

Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией развивать свой ум, с мотивацией сделать свой ум более здоровым. С некоторым уровнем убежденности в том, что самый лучший метод решения проблем и обретения счастья – это укрощение ума. И нет другого более эффективного метода, чем этот метод укрощения ума. В своей жизни мы теряем очень много времени на создание временных причин счастья. И это тоже хорошо. Но если мы слишком много посвящаем себя именно созданию вот этих временных факторов счастья, то это не очень мудро. Для выживания нам нужны эти факторы счастья, но при этом они являются временными, ненадежными. Поэтому, если мы на них полагаемся полностью, то это очень глупо.

Не нужно их полностью игнорировать, но при этом также не полагайтесь на них полностью. Вам нужно полагаться на то, что более надежно. На долговременные факторы вы можете опираться, поскольку они более долговременные. На бесконечные факторы вы можете полагаться на сто процентов, поскольку это бесконечные факторы. Когда вы получаете учение, старайтесь понять, что здесь вы становитесь немного более мудрыми, чем раньше.

Вчера мы с вами говорили о пяти совокупностях. Определение благородной истины страдания – это то, что возникает из благородной истины источника страдания и характеризуется такими аспектами, как непостоянство, страдание, пустота и бессамость. Главным образом это относится к нашим пяти совокупностям, но не только к пяти совокупностям, а также к любому феномену, который возникает из благородной истины источника страдания. Он является благородной истиной страдания. Это то, что имеет страдательную природу. Итак, из этих пяти совокупностей, я объяснил вам каковы четыре совокупности. А теперь пятая – это ментальная совокупность. Ваша ментальная совокупность – это ваш ум. И, в первую очередь, вам необходимо представление о том, что такое ваш ум. Вам нужно понимать, что ваш мозг – это не ваш ум. Это на сто процентов верно. Ум – это то, что существует отдельно от тела, но при этом также в зависимости от тела. Ум и тело – это не то же самое, что свет и лампочка. Не то, чтобы это качество тела.

В буддизме определение ума дается следующее: «Ум – это то, что является отсутствием формы, по природе чисто и по функции способно к познанию. Итак, по форме сознание бесформенно. Поэтому мозг – это не сознание, мозг – это субстанция. Далее, по природе ум ясен. А по функции ум – это то, что не обладает субстанцией, но при этом является чем-то очень творческим, способным к познанию. Поэтому то, что создается в нашем мире, в основном создает наш ум. Большое количество компьютерных программ, все это создал наш ум, обладающий творческой способностью. Так нашему уму не требуется какое-то программирование. Он сам является программистом. Что касается ума, то различают два вида ума. Это первичный ум и вторичный ум. И первичный, и вторичный ум обладают этими тремя характеристиками. Потому что то и другое – ум. А теперь, какова между ними разница?

И тот и другой вид ума по форме не имеют формы, по природе обладают ясностью и по функции обладают способностью к познанию. Теперь в чем же между ними разница. Разница возникает в образе познания. Например, когда эта чашка отражается в моих органах зрения, то наше зрительное сознание познает эту чашку. Здесь в буддизме дается объяснение очень похожее на научное. Единственное отличие, это то, что в науке говорится, что когда мы познаем зрительно эту чашку, то эта чашка отражается в наших глазах в перевернутом виде и после этого наш мозг переворачивает ее обратно и таким образом познает, в буддизме об этом не говорится. Во всем остальном объяснение точно такое же.

Итак, эта чашка отражается в наших органах зрения. И в первую очередь ее познает наше зрительное сознание. Далее, через зрительное сознание эту чашку познает ментальное

сознание. Во второй миг наличия зрительного сознания эту чашку уже начинает познавать ментальное сознание. Вам нужно понимать, что зрительное сознание – это только первичный ум, в нем нет вторичного ума. Далее, в следующий же миг после познания зрительным сознанием эту чашку начинает познавать ментальное сознание. И с ментальным сознанием вместе с первичными видами ума там возникает и множество вторичных видов сознания.

Теперь, как мы можем провести здесь различие. Когда ментальное развитие познает эту чашку, оно познает ее в целом как чашку. Все виды первичного ума, когда они познают объекты, познают объекты в целом. Какова функция вторичного ума, как познает вторичный ум? Если вы исследуете, то вы увидите, как это происходит. В первый миг, когда вы видите эту чашку, ее познает ваш первичный ум. А далее, в следующий миг, у вас возникает оценка этой чашки, как например, желтая чашка, красивая чашка, дорогая чашка. Если бы я ее заполучил, как бы было хорошо, что же мне сделать, чтобы получить эту чашку? Все это вторичные мысли. Когда вы начинаете различать работу первичного ума и вторичного ума, то в этом случае, как говорится в практике Махамудры, когда вы смотрите на объекты, смотрите на них просто, как ребенок смотрит на картинку. Это значит, что вы остаетесь просто в состоянии созерцания. То, что видит ребенок, он видит просто как картинку.

Если взрослые смотрят на картину, то они сразу же начинают думать, что вот какая красивая картина, какая она дорогая, было бы хорошо ее заполучить. Раньше у меня была такая, но я ее продал слишком дешево и так далее. И вот такие оковы концептуальных мыслей не позволяют нам развить однонаправленную концентрацию. В практике Махамудры говорится: «Смотрите на объекты, как ребенок смотрит на картинку». Если чашка является вам в процессе медитации, то в этом случае не следуйте за этой чашкой, не отвергайте ее, просто смотрите на нее. Если вы не следуете за этой чашкой, то в следующий же миг она исчезает – такова природа нашего ума. И таким образом вы сможете гораздо легче развить концентрацию. Что мешает развитию вашей концентрации? Это то, что вы делаете слишком активными свои вторичные мысли.

