

Я очень рад вас видеть, жители Омска, после долгого перерыва.

Чтобы получить драгоценное учение по Дхарме, в первую очередь, необходимо породить правильную мотивацию. Не только для вас, но и для меня очень важно породить правильную мотивацию. Если я буду давать учение с неправильной мотивацией, это, во-первых, не будет полезно для вас. Во-вторых, для меня это станет накоплением негативной кармы, вместо накопления заслуг.

Перед тем, как передать учение, я порожаю сильное чувство любви и сострадания и передаю учение с надеждой, что оно будет полезно для вас. Лучший способ помочь вам и сделать вашу жизнь более значимой — это поделиться с вами той небольшой мудростью, которой я обладаю. Мудростью, которая делает мою жизнь значимой, которая делает меня счастливым. Когда я делюсь этой мудростью с вами, может быть, она и вам принесет пользу. В буддизме лучшая щедрость и лучший способ помочь другим — это поделиться с ними той мудростью, которой вы обладаете.

Итак, я порожаю правильную мотивацию, и вам, со своей стороны, чтобы получить драгоценное учение по Дхарме, очень важно породить правильную мотивацию. Думайте, что в повседневной жизни вы чаще всего тратите время на заботу о счастье этой жизни. Вы думаете все время только об этой жизни и что-то делаете, но это не становится значимым. Иногда вы много думаете, много делаете, но проблемы из-за этого становятся только хуже. Скажите себе, что здесь что-то не так, потому что вы слишком много думаете и слишком много делаете, но иногда из-за этого проблемы становятся только хуже, а потому здесь что-то не то. Думайте так: «Мне не хватает мудрости, я стараюсь решить проблемы только на поверхностном уровне».

До тех пор, пока у вас не будет глубокого понимания четырех благородных истин, ваш способ решения проблем и обретения счастья будет детским. Таким образом, даже если вы станете президентом или станете самым богатым человеком, ваш способ решения проблем и обретения счастья останется детским, и у вас будут возникать еще большие проблемы.

Итак, скажите, что в наш мир приходили великие мудрецы, приходил Будда, и эти люди указывали нам более глубокий способ решения проблем, обретения счастья, и я хотел бы почерпнуть эти более глубокие знания.

В первую очередь, вам нужно знать, что такое мудрость, что такое интеллектуальная информация, а также разницу между ними. Если вы обретете понимание, в чем разница между интеллектуальными знаниями и мудростью, то сможете понять, что среди ваших знаний является просто интеллектуальной информацией, а что является мудростью. И тогда вы поймете, что у вас в действительности очень мало мудрости. Затем у вас появится мотивация развивать все более и более глубокую мудрость.

Для того, чтобы продемонстрировать вам разницу между мудростью и интеллектуальной информацией, я расскажу вам об одном случае, который произошел в Тибете. Однажды один американский ученый приехал в Тибет. Он слышал, что в Тибете есть мудрость, но не знал, что это за мудрость. Он встретил там молодых монахов и завел с ними разговор. Говорил о Марсе, Юпитере, о том, что американцы летали на Луну и так далее. Молодые монахи были поражены и сказали, что слышали об этом впервые в жизни.

Он подумал, что эти монахи не знают даже самого элементарного, какой же мудрости можно набраться здесь в Тибете. А знаете ли вы, что мы, американцы, в настоящее время планируем полететь на Марс. Те ответили: «Нет, мы не знаем этого». Он начал рассказывать, что есть такая планета Марс, такого-то цвета, есть планета Юпитер, еще большая по размеру. И когда он все это рассказывал, то стал немного высокомерным, думая,

что монахи не знают всего этого. Среди этих молодых монахов был и один пожилой монах, который являлся великим мастером. Он сказал: «Я очень счастлив, что вы обладаете таким большим количеством информации о Марсе, Юпитере, знаете много всего о науке. У меня к вам есть один вопрос». Тот сказал: «Да, вы можете задать мне любой вопрос». И этот пожилой монах спросил его: «Среди всех тех знаний, которыми вы обладаете, назовите хотя бы какое-нибудь одно знание, которое приносит вам покой ума». Он раскрыл рот, думал, думал, но так и не смог найти ни одного знания, которое приносило бы ему покой ума. Он сказал: «Нет, у меня нет ни одного знания, которое приносило бы мне покой ума». Тогда пожилой монах спросил: «Какая же тогда польза от знаний, если они не приносят покой ума? Какой смысл заниматься бизнесом, если нет прибыли?».

