии к «Мадхьямакааватаре», то такой трактат, объясняющий, что представляет собой объект отрицания, очень толст. Это понять нелегко. Кхедруб Ринпоче говорил, что если вы очень точно поймете объект отрицания, то в следующий же миг вы сможете познать пустоту. Кто бы ни говорил, что пустота не концептуальна, и вы не можете познать пустоту – это нонсенс. Вы можете познать пустоту. Если говорить о прямом постижении пустоты, то это выходит за рамки мирских концепций, но концептуально познать пустоту вы можете. Когда в «Праджняпарамите» говорится, что пустота находится вне каких-либо концепций, то речь идет о прямом постижении пустоты. Прямое постижение пустоты действительно вне концепций. Это нужно понимать ясно. Это то, что объяснял лама Цонкапа.

Если вы очень точно понимаете объект отрицания, то вы можете использовать такое умозаключение как «царь умозаключений о взаимозависимости», и прийти к выводу, что такого самосущего геше Тинлея не существует. Когда вы устраните такого самосущего геше Тинлея, то вам может показаться, что геше Тинлея вообще не существует. Потому что то, что вам является, это нечто самосущее. Все видимости ошибочны. И если вы их полностью устраняете, то ничего не остается. Тогда вы начинаете думать, что геше Тинлея вообще не существует. Но вы говорите: «Нет. Номинальный геше Тинлей существует. Он существует взаимозависимо и это объект относительного анализа». Номинально существующие пять совокупностей и такое номинальное обозначение «геше Тинлей», присвоенное этим номинальным пяти совокупностям, существуют. Когда вы устраняете истинное существование, то остается просто название, просто нечто номинальное и это название очень тесно связано со смыслом. Поскольку они существуют номинально, живые существа страдают. Из-за такого номинального существования они пусты от самобытия.

Так в вашем уме появляется союз сострадания и пустоты. Это третий уровень сострадания – сострадание, созерцающее пустоту. Это то, что называется «союзом пустоты и сострадания». Поскольку это пусто, то осуществимо, возможно, взаимозависимо. Лама Цонкапа говорил, что до тех пор, пока взаимозависимые феномены и пустые феномены являются вам отдельно, не связанными друг с другом, это означает, что вы не поняли воззрения Будды. Но с того момента, как вы одновременно видите пустоту и взаимозависимость феноменов, с этого момента видение взаимозависимости без каких-либо дополнительных умозаключений полностью устраняет представление о самобытии из вашего ума. Оно устраняет любое цепляние за истинность. В этот момент ваш анализ этого воззрения осуществлен или завершен. Это ключ к «Мадхьямакааватаре». В будущем я передам вам подробное учение об этом. Если вы по-настоящему хотите обрести воззрение о пустоте, то, как говорил лама Цонкапа, вам нужно изучать воззрение Нагарджуны и Чандракирти, а если вы будете читать тексты, написанные Нагарджуной и Чандракирти без комментариев, то понять их будет очень трудно. Полагайтесь на трактаты, которые написал лама Цонкапа – это самое лучшее. В Тибете появлялось большое количество мастеров, но нет таких подробных трактатов, сравнимых с теми, что написал лама Цонкапа. Гуру Ринпоче – великий мастер, который заложил основы буддизма в Тибете, но при этом он не давал подробных учений. Цель, с которой Гуру Ринпоче пришел в Тибет, заключалась не в том, чтобы давать подробные учения и комментарии, а в том, чтобы устранить препятствия и заложить фундамент. Эманация Гуру Ринпоче – это Атиша. Когда Атиша пришел в Тибет, он объяснил, что сутра не противоречит тантре и один человек может практиковать их вместе. Это то, на что он сделал главный упор. Но Атиша не давал очень подробных учений по «Мадхьямакааватаре». А эманация Атиши – это лама Цонкапа. Лама Цонкапа появился в Тибете, чтобы выдвинуть все окончательные заключения в рамках сутры и в рамках тантры,



чтобы не оставалось никаких сомнений. Он написал трактаты, обширные трактаты по всей сутре и по всей тантре и изложил там окончательные заключения.