Давным давно, когда я в Питере проводил ретрит по шаматхе, мы концентрировались на образе Будды. После медитации я спросил одного человека: «Как у вас дела с визуализацией образа Будды?» Он сказал: «Сначала я визуализировал Будду очень хорошо. А затем мне захотелось, чтобы Будда благословил меня. И тогда действительно Будда протянул руку и благословил меня». Он спросил: «Как же у меня обстоят дела с медитацией?» Я сказал, что это неправильная медитация. Потому что появились вторичные виды ума. И это уже блуждание ума, а он думал, что это медитация. Итак, разница между первичным умом и вторичным умом заключается в образе познания.

Теперь, очень важный вопрос – где находится наш ум? Наш ум не находится где-то за пределами нашего тела. В коренных текстах по тантре говорится, что обычно наш ум пронизывает все наше тело. Кроме ногтей и волос, то есть тех частей, которыми мы не испытываем никаких ощущений, а везде, где есть ощущения, все эти места пронизывает наш ум. Хотя ум пронизывает все наше тело, но самое главное месторасположение нашего тонкого ума – это сердечная чакра. Из нашего тонкого ума возникают все виды грубого ума. И растворяется обратно грубый ум также в этом тонком уме, таков процесс работы нашего ума.

Что касается нашей сердечной чакры, то здесь мы можем сказать, что когда клетки отца и матери соединяются вместе, в этот момент это соединение становится подходящим сосудом для того, чтобы сознание приняло в нем зачатие. Итак, наше тело начинается с сердечной чакры, эта сердечная чакра постепенно обрастает плотью. Затем постепенно возникает

форма головы, рук, ног и так далее. Постепенно начинают образовываться энергетические каналы: центральный канал, левый и правый каналы. И затем, когда энергия ветра начинает циркулировать в правом и левом каналах, в этот момент сознание становится более грубым. Когда энергия ветра, которая является основой для сознания, начинает циркулировать, это становится основой для более грубого сознания, – когда эта энергия начинает циркулировать в энергетических каналах, в этот момент сознание также становится более грубым.

Все виды грубого сознания возникают из тонкого, наитончайшего сознания и, когда они растворяются, то также растворяются обратно в этом наитончайшем сознании. Наша грубая энергия также возникает из наитончайшей. Грубая энергия, которая является объектной основой для сознания, для грубого сознания, также возникает из наитончайшей энергии, и, если говорить об этой связке, – наитончайшая энергия наитончайшего ума, которая пребывает в нашей сердечной чакре, – это наша постоянная объектная основа для обозначения «я», существующая с безначальных времен, которая существует сейчас и будет существовать и далее в будущем. В тантрах также говорится, что за один день полностью протекает весь механизм смерти, бардо и перерождения. Цикл смертей, таких маленьких промежуточных состояний и перерождений циркулирует с таким периодом в каждый день. Просто вы не распознаете это. А в буддизме говорится, что процесс засыпания – это процесс умирания.

Итак, вы можете исследовать это и вы увидите, что все грубые энергии ветра, которые являются основой для грубого сознания, постепенно растворяются в центральном канале. Когда происходит это растворение в центральном канале, то ваши глаза перестают видеть, уши уже практически ничего не слышат, нос также не чувствует запаха. И тактильные ощущения в теле также исчезают. Все это растворяется в сердечной чакре. И когда происходит полное растворение в сердечной чакре, это состояние называется «смертью». То есть, мы говорим о сне, – то, что здесь происходит, подобно процессу умирания, а настоящая смерть происходит, когда после растворения эта наитончайшая энергия с наитончайшим сознанием выходит из вашего тела. В этом случае тогда это смерть. Что касается засыпания, здесь есть только одна разница, что ваш ум в этот момент не отделяется от вашего тела, а во всем остальном процесс такой же, как и при умирании.

Некоторые думают, что после смерти они смогут распознать, что пребывают в состоянии бардо и смогут там практиковать дхарму, но это очень трудно. Потому что в первую очередь вам нужно научиться распознавать сон как сон. Так, когда вы засыпаете вам нужно породить сильную решимость: я распознаю сон как сон. Объяснение этого дается в тантрах. Сразу же не принимайтесь за такую практику, для вас это еще слишком рано. Я просто даю вам теоретические объяснения. Это не для вашей практики. Далее, когда вы распознаете сон как сон, то вы стараетесь взять сон под контроль. Когда йогины обретают контроль над своими снами, во сне они могут использовать свое тело сновидения, которое может отделяться от этого грубого тела, выходить из него. Так в Тибете йогины использовали свое тело сновидения. Их обычное грубое тело засыпало, но тело сна в это время могло выполнять практику, читать тексты и так далее.

Я слышал, что некоторые мастера поступали таким образом, что перед сном они перед собой раскладывали страницы текста, потому что с помощью своего тела сна они не могли бы переворачивать страницы. Поэтому сначала они раскладывали перед собой все страницы, потом засыпали и с помощью тела сна читали все эти тексты. Тело сна – это тонкое тело, ему соответствует также тонкий ум. И в том случае, когда тонкий ум читает и обретает понимание этих текстов, то в этом случае отпечаток этого понимания, этих текстов остается в уме гораздо более сильный. Поэтому в буддизме говорится, что если вы используете все

более и более тонкий ум, то в этом случае он является все более и более проницательным, и более эффективным. Почему тантра является быстрым путем? Потому что в тантрах объясняется, каким образом использовать свой наитончайший ум для укрощения ума. Поэтому укрощение ума происходит гораздо более эффективно. Для того чтобы перейти к этому, сначала вам нужно постараться укротить свой ум с помощью грубого состояния ума. Если вы не укротили свой ум с помощью грубого состояния ума, то переходить к укрощению ума с помощью тонкого ума, это не практично. Далее, этот период сна, – это как промежуточное состояние, когда вы просыпаетесь, – это как перерождение. И так, за один день проходит цикл умирания, далее состояние бардо, промежуточное состояние и перерождения. Каждый день проходят такие маленькие смерти, промежуточные состояния и перерождения. Однажды все это происходит в большем объеме, то есть наступает настоящая смерть. Вам нужно понимать, что та эволюция, которая происходит с нашей жизнью, ее подобие в более уменьшенном варианте происходит каждый день.