Не стоит заниматься бизнесом, если нет прибыли. Если знания не приносят покой ума, то зачем эти знания нужны? Показать, какой я умный, не является целью знаний. Главная цель знаний — сделать ваш ум спокойным, сделать так, чтобы ум стал глубоким, добрым. Это самая главная цель.

Далее этот монах сказал, что иметь знания о Марсе и Юпитере — это хорошо. Но если вы ничего об этом не знаете, это не имеет значения, потому что эти планеты очень далеки от вас. Никогда не возникнет такой ситуации, в которой вы скажете: «Какой кошмар, я не знаю размер планеты Марс, и из-за этого у меня беда». «Я не знаю цвет Марса, поэтому у меня беда», - не будет такой ситуации, когда вы подумаете так, потому что Марс далеко. Если знаете цвет планеты - это хорошо, не знаете – ничего страшного.

Далее, пожилой монах сказал: «Вы все время используете свой ум, а знаете ли вы что-нибудь о своем уме?». Ученый ответил: «Нет». Тогда монах сказал: «Вот это кошмар. Вы используете свой ум все время, но ничего не знаете о своем уме». С нашим телом так же. Если мы пользуемся телом, не зная как работают рот, глотка, печень, желудок, если ничего не знаем о диетах, то однажды наступит кошмар. Мы будем питаться неправильно и потом уже будет поздно. Марс и Юпитер далеко, если вы о них ничего не знаете, кошмара в этом нет. О своем же теле вам нужны знания, нужно знать, как оно работает. Благодаря этим знаниям у вас будет здоровое тело. Если же знать, как работает ум, его механизм, то у вас будет здоровый ум. Здоровье тела и здоровье ума извне к вам не придут.

В вашей жизни знания, которые приносят покой ума — это мудрость. Если с пониманием четырех благородных истин вы обретаете понимание научных открытий, это тоже становится мудростью. Если у вас возникает понимание научных открытий не через призму четырех благородных истин, то для вас это просто какие-то отдельные разрозненные знания, не связанные с вашей жизнью, как звезды на небе. Тогда они не приносят покой ума. Мне нравятся научные знания, и я тоже интересуюсь наукой, и все научные знания я также рассматриваю через четыре благородные истины, и они тоже становятся методами обретения покоя ума.

В наши дни, когда учителя, профессора в университете преподают научное знание, они дают их просто как интеллектуальную информацию, не связанную с жизнью, и это ошибка. Я тоже, как и вы, учился в школе. И в этот период, когда я еще был мал, у меня возникали вопросы. И однажды в возрасте десяти-двенадцати лет, наш учитель на доске написал математическое уравнение. Я сказал: «У меня есть вопрос». Учитель спросил: «Какой вопрос?» Я спросил: «Вы только что написали нам большое количество сложных математических уравнений, а как они связаны с нашей жизнью, какую пользу они приносят в жизни?» И что он ответил на это? «Если ты хочешь сдать экзамен, то учи это», - сказал учитель.

Это не ответ. А потом я потерял сильный интерес. Если бы он мне сказал, что это связано с моей жизнью, и что это знание откроет мне много других вещей, тогда я был бы очень рад учить это. Математика - это логика. С помощью математики точно можно сделать много открытий. Каждый день в своей жизни мы используем математику. Когда мы используем автомобиль, мы думаем насколько быстро наш автомобиль едет, а насколько быстро автомобили других, наш ум считает, это и есть математика. Если бы учитель дал мне такое объяснение, мне было бы интересно это учить. Потом я пообщался с человеком, который очень хорошо знает математику. И на мой вопрос о пользе математики в жизни он ответил, что каждый день в нашей жизни ум считает. Например, там выезжает машина, если я хочу обогнать ее, мне нужно поехать очень быстро, это будет очень опасно, может произойти авария, поэтому я поеду медленнее. Так происходит, благодаря математике.

Мы, как компьютер, широко используем математику. Мы и здесь все подсчитываем и применяем логику. И математика — это очень точная логика для познания объектов. Поэтому нам важно знать, каким образом научные открытия, научные знания связаны с нашей жизнью и как они помогают нам в жизни, делают ее значимой, делают жизнь глубже. Мы можем этого добиться, благодаря понимаю учения по четырем благородным истинам, поэтому четыре благородные истины очень и очень важны.

