

Я очень рад всех вас сегодня здесь видеть. Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией сделать свой ум более здоровым. С некоторым уровнем убежденности в том, что в нашей жизни самые эффективные действия – это укрощение ума и оздоровление ума. Нет более высоких, более эффективных действий, чем действия по укрощению ума и действия по оздоровлению ума. Вы много всего делаете в своей жизни, это тоже хорошо, это важно. Но среди этого самое важное – это когда вы делаете свой ум немного лучше, немного более здоровым. Также в вашей жизни у вас много друзей, и те из этих друзей, которые напоминают вам о практике Дхармы, о том, что нужно развивать свой ум, – это хорошие друзья, друзья по Дхарме. Обычно друзья советуют вам заботиться о своем здоровье, и это хорошо, так как физическое здоровье также является важным, но друзья по Дхарме советуют вам заботиться об уме, о здоровье ума. Поэтому, когда вы видите с друзьями, советуйте друг другу: «Заботьтесь о своем уме». У вас должны быть такие дружеские советы друг другу: «Позаботьтесь о своем уме».

Когда Атиша впервые прибыл в Тибет, его первым вопросом к людям был вопрос: «Каково состояние вашего ума?» Он никогда не спрашивал о состоянии здоровья тела или о ситуации в семье, он все время спрашивал о состоянии ума у людей и советовал заботиться об уме. Он знал, что если вы заботитесь о состоянии своего ума, то здоровое тело и все остальное благополучие появятся у вас сами собой. Когда вы в плохом настроении, в этот момент состояние вашего ума очень плохое, и это также влияет на здоровье вашего тела. В этот момент и отношения с друзьями и с окружающими тоже портятся. В этот момент на сто процентов вы несчастливы. Поэтому я напоминаю вам, что здоровый ум в вашей жизни, – это очень важно, и я напоминаю вам об этом снова и снова. Когда я приезжаю в Омск, моя первая, самая главная ответственность – напомнить вам о том, что вам нужно заботиться о здоровье своего ума.

Что касается развития вашего ума, то вам нужно развивать его понемногу, шаг за шагом, медленно, не торопитесь слишком сильно, иначе вы не сможете долго этим заниматься. В отношении физического развития хороший тренер вам скажет: «Вначале не нужно делать такие упражнения, которые делают хорошо развитые спортсмены, постепенно занимайтесь упражнениями». Вначале не берите пример с Миларепы, иначе вы не сможете заниматься практикой. Одна из ошибок россиян состоит в том, что россияне – экстремалы. Если они занимаются духовной областью, то только духовной областью. А если не духовной, то только материалистической. Это крайности, так нельзя.

Если вы добрые, то вы очень добрые, – отдаете все, что у вас есть. А на следующий день наоборот становитесь очень жадными и ничего не отдаете. Это неправильно. Не нужно быть слишком добрыми, выражать слишком высокую доброту. Внутри вы должны быть добрыми, а снаружи не показывайте всю вашу доброту. Внешне ведите себя так, как будто вы не очень добрые люди. Если вы что-то даете, то в отношении щедрости очень важно давать в подходящее время, в соответствующем количестве, не слишком много, иначе вы испортите других людей. Очень важно понимать все эти моменты. И в духовной практике также постепенно каждый день делайте свой ум все более и более здоровым. Это не помешает вашим мирским делам. Каждый день вам нужно выделять на это какое-то время. Например, вы думаете: «Каждый день тридцать минут я буду читать духовные тексты. Также тридцать минут я буду заниматься своей практикой. Формальной практикой. Или, например, один час». Это то, что вам нужно делать постоянно.

Если вы этим занимаетесь постоянно, то спустя какое-то время, год или два, вы сможете увидеть результат. И тогда, если кто-то вам скажет: «Не выполняй практику», – он не сможет остановить вас. Вы захотите продолжить практику. Потому что вы увидите

результат. Итак, это мои небольшие советы для вас. Мой для вас совет: не будьте слишком духовными в самом начале, но также и не будьте слишком материалистичными. Очень важен срединный путь. Вам нужно поступать в соответствии с вашей ситуацией. Ваша ситуация в настоящее время – это срединный путь. А теперь, что касается учения. Вчера мы с вами говорили о совокупности формы. Я объяснил вам, что представляет собой совокупность формы, тонкая и грубая форма. Мы это закончили. Это объектная основа для обозначения «я». Когда это ваше грубое тело красиво, вы говорите: «Я красив». Когда становится активным ваше тонкое тело, когда оно становится красивым, вы также говорите: «Я красив».

Когда ваше грубое тело становится толстым, вы говорите: «Я толстый». Поэтому толстый вы или нетолстый, красивый вы или некрасивый, очень сильно зависит от совокупности формы – от вашего грубого тела, но оно также не является вами. Это не вы. Это не вы, но это объектная основа для обозначения «я». Когда вы понимаете эту взаимозависимость пяти совокупностей, тогда вы знаете, что «я» – это название, которое присваивается пяти совокупностям. Понимать пять совокупностей очень важно, потому что «я» – это название, которое дается этим пяти совокупностям. Далее вторая ваша совокупность. Первая ваша совокупность, – это совокупность формы, и когда она полностью очищена, то трансформируется в Будду Вайрочану. Далее вторая ваша совокупность – это ощущения. Совокупность ощущений – это ваш вторичный ум. Это очень активное состояние ума, поэтому оно называется «совокупностью ощущений». Основываясь на этой совокупности ощущений, вы говорите: «Я счастлив» или «Я несчастлив». Но нет такого прочного «я», которое было бы счастливым или несчастным. Когда ваша совокупность ощущений счастлива, то вы говорите: «Я счастлив».