Йогини свое состояние сновидения использовали для того, чтобы принести дхармакайю на путь. А промежуточное состояние они использовали для принесения самбхогакайи на путь. А перерождение использовали как принесение нирманакайи на путь. Благодаря этому они обретали контроль над смертями и рожденьями. Они говорили о том, что свобода выбирать, где умирать и когда умирать, свобода определять, где родиться и когда родиться – это самое важное в буддизме. Это самая важная свобода, самое важное право. Такого права у вас нет. Если кто-то не дает вам свободы слова, то вы начнете говорить: «Меня лишили свободы слова! Это кошмар». В буддизме говорится, что если у вас нет свободы слова, то вы особо ничего не теряете. Что вы потеряете? Даже если у вас есть свобода слова, и вы начинаете говорить, что вы получаете от таких разговоров? Поэтому свобода слова не очень важна. В буддизме же говорится, что свобода над смертями, свобода над перерождениями, – это по-настоящему очень важно. Если у вас в жизни нет контроля над смертями, нет контроля над перерождениями, то в этом случае у вас нет самой главной свободы, самых основных прав.

Тогда в этом случае вы настоящие рабы. У вас нет никакой свободы. В буддизме говорится, что поскольку у вас нет контроля над смертью, вы умираете под контролем омрачений. Если вы умираете под контролем омрачений, то вы и родитесь под контролем омрачений. И когда вы родитесь под контролем омрачений, в буддизме говорится, что это и есть кошмар. Что касается всех проблем, которые возникают в вашей жизни, если вы исследуете, то увидите, что они возникают из-за одной вашей дебютной ошибки, из-за того, что вы родились под контролем омрачений. Из-за этого, из-за такой дебютной ошибки естественным образом возникают все другие проблемы. Итак, в вашей жизни, когда вы переживаете какие-либо проблемы, вы смотрите на эти проблемы так, будто вы не заслуживаете этих проблем. Вы впадаете в шок: «Как же так, почему у меня возникли эти проблемы?» В буддизме говорится, что какая бы проблема ни возникла в вашей жизни, не впадайте из-за нее в шок. Например, если кто-то согласился быть слугой, и если хозяин говорит: «Помой чашку и принеси мне чашку горячего чая», – если в этом случае слуга так подумает: «Как же смеет хозяин просить меня помыть для него чашку и принести ему чашку чая?», – но в действительности он так не подумает, он просто решит, что он согласился быть слугой и поэтому сейчас ему нужно помыть чашку и принести чашку с горячим чаем. Он подумает: «Если я не хочу этого делать, то тогда с самого начала мне не надо было соглашаться быть слугой. Если я согласился быть слугой, то тогда во всем этом нет ничего удивительного». И точно также, если вы не хотите в своей жизни испытывать проблемы и страдания, тогда не впадайте от этого в шок, просто с самого начала не рождайтесь под контролем омрачений.

Поэтому мастера Кадампы на основе такого учения говорили, как я говорил вам в прошлый раз, это отрывок из учения Лоджонг. Если вы испытываете проблемы, страдания, вспомните,

что у страданий есть пять достоинств. Вам нужно понимать, что любая проблема, которую вы переживаете в жизни, имеет пять хороших качеств. Если вы знаете, как их использовать, тогда проблемы также будут полезны. Проблемы сделают вас сильнее, помогут развить ваш ум. Одно из таких качеств проблем, это то, что проблема может помочь вам развить отречение. Проблема может помочь вам развить сострадание. Проблемы уменьшат ваше высокомерие. А как проблемы помогают вам развить отречение? Когда вы встречаетесь с проблемой, вы не удивляйтесь этому. Скажите себе, что поскольку я родился под контролем омрачений, то я не должен впадать в шок от того, что у меня возникают проблемы. А если я не хочу таких проблем, тогда мне не нужно рождаться под контролем омрачений. Если я не сделаю что-то со своими омрачениями, не устраню их из своего ума, то я всегда буду рождаться под контролем омрачений. И тогда это будет природой страдания. Итак, проблема пробудит ваш ум для того, чтобы что-то сделать со своими омрачениями. Шантидева говорил: «Если вы убиваете внешних врагов, это все равно, что вы убиваете трупы». Почему? Шантидева говорил, что даже если вы не убьете внешних врагов, однажды они все равно умрут. Поэтому убивать внешних врагов – это все равно, что убивать трупы, но если вы по-настоящему хотите уничтожить врага, вам нужно уничтожать внутренних врагов. Если вы не уничтожите внутренних врагов, сами они никогда не умрут. Не так как внешние враги. Внешние враги однажды могут превратиться в очень хороших ваших друзей. Что касается внутренних врагов, они никогда не станут вашими друзьями.

