

Итак, как обычно вначале породите правильную мотивацию. Что касается мотивации, то мне, кто сидит на троне, очень важно породить правильную мотивацию. Очень важно никогда не думать, что я очень особенный человек. Для того чтобы продемонстрировать величие учения я сижу на троне, а не по той причине, что сам являюсь великим человеком. Мотивация должна быть побуждаема состраданием, для того чтобы избавить вас от страданий, чтобы привести вас к безупречному счастью мне следует давать учение. И что касается учения, то также мне следует передавать то учение, которое давали великие мастера прошлого, а не какие-то новые придуманные учения.

Вам, ученикам, которые слушают учение, нужно получать его как минимум с мотивацией обрести здоровое состояние ума. Если это возможно, то породите желание достичь состояния будды на благо всех живых существ. А также очень важно получать учение с шестью осознаниями, как это объясняется в Ламриме. Среди всех этих шести осознаний самое важное осознание – это осознание себя как больного человека, страдающего от болезни омрачений. С пониманием того, что до тех пор, пока я страдаю от этой болезни омрачений, я обладаю природой страдания. Поэтому, если я занимаюсь какими-то делами, не связанными с укрощением ума, то это пустая трата времени, это бессмысленная деятельность. Любая деятельность, которой вы занимаетесь, особенно если это получение учения, если это связано с укрощением вашего ума, с оздоровлением вашего ума, тогда эта деятельность является значимой, думайте таким образом. С таким осознанием далее породите второе осознание – осознание Дхармы как истинного лекарства, избавляющего от болезни омрачений. Третье – осознание Будды как достоверного существа. Далее четвертое – это осознание того Учителя, который дарует вам учение, как представителя Будды. Далее пятое осознание – это стремление искренне применять то учение, которое вы получили, для собственного развития. Это очень важно. Думайте так: «Учение, которое я получаю, я буду стараться искренне применять в своей жизни, чтобы сделать свою жизнь лучше, чтобы сделать ее более здоровой». Если у вас не будет такого осознания как стремление искренне применять получаемое учение, то, сколько бы вы ни получали учений, для вас это будет просто накопление информации.

Шантидева говорил: «Если вы просто собираете лекарства для того, чтобы продемонстрировать другим, что у вас есть такое-то лекарство, а сами его не принимаете, то в этом случае вы не исцелитесь от болезней». И точно также, если вы просто получаете учение, а сами его искренне не применяете, а лишь демонстрируете другим, что вы знаете то-то и то-то, то это пустая трата времени, поскольку это не избавит вас от страданий и причин страданий. Итак, очень важно это пятое осознание, думайте, что учение, которое я получаю, я буду искренне применять в своей жизни и сделаю свою жизнь значимой. Далее шестое осознание – думайте, что я получаю это учение не только ради собственного блага, но и ради блага других, я хотел бы сохранить это учение. Буддийское учение укоренится в Тыве не в силу только лишь строительства красивых храмов. Если бы возрождение буддизма зависело от строительства здания, то в этом случае я нашел бы спонсоров в Японии, которые построили бы здесь очень богатый храм, и это помогло бы возродить буддизм, но это не так. Буддизм сохраняется не в силу строительства просто красивых храмов, а по двум главным причинам. Поэтому Васубандху говорил: «Учение Будды делится на две категории – это учение теории и учение практики и реализации, и нет третьего учения Будды». Поэтому если мы хотим сохранить буддизм, то, что нам необходимо сделать, это сохранить теоретическое учение, а также сохранить учение реализаций, и тогда буддизм пустит корень в Тыве. Без теоретического учения реализации невозможны, на основе теоретического учения далее вы практикуете и достигаете реализаций, и это то, что называется «учение реализаций». Поэтому, что касается сохранения буддийского учения в Тыве, то в первую очередь очень важно обрести теоретические знания. И поэтому я часто говорю о том, что касается строительства храмов в

Тыве, что я стараюсь воздвигать такие храмы учения Будды в сердцах каждого человека. Если какой-то человек обретет целостное понимание теоретического учения Будды, то в этом случае в его сердце будет построен полный храм, это храм теоретического учения. Если он будет практиковать это учение и достигнет реализаций, то в его уме будет построен храм учения реализаций. Итак, очень важно, чтобы в умах каждого человека были построены эти два храма – храм учения теории и храм учения реализаций, и тогда буддизм окрепнет, пустит крепкий корень в Тыве. Если все больше и больше людей будут строить такие храмы в своем сердце, то тогда буддизм окрепнет в Тыве. Тогда даже если не будет больших храмов, буддизм все равно будет иметь крепкий корень в Тыве. В противном случае если не будет интереса к теоретическому учению Будды и к учению реализаций, а будет просто строительство храмов, чтобы туда приходили люди, платили, оставляли деньги, то в этом случае это не будет возрождением буддизма в Тыве.