Если ваша совокупность ощущений несчастлива, то вы говорите: «Я несчастный человек». Поэтому нет такого прочного «я», которое было бы счастливым или несчастным. Поскольку ваша совокупность ощущений счастлива, вы говорите: «Я счастлив». Потому что это объектная основа для обозначения «я». «Я» – это название, которое дается этой объектной основе, поэтому, когда эта объектная основа счастлива, вы говорите: «Я счастлив». С одной стороны я могу быть счастливым или несчастным, а с другой стороны нет самосущего «я». В теории взаимозависимости также возможна пустота, здесь нет противоречия. Взаимозависимость и пустота имеют один смысл, являясь двумя разными аспектами. Итак, из-за ваших счастливых или несчастных ощущений вы говорите: «Я счастлив» или «Я несчастен». Поэтому она рассматривается как отдельная совокупность ощущений. Когда эта совокупность ощущений полностью очищается, и вы уже не испытываете никаких негативных ощущений, только позитивные ощущения, тогда эта совокупность трансформируется в Будду Ратмасамбхаву.

В буддизме не говорится, что все ощущения плохие. Есть очень много таких положительных ощущений, которых у вас нет, и которые вам надо развивать. Если в своей медитации вы ухудшаете такие чувства, как любовь, если вы блокируете чувства любви и сострадания, то вы себе вредите. Это неэффективная медитация. Такое иногда бывает, скажем, в медитации дзен, – не во всех случаях, подлинные мастера дзен знают, как развивать любовь и сострадание, но, тем не менее, некоторые мастера дзен делают упор только на развитии высокой концентрации. Итак, они говорят: «Не думайте о прошлом, не думайте о будущем, пребывайте в настоящем моменте. Пребывайте только в текущем моменте времени, не позволяйте в своем уме возникнуть никаким концептуальным мыслям, у вас не должно быть никаких ощущений». Так они блокируют все ощущения. С одной стороны они развивают какую-то концентрацию, но с другой стороны их ум становится очень сухим.

У них также не остается чувств любви и сострадания к другим. Это опасно. Однажды в Японии один мастер традиции дзен задал вопрос Далай-ламе. Он сказал: «У нас в Японии есть множество практиков медитации и с одной стороны их практика хороша, потому что они развивают хорошую концентрацию, становятся безвредными, но с другой стороны они становятся очень сухими и как бы изолированными от общества. Почему?» Далай-лама ответил: «Это неправильно». Развивать концентрацию – хорошо. Но когда человек теряет чувство любви, чувство доброты, тогда корень религии подрывается. Это относится не только к буддизму, корень христианства и ислама – это тоже доброта. Если мы не развиваем доброту, тогда наша религия потеряет корень. Даже если у вас есть высокая концентрация, что с того? Вы похожи на камень, он ничего ни о ком не думает. В этом нет ничего полезного. Поэтому Далай-лама говорит, что самое главное – это доброта, внутри должны быть хорошие качества, хорошие добрые чувства. Позитивные эмоции нужно развивать. Одновременно негативные эмоции нужно уменьшать.

В прошлые времена, когда Хашан пришел в Тибет, он говорил, что не нужно иметь вообще никаких концепций. Он говорил, что концепции – это оковы сансары. Поэтому если у вас нет вообще никаких концепций, то вы освобождаетесь от сансары. Это воззрение Хашана опроверг великий мастер Камалашила. Камалашила говорил о том, что не все концепции плохие, и мы в сансаре пребываем не из-за концепций. Мы пребываем в сансаре из-за негативных состояний ума, из-за негативных эмоций. А позитивные эмоции есть у Будды, есть у бодхисаттв. У Будды сильная любовь и сострадание. Если бы любовь и сострадание были оковами сансары, то будды и бодхисаттвы до сих пор не были бы свободны от сансары. Например, в вашем теле некоторые бактерии вредят вам. Но при этом, если вы скажете, что все бактерии плохие – это будет крайностью. Поэтому, если вы устраните все бактерии из своего организма, то вы себе навредите. Есть очень много хороших бактерий, и вам нужно их укреплять.

Итак, вам нужно понимать, что духовная практика – это не полное устранение всех эмоций, всех концепций. Вам нужно уменьшить негативные эмоции и взрастить позитивные эмоции. Это нелегко. Пребывать в неконцептуальном состоянии не очень трудно. Например, если вы в глубоком сне, то у вас нет никаких концепций. Каждый день восемь часов вы выполняете такую неконцептуальную медитацию. Какого же прогресса вы достигли? Поэтому вам нужно понять, что медитация – это не только блокирование вашего способа мышления. Определение медитации – это не просто остановка мышления. Некоторые люди на западе, которые начинают учиться медитации, говорят именно так, но это очень странная медитация. Кажется, что их слова звучат красиво, но при этом они не имеют никакого смысла. Они говорят, что медитация – это состояние ничего неделания. Когда вы перестаете совершать действия речи, действия тела, действия ума, то вы медитируете. И люди начинают думать, что это очень интересно. Но в этом нет ничего интересного. Это то, чем мы занимаемся с безначальных времен и до сих пор. Когда мы спим, мы как раз находимся в таком состоянии ничего неделания, когда наше тело не совершает действий, наша речь не совершает действий и наш ум тоже не совершает действий.

Такое состояние ничего неделания кажется очень интересным, но в этом нет ничего интересного. Если бы это было медитацией, то этому не нужно было бы учиться, мы и так все знаем это. Медитация – это непросто. Медитация – это когда вы приучаете свой ум к позитивному образу мышления. Это трудно. В настоящий момент наш ум очень сильно привык к негативному образу мышления, поэтому негативные состояния ума проявляются у нас спонтанно. У нас в уме есть привычка к негативному мышлению, поэтому негативные мысли появляются у нас спонтанно.

Поэтому чтобы устранить эту нехорошую привычку к негативному образу мышления, нам нужно заниматься медитацией. Медитация означает приучение своего ума к позитивному образу мышления, который противоположен негативному образу мышления. Когда вы ведете себя дурно, у вас возникает такая привычка к дурному поведению и что вам в этом случае нужно сделать? Нужно приучить себя к хорошему поведению. Таким образом, когда каждый день ваш ум мыслит позитивно, приучается к позитивному образу мышления, он становится все здоровее и здоровее. Что касается медитации, то различают однонаправленную концентрацию и аналитическую медитацию. И то и другое одинаково важно. Поэтому вам нужно понимать, что медитация – это не такое состояние, в котором вы ничего не делаете. Это нонсенс. Кто-то придумал такую глупость и вводит в заблуждение людей, сбивает их с толку. Итак, вам нужно понять, что медитация – это приучение своего ума к позитивному мышлению. Вам нужно запомнить это наизусть.