Теперь, если говорить кратко, что такое четыре благородные истины? Эту тему можно объяснить очень просто. Но если вы углубитесь в нее, то обнаружите, что она может быть невероятно глубокой и очень сложной. В начале начнем с простого, что такое четыре благородные истины? Такое простое представление четырех благородных истин я слышал от Его Святейшества Далай-Ламы и затем, по мере того, как я изучал эту тему все глубже и глубже, это становилось для меня невероятно значимым. Вначале вам необходимо немного приоткрыть глаз мудрости и, постепенно раскрывая его все шире и шире, вы сможете видеть все больше и больше. Старайтесь разглядывать эту тему все больше и больше, и глаз будет раскрываться все шире и шире, и вы поймете весь детальный механизм этого учения. Этому я научился у Его Святейшества Далай-Ламы, это уникальный мастер, я не мог этого найти в книгах.

Когда Его Святейшество Далай-Лама вкратце говорил о четырех благородных истинах, то он говорил о том, что в них идет речь о нашем счастье и причинах нашего счастья, о наших страданиях и причинах наших страданий. Почему? Если говорить о людях, о животных, о насекомых, обо всех существах на нашей планете, то наша главная цель — обрести счастье и решить наши проблемы. Ради этого насекомые с утра до ночи бегают туда-сюда. Зачем? Ищут счастья, решения проблем. Все насекомые такие. В нашем мире много животных и они тоже бегают туда-сюда. Почему? Ищут счастья, решения проблем. Человек тоже бегает туда-сюда. Зачем? Почему бегают? Ищет счастья, решения проблем.

При этом они не понимают четырех благородных истин, то есть не знают, что представляет собой полное страдание и не знают, в чем причины страдания. А также они не знают, что такое настоящее счастье и что представляют собой причины счастья. Мы все говорим: «Счастье, счастье», - но у большинства людей нет ясного понимания того, что такое счастье. Если я буду спрашивать разные группы людей что такое счастье, то если это группа молодых людей, тогда они скажут, что счастье - это сдать все экзамены и затем с группой друзей танцевать всю ночь, пить пиво. И немного подраться, тоже счастье. Если у другой группы людей спросить: «Что такое счастье?» Они скажут, что счастье – это пойти в баню, поесть шашлык, попариться, попить водки. Далее, если спросить у тех людей, которых на нашей планете мы считаем людьми высокого уровня, это те, кто думает: «Мы люди высокого уровня, остальные люди низкого уровня», - если у них спросить что такое счастье, они ответят, что счастье - это построить в жизни хорошую карьеру, далее жениться (выйти

замуж), завести детей, купить дачу, дорогую машину. Это счастье и в этом смысл жизни. И далее сделать себя таким известным, чтобы вас знали все вокруг, тогда это полный смысл жизни.

Такие люди думают, что если все их знают, тогда их жизнь правильная. Это неверные мысли. Знают вас или не знают, какая разница? Если болеешь, то нужно лечиться. Оттого, что попадешь на экраны телевизоров, и все тебя узнают, от этого не перестанешь болеть. Надеяться на это очень глупо, так думает только глупый ум. Знают вас или нет, какая разница? Самое главное — лечить болезни омрачений и болезни тела.

В буддизме говорится о том, что такое счастье. Счастье — это не когда вы обретаете какой-то объект пяти органов чувств и временно испытываете это счастье. В буддизме говорится, что это не счастье, а страдание перемен. Это счастье меняется на страдание. Поэтому обыватели все время гонятся, гонятся, за таким счастьем, затем обретают его, несколько дней они счастливы, но затем оно превращается в страдание, потому что в действительности это не счастье, а страдание перемен. Так, вы гонитесь за тем, что не является настоящим счастьем, прикладываете к этому слишком много усилий. Сначала вы страдаете от отсутствия этого, но затем, когда вы обретаете этот объект, вы страдаете от наличия этого объекта. Затем у вас появляется желание расстаться с ним. Вы прикладываете множество усилий, чтобы расстаться с этим объектом, а после этого начинаете страдать от расставания. Поэтому из-за непонимания учения по четырем благородным истинам в своей жизни вы совершаете очень много ошибок. Из-за этого в вашей жизни возникает множество проблем, большинство из которых созданы вашим умом.

Вы думали неправильно, тем самым создали себе проблемы. Посмотрите на «Дом-2». Они сначала спокойны, но их ум думает неправильно. Тем самым они сами себе создают проблемы. Там есть еда, теплый дом, все есть, почему они там плачут? Все проблемы создала их голова. Сами люди не умеют жить счастливо. Не умеют жить чуть спокойнее, потому что ум плохо работает.