Далее следующий момент, который вам нужно понимать, в буддизме говорится, что причину нужно создавать вам самим. Будда говорил: «Я укажу вам путь к освобождению, но причину освобождения создать нужно вам самим». С другой стороны в буддизме также говорится об опоре на защитников Дхармы, на божеств. Почему? Если все зависит от вас, зачем же тогда нужны божества, зачем вам защитники Дхармы? Этот момент вам нужно понимать очень точно. С точки зрения причины все зависит от вас, то есть вам нужно создавать причину. Вашу причину освобождения не могут создать божества, и не могут создать защитники Дхармы, это правда. Почему тогда в сутрах и в тантрах дается так много объяснений к садханам божеств, защитников Дхармы, всевозможные тонкости ритуалов, почитание защитников Дхармы? Почему это так? Зачем нам это необходимо?

А теперь посмотрите с точки зрения условий. Говорится, что причину нужно создавать вам самим, но касательно условий, в силу которых проявляется эта причина, то без божеств, без защитников Дхармы эта причина, которую вы создаете, не сможет проявиться. Поэтому ритуалы также очень важны. Некоторые люди говорят, что геше Тинлей выступает против ритуалов, но это неправда. Я говорю вам о том, что причину нужно создавать вам, но что касается условий, то для ее проявления очень важны ритуалы. Именно по этой причине они были сохранены, то есть излагались в сутрах, излагались также в тантрах, это учения Будды. Они были сохранены в монастырях. Например, если в вашей семье есть какие-то препятствия, и в этом случае вы приглашаете четырех монахов, они приезжают к вам и читают молитву, то произойдут просто феноменальные перемены. Это я по себе знаю. Когда в нашей семье возникало препятствие, мы приглашали монахов, они приходили домой, читали молитвы и создавали хорошие условия. Причины мы должны создавать сами, но чтобы причина проявилась, это очень сильно зависит от условий. В настоящий момент даже если мы просто создаем причины, то хороших причин у нас все равно очень мало, и очень много негативных причин. Поэтому, чтобы эта маленькая хорошая причина проявилась, мы очень сильно зависим от условий. Поэтому мы зависим от божеств, зависим от защитников Дхармы, от особых ритуалов, все это очень полезно. Принимать прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе – это также условия для проявления той причины, которую вы создаете. Поэтому здесь необходим баланс между этими двумя. Есть опасность, что вы будете гнаться лишь за созданием условий, но это было бы ошибкой. Далее, если вы будете создавать только причины, и будете игнорировать создание условий, то это другая ошибка, не впадайте ни в одну из этих двух крайностей. В буддизме существует много крайностей, и поэтому необходим Духовный Наставник, который будет помогать вам, придерживаться срединного пути и не впадать ни в одну из этих крайностей. В отношении учебы здесь также есть одна из крайностей, – это то, что вы можете впасть в крайность простого получения сухой интеллектуальной информации. У таких людей эго становится больше. Далее другая крайность, это когда люди думают, что самое главное – это реализации, и без знания они стараются медитировать, и это тоже крайность. Поэтому очень важно накопить информацию

для развития ума, а далее с этими знаниями медитировать, поэтому здесь очень важен баланс. Поэтому создавайте причины освобождения, но при этом также выполняйте ритуалы, касающиеся защитников Дхармы, божеств – для создания хороших условий. Также ходите в храмы, это тоже очень важно. Выполнять обхождения, подносить масляные светильники, – все это очень важно и не нужно игнорировать ничего из этого. Также хранить свою культуру, свои традиции, – это тоже очень важно, свой уникальный язык также важно сохранить.

Итак, вам нужно поступать таким образом, чтобы не проигнорировать ни один из факторов, иначе в будущем вы пожалеете. Далее другая крайность, если вы будете получать от меня учение, и будете думать, что у меня есть учение об освобождении и начнете игнорировать создание карьеры в этой жизни, то это тоже крайность. Сейчас некоторые ученики получили учение и летают, ленятся. Они говорят: «Зачем учиться, зачем работать? Работать надо в медитации», – но это обман. Поэтому некоторые мои ученики не работают, но это неправильно, работать надо, ответственность за семью нести тоже надо. Эта ответственность не мешает вашей практике. Вы можете двадцать четыре часа заниматься практикой. Поэтому когда вы работаете, работайте с добрыми мыслями, – это тоже практика. Если вы не будете работать, тогда тувинское государство не будет развиваться. Вы живете в тувинской республике, скажите себе: «Я здесь ем, у меня сейчас есть ноги, руки, и моя ответственность делать свою республику лучше». Специалисты в каждой профессии знают, что делать для народа. Это тоже буддийская практика.

Поэтому не игнорируйте деятельность в этой жизни в том числе. И одновременно с этим прикладывайте усилия к долговременному благу, то есть к развитию ума и достижению освобождения. В вашем уме должна быть построена очень хорошая система, это очень важно, как у хороших шахматистов. Хороший шахматист держит под контролем все аспекты и не игнорирует ни один из аспектов, и когда он делает хороший ход, то учитывает их все. Вот такую систему нужно создать. В нашей жизни даже здоровье тела игнорировать нельзя, потому что вы хотите здоровое тело. Здоровье само по себе не придет, поэтому не кушайте что попало, кушайте только полезную еду, не пейте, не курите, а то потом будет поздно. Вы сами несете за это ответственность, так говорит Будда. Для здорового тела нужно тоже создавать причины, которые не впустят болезни, это тоже практика.