Поэтому Шантидева говорил, что если мы не уничтожим наших внутренних врагов, то сами они никогда не уйдут из нашего ума. Итак, вам нужно породить сильную решимость: «Как же мне избавиться свой ум от этой болезни омрачений?» Это называется «отречение». Это желание обрести безупречное состояние ума, полностью свободное от омрачений. Тогда вы сможете рождаться по собственному выбору. Если вы рождаетесь по собственному выбору, то тогда это настоящая свобода. Недавно во время учения по Ламриму Его Святейшество Далай-лама рассказал следующее: большинство из вас знает Богдо Гегена. Когда он был жив, он был очень простым человеком. И Далай-лама рассказал, что однажды он получил письмо от Богдо Гегена. Обычно перед смертью люди пишут: «Пожалуйста, помолитесь за меня, скоро я умру». А Богдо Геген написал совершенно другое письмо. Это первое такое письмо в нашем мире.

Первый вопрос, который задал Богдо Геген в этом письме Далай-ламе: «Где мне стоит умереть, в Монголии или в Индии?» Далее, второй вопрос: «Когда мне следует умереть?» Просто когда мне нужно умереть. И на это Далай-лама ответил: «Вам лучше умереть в Монголии. Что касается времени, то это после Нового года». И как сказал Далай-лама, в точности то, как он посоветовал Богдо Гегену, именно так и произошло. Прямо после Нового года Богдо Геген в позе медитации ушел из жизни. Это означает, что если человек может выбирать, где ему умирать и когда ему умирать, это означает, что его ум уже не находится под контролем омрачений, а находится под собственным контролем. Это свобода. Это главная свобода, о которой говорится в буддизме, – что нам нужно обрести такую свободу. Тогда вы будете счастливы жизнь за жизнью. Это бесконечные факторы счастья. Когда вы обретаете контроль над своей смертью, контроль над рождением, вы всегда будете счастливы. Поэтому, когда вы практикуете Дхарму, думайте так: «Пусть я смогу обрести контроль над тем, где мне умереть, когда мне умереть, когда и где родиться». Для этого вам нужно обрести контроль над омрачениями, устранить их из своего ума. В настоящий момент мы находимся под контролем омрачений и не можем выбирать, где нам умирать и рождаться. В Тибете есть такие истории о монахах. Один монах сидел в тюрьме и китайцы пришли, чтобы его убить. Тогда он сказал, дайте мне время помедитировать, а потом убивайте. Вот так, в медитации он и умер, так как не хотел, чтобы китайцы накопили негативную карму убийства. Вас должны впечатлять такие люди. Старайтесь брать с них пример. Поэтому контроль над омрачениями, контроль над рождениями и смертями,

свобода от рождения и смертей под контролем омрачений – это настоящая свобода. Так вам нужно понять, что самое худшее страдание – это рождение под контролем омрачений, это всепроникающее страдание. Это самое худшее из страданий. И когда у вас появляется такое страдание, когда ваши пять совокупностей рождаются под контролем омрачений, то в этом случае вы подвержены всем видам других страданий. Теперь думайте об этих темах. И если нейробиологи исследуют ваш мозг, то они увидят, что вы начинаете использовать те части мозга, которые никогда не использовали.

Подумайте, что если у вас появится свобода над рождениями и смертями, то это настоящему будет здорово. Итак, я хотел бы контролировать свои омрачения. Я не хочу рождаться под контролем омрачений. Что же мне сделать, чтобы не рождаться под контролем омрачений? И тогда учение по четырем благородным истинам становится очень драгоценным. Будда говорил: «Я укажу вам путь к освобождению, но освобождение зависит от вас». Освобождение – это свобода от контроля омрачений. Это называется «освобождение». Итак, вам нужно понять для себя следующее: я раб своих омрачений. И если я являюсь рабом своих омрачений, то как же я могу ожидать счастья? Если я настоящему хочу счастья, то мне не нужно быть рабом своих омрачений. Совершите революцию со своими омрачениями. Это первая, самая важная революция.

Такой термин, как революция возник в буддизме. Здесь говорится не о внешней революции, а о внутренней революции. Царство вашего ума находится под полным контролем ваших омрачений, которые не являются частью вашего ума. Это как болезни вашего ума. Как же в этом случае в вашем уме может воцариться покой и мир? Тогда, если вы так думаете, то скажите себе: «Я буду выполнять практику, например, читать мантру для того, чтобы освободиться от этой болезни омрачений. И пусть эта моя практика, пусть это начитывание мантр станет причиной того, что однажды я избавлюсь от рабства омрачений». Тогда вы будете создавать какие-то причины для обретения свободы от болезни омрачений. Вначале вам нужно накопить большие заслуги, чтобы бороться с этой болезнью омрачений. Второе, вам необходимо очищать отпечатки негативной кармы, иначе вы недостаточно сильны, чтобы бороться с болезнью омрачений. И третье, нужно развить очень хорошую концентрацию, такой высокий уровень концентрации, который называется «шаматха». И четвертое, с помощью мудрости, мудрости познания пустоты вы сможете полностью устранить все омрачения из своего ума. Итак, в первую очередь вам нужно сделать упор на накоплении заслуг и очищении негативной кармы. Это то, на что Будда указывал очень ясно в своем коротком послании. Будда говорил: «Несовершенство негативной кармы, накопление богатства заслуг, полное укрощение своего ума – вот в чем учение Будды». Это практика Дхармы в очень краткой форме. Итак, в первую очередь, нужно не создавать негативной кармы, которая является причиной ваших страданий.