Эта ошибка возникает из-за непонимания того, что такое счастье. И поскольку мы не знаем что такое настоящее счастье, то считаем настоящим объектом счастья то, что не является настоящим объектом счастья. Мы хотим заполучить его, это называется привязанность. Не все желания являются привязанностью. Но если вы считаете что-то объектом счастья и хотите обрести его, это называется привязанностью.

Так начинаются ваши проблемы. Все ваши проблем в жизни возникают из-за определенной дебютной ошибки — непонимания того, что такое настоящее счастье. Поскольку вы не понимаете, что такое настоящее счастье, то думаете, что счастливым вас сделает тот объект, который не является настоящим объектом счастья. У вас появляется такая идея-фикс: я хочу заполучить этот объект, и вы становитесь наполовину сумасшедшим.

Например, девушка спокойно сидит, ни о чем не думает, потом ей позвонила мама, позвонил папа: «Когда же ты выйдешь замуж?» - спросили они. После таких звонков девушка начинает думать, что ей пора выйти замуж, а также думать о том, что если у нее будет муж, то все ее проблемы будут решены. Она это обдумывает все больше и больше и у нее появляется идея-фикс: «Мне нужен муж! Обязательно! Если мне нечего есть, то это ничего, если я не сдам экзамены или заболею, то это не страшно, самое главное – мне нужен муж!» Это является идеей-фикс, в этот момент вы становитесь ненормальными. И в этот момент у вас начинаются страдания от отсутствия мужа. У мужчины все обстоит таким же образом. Если он начинает думать, что ему обязательно нужна жена, то он начинает

думать о том, когда же у него появится жена. Он думает: «Если у меня появится жена, то я буду счастливым! Жена, жена, жена!» И таким образом он становится ненормальным.

Данная ситуация является одним из примеров, но существует множество объектов, которые мы считаем объектами счастья, хотим обрести их, думая о том, что они сделают нас счастливыми. Дебютная ошибка состоит в непонимании того, что такое настоящее счастье, то есть в непонимании третьей благородной истины, благородной истины пресечения. Если вы будете знать, что такое благородная истина пресечения, то как только у вас в уме появится подобная мысль, вы скажете себе: «Нет-нет, это ненастоящий объект счастья! Настоящий объект счастья – это благородная истина пресечения». Когда в моем уме возникают подобные мысли, я говорю себе: «Нет, это не объект счастья, настоящий объект счастья – это то, о чем говорил Будда. Настоящий объект счастья – это благородная истина пресечения, ум полностью свободный от омрачений, безусловно здоровый ум. Это настоящий объект счастья! Если я обрету его, куда бы я не отправился, везде я буду счастлив. Мне необходимо желание обрести этот объект. Это желание называется отречением. Такое желание – это здоровое желание, очень полезное желание».

Эту дебютную ошибку, когда вы принимаете то, что не является объектом счастья, за подлинный объект счастья, хотите заполучить его и у вас возникает привязанность, я проиллюстрирую на примере истории, которая произошла во времена Будды. Я расскажу вам об одном человеке, о том какую дебютную ошибку он совершил и после этого какие проблемы у него возникли. Вам необходимо рассмотреть эту историю на примере своей жизни и подумать о том, какие дебютные ошибки совершаете вы сами. Это называется буддийское учение. В буддизме нет никаких чудес, которые бы я вам мог показать. Будда говорил: «Я укажу вам путь к освобождению, но освобождение находится в ваших руках». Путь к освобождению состоит в том, что вы посредством раскрытия ума решаете свои проблемы и обретаете счастье.

Поэтому в буддизме самая важная практика – это развитие мудрости, когда вы становитесь мудрым человеком. Тогда вы занимаетесь настоящей буддийской практикой. Если вы не становитесь мудрее, остаетесь такими же глупыми как и раньше, то вы не практикуете буддизм. Сколько бы вы ни начитывали буддийских мантр, вы все равно еще не выполняете настоящую буддийскую практику. Настоящая практика – это сделать себя мудрым человеком. Благодаря тому, что вы станете мудрым человеком, вы сами станете счастливым и сможете делать счастливыми других людей. Это результат мудрости.