Что касается ваших средств к существованию, то для вас очень важно иметь небольшой источник дохода, и при этом жить счастливой жизнью, это очень важно. Лучше иметь немного денег, но жить счастливо, чем иметь много денег, но не иметь счастья. Это опасно. Когда деньги приходят быстро, то они также быстро и уходят. Вот поэтому в такой жизни нет счастья. Поэтому вы должны чувствовать достаточность в скромной жизни. Развивайте ум и становитесь счастливыми. Это не мой совет, это совет Его Святейшества Далай-ламы. Его Святейшество передавал такие советы тибетцам, я слышал их, когда был еще молод. Теперь я передаю эти же советы вам. Когда я еще был молодым, Его Святейшество Далай-лама дал мне такое учение, он нас даже учил, как кушать, как разговаривать. Поэтому я думаю, что я стал таким человеком благодаря Его Святейшеству Далай-ламе. Все эти вещи он рассказал, что лучше маленький и надежный источник дохода, чем большой, но ненадежный. У вас будет мало денег, но вы будете счастливы. Это золотой совет. Если вы один раз увидите радугу, а в другой раз не увидите, то потом у вас возникнет страх, вы пойдете в храм, будете гадать, молитвы читать, но невозможно так сделать. Вы не создали причин, что вы можете получить?

Это золотые советы, которые сделали мою жизнь значимой, они простые, но очень полезные. И вы, молодое поколение, тоже поступайте так. И старшие люди, тоже не имейте слишком много ожиданий, довольствуйтесь тем, что у вас есть. Сейчас вы, можно сказать,

умираете и готовитесь к смерти. Поэтому человека, которому больше шестидесяти лет, в нашем государстве называют пенсионером. Что такое пенсия? Это говорит о том, что ваша мирская деятельность закончена, спасибо вам большое, очень хорошо. Скажите себе: «Я устал, работал до шестидесяти лет, сейчас я буду готовиться к следующей жизни». Нужно говорить детям, что все, моя работа закончена, я буду готовиться только к следующей жизни. Детям нужно знать, что ваши родители вас кормили, сейчас говорите родителям, чтобы никуда не лезли: «Ваше дело развиваться духовно, внутри, становиться мудрее. Вы, пожалуйста, копите заслуги, в нашей семье будет еще лучше». Если ваши бабушка и дедушка лезут туда-сюда, скажите им: «Сейчас пора заботиться о себе, вы о нас достаточно позаботились, теперь нам забота не нужна, теперь вы отдыхайте». Бабушкам и дедушкам нужно знать, что время меняется на сто процентов, ситуация меняется, и ваши советы сейчас не подходят. Молодежь знает свою ситуацию лучше. Поэтому думать: «Почему они меня не слушают?» – это неправильно. Вы находитесь в прошлом времени, ваши советы им не помогают, а только вредят. Дедушки и бабушки, не нужно детям давать много советов, занимайтесь своей практикой. Не говорите так: «Они меня не слушают, это во времена упадка такие люди плохие».

Вы так говорите, что будто бы когда были молоды, были святыми, а сейчас молодые парни и девушки очень плохие. «Какие они плохие», – так не нужно говорить, вы тоже были не святые. «Мы так не делали раньше», – вот так не нужно говорить. Вкус к одежде у всех разный, пусть одеваются, как хотят. Самое главное, чтобы не пили водку. Если они пьют водку, то это неправильно. Скажите им: «Как одеваться, это ваше дело, дело вкуса, но водка – это яд, она вам вредит, пожалуйста, не пейте водку». Если скажете так один раз, то они вас сразу послушают. Но если это говорить много раз, то они вас перестанут слушать.

Итак, это мои небольшие советы для вашей повседневной жизни. А что касается того учения, которое я давал вам вчера, то оно касалось определения благородной истины страдания. То, что возникает из благородной истины источника страдания и характеризуется такими четырьмя аспектами как непостоянство, страдание, пустота и бессамость, – это определение благородной истины страдания. Также я говорил о том, что первое слово «то» указывает на ваши пять совокупностей, и объяснял, почему так важно знать, что представляют собой пять совокупностей. Я говорил так, поскольку они являются объектной основой для обозначения «я». Если вас интересует собственное развитие, то для вас очень важно знать пять совокупностей. Если вы хотите отремонтировать автомобиль, то вам необходимо знать, какова объектная основа автомобиля, иначе вы не сможете его починить. Если говорить о колесах, то вам нужно знать, как устроен механизм колес, если говорите о двигателе, то вам нужно знать полностью, что представляет собой эта часть. Также важен тормоз, коробка передачи и так далее. Также внутри, что касается руля, вам необходимо знать все детали. И если все эти элементы вы будете делать все лучше и лучше, то и машина будет становиться лучше. Нет никакого чуда в том, что машина стала лучше ездить. Если детали работают лучше, то и машина становится немного лучше, это видно. Если вы подремонтируете мотор, то машина станет немного лучше, но это незаметно. А когда вы делаете капитальный ремонт двигателя, то чувствуете, что машина стала как новая. Точно также, если вы хотите сделать себя немного лучше, то просто читать молитвы, просить Будду помочь вам стать лучше – это невозможно. Это подобно ремонту машины. Вам каждые из пяти совокупностей нужно стараться делать все лучше и лучше, и по мере их улучшения ваше «я» тоже будет становиться лучше.