Далее третья совокупность – это совокупность различения. Ваша совокупность различения очень активна. На основе различения вы говорите: «Я умный» или «Я глупый». Если способность различения в вашем уме не проводит правильного анализа, то вы говорите: «Я глупый». А когда ваше различение анализирует что-то правильно, вы говорите: «Я умный». Итак, «я умный» или «я неумный» очень сильно зависит от совокупности различения. Все ваши ошибочные ложные различения являются основой для ваших омрачений. В чем цель медитации? Посредством аналитической медитации вы делаете свое различение все умнее и умнее. Чтобы ваше различение понимало феномены очень ясно и самого себя понимало очень ясно. И когда различение понимает все очень ясно, не остается основы для ошибочного различения.

Поэтому Дигнага говорил о том, что все ваши негативные состояния ума возникают из-за неясного понимания. Например, ваш гнев. Ваш гнев возникает из-за того, что вы не проводите правильного различения между человеком и его действиями. Если кто-то вам вредит, то вы начинаете сразу же злиться на этого человека и не анализируете, проводя различие между человеком и его действиями. Кто вам вредит? Это его действия вам вредят. Откуда берется это вредоносное действие? Оно возникает из-за негативного состояния ума. Это негативное состояние ума не является вашим врагом. Негативное состояние ума не является тем человеком. Этот человек находится под контролем негативного состояния ума. Это негативное состояние ума в первую очередь делает этого человека несчастным. Затем это негативное состояние ума делает вас несчастным.

Это негативное состояние ума толкает человека на совершение чего-то плохого по отношению к вам. И мы не видим очень ясно всей этой взаимозависимости, поэтому мы злимся на человека. Если я кошку ударю палкой, кошка может разозлиться на палку. Кошка в этот момент не анализирует, кто орудует палкой. Она думает, что то, что дотрагивается до ее тела, является плохим, а кто орудует этим инструментом, не имеет значения. Вот то, что до нее дотрагивается, это плохое. Из-за этого она кусает эту палку. Если я палкой ударю человека, то он не разозлится на эту палку. Вы знаете, что глупо злиться на палку, кусать ее. Потому что этой палкой орудует другой человек. И что вы делаете? Вы отбираете палку и бьете ею обидчика. Вы не увидите такого человека, который укусит эту палку. Потому что, если человек так поступит, тогда он подобен кошке.

В буддизме говорится, что мы немного лучше, чем кошки, но все равно такие же, как кошки. Если я толкну какого-либо человека, и он завалится на ваше тело, то вы толкнете этого человека обратно и разозлитесь на него. Но это тоже глупо – его толкают другие люди, в этом нет его злого умысла. Если кто-то говорит вам что-то плохое, то это гнев в его уме заставляет говорить в ваш адрес что-то плохое. То есть гнев вредит ему. В первую очередь их омрачения вредят им самим, а затем они вредят вам. Когда вы видите все это очень ясно,

вы уже не будете вести себя как кошка. Вы не разозлитесь на этого человека, а будете испытывать к нему сострадание. Это позитивное состояние ума – терпение возникает на основе ясного понимания. В буддизме о терпении не говорится, что нужно терпеть, пребывая как в горячей сауне, а потом у вас в организме происходит какой-то взрыв. Так быть не должно. Если вы проанализируете ситуацию, то поймете, что нет основы для злости. Вы можете злиться на омрачения человека, который от них страдает, а самому человеку нужно помогать. Если вы так будете думать, то никогда вообще не будете злиться, ваш ум будет спокойным. Это и называется «терпением».

Терпение – это когда любые действия людей не беспокоят ваш ум. В этом случае это терпение, а не в том случае, когда, например, кто-то вам говорит что-то плохое, при этом вы внутри злитесь, а внешне напрягаетесь и говорите: «Мне нужно терпеть, я буддист». Это не терпение. Терпение и множество других позитивных состояний ума возникают на основе такой совокупности различения, которая анализирует, что правильно, а что неправильно. На что нужно злиться, а на что не нужно злиться. И если вы все это ясно анализируете, то видите, что нет ни одного живого существа, которое являлось бы объектом гнева.

Если вы проанализируете, кто является объектом любви и сострадания, если вы анализируете все глубже и глубже, то на основе такой глубокой философии вы понимаете, что все живые существа являются одинаковыми объектами любви и сострадания. Нет ни одного живого существа, которое не являлось бы объектом любви и сострадания. Поэтому есть очень хорошая основа в живых существах для любви и сострадания. Для любви и сострадания есть достоверная основа. А для гнева нет достоверной основы, поскольку нет ни одного живого существа, которое было бы объектом гнева. Одновременно с этим в буддийской философии говорится, что нет ни одного живого существа, ни одного человека, который являлся бы объектом привязанности. Объект привязанности – это ментальное преувеличение. Такой красоты не существует со стороны объекта, это иллюзия.

Как с цветом, например. Если вы видите какой-то красивый цвет и думаете, что станете счастливым, если потрогаете его, то это ошибка. В действительности даже ученые знают, что нет такого цвета. Там есть только субстанция, которая отражает свет. Но если вы исследуете эту субстанцию, то обнаружите, что там нет такой прочной субстанции, а тоже – лишь очень тонкая взаимозависимость. Поэтому нет объектов привязанности, которые существовали бы со стороны объекта. Что касается любви и сострадания, то если вы говорите: «Я люблю кого-то, потому что это живое существо привлекательно», то это не любовь. Любовь – это желание другим безупречного счастья. Все живые существа хотят быть счастливыми. Так вы им желаете: «Пусть они обретут безупречное счастье». Это любовь. Здесь есть достоверность.

Что касается гнева, то нет такого человека, который был бы вредным для вас. Какой-то человек под влиянием негативной эмоции может на одно мгновение быть плохо настроенным по отношению к вам, но при этом он не будет таким все время. Если он счастлив, он уже так не думает. Если он под влиянием позитивных эмоций, то он так не думает. Но что касается любви и сострадания, то это желание счастья другим существам, желание, чтобы они избавились от страданий и обрели счастье. Все живые существа всегда хотят счастья и всегда не хотят страдать. Это естественное чувство для всех живых существ. А гнев не является естественным чувством для всех живых существ. Это болезненное состояние ума, негативное состояние ума.