А теперь перейдем к истории, которая раскроет для вас механизм создания дебютных ошибок наших проблем. В любой области дебютные ошибки – это самое трудное, что необходимо понять. Без опытного тренера, без мастера вы не сможете их понять. Я учился играть в шахматы, но что касается дебютных ошибок, то их я понял после множества тренировок, спустя длительное время, а вначале не мог. Я хорошо играю в шахматы, но у меня все еще много дебютных ошибок. Когда я играл на компьютере в шахматы, вначале игры я пользовался подсказками компьютера. Компьютер указывал на множество дебютных ошибок, и я, слушая его советы, играл без дебютных ошибок. После чего компьютер на средней сложности игры я мог легко обыграть. Если же совершаешь дебютные ошибки, то далее сколько ни обдумывать свои ходы, выиграть будет невозможно, я же думал, что возможно. Компьютер в дебюте игры подсказывал: «Сделайте ход пешкой вперед». Это очень простой ход, но там очень большая связь. Я же думал: «Как так можно?» Я был не согласен с его подсказкой, делал свой ход и у меня начинались проблемы. Потом возвращал игру назад и делал ход по подсказке компьютера, результат был совсем другой. Только опытные мастера могут делать такие ходы, потому что они очень тонкие. В своей жизни, вы делаете много дебютных ошибок, но в настоящий момент не осознаете, что это ошибки. В

прошлый раз я передавал вам учение о восьми дебютных ошибках, может быть, вы забыли его. Если вы знаете о восьми дебютных ошибках, это многое меняет в вашей жизни.

Итак, дебютная ошибка следующая. Однажды во времена Будды один человек лежал под деревом. Он был достаточно богат. Он лежал, спокойно отдыхал, но у него возникла одна мысль, дебютная ошибка. Иногда, когда вы спокойно сидите, к вам в голову приходит мысль, которая является дебютной ошибкой. Потом вы цепляетесь за эту мысль и из-за этого ситуация становится хуже. И точно также произошло с этим человеком. Он был спокоен, у него был дом, достаточно еды, здоровое тело. Он спокойно отдыхал, и к нему пришла мысль – дебютная ошибка: «Ты еще не самый богатый человек. Если бы ты стал самым богатым человеком в своем городе, все бы тебя уважали. А сейчас тебя не уважают». Он подумал над этим и решил: «Я хочу стать самым богатым человеком, потом меня будут все уважать, я буду крутым и тогда стану счастливым». Так у него возникла идея-фикс. Это называется влечение и цепляние.

Вначале возникло влечение. После того, как он размышлял над этой мыслью снова и снова, она превратилась в цепляние. Влечение и цепляние – это восьмое и девятое звенья Двенадцатизвенной цепи взаимозависимого происхождения, которая объясняет, каким образом мы возвращаемся в сансаре. Это я объясню вам позже.

В тот момент, когда его цепляние стало сильным, он стал ненормальным. Это похоже на то, как размышляют сумасшедшие люди: «Я хочу быть самым богатым, самым богатым, самым богатым». В нашем уме тоже есть множество подобных мыслей. Когда у нас в уме возникает сильная привязанность к каким-либо вещам, мы только об этих вещах и говорим. Ум становится ненормальным. И ради объекта своей привязанности мы готовы убить любого человека, даже маму свою убить, потому что становимся ненормальными.

И в уме этого человека возникла только одна идея – это мысль о том, как же ему стать самым богатым человеком в его городе. Других мыслей у него не было, кроме одной: «Что я должен сделать, чтобы стать самым богатым человеком?» Ни одной капли любви и сострадания у него не было. «Как же страдают живые существа! Что могу сделать, чтобы они меньше страдали? У меня есть огромное тело, а мои мама и папа стали старые, что я могу сделать, чтобы помочь своим родителям?» – таких мыслей не было в уме этого человека. Он думал только о себе: «Я должен стать самым богатым человеком! Если у родителей есть деньги (хоть даже это и последние их деньги) я готов их забрать! Из-за этого я стану чуть-чуть богаче!» Вот таким ненормальным можно стать.

Размышляя о том, как ему стать богатым человеком, он понял, что у него есть большая территория, на которой растут деревья. Он решил срубить эти деревья, чтобы вырастить богатый урожай, продать его и таким образом стать самым богатым. Сразу же он вскочил, побежал к соседу одолжить топор, чтобы срубить все деревья. И эта дебютная ошибка сразу же лишила его покоя. Он даже не мог отдыхать из-за этой мысли. Рубил-рубил деревья, даже не кушал.

Кто делает вас рабом? Ваши омрачения. С безначальных времен и до настоящего времени наши омрачения делают нас рабами. Каков их результат? Результат состоит в том, что благодаря им мы становимся несчастными и других людей делаем тоже несчастными из-за такого рабства. Посмотрите на наш мир – много где идет война, все люди несчастные. Сколько людей страдает на Украине. Кто это все сделал? Человеческие омрачения, дебютные ошибки. Америка хочет, чтобы у них было сильное влияние, Россия тоже говорит: «Мы не слабые, мы тоже не пустим вас». Вот так два эго столкнулись и из-за этого

возникли все проблемы. В конце концов, страдают и те и другие. Это все результат омрачений.