Я объяснил вам, какова первая совокупность, это совокупность формы. У вас есть грубая форма и тонкая форма, тонкая форма – это ваше тонкое тело, это ваше постоянное тело, которое существует с безначальных времен и вплоть до достижения состояния будды. Когда оно будет полностью очищено, то станет Буддой Вайрочаной. Ваше тонкое тело станет

Буддой Вайрочаной. Тонкое тело существует всегда, его невозможно остановить. Ученые пришли к открытию закона о сохранении массы и энергии, и они говорят, что грубые объекты можно разрушить, но что касается мельчайших частиц, то они все время продолжают существовать, вы не можете их полностью уничтожить. И так же обстоит дело с нашим тонким энергетическим телом, его уничтожить невозможно, оно все время продолжает существовать. Поэтому и вы все время продолжаете существовать. Ваше тонкое энергетическое тело продолжает существовать даже после смерти, и это объектная основа для обозначения «я», поэтому ваше «я» продолжает существовать. Если вы сделаете свое тонкое энергетическое тело красивым, то вы станете вечно красивым.

Далее совокупность ощущений – это ваша вторая совокупность. Здесь, что касается совокупности ощущений, то различают позитивные ощущения и негативные ощущения. Поэтому когда в вашем уме больше порождается негативных ощущений, вы говорите: «Я плохой человек». Вы говорите, что вы плохой человек, потому что вы видите, что в вашем уме больше негативных ощущений, чем позитивных. Поэтому вы думаете: «Я такой плохой человек». Когда вы делаете свои ощущения менее негативными и более позитивными, тогда вы становитесь лучше. По мере того, как ваша совокупность ощущений будет становиться все чище и чище, вы будете называть себя добрым человеком, будете думать, что вы уже стабильно добрый человек.

Далее различение – это ваша третья совокупность. Вы ее не видите, но она является основой для обозначения «я». Если вы приходите к большому количеству ошибочных выводов, то вы говорите: «Я глупый». Итак, если ваше различение работает неправильно, нелогично, то в этом случае вы называете себя: «Я глупый». Поэтому это различение является основой для вашего «я». И поэтому делайте это различение мудрее и мудрее. Поскольку оно будет становиться все мудрее и мудрее, когда вы перестанете уже приходиться к ошибочным выводам, будете делать правильные выводы, то вы начнете называть себя: «Я мудрый человек». Вам не нужно будет говорить, что вы мудрый человек, вы станете мудрым человеком. Если ваше различение станет мудрым, то вы станете мудрым, а не потому, что вас кто-то назовет мудрым.

Далее четвертая совокупность, которая является основой для обозначения «я», это кармические отпечатки. Каким образом люди говорят, например, что какой-то человек добродетельный, а другой – недобродетельный? Когда Будда родился, пригласили одного мудреца. Стоило мудрецу увидеть Будду, когда он был маленьким ребенком, у мудреца сразу же потекли слезы из глаз. Он сказал, что такого добродетельного человека в своей жизни он еще ни разу не видел: «Я впервые в жизни вижу человека с такими высокими заслугами, такого добродетельного человека». Теперь, какова же основа этого буянте? Здесь мы говорим о четвертой совокупности, совокупности формирующих факторов. Ваш ум является невероятным хранилищем кармических отпечатков, и если в нем хранится больше негативных отпечатков и меньше позитивных отпечатков, то в этом случае это является объектной основой для того, чтобы назвать вас недобродетельным человеком, тогда у вас очень бедные заслуги. А если вы накопите высокие заслуги, то в этом случае вы станете очень добродетельным человеком. Эта объектная основа для того, чтобы назвать вас очень добродетельным человеком или менее добродетельным, зависит от четвертой совокупности, совокупности формирующих факторов. Это ум с кармическими отпечатками. А теперь, если в вашем уме полностью очищены все негативные кармические отпечатки и полностью развиты все позитивные кармические отпечатки, то эта совокупность трансформируется в Будду Амогхасиддхи. В этом случае у вас не остается отпечатков негативной кармы, полностью вся негативная карма очищена, а что касается отпечатков позитивной кармы, то они полностью все реализованы. Такое состояние ума с чистыми кармическими отпечатками трансформируется в Будду Амогхасиддхи. Ваш ум с чистыми кармическими отпечатками,

где нет никаких негативных кармических отпечатков, является в качестве Будды Амогхасиддхи, это ваша совокупность формирующих факторов.

Далее пятая совокупность – это совокупность сознания. Мы говорим о шести видах первичного ума, и среди них главное – это ментальное сознание. Если говорить о ментальном сознании, то грубые уровни ментального сознания не переходят в следующую жизнь и не приходят к состоянию будды. А что переходит в следующую жизнь, что продолжает существовать вплоть до достижения состояния будды? Это ваш наитончайший ум, который называется ясным светом ума. Этот ясный свет ума является основой всех грубых видов сознания. Из этого ясного света ума порождаются грубые концепции, и эти грубые концепции обратно растворяются в ясном свете ума. Поэтому в учении по махамудре и дзогчену говорится, что какая бы мысль не возникла, она возникает из ясного света и исчезает обратно в ясном свете. В махамудре объясняется, каким образом пребывать в таком состоянии наитончайшего ума ясного света, и если возникает грубая мысль, то она не причиняет вреда и не помогает, сама собой исчезая в ясном свете. Есть такое понятие как самоосвобождающиеся мысли, когда все эти грубые концепции, не помогая и не причиняя вреда, освобождаются сами собой. В сутрах не особо говорится о наитончайшем уме ясном свете, объяснения в этом отношении даются в тантрах. В тантрах говорится, что до тех пор, пока вы не научитесь использовать свой наитончайший ум ясный свет, вы не сможете стать буддой.