Сейчас я говорю вам обо всем этом с такой уверенностью не потому, что я достиг всех этих реализаций. Благодаря доброте ламы Цонкапы я вижу все это очень ясно. И благодаря тому, что существуют такие подробные объяснения, наука и буддизм могут идти вместе, рука об руку. Лама Цонкапа давал объяснения таким образом, что эти объяснения являются очень научными. Потому что Будда сам говорил: «Не следуйте моему учению просто из веры, а исследуйте его. Если оно противоречит достоверным умозаключениям, то не признавайте его». Будда давал учение в разных ситуациях, в разных случаях, и лама Цонкапа очень точно определил, какие из учений Будды обладают точным смыслом, а какие требуют интерпретации. Например, он говорил, что если такое-то учение воспринимать без интерпретации, тогда оно противоречит тому-то и тому-то, поэтому ему необходима интерпретация. Оно не обладает точным смыслом. Так он классифицировал все восемьдесят четыре тысячи томов учений Будды – представил в виде стройной классификации. Поэтому полагайтесь на коренные тексты, на то, что написал лама Цонкапа, и старайтесь найти конечное воззрение, изложенное Нагарджуной. Сейчас у меня нет времени, чтобы подробно рассматривать учение по пустоте. Нам нужно перейти к другой теме.

Если вам интересно получить учение о пустоте в подробностях, то приезжайте в Новосибирск. Ретрит в Новосибирске – это особый ретрит по теории пустоты. Если вы будете получать учение о пустоте с разных точек зрения, то представление о пустоте в вашем уме будет становиться все яснее и яснее. Обрести очень точное воззрение в Прасангике Мадхьямаке очень нелегко. Когда вы обретете точное воззрение в Прасангике Мадхьямаке, то в ваших руках будет абсолютное лекарство – противоядие от неведения, которое является корнем сансары, благодаря чему вы сможете обрести бесконечное счастье. Один из факторов бесконечного счастья – это мудрость, познающая пустоту. Если вы хотите бесконечного счастья, то вам нужно найти эти факторы, такие как мудрость, познающая пустоту, бодхичитта. Это факторы бесконечного счастья. Если вы обретае, хотя бы немного, мудрости, ровно настолько вы становитесь счастливыми. В настоящее время сансара – это как темное место. Один такой светильник мудрости, познающей пустоту, даст невероятно много света. Что вам больше всего необходимо во тьме сансары – это свет мудрости. Когда темно, самое драгоценное – это свет. Если вы проголодались, то самое ценное для вас – это пища, а если вы замерзли, то для вас самое ценное – это то, что согреет вас. В настоящий момент с безначальных времен и до сих пор, мы пребываем во тьме сансары. Для нас самое необходимое – это свет мудрости. И когда вы обретае какой-то свет мудрости, то это просто невероятно. Это очень полезно – читать коренные тексты и размышлять над ними. Это гораздо полезнее, чем просто читать мантры. Потому что размышления открывают ум и дают реализации. Это совет Его Святейшества Далай-ламы – он настоящий Будда в человеческом теле. Я здесь как посланник Его Святейшества Далай-ламы. Я передаю вам то учение, которое получил у Его Святейшества Далай-ламы. Без Далай-ламы я просто как осел, который ничего не знает. Благодаря его доброте я обрел какую-то мудрость, которую передаю вам. Копите мудрость во тьме сансары. Это самое лучшее противоядие от корня сансары. В настоящий момент мы пребываем во тьме сансары, поэтому не слишком много бегайте здесь и там, поскольку вы не знаете, какие места правильные, а какие неправильные.

Освободитесь от сансары и достигните состояния освобождения, а для этого развивать мудрость очень важно. Поэтому говорится, что во тьме сансары самое ценное – это свет мудрости. Существуют три вида мудрости – мудрость, возникающая на основе слушания учения, мудрость, возникающая на основе размышления и мудрость, возникающая на

основе медитации. Вначале делайте упор на мудрости, возникающей на основе слушания учения.

Теперь, что касается благородной истины источника страдания. Определение благородной истины источника страдания следующее: «Это то, что является причиной благородной истины страдания и характеризуется четырьмя аспектами – такими как причина, источник, условие и нечто полностью установленное». О чем мы здесь говорим? Слово «то» указывает на ваши омрачения и кармические отпечатки – ваши отпечатки загрязненной кармы. Ваши омрачения и отпечатки загрязненной кармы являются причиной благородной истины страдания. Они являются причиной всех ваших страданий. Поэтому вам надо понимать, что какая бы проблема у вас ни возникла, причина этой проблемы – не какой-то человек снаружи, а она находится здесь, внутри вас. Вам нужно обрести убежденность в том, что причина и источник всех ваших проблем находится не где-то снаружи, а причина и источник ваших проблем находится внутри вашего ума. Это ваше негативное состояние ума и отпечатки загрязненной кармы. И когда вы обретете в этом убежденность, то вы уже не будете злиться на какое-либо живое существо. Почему мы злимся на живых существ? Потому что мы считаем, что они – причина наших страданий. Но в действительности нет ни одного живого существа, которое являлось бы причиной ваших страданий. Если вы очень ясно видите, что причина находится не где-то снаружи, а причина – это ваши собственные омрачения и отпечатки загрязненной кармы, то в этом случае, даже если перед вами появится кто-то и ударит вас в нос, вы не разозлитесь на этого человека. Тогда у вас будет железное терпение. А в настоящий момент у вас нет такой убежденности.

