

Я очень рад всех вас видеть здесь, на нашем всероссийском буддийском ретрите. Вчера мы с вами начали ретрит, и, как я вам объяснял, «ретрит» означает «граница». Это не значит, что вы должны сидеть в комнате, закрыть окна и двери и начитывать мантры. «Ретрит» означает «граница», и различают два вида границ: внешние и внутренние. Внешняя граница не так важна, самой главной является внутренняя граница. Здесь имеется в виду, что во время ретрита вы не позволяете своему уму выйти за границы позитивного образа мышления, это называется ретритом. Тем из вас, кто проведет здесь десять дней, а некоторые проведут здесь двадцать пять дней, самое главное – не позволять своему уму выходить за рамки позитивного образа мышления, это называется ретритом. Как только вы увидите, что ваш ум выходит за границы позитивного образа мышления, что возникает какая-то негативная мысль, сразу же остановите себя, скажите себе: «Я в ретрите», – не позволяйте себе идти дальше. Если это возможно, пребывайте в позитивном состоянии ума, но если это трудно, то пребывайте в нейтральном состоянии, по крайней мере, никогда не позволяйте себе пребывать в негативном состоянии ума.

Если говорить о негативном состоянии ума, то можно выделить три ядовитых состояния ума – это неведение, привязанность и гнев. Чтобы не позволить своему уму выйти за рамки позитивного образа мышления, нужно знать, что представляют собой эти три ядовитых состояния ума, из которых возникают все остальные негативные состояния ума. Ученые говорят, что из трех главных цветов возникает огромное многообразие, миллион разных цветов. Также из трех коренных негативных ядовитых состояний ума возникает большое многообразие других негативных состояний ума.

Итак, первое, это неведение. Различают два вида неведения. Первое – это непонимание закона кармы, закона причины и следствия; такой вид неведения мы сейчас не можем остановить. Чтобы уменьшить его, нам нужно развивать мудрость. Второй вид неведения – это цепляние за себя и за феномены как за самосущие, то есть существующие противоположным образом тому, как они на самом деле существуют. С точки зрения Прасангики Мадхьямаки всегда, когда у вас возникает какая-то видимость, или вы слышите что-то, вам все это является как самосущее. Не цепляйтесь за это, потому что эти феномены не существуют такими, какими являются вам, скажите себе, что это иллюзия. Это похоже на представление ребенка, когда он видит отражение в воде и думает, что этот объект там по-настоящему существует. Может быть, вы слушали историю о тигре, который однажды в колодце с водой увидел свое отражение и подумал, что там есть другой тигр, и бросился на него, прыгнув в колодец. Точно также и мы из-за неведения совершаем подобные ошибки, считаем вещи самосущими, устремляемся к ним и также впустую тратим свою жизнь.

Итак, во время ретрита, какой бы феномен ни явился вам как самосущий, скажите себе: «Такого не существует, это иллюзия». Если вы будете действительно так думать, не будете цепляться за эту видимость, то это будет по-настоящему эффективный ретрит. В особенности в вас самих тоже нет какого-то прочного «я». Поэтому старайтесь уничтожить это цепляние за истинность вашего «я», делайте его все слабее, это будет ретритом. Как только вы увидите, что у вас возникло сильное цепляние за истинность себя или феноменов, уменьшите его и сразу ваш ум придет в состояние покоя. Это происходит, когда вы пытаетесь идентифицировать это свое истинно существующее «я», то есть то, как вы цепляетесь за самобытие. Старайтесь обнаружить это цепляние за истинность себя, это корень сансары. Скажите себе: «Я уже очень много раз слушал учение о пустоте, и я вижу, что вот это является цеплянием за истинность, из-за этого возникают все омрачения, это корень всех наших омрачений». Поэтому старайтесь распознать ваше цепляние за истинность. Итак, это то, что вам нужно делать во время ретрита.

Что касается привязанности, то вчера во время диспута обнаружилось, что у вас нет ясного понимания того, что такое привязанность. Многие люди, в том числе и в тибетском обществе, не имеют такого ясного понимания. Они просто в целом рассматривают, что есть неведение, привязанность и гнев, но при этом не имеют точного понимания того, что такое привязанность и каково ее определение. Многие люди думают, что любые желания – это привязанность, но это неправильно. Как я говорил, существуют здоровые желания и нездоровые, здоровые желания – это не привязанность. Что такое здоровое желание? Это, например, желание обрести безупречно здоровое состояние ума, достичь освобождения. Это не привязанность, это называется отречением.

Итак, не все желания являются привязанностью, тогда каково же определение привязанности? В первую очередь, здесь вам нужно понимать, что какое бы омрачение у вас ни возникло, оно коренится в неведении. В «Мадхьямакааватаре» говорится о том, что так же, как кунжутное семя полностью пропитано маслом, так и наши омрачения полностью пропитаны неведением. Если что-то является омрачением, то им движет неведение. Под влиянием неведения мы цепляемся за все сансарические явления, обладающие природой страдания, как за объекты счастья. Мы преувеличиваем наше представление о сансарических объектах, считая их объектами счастья, и у нас возникает желание получить эти объекты, это называется привязанностью.

Итак, любой сансарический объект, который обладает природой страдания, мы преувеличиваем до объекта счастья и хотим обрести его, именно это называется привязанностью. Привязанностью называется желание обрести объект, который мы преувеличиваем и начинаем считать объектом счастья, но который не является объектом счастья. Почему эта привязанность является вредной? Потому что из-за нее вы начинаете двигаться в ложном направлении. Если что-то по-настоящему является объектом счастья, вы к этому устремляетесь, и обретаете это, то в этом случае вы действительно обретаете счастье, это правда. Но если что-то не является объектом счастья, а вы устремляетесь к этому и обретаете это, то в таком случае вы получаете страдание. Желание породить больше позитивных состояний ума – это не привязанность, поскольку это объекты счастья. Эти позитивные состояния ума постепенно приведут вас к безупречному счастью, к уму, полностью свободному от омрачений.

Теперь гнев, он тоже движим неведением. Что касается привязанности и гнева, то тем и другим движет неведение. Например, один из видов неведения – это непонимание природы явлений, а другой – это когда вы считаете объекты страдания объектами счастья. Это в отношении привязанности. В отношении гнева есть такое неведение, как непонимание абсолютной природы явлений и второй вид – это когда вы считаете объектом гнева то, что не является объектом гнева. Нет ни одного существа, которое бы являлось объектом гнева, это ошибочное состояние ума. Это живое существо является жертвой своего гнева, оно не является объектом вашего гнева. Вы этого не понимаете и из-за этого распознаете какое-то живое существо как объект вашего гнева. Вы думаете, что это некое самосущее существо и одновременно с этим оно является очень вредоносным для вас.