Итак, в буддийской философии говорится, что все позитивные состояния ума пребывают в природе нашего ума. А негативные состояния нашего ума не относятся к его природе, это как болезнь ума. И это очень интересный момент, запомните его. Размышление над этим

сделает ваш мозг более активным. Нейробиологи говорят, что обычно ваш мозг активен только в одном направлении. Почему? Потому что целый день вы думаете о мирских делах, пользуетесь только одной частью мозга, а другой не пользуетесь, поэтому он у вас стал вот таким односторонним. Сегодня, когда вы получаете такое учение, что нет живого существа, которое являлось бы основой для гнева, и что все живые существа являются основой для любви и сострадания, ваш мозг становится более активным, у вас включается не только один канал, но и другие части мозга становятся более активными. Когда вы получаете такую новую информацию для вашего мозга, если бы нейробиологи подключили компьютер к вашему мозгу и исследовали его, они увидели бы, что другие части вашего мозга становятся более активными. Они начинают работать. Некоторые нейробиологи говорят, что мы используем лишь три процента нашего мозга, а кто-то говорит, что десять процентов. Что действительно является правдой, насколько задействован человеческий мозг? На три процента или на десять процентов? У большинства людей задействованы три процента. Индийские ученые говорят про десять процентов. Это, наверное, индийские десять процентов.

Итак, большинство нейробиологов говорят о том, что большинство людей использует лишь три-четыре процента потенциала своего мозга и, соответственно, получается, что девяносто шесть - девяносто семь процентов они не используют. И это очень похоже на то, что говорится в буддизме. О чем говорится в буддийской философии? Говорится, что человек использует лишь три процента потенциала своего ума. Если они станут использовать свой ум на десять-пятнадцать процентов, то станут сверхъестественными, особенными людьми. Когда вы разовьете шаматху, я совершенно точно смогу сказать, что ваш мозг начнет функционировать на десять-пятнадцать процентов. Это то, что моим ученикам нужно будет доказать на Байкале, поскольку сейчас новосибирские ученые уже готовы проверить их.

Новосибирские ученые бросают вызов моим ученикам, хотят провести исследование. И теперь, если вы хорошие буддисты, вам нужно доказать, что вы сможете начать использовать десять-пятнадцать процентов своего мозга посредством развития шаматхи. Сделайте свой мозг активным на пятнадцать процентов. Если мы сможем доказать то, что посредством развития шаматхи мозг становится активным на пятнадцать процентов, то в этом случае это будет нашей первой победой как буддистов. Нужно развивать свой ум, нужно, чтобы ум стал здоровым. Через развитие концентрации лучше станет мозг, улучшится здоровье тела. Это будет полезно многим людям. В здоровый ум божества придут сами. Когда вы развиваете шаматху, вы делаете ум очень добрым, без эгоизма. Тогда вы сможете увидеть божеств. Если у вас нет видения, то божество для вас выглядит как человек. Поэтому что касается божеств, то вы сможете обрести видение божеств, если устраните все препятствия, которые мешают этому видению. Вам не придется как-то специально призывать их. Вы сможете увидеть их напрямую, как видите других людей. Поэтому, старшие ученики, это ваша ответственность. Сейчас на Байкале дом шаматхи уже почти закончен. Вы обладаете невероятным потенциалом ума. И вам нужно использовать потенциал своего ума для ментального развития. Сейчас все книги о том, как заниматься однонаправленной концентрацией, как развивать шаматху, сейчас все это уже готово. Как заниматься медитацией на Ламрим, как развивать мотивацию, как очищать негативную карму, как накапливать заслуги. Все это уже написано, все это готово. Теперь ваше время выполнять практику.

Сейчас на Байкале уже есть ваш омский дом, пришло время медитировать. Раньше я вам говорил, что не нужно медитировать, потому что у вас не было достаточной информации. Я боялся, что ваш ум станет ненормальным. Сейчас изданы книги, содержащие всю информацию о том, как нужно заниматься. Разговаривайте друг с другом, обменивайтесь информацией. Пришло время начать медитировать. Даже если ученик новый, ничего

страшного, есть вся информация, есть опытные люди. Вы можете становиться все лучше и лучше с каждым днем.

Сейчас для вас пришло время всерьез задуматься о развитии своего ума. Это необходимо не для того, чтобы стать сверхъестественным человеком, а для укрощения своего ума, для его оздоровления. Тогда ваш ум начнет становиться все более здоровым, а ваш мозг будет становиться все активнее и активнее. Тогда вы обретете сверхъестественные способности. Нейробиологи также говорят, что если человек сможет использовать мозг на пятнадцать процентов, то будет происходить много всего сверхъестественного. Когда я услышал об этом, то был в шоке, потому что я понял, что ученые кое-что знают. Я уважаю точную науку и ученых. Но они могут точно знать, как устроен, например, лист, но при этом ничего не знают о своей жизни. Их информация никак не связана с жизнью, поэтому они в ней теряются. В буддийской философии самое главное – это то, что связано с жизнью, все феномены вселенной связаны с жизнью. Если вы открываете какой-то один механизм, то знаете, что и для вашего ума это также и ваш ум становится мудрее. Тогда вам не нужны негативные состояния ума, только позитивные. Именно это я называю «развитием ума». Поэтому я хотел бы, чтобы вы изучали науку, но не так, как другие, чтобы вы не полностью терялись в этом, а чтобы вы получали знания и привносили их в свою жизнь. Например, свет – вы открываете этот феномен и знаете, что все феномены такие же. Нет такого света, как мы его воспринимаем, это иллюзия. Также красота – это иллюзия. На самом деле в этом нет ни одной красивой частицы, это просто видимость.