Однажды мой Духовный Наставник спросил меня: «Если кто-то подходит вдруг к тебе, даже если ты не делал ничего плохого этому человеку и бьет тебя по носу, кто виноват в этом?» Я ответил: «Конечно, виноват он! Я не говорил ничего плохого, он ударил меня в нос. Как же я могу быть в этом виноват?» Но это наш мирской образ мышления. Мой Учитель сказал, что это неправильно: «Ты думаешь только с точки зрения этой жизни». Мы думаем только с точки зрения этой жизни или только с точки зрения сегодняшнего дня. Кто-то мог быть немного добрым к вам вчера, но вы об этом забыли. А если сегодня этот человек на вас немного злится, то вы сами в этом виноваты. Мой Духовный Наставник спросил меня: «Почему этот человек из тысячи людей выбрал именно тебя? Здесь нет случайных совпадений. На это должна быть определенная причина. Должна быть какая-то кармическая связь». Без кармической связи невозможно найти кого-то, даже если вы его ищете. Если ваша кармическая связь закончилась, то этот человек может быть даже в Санкт-Петербурге, но вы никогда не сможете его найти. Но если у вас сильная кармическая связь, то вы можете находиться в Санкт-Петербурге, а этот человек может жить где-то в Африке, вы не договаривались, но случайно можете встретиться где-нибудь в аэропорту. Или, например, самолет терпит аварию, падает, а вы вдвоем выживаете и остаетесь где-то на острове.

Что говорят ученые? Например, то, что без движения электронов электричество невозможно. И точно также в буддизме говорится, что без кармических связей ничего невозможно и все существует благодаря механизму кармы. Наша планета является такой тоже вследствие результата проявления кармы, коллективной кармы. Если коллективная карма будет становиться все хуже, все более и более тяжелой, то и на нашей планете ситуация будет все хуже и хуже. Хотя нет истинного существования, истинно существующей планеты, но есть взаимозависимость, стечение большого количества разных факторов. Планета может стать очень чистой, а может стать просто ужасной, и все это взаимозависимо.

Итак, здесь система следующая. Поскольку в предыдущей жизни вы ударили этого человека в нос, то в этой жизни в силу этой кармической связи, когда эта карма проявляется, у него

нет выбора, он вынужден ударить вас в нос. Он среди всех тысяч людей хочет ударить в нос только вас. Это карма. Итак, обвинять в этом нужно не его, а вашу собственную карму. «Я создал негативную карму, и эта негативная карма заставляет его ударить меня и создать негативную карму для него. Итак, виноват в этом я. Другого человека не нужно в этом винить», – если вы так думаете, то становитесь счастливыми. Я после этого начал думать так: «Никто не виноват». Когда меня ругают, я думаю: «О, это не он виноват, – наверное, я в прошлой жизни его ругал. А также это очистит мою карму». Когда я так думаю, сразу становлюсь счастливым! Если вы думаете, что все это карма, все, что вы переживаете, это результат вашей кармы, то понимаете, что никто не виноват. Это очень хороший, искусный метод жизни в обществе. Вас нельзя обидеть. Вы становитесь такими сильными, что вас огорчить уже очень трудно.

В прошлом многие мастера думали таким образом. Иисус Христос, когда его распинали, вбивали гвозди ему в руки и ноги, не обвинял в этом кого-либо. Он наоборот желал этим существам счастья: «Из-за неведения они разозлились, пусть же они будут счастливы из жизни в жизнь». Благодаря таким добрым действиям, такому невероятному состраданию мы до сих пор уважаем его. Поэтому, если вы живете в обществе, для вас очень важно никого не винить, а во всех проблемах обвинять только самих себя. Это совет мастеров Кадампа. Мастера Кадампа в учении по лоджонгу говорят, что обвинять во всем нужно только себя, помните о доброте живых существ. И это очень тонкое учение. Если во всех проблемах вы вините только себя и помните о доброте других живых существ, то для вас невозможно будет как-то расстроиться или чтобы у вас появились омрачения.