Далее в тантрах говорится, что такое сансара. В тантрах говорится, что тот ясный свет ума, которым мы сейчас обладаем, это изначальный Будда, но мы не можем пребывать в этом состоянии изначального Будды. Если вы обретете способность использовать ясный свет ума, и все время пребывать в ясном свете ума, не выходя из ясного света, то в этом случае вы достигли состояния будды. Поэтому в махамудре объясняются особые техники, позволяющие все время, непрерывно пребывать в состоянии ясного света, что бы вы ни делали, даже если вы прыгаете. Далее, что касается сансары, то объяснения даются такие, что в силу неведения вы не можете пребывать в этом состоянии ума ясного света, и в силу неведения у вас в уме порождаются концепции и множество омрачений. Далее вы обретеете грубый ум, грубое тело. И далее этот грубый ум, и грубое тело вращаются по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, и так вы вращаетесь в сансаре. Далее, если вы устранили неведение и останетесь в ясном свете, то эти грубые концепции у вас не возникнут. Если не порождать грубых концепций, то вашего грубого тела существовать не будет, у вас останется лишь тонкое энергетическое тело. Поэтому этот наитончайший ум, когда он уже полностью свободен от омрачений и препятствий к всеведению, далее этот ясный свет превращается в Дхармакаю. И эта Дхармака – это святой ум Будды. Эта ментальная совокупность, которая полностью очищена, превращается в дхяни-будду Акшобхью.

Итак, это объяснение пяти совокупностей, которое я вам дал с двух точек зрения: с точки зрения сутры и с точки зрения тантры в такой краткой форме, чтобы вы смогли помнить, что такое пять совокупностей. Далее говорится, что ваши пять совокупностей – это то, что возникает из благородной истины источника страдания. А что такое благородная истина источника страдания? Источник страдания – это ваши омрачения и отпечатки загрязненной кармы. Это источник страдания. Это означает, что те пять совокупностей, которыми вы сейчас обладаете, рождены под контролем омрачений и загрязненной кармы. Поэтому эти пять совокупностей, которыми вы сейчас обладаете, имеют природу страдания. Это природа страдания. Поэтому если у вас возникают какие-то проблемы, и вы начинаете думать, что вы не заслуживаете этих проблем, то это очень глупо. Даже если у вас маленькая головная боль, вы думаете: «Я читаю мантры, молитвы, как может быть так, чтобы я болел?» Это неправильно. Вам нужно понимать, что поскольку вы рождены под контролем омрачений,

вы обладаете природой страдания, и вам очень повезло, что сегодня вы не страдаете. Подумайте так: «Как мне повезло, что я могу слушать учение, голова не болит, желудок не болит, я счастлив, как это хорошо!» Вы должны радоваться тому, что вы не болеете. Это нормальная психология. Если вы думаете: «У меня проблемы, я этого не заслуживаю, наверное, у меня беда самая худшая, самая страшная». Вот эта неправильная психология.

Я приведу вам одну аналогию. Вы подобны одному слуге. Хозяин сказал своему слуге: «Помой чашку, налей для меня чашку чая и принеси ее мне». И этот слуга спрашивает себя: «Как смеет хозяин приказывать мне помыть чашку и принести ему чашку чая?» Но этот слуга имеет неправильную психологию. Слуге нужно понимать: «Если я не хочу мыть чашки и приносить чашку с чаем своему хозяину, то в этом случае мне не нужно быть слугой. Но если я слуга, то все это я должен делать, потому что я согласился быть слугой». И точно также, если у вас в жизни возникает какая-то проблема, и вы говорите, что я ее не заслуживаю, то вы должны сказать себе: «В этот момент я как тот слуга». Скажите себе: «Если ты не хочешь этой проблемы, то тебе не нужно рождаться под контролем омрачений. Почему же ты родился под контролем омрачений? Поэтому тебе приходится принять все это». Если вам все это не нравится, то сделайте так, чтобы в будущем не рождаться под контролем омрачений. Если вы не хотите быть слугой, то тогда сделайте так, чтобы вы не становились слугой, а стали сами себе хозяином. Тогда вы не будете слугой. Если будете так делать, то вы станете хозяином сами себе, а не слугой для других. Вы тоже так можете жить. И это называется отречением. Какая бы проблема у вас ни возникла, вам нужно сказать себе: «У меня все эти проблемы из-за того, что я родился под контролем омрачений». Если я не хочу этих проблем, то тогда мне нужно сделать что-то, чтобы не рождаться под контролем омрачений и достичь освобождения».