Шантидева очень ясно говорил о том, что и будды и живые существа одинаково добры к вам с точки зрения вашего продвижения к состоянию будды. Шантидева говорил, что они не являются объектами гнева, они к вам точно так же добры, как будды. Но мы этого не понимаем со всей ясностью и поэтому цепляемся за какое-то существо как за объект гнева и начинаем злиться на него. Что касается уменьшения гнева и привязанности, если вы сократите такое неведение, как цепляние за истинность, то это самый лучший способ уменьшить их. О познании пустоты говорится, что это одно лекарство, которое устраняет тысячи омрачений. Если у вас нет мудрости, познающей пустоту, с помощью которой вы

могли бы устранить цепляние за истинность, по крайней мере, постарайтесь уменьшить второй вид вашего неведения, когда вы считаете объекты страдания объектами счастья. Когда вы ясно понимаете четыре благородные истины, то у вас есть понимание того, что нет ни одного сансарического явления, которое являлось бы объектом счастья, все это объекты страдания. Если вы понимаете, что то, что обладает природой страдания, это страдание, то вы не хотите обретать эти объекты: зачем они вам нужны, если они приносят больше страданий?

Я всегда говорю вам, что когда у вас нет мужа, то вы его хотите. Потом, когда у вас есть муж, у вас появляются проблемы оттого, что у вас есть муж. Когда у вас нет жены, вы думаете: «О, если бы у меня была жена, как было бы хорошо!» Но когда у вас есть жена, то это объект страданий. Две жены – два объекта страданий. Если пять жен, то вы умрете. Поэтому надо быть чуть-чуть умнее. Буддизм не говорит: «Не привязывайся, не привязывайся», буддизм говорит: «Посмотрите, эта привязанность вам полезна или нет? Эта привязанность – неправильный образ мыслей, это тупой ум, из-за этого получают проблемы». Многие философы прошлых времен думали о том, что является корнем проблем. Даже философы, которые не знали буддийской философии, анализировали корень проблем и приходили к выводу, что корень проблем находится в неправильных мыслях, что отсюда идут проблемы: человек сам несчастлив и других делает несчастными. Разные люди делали такой анализ.

Поэтому в буддизме говорится, что все ваши проблемы возникают из-за отсутствия ясного понимания, из-за ошибочного состояния ума, из-за немудрого состояния ума. Привязанность и гнев возникают не из-за того, что вы плохие, а потому что вы глупые. Это тупой ум: «Это хочу, то хочу...». Вы думаете, что это принесет счастье. Но из-за этого вы сами несчастливы и других делаете несчастными. Поэтому никогда не думайте: «О, я плохой, самосуще плохой», – это тоже неправильно, из-за этого у вас возникнет депрессия. Когда возникает омрачение, гнев, скажите себе: «Ты глупый в этот момент», – и это, действительно, правда. До тех пор, пока вы не обретете относительную и абсолютную мудрость, вы все время будете пребывать в сансаре, это происходит из-за того, что вы глупые, это правда. Вам действительно нужно говорить себе: «Ты глупый». Понимание страдательной природы как страдания, того, что это далеко не счастье – это относительная мудрость. Это тоже мудрость.

Различают два вида мудрости: мудрость познания абсолютной природы и мудрость познания относительной природы, взаимозависимости, и то и другое является мудростью. Первое неведение, являющееся корнем всех омрачений, возникает из-за непонимания абсолютной природы феноменов, оно пронизывает все омрачения. Второй вид неведения – это непонимание страдательных объектов как страдания и принятие объектов сострадания за объекты гнева. Это тоже неведение. Каждый из этих видов неведения отличается: неведение относительно привязанности отличается от неведения относительно гнева. Привязанности нужно какое-то свое противоядие, гневу – свое. В силу устранения такого неведения вы сможете уменьшить свою привязанность или гнев, но при этом не сможете полностью их устранить, у вас останется тонкая привязанность. Чтобы избавиться от тонкой привязанности, вам нужно познать абсолютную природу феноменов. Вам нужно избавиться от корня омрачений, которым является цепляние за истинность. Даже если вы понимаете относительную природу феноменов, но при этом у вас есть цепляние за истинность, то тонкая привязанность у вас все равно сохранится. Этот анализ проводится в «Мадхьямакааватаре» во всей глубине, я вам как-нибудь это объясню. В «Мадхьямакааватаре» говорится, что без устранения цепляния за истинность вы не сможете избавиться от всех омрачений, так как, сколько бы вы ни принимали противоядий от гнева и

привязанности, у вас все равно в тонкой форме сохранятся и гнев и привязанность. Это просто невероятный анализ, это то, что называется ясной мудростью.

Такое учение вы сможете найти только в текстах ламы Цонкапы, и ни в каких других, я вам это могу точно сказать. Я не говорю, что другие школы плохие, но такого детального анализа там нет. Что такое привязанность, что такое гнев, анализ того, что является их корнем. Существует два вида неведения: одно неведение можно убрать, но если сохранится главное неведение – цепляние за истинность, тогда тонкая привязанность все равно будет и тонкий гнев тоже. Поэтому, если не убрать коренное неведение – цепляние за истинность, все омрачения у вас будут. Поэтому надо медитировать на пустоту. Тогда вы поймете цель медитации на пустоту.

Лама Цонкапа говорил, что когда практики Хинаяны медитируют на пустоту, у них при этом нет полной цели медитации на пустоту. Когда бодхистаттвы медитируют на пустоту, у них присутствует полная цель такой медитации. Почему? Не потому, что практики Хинаяны познают пустоту в каком-то более грубом виде, а практики Махаяны познают более тонкую пустоту, они все одинаково ее познают. Если они становятся арьями, то их познание пустоты одинаково, не отличается. Тогда почему махаянские бодхисаттвы, становясь арьями после медитации на пустоту, обладают полной целью медитации на пустоту? Потому что когда практики Хинаяны медитируют на пустоту, их цель – устранить корень сансары – неведение. У практиков Махаяны главной целью не является устранение неведения. Поскольку практики Махаяны заботятся о других больше, чем о себе, то их главная цель – принести благо всем живым существам, освободить всех живых существ от страданий и привести их к безупречному счастью. Поэтому главная цель махаянских практиков – достижение состояния будды. Каково главное препятствие к достижению состояния будды? Это препятствия к всеведению. Это отпечатки, которые оставляют омрачения. Поэтому их главная цель – это устранение этих препятствий к всеведению, а не неведения. Но устранить препятствия к всеведению, не устранив при этом неведение, невозможно, поэтому устранение неведения для них – это второстепенная цель.