Если вы знаете, что во всем винить нужно только вас, то вы легко можете найти компромисс. Например, если кто-то моет вашу чашку и разбивает ее, то вы ругаете этого человека: «Как же ты посмел? Ты мыл эту чашку и разбил ее. У меня это единственная такая чашка. Где же теперь я найду такую чашку»? Но если вы сами моете ее и разбиваете, то вы скажете: «Ну, тот, кто моет чашки, тот их и разбивает. В этом нет ничего особенного». Если сам разбил свою чашку, то не будешь кричать: «Кошмар!» Ты будешь думать, что ничего страшного не случилось, что можно купить новую чашку. Так, какая бы проблема у вас ни возникла, если в ней вы обвиняете самого себя, то вы остаетесь спокойными. Обвинять себя не означает, что вы говорите, что я ужасный, я плохой, я негативный человек. Это чувство вины. Вы просто думаете, что причину проблемы создал я, но не потому, что я очень плохой. По природе вы не плохие, вы обладаете природой будды. У вас есть невероятный потенциал стать буддой. Из-за отсутствия мудрости вы совершаете ошибки и позже испытываете их результат. Вы говорите: «Я принимаю это. Я совершил ошибку и теперь переживаю результат». И не нужно думать, что вы – плохой человек, это чувство вины, оно вам не нужно. Решите, что больше так поступать не будете: «Самое лучшее для меня – больше так не делать». Поэтому вам нужно понимать, что есть большая разница между чувством вины и сожалением. Когда кто-то просит европейцев породить сожаление, у них сразу же возникает чувство вины, и это неправильно.

Я приведу вам очень простой пример. Если вы отправитесь в какое-то грязное место и испачкаете себе одежду, когда вы приходите домой, вы видите, что ваша одежда испачкалась. Если в этом случае вы говорите: «О, какой кошмар! Я очень плохой, моя одежда грязная!» – это чувство вины. Вы себя ругаете, бьете – это чувство вины и это бессмысленно. А теперь, что такое сожаление? Если у вас не будет сожаления, то вы продолжите носить эту грязную одежду. Это тоже неправильно. Сожаление – это когда вы задумываетесь: «А зачем я отправился в такое грязное место? Именно из-за этого я испачкал свою одежду. Все! С этого момента в такие грязные места я больше ходить не буду, теперь я постираю эту одежду». Так вы с сожалением стираете одежду. Сожаление помогает вам очистить одежду, помогает постирать ее, а чувство вины делает вас несчастным. Поэтому

никогда не испытывайте вины. Все время сожалейте о созданной негативной карме, проводите очищение и порождаете решимость больше такого не повторять.

Итак, то, что является причиной благородной истины страдания, обладает четырьмя аспектами. Первый – это причина. Ваши омрачения и загрязненная карма – это причина всех ваших страданий. Вам нужно обрести в этом убежденность. Какая бы проблема у вас ни возникла, ее коренная причина – это ваши омрачения и отпечатки негативной кармы. Не кто-либо другой является причиной ваших страданий. Это то, в чем вам нужно в первую очередь обрести убежденность. Если вы не хотите таких проблем, то вам нужно сказать себе: «Устрани эту причину. Уменьши эту причину. В первую очередь займись очищением отпечатков негативной кармы, сделай омрачения слабее». И тогда вы знаете, каким образом решать свои проблемы. В настоящий момент, когда у вас появляется проблема, причиной этой проблемы вы видите что-то другое, и вы стараетесь уничтожить внешних врагов. Шантидева говорил: «Внешние враги подобны камню». Если вы стукнете по камню, то этот камень рассыплется на части, размножится. Если вы будете стараться уничтожить внешних врагов, то количество врагов будет возрастать. Например, Америка старается уничтожить внешних врагов и в силу этого все больше и больше стран становятся их врагами.

Поэтому думать, что есть какие-то внешние враги – это неправильно. Настоящий враг – это ваши собственные омрачения. Потому что они – причина ваших страданий. Шантидева говорил: «Убивать внешних врагов все равно, что убивать трупы». Даже если вы их не убьете, однажды они все равно умрут. Поэтому если вы их убиваете, это не имеет большого значения, это все равно, что убивать трупы. Однажды они все равно умрут. А что касается вашего внутреннего врага, то, как говорил Шантидева, если вы его не уничтожите, то сам по себе он никогда не умрет. С безначальных времен и по сей день, он пребывает в вашем уме, и все время будет оставаться в вашем уме. Поэтому тот, кто уничтожает внутреннего врага, является героем, а не тот, кто устраняет внешних врагов. Подумайте так: «Мои омрачения, мои отпечатки негативной кармы являются причиной моих страданий. Мне нужно уничтожить их».