А сейчас вернемся к теме. Итак, ваша совокупность различений очень важна. Если ваша совокупность различений очень остра и пронизательна, то вы можете обозначать себя как умного человека, как мудрого человека. Если ваша совокупность различений очень активна, то у вас не остается основы для негативных состояний ума. Дигнага говорил, что все негативные состояния ума возникают из-за ошибочных состояний ума, из-за неясного различения. Когда вы уродливое считаете красивым, непостоянное – постоянным, пустое – истинно существующим, бессамостное – самосушим. Страдательную природу расцениваете как счастье. Из-за этого ошибочного различения возникают все омрачения. Если вы понимаете непостоянное как непостоянное, уродливое как уродливое, то это реально. Шантидева говорил, что в людях нет настоящей красоты, по природе все уродливое. Например, среди обезьян кто-то кого-то считает более красивым или менее красивым, но мы видим, что все они уродливые. Когда высшие существа смотрят на нас, они также видят, что в нас, в людях, нет никакой красоты и что мы все одинаково уродливы. В нашем теле нет ничего особенного, это фабрика по производству дерьма. Как же тогда то, что производит дерьмо, может быть красивым? Тогда можете оставаться в туалете, если думаете, что в этом красота. Все дерьмо в туалете возникает в силу того, что тело его производит. Шантидева говорил, что в людях нет ни одного процента основы для красоты.

Вы обращали внимание на красоту. Одна российская женщина, я забыл ее имя, она очень известна, она сказала, что женская красота – это на восемьдесят процентов иллюзия. Она сказала, что по отношению к любому человеку можно сказать, что это иллюзия на восемьдесят процентов. А Шантидева говорил, что это не восемьдесят процентов, а на сто процентов иллюзия. Ученые исследовали, как люди воспринимают объекты в то время, когда злятся, и обнаружили, что когда люди злятся, на восемьдесят процентов они преувеличивают объект. Даже ученые, даже психологи поняли, что есть такие преувеличения. Красота – это тоже преувеличение. В буддизме говорится, что если вы злитесь, то вы на сто процентов преувеличиваете. Не на восемьдесят. Шантидева также говорил, что у красоты нет никакой основы, это иллюзия на сто процентов. Потому что в первую очередь, что вас покрывает – это кожа. Если вы устранили кожу, что там будет? Это плоть. Если вы устранили мясо, останутся кости.

Если посмотрите внутри, заглянете внутрь костей, то там будет костный мозг. Где тут красота? Если посмотреть в микроскоп на кожу лица, то увидим много бактерий, они движутся туда-сюда. Издалека лицо может казаться красивым, а если смотреть в микроскоп, то никакой красоты нет. Например, если я попрошу вас поцеловать каких-то мелких насекомых, вы скажете: «Нет, я не хочу». Но если вы целуете кого-то в щеку, то, по-настоящему, вы целуете не кожу другого человека, а насекомых, которые бегают по ней. По коже бегают насекомые, когда вы целуете, вы думаете, что целуете кожу, но на самом деле вы даже не дотрагиваетесь до нее, целуете насекомых. Вы, действительно, целуете большое количество насекомых, а говорите: «Я поцеловал эту девушку, мисс Вселенную, я так счастлив». Если вы как следует, аккуратно исследуете это, вы увидите, что ваши губы даже не коснулись кожи этой мисс Вселенной. Между вашими губами и кожей бегают эти насекомые. Поэтому вы целуете насекомых, а не мисс Вселенную.

Я сейчас говорю не с точки зрения буддийской философии, а с точки зрения буддийских открытий, что все это иллюзия. Все время остается пространство между рукой и предметом, и поэтому вы дотрагиваетесь не до предмета. Поэтому вы не можете прикоснуться ни к одному объекту привязанности, потому что это иллюзия. Вы можете понять это даже с точки зрения науки. Ну а те люди, которые используют микроскопы, могут говорить что-то подобное, но если увидят мисс Вселенную, перестанут так думать. Если человек – настоящий ученый, то он должен помнить об этом все время. А если он, не взяв микроскоп, забывает свою ученость, то это не настоящий ученый. Это неправильно, когда на бумаге человек ученый, а в обычной жизни как простой человек.

Когда вы устраните все ошибочные виды различения и когда реализуете все правильные, чистые виды различения, тогда ваша совокупность различений трансформируется в Будду Амитабху, тогда у вас не будет никакой основы для неверных пониманий. Какой бы феномен вы ни увидели, вы все будете понимать правильно. Каким образом? Например, если говорить о пустоте, то пустота одного объекта также применима и к другим объектам. Поэтому, если вы поймете абсолютную природу одного объекта, то вы поймете абсолютную природу остальных феноменов. Какой бы новый феномен перед вами ни возник, вы поймете, что его природа точно такая же, – пустота от самобытия. И нет такого прочного существования со стороны объекта. Это просто название, которое присвоил наш ум. И нет такого прочного внешнего мира. Нет такого прочного внутреннего мира тоже. Та прочность этого мира, которую мы представляем, в действительности не существует.

И когда мы начнем понимать иллюзию как иллюзию, мы перестанем гнаться за иллюзией. А когда вы не гонитесь за иллюзиями, то у вас нет омрачений. Тогда весь механизм омрачений перестает существовать, разрывается двенадцатизвенная цепь взаимозависимого происхождения, и вы освобождаетесь от сансары. Поэтому знать, что представляет собой ваша совокупность различений, очень важно. Каждый день делайте свою совокупность различений все острее и острее. Не верьте в то, что вам кажется, что вы видите, что люди говорят вам, – исследуйте это, тогда ваше различение начнет становиться все глубже и глубже. Если вы сразу же верите в то, какими феномены вам кажутся, если вы сразу же верите в то, что говорят вам люди, то у вас будет возникать множество омрачений. Если вы сразу же верите в то, что говорю вам я, в то, что говорят другие люди, то очень легко будут распространяться сплетни. А из-за сплетен возникает гнев, зависть и так далее. Если вы не верите слишком легко в то, что говорят другие люди, то очень трудно будет передать через вас сплетни.