С сегодняшнего дня контролируйте свои тело, речь и ум, не позволяйте им совершать дурных поступков. Это самое первое. Что касается негативной кармы, которую вы уже накопили в прошлом, эти действия не исчезают, они оставляют отпечатки в вашем уме. И еще до проявления вам нужно очиститься от всех этих отпечатков. Это то, о чем Будда говорил в первой строке. Это первая практика. Первый уровень практики нужен для того, чтобы обрести полную свободу от рождения под контролем омрачений, чтобы обрести свободу от омрачений. Далее, второй шаг. Здесь Будда говорил: «Копите богатство заслуг, накопите большие заслуги». И также копите мудрость. Накапливайте позитивные состояния ума, которые являются источником заслуг. Это второй уровень практики. А третье – это полное укрощение ума, не какое-то частичное, потому что, когда вы накопите богатство заслуг, ваш ум немного укротится. Если вы не создаете негативной кармы, ваш ум уже немного укрощен. Но Будда говорил, что только лишь этих двух не достаточно. Далее, Будда говорил, третье, – вам нужно полностью укротить свой ум. И чтобы полностью

укротить свой ум, очень важна однонаправленная концентрация – шаматха. И когда с помощью шаматхи вы разовьете випашьяну – мудрость прямого познания пустоты, то вы сможете полностью укротить свой ум и полностью устранить все омрачения из своего ума. И это в сжатой форме представление о пути к освобождению. Итак, это то, что нам указал Будда, а освобождение теперь зависит от наших действий. Практику необходимо выполнять в правильной последовательности, не пытайтесь сразу же полностью укротить свой ум. Это будет невозможно.

Итак, ваши пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, – это природа страдания, поэтому они обладают четырьмя аспектами. Мы цепляемся за противоположность этим четырем аспектам в отношении наших пяти совокупностей. Из-за этого омрачения возникают у нас с еще большей силой. Поэтому очень важно думать о четырех аспектах благородной истины страдания, четырех аспектах благородной истины источника страдания, то есть о шестнадцати аспектах четырех благородных истин для уменьшения омрачений.

Теперь первый аспект – это непостоянство. Говорится, что наши пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений на сто процентов каждый миг разрушаются. Нет ни одного мгновения, когда они пребывали бы в стабильном состоянии. С самого момента рождения с каждым мигмом они все ближе и ближе к смерти. Поэтому, что касается непостоянства, то различают грубое непостоянство и тонкое непостоянство. Вначале нам нужно думать о грубом непостоянстве наших пяти совокупностей и самих себя. Что касается грубого непостоянства, то здесь Будда выдвинул четыре заключения. Это закон природы. Это естественные четыре заключения, завершения. Среди них первое – любое рождение заканчивается смертью. Вам нужно запомнить это наизусть. Однажды это на сто процентов произойдет. Наша концепция постоянства нас обманывает, и поэтому, когда такое происходит, мы впадаем в шок.

Второе – любая встреча заканчивается расставанием. Третье – любое накопление заканчивается истощением. Сколько бы вы ни копили, вы можете копить что-то все свою жизнь, но в конце вы расстанетесь со всем этим. В момент смерти и богатые люди, и бедные одинаково с пустыми руками уходят в следующую жизнь. Поэтому, что касается мирского богатства, в конце оно придет к истощению, исчезнет, потому что это ненадежный объект. А внутреннее богатство, сколько бы вы его ни копили, оно будет лишь увеличиваться, расти. А в момент смерти вы сможете забрать его с собой. Поэтому вы видите, что сколько бы вы ни копили обычного мирского богатства, в конце оно исчезнет, истощится. Поэтому скажите себе: «Я буду прикладывать больше усилий к накоплению внутреннего богатства. Оно будет со мной жизнь за жизнью».

Даже в этой жизни, когда вы обретете очень высокое внутреннее богатство, если вы станете добродетельным человеком, даже если вы будете пить чашку чая с молоком, она будет очень вкусной. Даже без молока вам будет вкусно. Человек высоких заслуг любую еду кушает очень вкусно. Не надо слишком полагаться на материальные вещи. Развивайте внутренние качества ума. Развивайте больше внутренние качества, заслуги. Накопление материальных вещей приводит к кризису. Российское правительство старается помочь людям выработать какие-то антикризисные меры, но я провожу такую же работу. Как российский гражданин я провожу эту работу и помогаю людям подготовиться и защищаться такими антикризисными мерами. Итак, что касается теории, то вам нужно понять, как говорил Будда, четвертое, – любой взлет заканчивается падением. И поскольку я об этом знаю, то меня не интересует какой-то мирской высокий статус, такое положение. Это ненадежно. Для меня самый важный статус – это такое положение, в котором я не рождаюсь под контролем омрачений и не умираю под контролем омрачений. Я хотел бы достичь этого.

Если я обрету такой статус, то это будет самый надежный статус. Что касается любого другого статуса, то в конце произойдет падение. Поэтому, если вы хотите кем-то стать, то станьте таким как архат, который обладает контролем над своими рожденьями и своими смертями. Контролирует свой ум и имеет полную свободу от омрачений. Такой контроль – это наивысший контроль. В буддизме говорится, что вам невозможно стать счастливыми, обретая контроль над другими.

Далее, другой момент. В буддизме говорится, что невозможно всех взять под контроль. В жизни никогда не думайте, что если вы возьмете кого-то под контроль, то станете счастливым. Это ложное представление. Это ложная теория. Никогда не старайтесь контролировать других. Вам нужно контролировать самих себя и это возможно. Вы сами находитесь полностью в своих руках, а другие люди полностью не в ваших руках. Одно дело говорить: «Как хорошо, поехали со мной». Совсем другое дело, контролировать. В вашей жизни самое важное – это контролировать самих себя. В особенности, полностью контролируйте свой ум, сохраняя его от болезни омрачений. Сделайте так, чтобы ваш ум был полностью свободен от контроля омрачений. И это самый высший статус. Это также освобождение.