Настоящие бодхисаттвы не видят свой корень сансары как кошмар, такого нет. Все живые существа страдают, и им надо это устранить. У них сильная любовь и сострадание. Они думают: «Что мне надо? Стать буддой. Что является препятствием к состоянию будды? Это препятствие к всеведению. Я хочу устранить его». Далай-лама говорит, что если бодхисаттве дать возможность выбирать: убрать корень сансары – неведение или препятствия к всеведению, то все бодхисаттвы единогласно выбрали бы устранение препятствий к всеведению. Но это непрактично. Невозможно устранить препятствия к всеведению без устранения неведения. Поэтому медитация на пустоту с целью устранения препятствий к всеведению – это полная цель медитации на пустоту.

Если во время медитации на пустоту вы думаете: «Через медитацию на пустоту мое неведение уйдет, мой ум будет здоровым, и я буду в нирване, какое это счастье», – тогда это хинаянский подход. Здесь нет полной цели. Если вы движимы сильным состраданием и любовью к живым существам, то думаете так: «Как жалко, они страдают, поэтому я хочу стать буддой, и препятствия к достижению состояния будды – это препятствия к всеведению. Как я могу устранить эти препятствия? Если бы я их устранил, как бы это было хорошо, тогда мой ум был бы ясным, я мог бы понять всех живых существ, как они думают, какой у них потенциал. Тогда я мог бы одним словом им помочь». Если у вас есть такая мудрость, то вы можете помогать живым существам. Но пока у вас этой мудрости нет, то вы будете два часа учить других, но вместо помощи только хуже будет. Иногда мама и папа дают советы детям, желая им только хорошего, но у них не хватает мудрости. Они говорят-говорят, а дети закрывают уши и вместо пользы только хуже становится. Это потому что

мудрости нет. «Даже маме не хватает мудрости помочь одному ребенку, как же я могу помочь всем живым существам? Поэтому обрести всеведение совершенно необходимо, тогда я по-настоящему смогу приносить благо живым существам. Главное препятствие к достижению состояния будды – это препятствие к всеведению, и самое главное для меня – устранить именно это. Поэтому я медитирую на пустоту, чтобы вначале устранить неведение, а потом все отпечатки, оставленные омрачениями, то есть препятствия к всеведению».

Если проводить аналогию говоря о препятствиях к всеведению, то можно представить чашку (подобие вашего ума), в которой находится кусочек чеснока (это ваши омрачения). А запах чеснока – это как препятствия к всеведению. Если вы уберете чеснок, то в чашке все равно останется запах чеснока. Поэтому вы убираете чеснок не для того, чтобы там не было чеснока, а чтобы убрать запах чеснока. Сначала вы убираете чеснок из чашки, потом моете чашку, и так убираете запах. Это становится целью. Медитировать на пустоту, имея главной целью устранение препятствий к всеведению, а также омрачений – это полная цель медитации на пустоту. Если вы это понимаете, то это очень хорошо, поэтому не забывайте такое учение. Я даю вам так много тонких сущностных наставлений, а вы все время их забываете, и для вас это действительно очень большая утрата.

Что касается этого ретрита, то я решил, что наши утренние сессии будут посвящены учению по Ламриму, а вечерние – учению по тантре Ямантаки. Каждый раз, когда вы получаете учение, для вас очень важно помнить то, что объясняется в Ламриме в отношении шести осознаний. Вам следует получать учение, имея свободу от трех изъянов сосуда и с шестью осознаниями. То учение по Ламриму, которое вы получили в прошлый раз, не следует забывать, вам надо его использовать каждый раз при получении учения. В отношении трех недостатков сосуда, шести осознаний, главных положений Ламрима, – по всем этим темам у вас будут вопросы на экзамене. Главная цель, с которой я устраиваю этот экзамен, состоит не в том, чтобы затеять соперничество между вами, а чтобы у всех вас появились одинаковые знания. Для вас очень важно думать так: «Я хочу сдать этот экзамен», – и для этого вы будете читать тексты по Ламриму и стараться запомнить то, что там написано. Если вы успешно сдадите экзамен по Ламриму, для вас это будет по-настоящему что-то значимое, это в вашей жизни будет очень благоприятным знаком. Если вы сдаете экзамен в университете, это сансарический экзамен, а сдать экзамен по Ламриму, – это как сдать экзамен для нирваны. Вам нужно сдать такой экзамен для нирваны, но здесь речь идет не о полной нирване, а об экзамене для подобия нирваны. Как мы говорим о карме, что есть карма, подобная освобождению, также и здесь, если мы говорим об экзамене, то это экзамен для подобия нирваны. Готовьтесь к этому все, не думайте, что вы не сможете сдать этот экзамен, у всех вас есть ум, и вы все способны подготовиться. Думать, что вы не способны сдать экзамен, это лень самоуничижения. Лень не обязательно означает, что вы все время спите. Когда вы считаете, что вы на что-то неспособны, это тоже лень, это лень самоуничижения. Очень важна уверенность. Это не высокомерие. Вам нужно понимать различие между высокомерием и уверенностью. Когда у людей возникает излишняя самоуверенность, тогда возникает высокомерие, это тоже неправильно. Когда вы становитесь скромными, то есть опасность, что у вас проявится самоуничижение, но в этом случае это не скромность, а лень самоуничижения. Поэтому, если у вас возникает уверенность, то вслед за ней сразу же приходит излишняя самоуверенность, высокомерие, а если появляется скромность, то вы начинаете считать себя ни на что неспособными, и проявляется лень самоуничижения. И то и другое является ошибкой.