Теперь вам нужно понимать, что такое всепроникающее страдание. Страдание страданий мы все знаем, его знают даже животные. Страдания перемен вы не знаете. Но некоторые индийские мастера знают, что это такое, те, кто медитирует в горах. Не все индийские мастера, а те индусы, которые медитируют в горах, которые развивают шаматху, они знают, что такое страдание перемен. А что такое страдание перемен? Это все то, что мы считаем счастьем, но это не является счастьем, а является страданием перемен. Поэтому йогины, которые пребывают в горах, знают о том, что все то счастье, которое возникает в силу услаждения пяти органов чувств, не является счастьем, а все это страдание перемен. Все эти объекты, которые являются вашим глазам, вашим ушам, носу, языку или тактильно, на ощупь, не дают настоящего счастья, поскольку эти ощущения могут быстро превратиться в страдания. Они дают вам какое-то счастье, но далее они превращаются в страдание. Если вы проанализируете, то поймете, что все то, что вы считали счастьем, в действительности является страданием перемен, и не является настоящим счастьем. В нашем мире все люди забывают, что счастье за деньги не купишь. Можно купить объекты пяти органов чувств, поэтому они думают, что за деньги можно купить эти объекты и бегают туда-сюда. Почему это я не могу купить объекты счастья? Я могу купить объекты счастья для глаз, какие-нибудь красивые вещи, для ушей – красивую музыку, для носа – французские духи, для языка – суши, разную еду. Но это всего лишь объекты органов чувств. Все эти объекты дают вам какое-то временное счастье, но позже это кратковременное счастье завершается большим страданием. Молодая девушка и молодой мужчина встречаются несколько дней, потом девушка плачет, мужчина плачет, и объект счастья сразу превратился в объект страдания. Потом слабый мужчина думает, что лучше умереть без подруги, поэтому некоторые заканчивают жизнь самоубийством. Все это сансара.

Итак, вам нужно понимать, что эти объекты пяти органов чувств не дают вам настоящего счастья, они приводят к страданию перемен, это не объекты счастья. А теперь, что же является объектами счастья? Будда говорил: «Только нирвана – это покой». Будда не сказал,

что нирвана – это покой, Будда сказал, что только нирвана – это покой. Это говорит о том, что то, что вы считаете счастьем, это не счастье, только одно счастье – это нирвана. А что такое нирвана? Нирвана находится не где-то там снаружи, а это состояние ума, полностью свободное от омрачений, в котором реализован весь благой потенциал, это нирвана. Безупречно здоровое состояние ума – вот что такое нирвана. Это называется нирваной. Будда говорил, что как только вы обретете безупречно здоровое состояние ума, вы будете все время счастливы, это бесконечное счастье, потому что ваше счастье уже не зависит от грубой причины. Буддизм – невероятная наука. В буддизме говорится, что если ваше счастье зависит от других причин, то когда эта причина уйдет, счастье тоже уйдет. Если в Тыве зимой теплый дом зависит от газа, в то время, пока у вас есть газ, дом будет теплым. Но когда газа не будет, то дома станет холодно. Поэтому в буддизме говорится, что если ваше счастье зависит от грубых причин, то сегодня эти причины есть, а завтра их нет. Поэтому вы большее время несчастливы. Поэтому наше счастье не должно зависеть от грубых причин.

Далее в буддизме говорится, что такое покой. Речь идет о вашей жизни. Покой – это состояние ума, которое не беспокоено омрачениями. В настоящий момент у вас нет покоя. Почему? Потому что есть факторы, беспокоящие ум. Когда дома шумит много детей, то спокойствия нет. Что нужно сделать? Вы убираете всех детей из дома. Когда все дети уйдут, тогда у вас дома будет тихо и спокойно. Эта тишина и покой не зависят от грубых причин, если постоянно отсутствует шум, то вы постоянно будете спокойны. Поэтому нужно создавать такие причины счастья, которые не зависят от грубых причин, это невероятно! Поэтому в буддизме источник счастья – не как бензин. В нашем мире источник счастья – это бензин, энергия, поэтому мы все воюем за бензин, энергию, нефть. Если все это закончится, то будет беда.

Будда создал такую систему, благодаря которой наше счастье не зависит от бензина, наш источник счастья не зависит от нефти, а наш источник счастья зависит от отсутствия омрачений. Когда вы сделаете так, что в вашем уме будут полностью отсутствовать омрачения, вы будете постоянно спокойны, и не будете зависеть от причин. Вот такую систему создал Будда, и такой системы у нас нет в мире. Посмотрите, сейчас все системы зависят от грубой причины, вы постоянно волнуетесь. Правительство, Газпром в России всегда боятся того, что будет дальше. Санкции – это кошмар! Когда посредством медитации у вас наступит полное отсутствие омрачений, даже миллион санкций не нарушит ваш покой. Будут санкции – хорошо, не будет санкций – тоже хорошо. Ваше счастье ни от кого не зависит. Вот такую систему показал Будда. В мирской жизни нет такой системы. Я думаю, что та система, которую создал Будда, это единственная безупречная система, в нашем мире нет подобных систем, все экономические системы не являются безупречными, рано или поздно они рухнут, и только это является безошибочной системой. Поэтому Будда сказал, что только нирвана – это покой. Когда Будда создавал эту систему, он все это знал. Мирская система в конце имеет тупик. Итак, думайте подобным образом и старайтесь распознать страдание перемен как страдание, и тогда вы перестанете гнаться за страданиями. Вы уже не будете гнаться за объектами пяти органов чувств, за материальными объектами, поскольку вы будете знать, что эти объекты не приносят настоящего счастья, и вы подумаете, что если они у меня есть, это хорошо, а если нет, то ничего страшного.