У освобождения есть множество аспектов. Нерождение под контролем омрачений – это тоже освобождение. Ум, полностью свободный от омрачений, – это тоже аспект освобождения. Пресечение омрачений – это тоже освобождение. Это все имеет один смысл, все это вы обнаруживаете при взгляде с разных точек зрения. В буддизме говорится, что например, производное и непостоянное имеет один и тот же смысл, но рассматривается с разных сторон. Что касается производного, то здесь рассматривается с точки зрения того, как объект возникает. Если говорить о непостоянстве – то с точки зрения того, как он разрушается. Так же они могут быть единичными, тождеством. Но здесь говорится о тонком непостоянстве. Если что-то возникает в силу причин и условий, то оно каждый миг разрушается. Почему? Здесь в буддийской философии Дигнага, – мастер буддийской логики, говорил о том, что сама причина, которая создает объект, является причиной его разрушения. Поэтому с самого первого мгновения существования объекта он разрушается. Поэтому производное и непостоянное имеют один смысл. Вы не сможете найти ничего производного, что при этом было бы постоянным. Вы не сможете найти ни одного производного объекта, который не разрушался бы. И вы не сможете найти ни одного объекта, который не разрушается, но при этом возникает из причины. Поскольку нет ничего, что было бы производным, но при этом не разрушалось бы, нет ничего, что разрушается, но при этом является производным, – это означает, что это нечто единое. Тождественное. Потихоньку вы это поймете.

Итак, если говорить о непостоянстве, то в буддизме говорится, что любой объект с первого мгновения существования разрушается. Но это никогда не приходит нам на ум. Мы думаем, что вначале объект возникает, потом какое-то время пребывает и разрушается. Как он может разрушаться без пребывания? Такое не приходит нам на ум. Мы думаем, что в этом случае он не существует. Если возникнув, он сразу же разрушается, то нет момента пребывания. Тогда нет времени для существования феномена. Это такой логический диспут, который ведет школа Вайбхашика с другими более высокими школами. Школа Вайбхашика говорит о том, что каждый производный объект разрушается не в тот момент, когда возникает, а начинает разрушаться через мгновение. И за это мгновение он возникает, пребывает и только после этого разрушается. С точки зрения более высоких школ – это грубое непостоянство. А для нашего ума это выглядит более правильно, что объект сначала возникает, потом пребывает, затем разрушается. Высшие школы говорят о том, что нет времени для пребывания объекта. Он каждый миг разрушается. Та причина, которая создает

объект, сама же и разрушает этот объект, поэтому это разрушение не зависит от какой-либо другой причины. Но это неважно.

Что касается непостоянства, то самая лучшая концепция, связанная с непостоянством, – это памятование о непостоянстве и смерти. Это то, что однажды я на сто процентов умру. Большинство людей знают об этом. Однажды все мы умрем. Далее второй момент, – это то, что время смерти не определено. Здоровые люди или больные, – это не имеет значения. Время смерти не определено. Иногда бывает, что когда люди болевают, то начинают думать, что могут умереть в любой момент. А если человек немного более здоров, то он думает, что будет жить долго, – это неправильно, это концепция постоянства. Вчера ночью, когда я болел, мне мысль пришла: «А, в любой момент могу умереть». Готовность к смерти появилась. А сейчас, сегодня чуть-чуть лучше стало, решил, что умру, но потом, через несколько лет. Это концепция постоянства. Когда человек болеет, – это тоже хорошо. Он вспоминает: «О, можно умереть в любое время». Готовность к смерти появляется. Когда человек выздоравливает, он начинает думать, что умрет позже. Так проявляется концепция постоянства.

Если вам кто-нибудь скажет, что через пятьдесят лет он подарит вам десять тысяч долларов, вы очень обрадуетесь. «О, как хорошо, десять тысяч!» Правда? После пятидесяти лет вас, скорее всего, здесь не будет. Это концепция постоянства очень радуется, что вы получите такой подарок. И поэтому вам очень важно понимать три момента в отношении непостоянства. А не просто повторять, что когда-то я умру. И это реальная ситуация вашей жизни. Если вы не знаете этих реалий своей жизни, то вы допускаете большие ошибки. Можно провести аналогию. Одна бабушка живет в одном доме, который в действительности ей не принадлежит. И есть три ситуации, о которых она ничего не знает. Из-за того, что она не знает таких трех обстоятельств, у нее очень сильна концепция постоянства. Весь день она проводит уборку по дому, занимается своим садом.

То, что у ее соседки, другой бабушки, растет больше цветов, ее задевает, она завидует этому и хочет у себя тоже вырастить больше цветов. Если кто-то из детей срывает в ее саду цветок, она очень злится из-за этого. Однажды к ней домой пришел один очень мудрый человек, как в фильме «Матрица». Итак, он постучал «тук-тук-тук», она открыла дверь, и на пороге ее дома стоял этот мудрый человек. И этот человек сказал ей, что хочет рассказать ей о ее реальной ситуации. «В настоящий момент вы не знаете своих реальных обстоятельств, поэтому допускаете большие ошибки». И она задумалась, о каких реальных обстоятельствах идет речь, и сказала: «Да, пожалуйста, расскажите мне об этом».