Итак, с одной стороны вы должны быть скромными, но с другой – у вас должна быть уверенность в себе, это очень сбалансированное состояние ума, как у бодхисаттвы, как у Его Святейшества Далай-ламы. Его Святейшество очень смиренный, но при этом у него есть

большая уверенность в своих силах. Далай-лама о себе не думает: «О, я ничего не могу». Внутри он думает: «Я все могу». У него есть вера в себя, но при этом он скромный, ни на кого сверху вниз не смотрит. Про себя он думает: «Я все могу, и они тоже могут». Когда человек думает: «Они плохие, только я могу», – это дурак, тупой ум. Надо думать: «Они могут и я тоже не хуже, я тоже могу». Когда вы видите высокого бодхисаттву, думайте так: «Как хорошо, я его уважаю. Но у меня тоже есть потенциал, я тоже могу стать таким». Это называется верой в себя. Даже когда вы видите огромные знания у бодхисаттвы, не думайте: «О, какой я плохой, ничего не знаю». Думайте так: «Пока у меня такого нет». Когда маленький тигр или лев видит, как большой лев прыгает, он думает: «Однажды я тоже так смогу». Они не думают: «О, они очень сильные, а я такой слабый». Такого нет. Это называется верой в себя. Какого бы высокого бодхисаттву вы ни увидели, думайте так: «О, у него есть невероятный потенциал помогать живым существам. Однажды я тоже так смогу». Поэтому, какого бы высокопоставленного человека вы ни увидели, вы не должны так скованно сидеть. Ваш дух не должен падать, надо уважать такого человека, но обладать верой в себя. В наше время есть такие люди, которые увидев слабых, становятся высокомерными, а когда видят людей с огромным телом, выше себя, то сразу же заискивают. Так не надо. Настоящие бодхисаттвы практикуют так, что увидев скромных, смиренных людей, они сами тоже становятся скромными. А когда могущественные люди приходят, бодхисаттвы говорят: «Я тоже не хуже». Если вы будете придерживаться такой философии, то у вас выработается такой характер.

Поэтому вам нужно быть скромными, но одновременно с этим обладать большой верой в себя. Особенно если вы практикуете тантру, то вам необходима божественная гордость. Эта божественная гордость должна быть побуждаема познанием абсолютной природы феноменов, а не неведением, иначе это очень опасно. Поэтому тантру не разрешается передавать тем, кто не обладает тремя основами пути. Поскольку в этом случае божественная гордость у них будет основана на неведении, а это очень опасно. Когда человек думает: «Я самосущее божество», – это очень опасно. Из сферы пустоты вы являетесь в облике божества, вы понимаете пустоту от самобытия и при этом сохраняете божественную гордость. Вы сохраняете божественную гордость не потому, что вы – божество, а просто вы ведете себя как божество, чтобы однажды полностью реализовать этот потенциал. Как хороший актер: когда он играет роль, он чувствует ее. Он знает, что он не король, но играет как король, потому что он хороший актер. Когда вы ведете себя как божество, то тем самым не говорите, что вы божество на сто процентов, иначе это иллюзия. Просто вы ведете себя как божество, сохраняя при этом божественную гордость, чтобы устранить нечистое видение. На каждую практику существует определенное очень ясное объяснение, это не иллюзия. Если вам не даются такие объяснения, то практикуя тантру, вы можете подумать: «Я божество», и здесь будет логическое противоречие. Если с вами будут дискутировать не буддисты, а вы будете отстаивать, что являетесь божеством, то у вас будет противоречие. Если такое учение, такие объяснения исчезнут, то буддийское учение перестанет быть достоверным.

Сегодня мы продолжим учение по Ламриму, которое я передавал в прошлом году. Мы дошли до стадии развития бодхичитты. Что касается развития бодхичитты, то здесь есть два метода: метод семи пунктов причины и следствия и метод замены себя на других. Первый метод я вам объяснил, второй я вам также объяснил. Если вы объединяете эти два метода, то появляется такой объединенный метод, состоящий из тринадцати положений. Их я тоже объяснил. Сейчас мы перейдем к следующему положению. После порождения бодхичитты вы ради собственного достижения состояния будды приступаете к практике шести парамит, а также ради принесения блага другим вы совершаете четыре акта принесения блага другим. После развития бодхичитты главная практика, которая вам остается, это шесть парамит. Эти шесть парамит полностью раскроют ваш потенциал и устраним все ваши ограничения, это

ваша практика. Когда вы уже полностью породили бодхичитту, это ваша главная практика. Но даже если вы не развили бодхичитту полностью до спонтанного состояния, а обрели какой-то уровень искусственной бодхичитты, то шесть парамит – это также ваша практика. Поэтому ваша формальная и неформальная практика должна состоять в практике шести совершенств. Что касается практики шести парамит, то вам нужно понимать, что даже когда вы слушаете учение, ваша практика слушания учения также должна заключать в себе все шесть совершенств. Когда вы занимаетесь своей ежедневной практикой, в ней также должны присутствовать все шесть совершенств. Даже если вы даете кому-то кусок хлеба, в этой практике щедрости должны быть все шесть совершенств. Для этого вам нужно очень точно знать, что подразумевается под щедростью, нравственностью, энтузиазмом. Если вы очень точно понимаете каждое из шести совершенств, то, даже просто слушая учение, вы сможете применить в этом слушании все шесть совершенств.

В отношении щедрости вам нужно знать, что такое щедрость и что такое совершенство щедрости. Есть различие между щедростью и совершенством щедрости, нравственностью и совершенством нравственности. Вначале я объясню, что такое щедрость и нравственность, а после этого объясню, что такое совершенство щедрости и совершенство нравственности. Я дам объяснения на основе собственной интерпретации, а затем на основе коренного текста мы рассмотрим эти темы еще более подробно. Если мы сначала рассмотрим мое собственное понимание щедрости и совершенства щедрости, а потом на этой основе получим более подробное учение на основе коренного текста, то оно станет для вас более эффективным, и вы сможете связать эти шесть совершенств с вашей ежедневной практикой. Эти шесть совершенств помогут вам накопить большие заслуги, большую мудрость и помогут вам развить потенциал вашего ума. Без завершения океана шести парамит вы не сможете пересечь океан сансары. В одной из моих духовных песен говорится: «В горном ущелье пусть воссияет радуга, и благоухают цветы. Пусть там обитает лебедь, и окрепнут его два крыла, и взлетит высоко белоснежная птица и пустится вдаль с царем лебедей. Да обладает она океаном парамит и станет держателем трона отца. Да высохнет океан страданий, да пребудет счастье во всех мирах».