У нас в России нет собак, нет баранов, но есть много людей, при этом много пьяных людей. При этом люди слишком расслаблены, думают: «А, ничего страшного». Российские люди

отдыхают, а потом думают, как надо еще отдыхать. В отпуске отдыхают, а потом думают о том, как будут дальше отдыхать. Это русская ошибка. Нужно бы работать, а они об этом только думают. Не работают, а потом думают о том, что им еще надо. Это тоже неправильно. Нужна золотая середина. Это анализ, который я провожу. Я очень рад, что вы люди, а не бараны, не собаки, это очень важно. Но я расстроен из-за того, что большое количество людей – пьяные люди. Поэтому я как россиянин поступаю так, что куда бы я ни отправился, в каждом городе я передаю обет не употреблять алкоголь. В этом моя ответственность. Мне нужно сделать так, чтобы россияне, умные люди не были алкоголиками.

Что касается умов у этих людей, то большинство из них смотрит во внешний мир, стремится там обрести счастье. Это неправильно. Поэтому моя главная ответственность состоит в том, чтобы россияне начали, наконец, смотреть не во внешний мир, а смотреть внутрь себя и там искать мир и счастье. В этом моя ответственность, с этой целью я посещаю разные города. Я посещаю разные города не для того, чтобы обращать людей в буддистов, а для того, чтобы раскрыть их глаза. И для того, чтобы они начали искать счастье внутри своего ума. Чтобы постепенно они смогли развить этот мир и покой в своем уме. И чтобы постепенно они поняли, что существуют бесконечные факторы счастья. Эти бесконечные факторы – это не нефть, не золото, – они находятся внутри вашего ума. Многие люди думают, что бесконечный фактор счастья – это нефть, но это неправда. Если вы станете владельцем какого-то нефтяного месторождения, то значит, вы обрели бесконечный фактор счастья, но это неверно.

Чем большим количеством внешних объектов вы владеете, тем менее спокойно вы спите. Также ваша жизнь подвергается большей опасности. Нам, людям, не нужно слишком много, чтобы накормить свое тело. Не нужно много есть, – это полезно. Телу нужна теплая одежда и крыша над головой, а также немного еды. Деньги не помогают, они приводят к болезням. Деньги нужны, но они – не главное. Это то, что я хотел бы открыть для жителей России. Это мы просто говорили о сторонних вещах.

Итак, мы закончили рассматривать совокупность различия, и теперь переходим к совокупности волевых импульсов. Но это понять не очень просто. Совокупность волевых импульсов – это не форма и не сознание, но это совокупность, это основа для обозначения «я», это нечто связанное с вашей жизнью. Без этой совокупности ваша жизнь не будет полной. Так что же это? Нечто, что не является формой, что вы не можете увидеть и также, что не является сознанием, но при этом очень сильно связано с вашей жизнью. Вам нужно понимать, что в целом феномены делятся на две категории: это постоянные и непостоянные феномены. Те феномены, которые возникают из причин и условий, – это непостоянные феномены. А феномены, которые не зависят от причин и условий, – это постоянные феномены. Это неизменные феномены, потому что они не возникают из причин.

Среди этих феноменов те, что возникают из причины, делятся на три категории. Это очень полезно для вашего ума, чтобы вы смогли провести анализ феноменов. Феномены невероятно обширны, если вы не распределите их по разным категориям, то не сможете проанализировать их. Итак, то, что возникает из причин и условий, делится на три класса. Первый – форма. Это внешняя форма и внутренняя форма. Внешняя форма – это пять объектов чувственного восприятия. Это, например, грубая форма, такая как скажем этот стол, далее звук, запах, – все это форма. Звук, запах, вкус – это тоже форма. И тактильные объекты – это все форма. Далее сознание – это то, что имеет три характеристики: отсутствие формы, по природе ясное и по функции способно к познанию. То, что не имеет формы, но что по природе ясное и по функции способно к познанию, способно познать любой объект, который является перед ним, – это сознание.

Сознание может познать все, что перед ним появляется. Правильно или неправильно, но может познать. Если различие нехорошее, то познание неправильное, но все равно познание есть. Также там есть ощущения. Это то, что называется «сознанием». В настоящий момент сознание присутствует в нашем теле, поэтому мы можем чувствовать. Если я говорю что-то приятное, то вы улыбаетесь, выражение на вашем лице меняется, а если сознание выходит из вашего тела, то остается просто мертвое тело. Труп. Тогда это уже не живое существо, это просто мертвое тело. Что касается живого существа, то когда это тело присутствует вместе с сознанием, в этом случае это живое существо. Поэтому насекомые, люди – все мы живые существа, поскольку в нашем теле присутствует сознание. А когда сознание покидает тело, то мы уже не живые существа. Если вы думаете, что сознание – это мозг, то даже когда вы мертвы, мозг остается в теле. Как вы тогда можете говорить о том, живое это существо или неживое? Итак, живое существо или нет, зависит от того, присутствует сознание в теле существа или нет. Если сознание присутствует внутри тела, то, даже если мозг перестает функционировать, то все равно это живое существо. Например, лама Итигелов в Бурятии. Его мозг и другие органы не работают, а тело сидит как живое. Внутри он жив, потому что его сердечная чакра работает, он сидит в медитации. О таких вещах с учеными бесполезно разговаривать. Если ученые думают, что мозг – это сознание, они не смогут объяснить таких вещей. Поэтому вам нужно понять, что есть сознание отдельно от мозга. Благодаря тому, что сознание становится активным, меняется мозг. Сознание меняет мозг, а не мозг меняет сознание. И это очень ясное доказательство того, что сознание существует отдельно от мозга. Я не хотел бы далее углубляться в эту тему.

Далее тема следующая, третья категория называется «составные факторы». Составной фактор – это то, что возникает из причин и условий, но при этом не материя и не сознание. Многие думают, что если нечто возникает из причин и условий, то оно должно быть материальным. Это неправильно. Сознание возникает из причин и условий, но это не материя. Предыдущий момент сознания – это субстанциональная причина следующего момента сознания. И эта субстанциональная причина – не материя. Это нематериальная субстанциональная причина. Поэтому в буддизме говорится о материальных субстанциональных причинах и нематериальных субстанциональных причинах. Итак, этот составной фактор является ни материей, ни сознанием, он не способен к познанию, но при этом это то, что возникает из причин и условий. Что же это такое? Например, время. В буддизме говорится, что время – это составной фактор, это не материя. Вы не можете потрогать время как нечто материальное. Но время возникает из-за причин и условий.