Она пригласила этого человека домой, предложила ему чаю. И этот мудрый человек сказал ей: «Первое обстоятельство, – это то, что этот дом вам не принадлежит. Поэтому однажды на сто процентов вам придется покинуть его, поскольку он вам не принадлежит. Далее, второе обстоятельство – владелец этого дома очень эгоистичен. В этот момент никто не хочет арендовать этот дом, поэтому он дает вам пожить в нем, поскольку вы для него как бесплатная служанка. Но как только кто-то захочет арендовать этот дом, он сразу же выгонит вас. Вы прикладываете очень много усилий к уборке в этом доме, к своему саду. Но, когда вы покинете этот дом, вы не сможете этот сад забрать с собой. И чистоту этого дома вы с собой тоже забрать не сможете. В этот момент будет полезно только одно: если у вас будут деньги, то вы сможете купить еще более хороший дом». Итак, он сказал: «Вот таковы три обстоятельства, подумайте о них». И ушел. Далее всю следующую ночь бабушка думала об этом. «Это правда, этот дом не мой. Документов на него у меня нет. Второе – хозяин дома может выгнать меня в любое время. Если отсюда пойду, у меня в кармане денег нет. Зачем мне эти цветы. Так у нее открылись глаза. И когда она глаза открыла, следующим утром, когда она увидела, что у соседской бабушки больше цветов, она сказала: «Жалко

бабушку». Зависти у нее не было. Когда вы думаете, что что-то важно, вы завидуете. Когда вы думаете, что что-то неважно, вы не будете завидовать. Вы будете жалеть. «Жалко бабушку, она как я вчера, тоже не знает своей реальной ситуации». А потом один мальчик пришел, цветы собрал. Раньше она злилась, а сейчас не злится. «Мальчик иди сюда, еще забирай». Смотрите, вчера одна бабушка была, сегодня совсем другая. Вчера злилась и завидовала, а сегодня один фактор открыла в своей жизни и совсем другой стала. Смотрит на сад своих соседей и радуется: «О, какой красивый сад!» Вот так надо меняться, через открывание глаз.

Итак, эта аналогия может быть применима к вашей жизни. Вы такая же бабушка. Ваше тело – это ваш дом. Дом – это ваше тело. Как мы поступаем? В первую очередь мы думаем, что являемся владельцами этого дома, нашего тела. Но мы не владельцы. Вы временно арендуете этот дом на деньги своей кармы. Когда карма закончится, это тело скажет вам «до свидания», покинет вас. И это первый факт. Итак, вы не владеете этим телом, но считаете себя владельцем. Это очень глупо. Это очень большое заблуждение. Вам нужно понимать то, о чем говорится в буддийской философии, что вы не можете владеть даже своим телом, как же в таком случае вы можете владеть какими-то внешними объектами? Это невозможно. Посмотрите, вот раньше правители Башкирии, цари, думали, что владеют этой территорией. Но затем они умерли, а эта территория продолжает существовать. Никто не может владеть какой-либо территорией или чем-либо еще. Это реальность, это факт.

Вы не можете владеть чем-либо, но можете как-то временно использовать объект. С точки зрения этого временного права – использовать что-либо, если вы смотрите с этой точки зрения, то у вас есть очень много всего. Тогда вы очень богаты. Россия – это наша территория. Нефтяные компании – это наши нефтяные компании. Башкирские нефтяные компании – это наши нефтяные компании. Газпром – это наш Газпром, одна из самых богатейших компаний. То есть, во временном отношении мы очень богаты. В абсолютном смысле, постоянно этим никто не владеет. Если вы знаете такой один факт, то вы не будете тратить время на получение материальных благ. Вы будете развивать свой ум и думать, что у вас всего много и везде ваш дом. Это очень важный факт, который очень полезен. Вы не можете чем-либо владеть, не можете владеть даже своим телом. Поэтому не старайтесь чем-либо завладеть. Вместо этого прикладывайте усилия к укрощению своего ума. И когда ваш ум полностью освободится от омрачений, автоматически вы станете владельцем всей вселенной. Потому что у вас будет выбор: где находиться, куда отправляться, когда умирать, когда не умирать. Тогда вы настоящие владельцы. Если у вас нет свободы над тем, где вам умирать и где рождаться, то в этом случае вы подобны сухим листьям, которые несет ветер. Как же вы можете быть владельцами?

Далее, второй факт. Так же, как хозяин дома является очень эгоистичным и может выгнать бабушку из этого дома в любой момент, так же и в отношении вас время смерти не определено. В любой момент может наступить смерть и она никогда не предупредит, что придет, скажем, завтра. Она может прийти в любой момент. Потому что есть очень много таких факторов вероятности, в силу которых смерть может наступить, например, завтра. С научной точки зрения вы можете умереть из-за большого количества факторов. Вы можете умереть из-за землетрясения, из-за того, что ваш дом разрушится. Ваше тело может заболеть. И вообще, ваше тело является очень хрупким. Сердце – это такой очень тонкий механизм, может остановиться в любой момент. Даже «Жигули» – металлические, ломаются. Если человек уже десять лет владелец автомобиля «Жигули» и в этом случае он откуда-то издалека приезжает в Уфу, он говорит: «Ну, слава богу, я доехал, машина не сломалась. Могла сломаться в любой момент». И точно также наше тело более хрупкое, чем машина «Жигули». Наше тело является очень хрупким. Если вы не умираете – это просто чудо. Если вы проводите исследования таким образом, я рассматривал сейчас с научной

точки зрения, если в добавление к этому вы рассматриваете ситуацию с буддийской точки зрения, то вы обнаруживаете, что есть очень много факторов, в силу которых смерть может наступить в любой момент. С буддийской точки зрения, например, существует большое количество вредоносных духов, которые охотятся за нашей жизненной силой. Они живут за счет нашей жизненной силы.