Итак, человек рубил деревья, а когда стало уже очень поздно, он пошел к соседу, чтобы вернуть топор обратно. В то время его сосед, который одолжил ему топор, ужинал, поэтому он оставил топор снаружи, не заходил внутрь. А потом кто-то пришел и украл топор. На следующее утро сосед спросил: «А где мой топор?» На что тот ответил: «Я оставил его рядом с твоей дверью». Сосед сказал: «Его там нет». И у них завязался спор. Затем пришла его жена. Жена сказала: «Ты глупец! Всегда совершаешь такие ошибки», – и начала ругать его. И когда все его начали ругать, он убежал. Но ему повезло, он побежал в лес, а не в бар. Если бы он прибежал в бар, то проблемы стали бы еще хуже.

Итак, этот человек убежал в лес. Поскольку эта история произошла во времена Будды, ему посчастливилось в лесу увидеть Будду, медитирующего под деревом. Он заметил, что Будда был очень умиротворенным, очень спокойным, и подумал: «Вот этот человек очень умиротворенный». И после того, как он так подумал, Будда кивнул головой и сказал: «Да, я очень умиротворенный». У Будды нет множества ненормальных желаний, поэтому он спокойно сидел. Из-за ненормальных желаний, вы не можете спокойно сидеть. Затем этот человек спросил Будду: «Почему вы счастливы, а я – нет?» Будда ответил ему, и его ответ раскрыл механизм создания дебютных ошибок наших проблем.

Будда сказал: «Я счастлив, потому что не хочу стать самым богатым человеком в этом городе». То есть Будда сказал о том, что у него нет такой дебютной ошибки. «Поскольку я не хочу стать самым богатым человеком в городе, мне нет необходимости рубить деревья. Поскольку мне не нужно рубить деревья, то не нужно и брать топор у соседа. Поскольку я не брал топор у соседа, я его и не терял, а поскольку я не терял топор, то и сосед меня не ругал, и поэтому я счастлив. А поскольку у меня нет жены, меня не ругала жена и поэтому я счастлив», – так ответил Будда.

Его ответ был очень простой, но он был очень глубоким и показывал, каким образом в нашем уме возникают дебютные ошибки. Вам нужно понимать, что все глубокие советы выглядят не как-то очень живописно и красиво, а могут быть представлены очень просто. В шахматах гроссмейстер делает ход, который выглядит очень просто, но является очень глубоко продуманным. Глубинный ход не значит, что он является очень красивым. Пешку на один шаг вперед, либо отдать коня в жертву. Человек же, который не разбирается в шахматах, туда-сюда перемещает фигуры и в итоге теряет свои позиции. Такие игроки активно передвигают весомые фигуры по шахматной доске, но, в конце концов, быстро проигрывают. Поэтому в шахматах самый эффективный ход – это очень простой ход. И в вашей жизни самый эффективный ход – это простой ход, который заключается в несовершении дебютной ошибки.

Очень простой ход – это не иметь слишком много желаний, ненормальных желаний. Почему счастливы маленькие дети? Потому что у них очень мало желаний. Даже если вы им дадите одну конфету, они будут счастливы. Если же вы подарите женщине дорогую шубу, она скажет: «Цвет шубы не такой, как я хотела. И эта шуба уже немодная». Почему возникают такие ненормальные мысли? Ведь если ребенку купить конфет на 10 рублей, он скажет: «Ой, как хорошо, мне дали конфет!» Женщина же говорит: «Шуба старая, цвет не такой, что-то еще не так». Это все происходит потому, что голова ненормальная. В таких случаях мужу нужно отвечать так: «Мой подарок хороший, твоя голова ненормальная, ее лечить надо». Также и в вашей жизни что бы вы не получили, вам все время мало. Это означает, что у вас голова работает ненормально, вы совершаете множество дебютных ошибок.

Такого человека в конце ждет беда. Он совершает много дебютных ошибок, поэтому, сколько бы чего у него не было, ему всегда будет мало. «У меня там беда, там беда», - говорят такие люди, но в один день у них будет настоящая беда. Может быть того, чем вы обладаете, не слишком много, если вы сравниваете себя с более богатыми людьми. Но если вы сравниваете себя с более бедными людьми, то вы имеете слишком много. Богатый человек или бедный – все является относительным. Эта теория – теория относительности – была открыта Эйнштейном, она очень похожа на буддийские идеи. В ней говорится о том, что касается наших страданий, нашего счастья – все это относительно, и очень зависит от нашего образа виденья.