Следующий аспект – это источник. Ваши омрачения и отпечатки негативной кармы являются не только причинами, но также и источниками ваших страданий. Источник всех ваших страданий – это ваши омрачения и кармические отпечатки.

Третье – это условие. Ваши омрачения и кармические отпечатки являются не только причиной и источником, но они являются также и условиями ваших страданий. Когда у вас появляется омрачение, оно становится условием для проявления вашей негативной кармы. Поскольку оно является условием, то у вас возникает страдание. Поэтому ваше омрачение является, в том числе, и условием проявления вашей негативной кармы. В особенности в момент смерти влечение и цепляние являются условиями для того, чтобы вы снова родились под контролем омрачений. Итак, ваши омрачения являются не только причиной и источником, но также и условием для ваших страданий.

Далее четвертый аспект – это нечто, полностью установленное, или возрастание, увеличение. Что усиливает ваши страдания? Никто другой не усиливает ваши страдания, это ваши собственные омрачения усиливают ваши страдания. Например, если вы попадаете в аварию и сохраняете позитивный образ мышления, то все, что вы будете чувствовать – это просто какую-то боль в ногах, но ум будет оставаться в покое, благодаря позитивному образу мышления. Эта авария является результатом проявления вашей негативной кармы, но благодаря тому, что вы сохраняете позитивный настрой ума, все, что вы испытываете – это только боль в ногах, но ваш ум остается в покое, в умиротворении. А как ваши омрачения усиливают ваши страдания? Когда вы попадаете в аварию, вы говорите: «Это

другой человек виноват в этом. Моя мама виновата. Если бы она не сказала мне «приезжай», то сегодня я не попал бы в аварию. Мой сосед виноват, потому что вчера он на меня плохо посмотрел. Поэтому я сегодня попал в эту аварию».

Это очень ясный пример того, что наши негативные состояния ума усиливают наши страдания. Какая бы трагедия ни произошла в вашей жизни, если вы начинаете использовать свои негативные состояния ума, то на сто процентов ваши проблемы будут становиться хуже, будут умножаться. Эти негативные состояния ума являются бензином, из-за которого огонь проблем разгорается еще ярче. Чему вы здесь можете научиться? Подумайте: «Какие бы трагедии ни произошли в моей жизни, я не буду использовать свои негативные состояния ума, потому что эти негативные состояния ума только усиливают мои страдания. Я и физически испытываю боль и несчастен ментально».

Это по-настоящему учит нас, как жить здоровой жизнью. Это подлинная теория. Какая бы проблема у вас ни возникла, никогда не используйте негативные состояния ума. Это сделает вашу проблему еще больше. Сразу же используйте позитивное состояние ума. Оно будет подобно воде, которая тут же уменьшит огонь ваших страданий.

Итак, время закончилось. Двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения я объясню вам в следующий раз. Это очень важная тема. Завтра состоится благословение Белой Тары. Вы можете рассказать об этом своим друзьям, родственникам. Главная цель благословения Белой Тары – это очищение негативной кармы. А также установление особой кармической связи с Тарой, чтобы она заботилась о вас из жизни в жизнь. Очень важно породить сильную веру, что Тара присутствует здесь. Вы можете сказать своим друзьям, родственникам, что это поможет решить даже временные проблемы, они придут сюда для решения своих каких-то временных мирских проблем, но, тем не менее, они установят кармическую связь с божеством Белой Тарой. Это очень хорошо. Тогда потихоньку я буду говорить, что временные проблемы – это не очень плохо. Есть проблемы хуже, чем эти. Это всепроникающее страдание. И я буду объяснять, как устранять это всепроникающее страдание. И когда они получают полное учение, целостное, подробное учение, они смогут полностью освободиться от страданий. Поэтому, когда в первый раз они придут сюда для решения каких-то временных проблем, для устранения временных страданий – это тоже хорошо. Вы все приходили сюда вначале для того, чтобы решить какие-то свои временные проблемы, временные страдания, но постепенно вы поняли, что это не самое худшее, что есть еще большие страдания, чем эти, а также поняли, что есть безупречное счастье, что также есть бесконечные факторы счастья. Вас уже перестают интересовать временные факторы счастья и начинают интересовать бесконечные факторы счастья. Так постепенно шаг за шагом происходит прогресс.

Я поздравляю вас с праздником – с Днем победы. Это временная победа. Настоящая победа – это когда вы станете архатом. Тот день, когда вы полностью устраните омрачения из своего ума, станет настоящим Днем победы. Тогда однажды мы начнем праздновать такой день День победы.