Это так же один из факторов, может наступить такая ситуация, если у вас пропадет удача и вы встретитесь с таким вредоносным духом, то он может отнять вашу жизненную силу, и вы внезапно умрете. Есть очень много различных обстоятельств, в которых жизненная сила может покинуть наше тело. Тогда это также станет условием для внезапной смерти. Когда вы получаете посвящение долгой жизни Белой Тары, в это время многие, когда у вас все очищается, цвет и нектар благословляет вас, многие, те, у кого жизненная сила уже практически иссякла и вот-вот покинет их тело, благодаря этому она возвращается обратно. И благодаря этому вы обретаеете долгую жизнь. Если вы потеряете жизненную силу, то даже если с научной точки зрения ваше тело очень крепкое, сильное, то, тем не менее, скажем, среди ночи вы можете внезапно умереть. Я не стараюсь как-то вас запугать. Это реальность, вам нужно знать об этом. Тогда вы будете готовы к этому. Поэтому время смерти не определено.

Далее третье, точно такое же обстоятельство. Если бабушка покинет этот дом, то для нее не будут полезными ни цветы, ни чистота этого дома. Она ничего из этого не сможет забрать с собой. И точно также, если вы однажды покинете этот дом своего тела, то ни один из материальных объектов, которые вы собираете, не сможет помочь вам. Вы не сможете забрать ни один из них. В этот момент вы с собой забрать можете только одно – это внутреннее богатство. Но его вы не стараетесь накопить. Большие заслуги, благие качества вашего ума – это то, что вы можете забрать с собою в следующую жизнь. И благодаря этому в следующей жизни обрести еще более хорошее тело. И если вы знаете об этом, то в этом случае, если раньше вы, видя своего соседа, купившего новую машину, завидовали ему. После понимания такой истины вы скажете: «Очень хорошо, что мой сосед купил новую машину. Это наша машина». И когда эта бабушка умрет, то она не сможет с собой забрать эту свою машину, поэтому вы будете испытывать сострадание. Вы будете испытывать сострадание, и у вас вообще не будет зависти.

Когда вы философию немного лучше понимаете, тогда детского ума, зависти у вас не будет. Зависть – это детский ум, потому что узкий ум. Некоторые люди стали взрослыми, а ум у них остался как у маленького ребенка. Если видят, что к кому-то пришла удача, начинают завидовать. Это детским ум. Когда вы немного лучше философию понимаете, тогда у вас вообще зависти не будет. Вы будете рады: «Хорошо, они давно хотели счастья. Сейчас они получили немного счастья, как хорошо». Когда в вашем уме нет зависти, вы радуетесь, когда другие люди счастливы. Это богатый ум взрослого человека. Если вы завидуете тем, к кому пришло немного удачи, – вы ненормальный человек, вы маленький ребенок, ум у вас не вырос, вы ничего не поняли.

Признак понимания философии состоит в следующем: если вы до сих пор завидуете другим, если вы расстраиваетесь, когда другие счастливы или наоборот радуетесь, когда другие страдают, то в этом случае, это означает, что вы не понимаете Дхарму. Вы просто принимаете информацию, но ум при этом не открывается. Люди могут сегодня в первый раз слушать учение, но если их ум открыт, то они будут понимать Дхарму. Другие люди могут пятнадцать лет слушать учение, и ничего не понять, не открыть свой ум. Мой Духовный Наставник говорил, что признак понимания Дхармы, – это когда ваши омрачения становятся меньше. Если ваши омрачения не становятся меньше, то вы не понимаете Дхарму. Признак

эффективной медитации, – это когда ваш ум освобождается от омрачений. Если ваш ум не освобождается от омрачений, то вы не выполняете эффективной медитации.

Итак, время закончилось.

Посвящение заслуг.

Итак, завтра состоится Благословение Белой Тары. Вы можете рассказать об этом своим друзьям, родственникам. Завтра благодаря благословию Белой Тары, та жизненная сила, которая у вас иссякает, покидает ваше тело, благодаря благословию может возродиться. Благодаря этому вы не умрете в силу таких обстоятельств, что ваш жизненный срок еще не закончился, но вдруг внезапно вы встретили какое-то плохое условие и из-за этого может наступить смерть. С вами этого не произойдет. Есть две причины, по которым масляный светильник может погаснуть. Первая причина, это, например, закончилось масло. Это произойдет и с вашей жизнью. Когда закончится ваш жизненный срок, вы умрете. Это естественная смерть. Другая ситуация, это когда масло в масляном светильнике еще не закончилось, но из-за какой-то такой злой силы может наступить смерть, масло не закончилось, но если внезапно, например, подул ветер, он может затушить это пламя. И так же с вашей жизнью. Ваш жизненный срок еще не закончился, но из-за какого-то плохого условия может наступить смерть. И это то, от чего защитит вас благословение Белой Тары.

Белая Тара не может сделать так, чтобы вы жили бесконечно, но, тем не менее, она может защитить вас от внезапной смерти из-за возникновения какого-то плохого условия. Увидимся с вами завтра. Расскажите об этом своим друзьям, родственникам. В особенности завтра для вас очень хороший шанс, потому, что вас представят божеству Белая Тара. После такого знакомства с божеством Белой Тарой у вас с Белой Тарой образуется особая связь. Если вы будете держать обеты, которые примите у Белой Тары, то после этого, о чем бы вы ни попросили Белую Тару, она сможет помочь вам в исполнении этих желаний. В моей жизни, если наступают ситуации, в которых я ничего не могу поделать, то в этом случае я прошу Белую Тару помочь. В нашей человеческой жизни все проблемы человек не может решать. Вот в это время у нас другого выбора нет. У нас есть один выбор – положиться на божество, у которого больше сил. Поэтому, когда у вас есть сильная вера, когда вы полагаетесь на божество, то и пользы получаете больше. Итак, увидимся с вами завтра.