Например, одна ситуация для кого-то может быть ужасной проблемой, а для другого – это не проблема. Для какого-то человека это, наоборот, может быть чем-то очень хорошим. Поэтому все это зависит от индивидуальных ментальных интерпретаций. Поэтому Эйнштейн вывел теорию относительности. Это лишь небольшая часть буддийской теории о взаимозависимости. Теория относительности – это тоже теория взаимозависимости, но маленькая теория взаимозависимости.

В вашей жизни дебютная ошибка – это цепляние за какую-либо нездоровую мысль о том объекте, который не является объектом настоящего счастья. В буддизме не говорится, что не нужно иметь вообще никаких желаний, а говорится о том, что не нужно порождать нездоровые желания. Нездоровые желания – это когда что-либо не является объектом настоящего счастья, а вы считаете, что это настоящий объект счастья, цепляетесь за него, такая привязанность – это нездоровое желание.

Первая благородная истина – это благородная истина страдания. Если говорить очень просто, что она означает? В благородную истину о страдании входят все те страдания, которых мы не хотим. Если говорить о физических болезнях, то существует много их видов. Если вы не знаете полностью всех болезней, то не сможете и исцелиться от всех. Чтобы излечиться от туберкулеза вам в первую очередь необходимо знать, что это за болезнь. Если вы будете думать, что болезнь туберкулез – это высокая температура и кашель, то никогда не исцелитесь от нее. Кашель и высокая температура – это симптомы болезни туберкулез. Если вы устраните эти симптомы – собьете температуру, уменьшите кашель – то спустя несколько дней они появятся вновь, до тех пор, пока в легких есть бактерии туберкулеза. В прошлые времена было очень трудно излечить болезнь туберкулез, а в наши дни гораздо легче, поскольку имеются знания о том, что туберкулез – это бактерии. Это не высокая температура и кашель, а туберкулезные палочки в легких.

Точно также можно сказать о наших страданиях. Наша головная боль, депрессия – это все симптомы наших страданий. Это не настоящее страдание, это не наше главное страдание. До тех пор, пока вы не понимаете свое настоящее страдание, головная боль и депрессия, даже если они будут уходить, спустя несколько дней будут возвращаться снова. В нашей жизни головная боль приходит и уходит, депрессия приходит и уходит. Пока вы работаете, у вас возникает головная боль, депрессия, спина болит, то болит, другое болит – это симптомы сильной болезни.

Так происходит, потому что главное страдание, которое открыл Будда, вы еще не понимаете. Вы подобны человеку, страдающему от болезни туберкулез, но при этом принимающему лекарство только от высокой температуры и кашля, и не думающему о том, что необходимо устранить бактерии туберкулеза из своих легких. У нас в мире многие люди что-то делают, стараются решить свои проблемы, но при этом очень немногие говорят, что хотят избавиться от всепроникающего страдания. В основном они не задумывались и не слышали о всепроникающем страдании.



Люди, которые называются себя буддистами, медитируют, если их спросить о том хотят ли избавиться они от своих страданий, они ответят, что хотят, а если их спросить о том, от какого страдания они хотят избавиться, окажется, что они хотят избавиться от страдания страданий, то есть от симптомов всепроникающего страдания. Даже среди тех, кто носит монашеские одеяния, очень мало людей, которые ответят, что хотят решить все свои проблемы, то есть избавиться от всепроникающего страдания. Мало у кого есть мысли о том, что всепроникающее страдание – это худшее страдание, и о том, как от него избавиться. Поэтому очень важно распознать три вида страдания, в особенности, всепроникающее страдание. Тогда вы станете очень искусными в решении проблем в самом их корне.

Так же, как и в шахматах. Если вы узнаете, в чем ваша главная проблема, в дальнейшем вы сделаете все, чтобы решить ее. Понемногу – понемногу, как в шахматах, станете сильными. Игру шахматы придумал буддийский монах. Белые фигуры – это позитивные состояния нашего ума, черные – негативные состояния нашего ума, поэтому суть игры состоит в выборе правильной стратегии, чтобы победить белыми фигурами черные – негативные состояния ума. Их очень нелегко обыграть, потому что они очень умные. Благодаря правильному дебюту и верной стратегии, в конце концов, вы сможете одержать победу. Такой победитель называется «архат» - это тот, кто победил своего главного внутреннего врага – негативные состояния ума.