Теперь вам очень важно знать один момент. Эти объекты пяти органов чувств не следует также игнорировать, это была бы ошибка, потому что ваше грубое тело тоже зависит от них. Вам нужно понимать, что огонь не является объектом счастья, но при этом огонь уменьшает ваше страдание от холода. Поэтому еда тоже нужна, вода тоже нужна, вещи тоже нужны, дрова тоже нужны, все они играют свою роль. Не нужно так говорить: «Все, я хочу нирвану, мне больше ничего не нужно. Я буду только медитировать». Завтра вы не будете в нирване,



нирвана далеко. Поэтому знайте, пока у вас есть тело, вам нужен теплый дом, теплая одежда, огонь нужен, еда нужна. Раньше вы думали, что эти объекты принесут вам счастье, но теперь вы изучаете философию и знаете, что это не смысл жизни. Это вторичная цель, не главная цель. Главная цель – это нирвана, и если у меня будет здоровое тело, то я получу главную цель. Например, если сравнивать с игрой в шахматы, то плохой шахматист делает какой-то ход ради какой-то одной конкретной цели, а хороший шахматист делает тот же самый ход, но не ради этой маленькой цели, а ради какой-то гораздо более высокой цели. Одна маленькая цель – это не главное, там есть еще и другая цель. Поэтому нам теплая одежда тоже нужна, но это не объект счастья. Здоровый ум будет благодаря медитации. Главная цель – это обрести полностью здоровое состояние ума, я хочу стать буддой ради блага всех живых существ. Это моя цель. Когда в вашем уме будет такая цель, если у вас в уме появится такая цель, тогда вы будете знать смысл вашей жизни.

И далее третий вид страдания – это всепроникающее страдание. Что это такое? Это ваши пять совокупностей: совокупность тела, совокупность ощущения, различения и так далее, все это является вашим всепроникающим страданием, потому что они рождены под контролем омрачений. Поэтому все это всепроникающее страдание. И вам нужно сказать: «До тех пор, пока я рождаюсь под контролем омрачений, это природа страдания. Когда я сталкиваюсь со страданиями, в этом нет ничего удивительного, то, что подлежит страданию, будет страдать». Поэтому когда у меня что-то болит, у меня нет шока. Когда я здоров, я думаю, как мне повезло! Я здоров, у меня все хорошо, мне пятьдесят два года, но с сердцем все нормально, желудок немного болит, но я все равно живой. Какая удача! Даже российская машина через двадцать лет обязательно сломается, потому что машина – это всего лишь груды металла. Но внутри меня сердце – не металл, это хрупкое мясо, но даже в пятьдесят два года оно нормально работает, еще работает, и я думаю, что это отлично. Вот так нужно думать. А вы? Если у вас что-то заболит, то вы думаете, что, наверное, Будда меня не любит, он меня не защищает. Вы сами родились под контролем омрачений, вы сами виноваты. Вы сами создали причины и сами получаете результат, вы должны пить лекарства. Думайте таким образом, это очень полезно. Я так думаю, и я счастлив. Поэтому каждый день будьте счастливы, каждый день – это бонус. Я могу умереть завтра, могу умереть сегодня. Если я еще не умер, то это бонус. А я дожил до такого возраста. Многих молодых людей, моложе меня, сегодня уже нет в живых. Я не умер, и это счастье. Наверное, божества меня защищают, сколько у меня препятствий в жизни! С такими препятствиями я еще живу, спасибо большое! Тогда вы будете долго жить. Думайте так, и тогда ваш ум будет счастлив.

Итак, в буддийской философии говорится, что нет такого счастливого дня рождения. Почему? Если вы рождаетесь под контролем омрачений, то это не счастливый день рождения, а страдательный день рождения. И вам нужно сказать себе, что я начну праздновать свой день рождения, когда буду рождаться не под контролем омрачений, а под контролем своего сострадания. Когда я буду рождаться под собственным контролем, тогда это будет настоящий день рождения. В буддизме говорится, что наша дебютная ошибка состоит в том, что мы не имеем контроля над рождением и смертью, это главная причина. Без всякого выбора вы рождаетесь под контролем омрачений, и это наша главная дебютная ошибка. А что вам нужно? Это обрести контроль над рождением и смертью.

Если вы обретае контроль над смертями и рождениями, то это настоящая свобода. В буддизме говорится, что свобода слова не очень важна. У нас есть свобода слова. Даже если вы выйдете на улицу и закричите: «Владимир Путин такой-то и такой-то и глава республики Тыва такой-то и такой-то», на следующий день вас за это не посадят в тюрьму, у вас есть свобода слова. Если вы сильно мешаете народу, то вас могут посадить в тюрьму, но если вы высказали свою точку зрения, то у вас есть на это свобода. В буддизме говорится, что свобода слова особо ничего не меняет. Иногда свобода слова создает больше проблем. Когда

есть свобода слова, вы говорите всякую ерунду, много бесполезных вещей. Лучше иметь демократию, чем говорить много слов. На Украине слишком много свободы, поэтому в народе нет спокойствия. Иногда свобода слова – это хорошо, но в буддизме говорится, что это не самое главное, а самое главное – это свобода над рождением и смертью. В буддизме есть полные наставления о том, как обрести контроль над смертью и рождением, и как перестать рождаться под контролем омрачений.