Здесь заключаются коренные наставления. Вы не сможете достичь состояния будды с помощью лишь какой-то одной маленькой легкой практики. С помощью одной бодхичитты это тоже невозможно: «Я – бодхисаттва, я практикую только бодхичитту». Только с помощью теории пустоты это тоже невозможно. Практикуя только дзогчен, махамудру, только иллюзорное тело, или занимаясь только тантрой Ямантаки невозможно достичь состояния будды. Надо заниматься океаном практики шести парамит. Как Будда, когда был бодхисаттвой, в течение целой кальпы практиковал щедрость, он отдал свое тело людям и закончил парамиту щедрости. Целую кальпу он занимался также парамитой нравственности. Вот так он стал Буддой. Мы здесь слушаем тантру, а о том, как Будда, наш главный Учитель, занимался практикой, не думаем. Три года сидеть в медитации на ясный свет и стать буддой, – это смешно, это позор для буддиста. Смотреть в ум и стать буддой – это позор для буддиста, это деградация буддизма. Настоящий мастер дзогчена Лонгчен Рабджам сказал: «Для бодхисаттвы нет практик, которыми бы он ни занимался, он должен заниматься всеми практиками». Это сказал настоящий мастер дзогчена. Сейчас не дают настоящее учение дзогчен, люди сами придумывают, а потом говорят: «На ясный свет смотри и станешь буддой», – это деградация. Поэтому вам нужно завершить шесть совершенств, тогда вы сможете стать буддой, иначе это невозможно. На это уйдет три неисчислимых эоны, но это не имеет значения. Вначале не думайте о том, чтобы стать буддой очень быстро, потому что у вас очень слабое сострадание, а это очень большое. Очень опасно в этом состоянии желать быстрого достижения состояния будды. Вам нужно думать: «Если я буду жить, то я хотел бы достичь состояния будды и завершить шесть совершенств».

Почему я хочу стать буддой? Вам нужно сказать: «Когда я анализирую счастье, то безупречное счастье – это состояние будды и нет никакого другого более высокого счастья». Это самое надежное настоящее счастье не только для себя. Даже нирвана не является полным счастьем. Состояние будды – это счастье для себя и вы становитесь источником счастья для миллионов живых существ. Поэтому, когда я анализирую счастье, то хочу стать буддой. В моих стихах есть строчки: «Когда я думаю о счастье, я хочу стать буддой. Когда я думаю о страдании, я хочу стать буддой. Когда я думаю о своем благе, я хочу стать буддой. Когда я думаю о благе всех живых существ, я хочу стать буддой. Пусть я стану буддой ради блага всех живых существ». Это должно быть вашей философией. Это ваше главное намерение, но чтобы осуществить его, приступите к практике шести совершенств. Как я вам говорил в прошлый раз, бодхичитта – это не просто доброе сердце, это очень мудрое состояние ума, самое высшее. Любовь – это желание другим счастья. В нашем мире есть люди, которые ради счастья других готовы пожертвовать даже своим телом, – это любовь. Они отдают свое тело, но какого счастья они желают другим? Временного сансарического счастья. Тогда это немудрая любовь. Если вы жертвуете своим телом ради спасения живых существ от временных страданий, от болезней, то это любовь, но немудрая любовь. Из-за этого многое не изменится.

Даже если ваша любовь безупречна, и вы желаете всем живым существам обрести совершенного счастья, состояния освобождения, то все равно в сравнении с бодхичиттой это нечто более низкого уровня. Потому что в этой любви, в этом желании всем живым существам безупречного счастья, освобождения нет полной системы. Бодхичитта – это желание достичь состояния будды ради блага всех живых существ, в ней есть полная система, полная теория, как помогать всем живым существам. «Пусть я стану буддой ради блага всех живых существ», – здесь есть настоящая полная система того, как вы можете помочь, там есть полная теория.

Например, когда мы говорим о демократии, то там есть три момента: «Власть народа, волей народа и для народа». Сюда включена полная система демократии. Я изучал политическую науку – в этих трех пунктах содержится полная система настоящей демократии, которая полезна для народа. Также, что касается желания достичь состояния будды ради блага всех живых существ, то здесь тоже есть полная система. Когда вы знаете политическую науку, то знаете, что когда говорится: «Власть народа, волей народа и для народа», – то знаете, что здесь есть полная система. Бодхичитта – это невероятное состояние ума. И будучи охваченными бодхичиттой вам нужно приступить к практике шести совершенств.

Теперь что касается шести совершенств. Сначала я вам объясню, что такое щедрость и что такое совершенство щедрости и в чем различие между ними. Щедрость – это чувство даяния, и это не обязательно означает, что вам нужно что-то отдать другим. Если вы мысленно что-то пожелали кому-то отдать, то это тоже щедрость. Если в уме вы желаете кому-то счастья, то это тоже щедрость – это даяние любви. Что же такое совершенство щедрости? Это объясняется в «Ламе Чодпе». Там это объясняется невероятно сжато. Вам нужно запомнить наизусть «Ламу Чодпу», я давно это сказал. Когда вы не знаете текст, и я вам говорю про совершенство щедрости, вы на меня смотрите и ищете в книге, что это такое. На экзамене так не получится. Если вы знаете «Ламу Чодпу» наизусть, то когда я вас спрошу, что такое совершенство щедрости, вы сразу ответите:

«Благословите меня превратить мое тело,  
 Богатство и добродетели трех времен  
 В предметы исполнения желаний каждого существа  
 И следуя наставлениям о даянии без привязанности  
 Достичь совершенства щедрости».



Совершенство щедрости – это очень трудно. Не только ваше тело, но и все заслуги, все, чем вы обладаете, вы отдаете всем живым существам. В «Ламе Чодпе» говорится, что все, что у вас есть: тело, ваша собственность, ваши заслуги, – все, чем вы обладаете, вы отдаете всем живым существам. Вы отдаете любому существу в соответствии с тем, что ему необходимо, без какой-либо привязанности. Здесь говорится о полном распространении чувства щедрости на всех живых существ, это совершенство щедрости. После таких мыслей вы станете буддой. Это нелегко. Поэтому стать буддой нелегко. Даже одно совершенство щедрости осуществить нелегко. Будда целую кальпу делал упор специально на парамите щедрости: он отдавал свое тело и все, что имел, и потом посвящал заслуги от этого благу всех живых существ. Через такой путь он стал Буддой. Это называется совершенством щедрости. Если говорить коротко, то здесь все, что у вас есть, вы посвящаете всем живым существам. Потому что из учения по замене себя на других вы знаете, что полностью посвятить все другим – это для вас также источник счастья. Шантидева говорил о том, что без замены себя на других вы не сможете достичь состояния будды. Когда вы заботитесь о себе как о чем-то очень драгоценном, это не решает проблем, а наоборот делает их только больше, поэтому это мудро – обменять себя на других. Если вы очень чисто выполняете практику обмена себя на других, то осуществить совершенство щедрости будет уже не очень трудно. Когда вы медитируете на обмен себя на других и порождаете очень сильное чувство, желание обменять себя на других, в этом случае осуществить шесть совершенств будет уже не очень трудно.