Речь идет не о каких-то прочных причинах и условиях. Это взаимозависимые причины и условия. Что касается прошлого и будущего, то это все зависит от текущего момента. Время возникает в зависимости от текущего момента времени. Текущий момент времени существует все время. А что такое прошлое? В зависимости от настоящего то, что уже закончилось, называется «прошлым». А будущее – это в зависимости от настоящего момента. То, что наступит, называется «будущим». Итак, эти три времени: настоящее, прошлое, будущее – это то, что возникает из причин и условий, но при этом это не материя и не сознание. Далее мы также можем говорить о карме, кармических отпечатках. Кармические отпечатки – это тоже составной фактор. Это не материя и не сознание. Теперь в вашем уме есть много кармических отпечатков или мало кармических отпечатков.

Много у вас кармических отпечатков или мало, относится к совокупности волевых импульсов. Как это все связано с вами? Например, если в вашем уме очень много отпечатков позитивной кармы, вы называете себя добродетельным человеком. Если у вас в уме много отпечатков негативной кармы и очень мало позитивной, то вы говорите: «Я очень недобродетельный человек». Ребенок, когда рождается, например, когда родился Будда,

царь пригласил одного мудреца, чтобы поверить этого ребенка. И когда мудрец взглянул на тело Будды, когда Будда был ребенком, он сказал, что это невероятно добродетельный человек. Он сказал, что никогда не видел такого добродетельного человека, как этот. Мудрец сказал, если этот ребенок станет царем, то он сможет стать царем очень большого царства, властвовать над многими народами. А если он станет духовной личностью, то очень большое количество людей он сможет привести к состоянию освобождения.

Итак, что касается того, добродетельный это человек или нет, мудрец говорил на основании совокупности волевых импульсов. Например, если в какой-то семье родится ребенок, и родители обратятся к высоко реализованному ламе, имеющему особое видение, то он может взглянуть на этого ребенка и, например, сказать, что у него очень мало заслуг: «У вашего ребенка заслуг очень мало, поэтому вам в семье нужно читать такие-то молитвы, чтобы заслуги возросли. Иначе он не проживет слишком долго. От его имени читайте такие-то молитвы, спасайте жизнь животным, выполняйте практику щедрости, подносите масляные светильники от его имени. Тогда его заслуги возрастут, и он сможет прожить долго». В прошлые времена подлинные ламы говорили подобное. Чтобы сказать такое, человек должен иметь способность видеть эту совокупность формирующих факторов.

В настоящее время лишь очень немногие способны увидеть ее. Духи могут видеть эту совокупность волевых импульсов. То, что они видят, это не сама совокупность волевых импульсов, а признаки высоких заслуг. Например, духи видят то, что от человека исходит свет. Свет исходит от людей с большими заслугами. Поэтому добродетельный человек или нет, это играет очень важную роль в жизни. И то, добродетельный человек или нет, связано с совокупностью волевых импульсов. Что касается совокупности волевых импульсов, то каждый раз, когда вы настроены позитивно, совершаете какое-то положительное действие, оно оставляет отпечаток в вашем уме, так вы увеличивается количество позитивных отпечатков. Так вы делаете себя все более добродетельным человеком. И далее вы сможете называть себя: «Я добродетельный человек». Каждый раз, когда вы очищаете отпечатки негативной кармы, которые являются объектной основой для такого обозначения как недобродетельный, это все тоже уменьшается. Итак, в повседневной жизни очищайте отпечатки негативной кармы, развивайте, накапливайте позитивную карму, и в этом случае это изменит вашу совокупность волевых импульсов. Когда вы накопите три неисчислимых зона заслуг, ваша совокупность волевых импульсов превратится в Будду Ратнасамбхаву. Когда вы накопите три неисчислимых зона заслуг. Это просто невероятные заслуги. Нет более высоких заслуг, чем эти. Самые высочайшие заслуги – это заслуги трех неисчислимых эонов.

Итак, даже такие заслуги, как три неисчислимых зона заслуг, тоже связаны с совокупностью волевых импульсов. А пятая совокупность – это совокупность сознания. Это одна из самых главных совокупностей для вашего «я». Остальные четыре – это вторичные совокупности, а самая главная совокупность для вашего «я» – это ментальная совокупность. Поэтому мы очень часто думаем, что «я» – это сознание. Но в действительности «я» – это не сознание. Сознание является очень важной совокупностью для обозначения «я». Это самая главная объектная основа для обозначения «я». Потому что ваше грубое тело продолжает меняться. У вас может быть это человеческое тело, далее тело собаки, то есть, это не является вашей подлинной идентичностью. А ваш ум все время является, сохраняет эту идентичность для обозначения «я».

Поэтому в низших школах, в Сватантрике Мадхьямаке говорится о том, что ментальное сознание является представителем «я». Они говорят, что «я» – это название, но из пяти совокупностей какая-то одна должна являться представителем этого «я». В противном случае, если речь идет только лишь о названии, то вы не сможете говорить о достоверности.

Итак, из этих пяти совокупностей, что касается представителей этого «я», то среди совокупностей речь идет о ментальной совокупности, а в рамках этой ментальной совокупности – это первичный ум. Если говорить о первичном уме, то в рамках него речь идет о ментальном сознании. Это ментальный первичный ум. Если говорить о ментальном сознании, то в тантрах различают четыре разных вида ментальных сознаний, и самое наитончайшее называется «ясным светом». В тантрах говорится, что вот это наитончайшее сознание, ясный свет, существует с безначальных времен. И все время продолжает существовать, даже если вы станете буддой, этот ясный свет трансформируется в Дхармакайю будды.

Итак, это объектная основа для обозначения «я», некий представитель «я». Это то, что говорят низшие школы, в частности Сватантрика Мадхьямака. А школа Прасангика Мадхьямака говорит о том, что ментальное сознание, ментальная совокупность является главной совокупностью, но при этом это не представитель нашего «я». Они говорят, что вовсе необязательно, что среди пяти совокупностей одна должна являться представителем «я». «Я» – это просто название, которое дается пяти совокупностям. И при этом нет никаких собственных характеристик. Если бы у «я» были собственные характеристики, тогда среди пяти совокупностей вы должны были бы найти какую-то одну, которая являлась бы представителем этого «я». Некоторые интересные моменты я подчеркиваю для старших учеников.