В монастыре Дрепунг жил один мастер, он был уже пожилым. Однажды он лег на кровать и попросил помощников позвать к нему всех геше, монахов, и сказал, что хотел бы им дать последние наставления и напутствия, произнести последнее слово. Они все пришли к нему и обратились с просьбой: «Пожалуйста, не уходите из жизни». Он был слаб, лежал на кровати и не мог встать, он был монгольский геше, это произошло недавно в Индии, может быть, где-то, тридцать лет назад. Так, все попросили его: «Пожалуйста, не уходите из жизни». Он спросил у них: «Какой же смысл мне жить, я уже очень стар». Ему сказали: «У вас много знаний, вы даете учение. Нет, нет, сейчас очень критическая ситуация, если такой святой человек как вы будет просто пребывать в монастыре, то это будет очень важно. Пожалуйста, не уходите из жизни». Далее он спросил у этих геше: «А сколько вы хотите прожить?» Они ответили: «У нас нет контроля над рождением и смертью, но мы будем молиться о том, чтобы жить как можно дольше». Он на это ответил: «Ну, хорошо, тогда я еще проживу пять лет. Теперь прочитайте краткую молитву о долгой жизни». Итак, они прочитали краткую молитву о долгой жизни и когда закончили ее чтение, он встал с кровати и пошел. Вот такой существует контроль над рождением и смертью. На тот момент ему было семьдесят пять лет. Далее, позже он спросил своего помощника: «А сколько мне сейчас лет?» Помощник ответил: «Сейчас вам восемьдесят лет». Он сказал, что пять лет уже прошли. Тогда он снова лег на кровать и попросил, чтобы пригласили всех мастеров. К нему пришли все геше, все мастера, спросили, что случилось. И он сказал, что мой пятилетний срок уже прошел, и теперь мне пора уйти из этого мира. Вот такой у него был контроль. Далее он дал им последние наставления, он сказал, что для нашего монастыря не существует внешних врагов, а если монахи устремятся к обретению богатства, имущества, то именно это разрушит буддизм. И вы не копите лишь одну интеллектуальную информацию, а что касается того учения, которое вы получаете, старайтесь применять его и быть искренними практиками. Тогда учение ламы Цонкапы будет сохранено. Невозможно, чтобы учение ламы Цонкапы разрушили какие-то внешние враги, оно может быть уничтожено только изнутри. Учение ламы Цонкапы можно разрушить, если вы духовный человек, но занимаетесь неискренне. Говорите красивые слова, но внутри любите деньги, тогда учение ламы Цонкапы уйдет из России. Итак, он дал такие советы и их полезно послушать. Но я не слышал всех советов. Об этом рассказал мой друг Ринпоче, который сам видел все это. Далее он сказал: «Теперь вы можете идти». И на следующее утро в медитации он ушел из жизни, и вот это называется контролем над рождением и смертью. Это его реализация, это высочайшая реализация. Если у вас нет контроля над рождением и смертью, то даже если вы умеете летать, то это не реализация. Птицы тоже летают, это не реализация. Если у вас есть какое-то ясновидение, то это тоже не реализация, если при этом у вас нет контроля над рождением и смертью. У духов есть ясновидение, но они до сих пор не свободны в сансаре. Читать чужие мысли – в этом нет ничего особенного. Поэтому настоящая реализация – это контроль над своим рождением и смертью, когда вы сможете умереть по собственному выбору.

Не так давно Богдо Геген ушел из жизни, вы все его знаете, многие жители Тывы получали от него посвящение Калачакры. Его Святейшество Далай-лама рассказал про него следующее. Однажды Его Святейшество Далай-лама получил письмо из Монголии от Богдо Гегена Ринпоче. В прошлом году Его Святейшество рассказал эту историю, он сказал, что прочитал это письмо, и оно было удивительным, не похожим на других. Потому что все

люди присылают письма Его Святейшеству Далай-ламе с просьбой о том, чтобы он почитал молитвы, чтобы они не умерли, чтобы были здоровы. Богдо Геген в своем письме ничего такого не написал. Первый вопрос, который задал Богдо Геген: «Где мне лучше умереть, в Монголии или в Индии?» И следующий вопрос: «До нового года или после нового года?» Он не писал, что, пожалуйста, молитвы почитайте, а спросил, где мне лучше умереть, в Монголии или в Индии, и когда нужно умереть: до нового года или после нового года. Это знак, что у него есть контроль над рождением и смертью, и это реализация. Его Святейшество Далай-лама написал ответ: «Лучше умереть в Монголии после нового года». Так, как посоветовал Его Святейшество Далай-лама, Богдо Геген в медитации на ясный свет после нового года ушел из этой жизни, и это пример реализации.