Говорится, что если вы уже находитесь в воде, то дождь вам не помешает. Точно также, если вы разовьете очень сильную бодхичитту на основе метода семи пунктов причины и следствия и метода замены себя на других, то завершить шесть совершенств вам будет уже не очень трудно. Тогда отдать свое тело для вас будет все равно, что отдать кому-то какой-то овощ, это не будет трудно. Шантидева говорит, что практики бодхисаттвы очень трудны, но если вы падаете духом, то есть такие его слова: «На коне бодхичитты вы восходите от счастья к еще большему счастью, зачем же падать духом?» Итак, если вы думаете о шести совершенствах, о том, как поступают бодхисаттвы, как они жертвуют своим телом, если вы сомневаетесь: «Как я могу это сделать?» – и начинаете падать духом, то думайте так: «На коне бодхичитты я буду восходить все выше и выше, мой ум будет становиться все сильнее, я буду восходить от счастья к еще большему счастью, зачем же падать духом? Я не буду падать духом, я разовью шесть совершенств». Итак, после развития бодхичитты осуществить шесть совершенств уже будет не очень трудно. Но что касается даяния своего тела, то Шантидева говорил, что если нет великого сострадания, то не надо жертвовать своим телом. Так, все эти советы защищают вас от крайностей, тогда ваш ум становится очень мудрым, и вы все видите очень ясно. Вы в крайности не впадете.

Посмотрите сейчас на наш мир: в любой духовной системе нет полной мудрости, везде есть какие-то крайности. Кто-то говорит, что надо строго сидеть дома, медитировать, но из-за этого получается крайность: человек не разговаривает, ни с кем не общается, закрывает все окна, строго сидит, потом себя бьет, и из-за этого его голова становится ненормальной. Я иногда вижу в Интернете: там нет двусторонних советов, поэтому возникают крайности: или туда, или сюда. Здесь же полная система, она защищена с двух сторон. Шантидева давал советы сначала с одной стороны, как надо поступать, а потом с другой стороны – что так надо. Вот такие двусторонние советы: в себя надо верить, но быть скромным. Кто-то становится слишком скромным, и потом падает духом, а кто в себя слишком верит, тот перестает быть скромным и становится высокомерным. Такие двусторонние советы вы найдете только в учении ламы Цонкапы. Поэтому я говорю, что если бы лама Цонкапа не пришел Тибет, буддизм бы стал, как ненастоящая наука. По одной системе я бы дал вам передачу одного текста и отправил бы заниматься. Если бы вы спросили: «Почему я так должен делать?» – я бы ответил: «Ну, так раньше мой Учитель делал, и я тоже так буду

делать». Потом вы тоже сказали бы: «Мой Учитель геше Тинлей так делал, и я тоже должен так делать, вопросы нельзя задавать. Если возникнут вопросы, значит, вы демон, это демонические вопросы». Тогда это не отличалось бы от христианства. Сейчас в учении ламы Цонкапы на любой наш вопрос есть ответ: про крайности, про логическое осмысление. «Почему я не божество, если я думаю, что божество?» – на это противоречие есть ответ. Если бы учение ламы Цонкапы не было сохранено, то люди говорили бы: «Надо думать, что ты божество, лама Цонкапа сказал, что надо верить, другого объяснения нет». Поэтому лама Цонкапа (Будда Шакьямуни в человеческом теле) явился в Тибете, чтобы полностью сохранить Учение Будды. Это я могу гарантировать на сто процентов.

Будда Шакьямуни делал пророчество только об одном тибетском мастере, о ламе Цонкапе, и ни о каких других тибетских мастерах. Среди индийских махасиддхов Будда сделал пророчество об одном мастере – Нагарджуне, потому что Нагарджуна принес большое благо в сохранении Учения Будды. Не было пророчества даже о приходе Тилопы и Наропы. У них у всех реализации одинаковые, но Нагарджуна принес очень большое благо в сохранении чистого учения Мадхьямаки, поэтому Будда сделал пророчество о нем. Также есть пророчество об Асанге, поскольку он является держателем линии обширного метода. Будда делал пророчество только о тех, кто вносил большой вклад в сохранение Учения Будды, а не о тех, кто становился буддой. Я вам это говорю для того, чтобы вы поняли, насколько вам повезло встретиться с учением ламы Цонкапы. Его Святейшество Далай-лама такого не скажет, поскольку он является Учителем для всех четырех тибетских школ, Его Святейшеству нужно быть очень дипломатичным. Но моя ответственность в том, чтобы говорить вам об этом, поскольку вы не понимаете ценности того учения, которым обладаете, поэтому я объясняю вам это. Мои Духовные Наставники Пананг Ринпоче и Геше Наванг Даргье давали мне такие объяснения, которых не давал Его Святейшество Далай-лама, для меня это было очень полезно.

Итак, щедрость – это чувство даяния. Далее – нравственность. Это чувство защиты своего ума. Это то, что называется нравственностью. Шантидева говорил, что если вы не охраняете свой ум, то какой смысл в большом количестве этических норм? Поэтому настоящая нравственность – это когда вы защищаете свой ум от негативных состояний. Когда вы охраняете свой ум от негативных состояний, то тем самым вы автоматически защищаете свое тело и речь от вредоносных действий. Негативные действия тела и речи возникают в силу состояния ума. Если ум защищен от негативного состояния, то тело и речь не могут совершить негативных действий.

Различают три вида нравственности. Первый вид – это защита себя от негативных действий. Второй вид – нравственность накопления заслуг. Третий вид – нравственность принесения блага другим. Вам нужно совершать все эти три вида нравственности, это нравственность бодхисаттвы. Если вы миряне, то для вас основополагающая нравственность – это не совершение десяти негативных карм. Если вы монахи, монахини, то для вас существуют особые обеты.