Здесь есть старшие ученики, новые ученики и средние ученики и мне приходится давать учение для всех. Некоторые люди думают: «О чем же говорит геше Тинлей?» Полностью потерялись. Но это не имеет значения, это для старших учеников. Далай-лама так делает, когда много учеников слушают учение. Иногда он говорит средние вещи, иногда очень тонкие, иногда очень простые. Это для учеников всех уровней, чтобы каждый получил свой кусок хлеба, символический кусок. Далай-лама видит всех учеников и знает, что кому нужно. Это очень хорошее чувство. Каждый раз, когда я слушаю учение Далай-ламы, я становлюсь чуть-чуть лучше. То, что сегодня все получили свой кусок хлеба, это доброта Его Святейшества Далай-ламы. Если бы у меня не было такого Духовного Наставника, как Его Святейшество Далай-лама, может быть одна группа учеников была бы счастлива, а другие бы заснули. Итак, следующее – это совокупность сознания, ваш ум. Это главная совокупность для вашего «я». Эта совокупность – главная объектная основа. Везде, где присутствует ваше сознание, вы говорите: «Я здесь присутствую». Чтобы ваше сознание ни подумало, вы говорите: «Это я думаю, я чувствую». Поэтому ваше «я» вы очень сильно ассоциируете со своим умом. И когда ваш ум становится чище и чище, вам нужно понимать, что вы также становитесь чище и чище. Нет такого прочного «я», которое становится чище. Когда ваша объектная основа, ваш ум, становится все чище и чище, тогда и вы также становитесь все чище и чище.

«Я» существует номинально, и благодаря номинальному существованию нет самобытия. Поскольку это нечто пустое от самобытия, то это нечто взаимозависимое. Поэтому в буддизме нет разницы между теорией пустоты и теорией взаимозависимости. В буддизме пустота не означает несуществование. Пустота означает отсутствие независимого существования. В Прасангике Мадхьямаке говорится, что не существует ни одного независимого феномена, все феномены взаимозависимы. Если бы существовали независимые самосущие феномены, то с самого начала не было бы оснований для такого феномена возникнуть. С самого начала он независим, ему не нужно рождаться. В середине ему не нужно пребывать. И если он независимый, то он не разрушается. Поэтому, если вы говорите о независимых самосущих феноменах, то вы не можете говорить об их возникновении, пребывании и разрушении. А поскольку феномены пусты от истинного

существования, в этом случае они могут возникать, пребывать и разрушаться. Это то, что говорил Нагарджуна. А если нечто независимое и самосущее, то ему нет нужды рождаться.

Что касается пустоты, то в Прасангике Мадхьямаке говорится, что все феномены возникают из сферы пустоты и исчезают также в сфере пустоты. А когда исследования проводят ученые, о чем они говорят? Ученые не могут говорить обо всех феноменах, поскольку они не исследовали все феномены. Но о чем они могут говорить – это о материи. Они исследовали только одну область – это совокупность формы. Они не исследовали сознание или волевые импульсы. И когда ученые исследуют эту материю, форму, то они говорят, что вся грубая форма: чашки стол и так далее – все это является каким-то частным проявлением тонких мелких частиц. И исчезает все это также в очень тонкой материи. И эта тонкая материя существует все время. Эта тонкая материя встречается с какой-то другой тонкой материей и превращается в форму. А исчезает это также все обратно в тонкой материи. Это закон большого взрыва.

Что такое большой взрыв? Большой взрыв – это когда предыдущая вселенная исчезла в тонкой материи и превратилась в космические частицы. А космические частицы также могут раствориться в еще более тонкой материи. Из этой тонкой материи начало формироваться что-то более грубое, и далее сформировалась новая вселенная. Поэтому ученые пришли к таким открытиям, как закон сохранения массы и энергии, которые говорят о том, что вы не можете создать ни одной новой материальной частицы и не можете полностью уничтожить какие-либо материальные частицы. И с этим буддизм полностью согласен.

Но буддизм дает еще более глубокие объяснения. В буддизме говорится, что грубая материя также исчезает в сфере пустоты. Потому что не существует неделимых частиц. Если бы существовали неделимые частицы, тогда была бы некая основа утверждать, что есть неделимая материя, некие частицы, которые являются самыми тонкими. Поэтому в буддизме говорится, что, хоть и кажется, что все грубые явления возникают из каких-то очень тонких частиц, но в действительности они все проявляются из сферы пустоты, и растворяются также в сфере пустоты, потому что нет неделимых частиц. Если бы существовали неделимые частицы, вы могли бы сказать, что это самые тонкие частицы, из которых возникает вся остальная материя. В буддизме используется очень ясная логика, доказывающая, что неделимых частиц нет. Каким образом?

Здесь не нужны микроскопы, логика очень проста. Это железная логика. У вас есть логика, теперь используйте свою логику и рассмотрите. В буддизме говорится, что если бы гипотетически существовали неделимые частицы, то у такой неделимой частицы была бы верхняя часть и нижняя часть, правая сторона и левая сторона. Если у нее есть верх и низ, есть право и лево, тогда она уже не является неделимой. Верхняя и нижняя часть у нее есть, поэтому тут вам не нужен микроскоп, все очень ясно. Ее левая сторона не дотрагивается до правой, правая не касается левой, поэтому, соответственно, она не является неделимой. А если у такой неделимой частицы нет верха и низа, нет право и лево, тогда она не существует.

Человеку нужно всегда полагаться на логику. С микроскопом вы за сто лет одну теорию откроете. А с логикой можно понять даже то, чего не видно, будущую жизнь, например. Потому что ум продолжается, его невозможно остановить. И поэтому смерть – это не конец жизни. Смерть – это начало новой жизни. Это очень четко доказывается логически. Точно также большой взрыв – это начало новой вселенной. Логика везде одинакова и необязательно нужны материальные доказательства.