Далее совершенство нравственности:

«Благословите меня достичь совершенства нравственного поведения,  
Работая во благо всех живущих, накапливая благие достоинства,  
Не преступая обета пратимокши, бодхичитты или тантры даже ради жизни».

Даже если соблюдение какого-то одного обета тантры или обета бодхисаттвы будет стоить вам жизни, то вам нужно быть готовыми пожертвовать своей жизнью, чтобы не нарушить этот обет, тогда вы завершаете совершенство нравственности. Эти строки, посвященные

шести совершенствам, вам нужно заучить наизусть, это выработает храбрость у вас внутри. Когда я читаю эти строки, я чувствую, что я очень плохой практик, это очень полезно думать: «Какой я плохой практик». Если вы знаете: «Моя практика очень слабая, как я могу заниматься тантрой? Даже практика шести парамит у меня слабая», – то это хороший фундамент.

Далее терпение. Что такое терпение и что такое совершенство терпения? Терпение – это не так, как в случае с сауной: вы сидите там, вам жарко, но вы терпите. Это не терпение. Вы терпите-терпите, а потом взрываетесь – это не терпение. Многие люди думают: «О, совершенство терпения, как так можно?» Это не терпение. Здесь под терпением понимается, когда вы не позволяете своему уму беспокоиться, с каким бы плохим внешним условием вы ни встретились. Это произойдет только тогда, когда вы обретете мудрость. Если у вас есть мудрость, то с каким бы плохим условием вы ни встретились, оно вас не побеспокоит. Шантидева говорил, что если проблему можно решить, то решите ее, зачем расстраиваться, зачем позволять своему уму беспокоиться? Если ваш ум обеспокоен, это значит, что у вас нет терпения. Если проблему решить нельзя, то здесь тоже нет причин расстраиваться – соглашайтесь, а если можете решить – решите, зачем вздыхать по этому поводу? Это значит, терпения нет. Когда есть терпение, вы решаете проблему. Если проблему решить нельзя, то ничего страшного, вы соглашаетесь. Это называется терпением, храбростью, так поступает герой. Он не пускает в свой ум беспокойство. Терпение делает ваш ум сильным. Терпение – это не тупое чувство, когда вас бьют, а вы сидите и терпите. Нет, терпение – это когда вы не пускаете в свой ум беспокойство. Вы – герой, когда никакая плохая ситуация вас не может расстроить, людям очень сложно сделать вас несчастным. Если вы можете сказать: «Меня очень сложно побеспокоить», – это знак того, что у вас есть терпение. Если вы можете сказать: «Меня вообще невозможно расстроить», – тогда вы реализовали совершенство терпения. Вокруг вас могут происходить любые дела, но ваш ум спокоен, вас невозможно расстроить. Тогда вы всегда счастливы.

Если терпения нет, что происходит? Вы от маленького слова становитесь несчастными. «Утром я был счастливым, но потом увидел черное лицо соседа и мое настроение испортилось. Это он виноват», – это значит, что вы слабый. Сосед не виноват, вы сами виноваты, у вас слабый тупой ум. Если сосед вас даже ругает, а вы смеетесь: «О, как хорошо, до свидания», – тогда вы сильный человек. Потом сосед будет думать: «Что мне сделать такого, чтобы он был несчастлив?» А вы скажете: «Это невозможно. Даже если целую калыпу вы будете так делать, все равно не сможете меня расстроить». Тогда у вас есть терпение. Это вам выгодно. Будда говорил, что терпение вам выгодно, а тому, кто вредит – невыгодно. Когда вы злитесь, тем людям не становится плохо, они спокойно сидят, а вы сами становитесь несчастными, вам самим плохо.

Итак, терпение – это когда вы не позволяете себе расстраиваться. Для этого вам нужна очень большая мудрость. Эта тема очень подробно анализируется Шантидевой в шестой главе о том, как практиковать терпение, там очень точно объясняется пункт о человеке и его действиях. Как говорит Шантидева, если вы все это очень ясно видите, то понимаете, что когда живое существо находится под контролем омрачений, в этом случае у него нет своей силы. Мудрые люди анализируют это, понимают и никогда не злятся на живых существ. Для них это объект сострадания. Они находятся под контролем омрачений, у них нет никакого выбора. Например, человек болеет туберкулезом, у него нет выбора – болеть или не болеть. Когда он болеет, то кашляет, у него нет выбора, он не может сказать: «Я не буду кашлять». Когда у него нет выбора, и он кашляет, а вы на это злитесь, то вы – тупой. Как можно злиться на человека из-за того, что он кашляет – у него нет выбора. Он не хочет болеть, но он заболел, он не хочет кашлять, но он кашляет, как вы можете на него злиться? «Он кашляет, я спать не могу, я его убью», – это тупой человек. Шантидева говорит, что точно

также все живые существа находятся под влиянием омрачений. Никто не хочет омрачений, но они берут контроль над людьми, поэтому у них нет силы. Когда вы это знаете и правильно анализируете, то никогда не злитесь на живых существ. Они являются объектом не гнева, а сострадания, они находятся под контролем омрачений, их жалко, они страдают. Поэтому даже если они совершают очень неправильные поступки под контролем омрачений, вы думаете: «Это не человек, это омрачения. Сначала эти омрачения делают его несчастным, а мне остается вторичный вред, он мне сильно не вредит, ему больше вредит». Если у вас есть такое понимание, то вы ни на кого не будете злиться. Человек под влиянием омрачений говорит вам плохие вещи, что вы тупой и так далее, а вы думаете: «Жалко, он находится под влиянием омрачений». Например, ваша мама выпила водки, пришла домой и говорит: «Я тебя не люблю», ругает вас. Вы должны думать: «Это не моя мама, это водка говорит». Вы не будете злиться на маму. Что бы она ни говорила, у вас в одно ухо влетает, а из другого вылетает. На завтра вы можете подумать: «Мама сказала, что не любит меня, как плохо». Это не мама, это водка сказала. Если вы это понимаете, то будете спокойны. Что делаете вы? Под влиянием водки омрачений вам что-то сказали, и вы эти слова держите, как объект медитации: «Мама сказала, что не любит, не любит...». Всю ночь вы медитируете на это, помните все и становитесь несчастными. Вы часто так поступаете. За неправильные пункты вы цепляетесь и медитируете, как на Ламрим. День и ночь медитируете на этот пункт, потом вспоминаете много неправильной информации: «Раньше, год назад, два года назад он так сказал...». Это называется медитацией на омрачения. Поэтому вы сами становитесь несчастными. Это очень практично, очень полезно, чтобы сделать свой ум здоровым.

Далее, что такое совершенство терпения:

«Пусть девять видов существ гневаются на меня, порочат, унижают, угрожают  
Или даже убьют меня,  
Благословите меня достичь совершенства терпения  
И бестрепетно трудиться им на благо  
В ответ на причиняемый мне вред».

Это называется совершенством терпения. Эти строки из Ламы Чодпы вам нужно выучить наизусть, они очень полезны. Когда люди что-то вам говорят и вам чуть-чуть больно, вспоминайте об этих стихах из Ламы Чодпы и думайте: «Даже если все существа шести миров будут меня ругать и даже убивать, я не буду злиться. Даже свои заслуги я буду посвящать их счастью». Если через эти стихи у вас появляются такие мысли, то сразу в кипящее молоко попадает вода и ум успокаивается. Когда иногда мой ум становится тупым от какого-то неправильного слова, чуть-чуть начинает беспокоиться, я вспоминаю эти стихи из Ламы Чодпы, – это нектар, он сразу помогает. В этот момент теория пустоты мне не помогает, думать, что я – Ямантака, божество тоже не помогает. В этот момент эти стихи – очень мощное противоядие от этого состояния ума. В настоящий момент у вас нет правильного понимания теории пустоты, которая является на самом деле абсолютным противоядием, и вы не можете применить его, как полагается. А эти строки Панчен-ламы специально предназначены для практики терпения. Когда вы получаете подробное учение по шести парамитам, особенно по парамите терпения, комментарий к этому четверостишию, каким бы подробным он ни был, он должен быть заключен в этой шлоке. Это как человек, который идет на войну, у него все лекарства, все припасы – все с собой. Точно также, когда вы идете на войну с омрачениями, все это должно быть готово, как припасы, тогда вы будете настоящим героем в войне с омрачениями. Пока вы не готовы, как можно заявлять: «Я буду воевать омрачениями», – они будут смеяться. Вы говорите: «Я буду воевать через тантру», – они тогда скажут: «Болтун, даже через сутру не умеет, а через тантру и ясный свет

собирается убирать омрачения». Они будут смеяться, скажут: «Да-да, ты очень сильный практик», – и никакого результата не будет.

Далее совершенство энтузиазма. Вам нужно знать, что такое энтузиазм и что такое совершенство энтузиазма. Энтузиазм – это не толкание себя к духовной практике. Энтузиазм – это когда вы получаете удовольствие от развития ума. Когда вы занимаетесь спортом, развиваете свое тело и чуть-чуть видите развитие, то вы довольны. Вы счастливы бегать, говорите: «Благодаря бегу, мое тело становится лучше». Когда тренер вас бьет палкой и заставляет: «Беги-беги», – это не энтузиазм. «Если я не побегу, он меня палкой ударит», – это не энтузиазм, это толкание. Люди, которые занимаются спортом, когда развивают качества своего тела, они довольны, у них есть энтузиазм: «Каждый день я хочу заниматься, мое тело лучше становится». Это называется энтузиазмом, – когда вы довольны тем, что занимаетесь. Но это ненастоящий энтузиазм, когда вы тренируете тело, настоящий энтузиазм – в духовном пути.

Если вы с удовольствием прикладываете усилия к развитию ума, то в этом случае это энтузиазм, а если это относится к развитию вашего тела, то это все-таки не энтузиазм. Это другой вид лени. В буддизме говорится, что если вы слишком много усилий прикладываете к развитию своего тела, то это такой вид лени, который называется привязанностью к неправильному объекту. Ради мирского проекта вы день и ночь не спите, что-то делаете, это тоже не энтузиазм, это тоже лень. Другой вид лени лучше, чем эта лень: вы спите спокойно, отдыхаете. Это тоже лень, но там вы спокойно отдыхаете. А тут ради дурацких планов вы какие-то комбинации просчитываете, что-то получаете, потом день и ночь не спите, в Интернете смотрите. Это тоже лень, там результата не будет. Лама Цонкапа сказал, что как бы вы корову за рога ни доили, молока не будет. Что бы вы ни делали, даже если масло туда бросите, оттуда молока никогда не будет. Когда вы ради мирского плана всю ночь не спите, думаете, это похоже на то, как если бы вы пытались получить от коровы молоко с помощью шаманских ритуалов и прочего. Все это ерунда, это нереально. Лама Цонкапа сказал, что если вы хотите молока, то надо знать, где оно есть, а если хотите счастья, то надо знать, где источник счастья. Там его нет, он здесь – в развитии вашего доброго состояния ума. Это энтузиазм, отсюда придет счастье, вы сами будете счастливы, и другие тоже будут счастливы, это называется энтузиазмом. Поэтому когда вы думаете о мирских проектах: «Я там что-то сделаю и буду счастлив», – это все равно, что пытаться получить молоко из рогов коровы. Оттуда никогда молока никто не получал, источника молока там нет, – он здесь, внутри. Если вы развиваете одно хорошее качество ума, то у вас сразу ум становится спокойнее, второе развиваете – еще счастливее. Сразу вы становитесь счастливы, и вокруг вас люди тоже счастливы. Это называется энтузиазмом. Когда у вас один раз появляется позитивное состояние ума, – вы счастливы, второй раз – тоже, и потом вы будете рады находить это здоровое, счастливое состояние ума. Это называется энтузиазмом, это счастье, это нетрудно.

Далее совершенство энтузиазма. Панчен-лама говорит:

«Даже если ради каждого живого существа  
Мне придется гореть в огне Авичи в течение бесчисленных эонов,  
Благословите меня достичь совершенства радостного усердия  
И из сострадания стремиться к высшему просветлению».

Это надо каждый день читать и обдумывать: «Ради одного живого существа, если надо, я целую кальпу буду с ним, ради его блага. Я буду рад быть с ним». Отсюда вам только выгода. Вот такое большое сердце: «Ради одного живого существа целую кальпу я могу вместе с ним находиться в аду». Когда вы так думаете, остальной энтузиазм породить

нетрудно. Это называется совершенством энтузиазма. С таким состоянием ума, которое вы распространили на всех живых существ, вы сможете стать буддой, но не с таким вашим глупым состоянием ума.