Вам нужно постараться понять, что такое всепроникающее страдание. Это самое важное, если говорить о первой благородной истине, благородной истине о страдании. Панчен-лама говорил: «Животные знают страдания страданий. Небуддисты, которые развивают однонаправленную концентрацию, знают страдания перемен. Вы же не знаете страдания перемен и это тоже одна из главных ошибок. Из-за незнания страдания перемен, вы гонитесь за страданиями». Что такое страдание перемен? Если очень ясно будете знать страдания перемен, то не создадите такой ошибки, и вы не погонитесь за объектом страдания, думая, что это объект счастья.

Что такое страдание перемен? Все, что мы – обыватели, считаем счастьем – это страдание перемен. Если я вас спрошу, что такое счастье? Вы мне ответите: «Это сходить в баню, покушать шашлык, танцевать, пить водку, кушать вкусную еду». В буддизме говорится, что вкусная еда является страданием перемен, это ненастоящее счастье. В буддизме не говорится, что вкусная еда – это плохо, но при этом говорится о том, что это не объект счастья. Если вы думаете, что вкусная еда – это объект счастья, это ошибка, но если вы думаете, что здоровая пища дает здоровье телу, это верно. Если вы думаете, что водка – это объект счастья или о том, что она делает ваше тело здоровым, то и то и другое ошибочно. Водка – это не объект счастья, она даже не принесет здоровье вашему телу. Здоровая еда – это тоже не объект счастья. Теплая одежда и теплый дом, когда зимой очень холодно, в буддизме считаются полезными, поскольку они защищают от страданий, но они не являются объектом счастья.

Даже ваше тело не является объектом счастья, оно рождено под контролем омрачений. Вы можете подумать: «Как же пища может не являться объектом счастья? Ведь когда я ем, она такая вкусная». В таком случае я скажу: «Хорошо, кушай больше!» И вы скажете: «Правильно, Геше-ла, это вкусно», - и будете дальше кушать. Потом вы начнете говорить, что еда уже не такая вкусная. Потом будете кушать больше и больше и начнете говорить: «Еда неправильно посолена, что-то с едой не так», - и в итоге скажете: «Не хочу кушать». Если бы еда была настоящим объектом счастья, то чем больше бы вы ели, тем счастливее становились. Точно также, как еда не является объектом счастья, им не являются и все

другие мирские объекты, сансарические объекты. Они являются объектами страдания. Когда вы бедны и думаете, что, заработав много денег, станете счастливыми, это неправильно, это иллюзия. Это, например, когда вы замерзли, думаете, что если зайдете в огонь, то станете счастливыми. «Когда я войду в огненное пламя, как я буду счастлив!» - Думаете вы. Такое мышление – ошибка, огонь никогда не даст вам настоящее счастье. Когда у вас нет денег, то вы думаете, что деньги все решают. «Деньги-деньги!» - Думаете вы. Если бы деньги делали людей счастливыми, то все богатые люди танцевали бы на улице. Но нет ни одного богатого человека, танцующего на улице. Даже если богатые люди выходят на улицу, то выходят с телохранителями и при этом очень боятся. Деньги – это ненастоящий объект счастья. Если они у вас есть, то вы страдаете от их наличия.

Если вы находитесь в одиночестве и думаете, что если у вас появится спутник жизни, вы станете счастливыми, это тоже ошибочно. Это дебютная ошибка, думать, что этот человек сделает вас счастливыми. Если бы спутник жизни делал бы вас счастливыми, то все, у кого есть спутник жизни, были бы очень счастливы, и никто бы не разводился. Но в наше время, когда люди женятся, в дальнейшем семьдесят-восемьдесят процентов пар разводятся. Это указывает на то, что, если вы не сделаете свой ум здоровым, будет у вас спутник жизни или нет, вы все равно будете несчастны. Если же у вас будет здоровый ум, то будет у вас спутник жизни или нет, вы все равно будете счастливы.

Все ваши ошибки возникают из-за того, что ваш ум нездоров. В этом случае, если вы бедны – вы несчастны, если богаты – тоже несчастны. Когда ум больной, если у вас есть спутник жизни – это для вас проблема, если у вас его нет – тоже проблема. Когда же ваш ум здоров, то если вы бедны – это хорошо, богаты – тоже хорошо, потому что вы можете помогать другим. Бедные же могут спокойно медитировать. Когда ум здоров, если у вас есть спутник жизни, он может научить вас терпению, это очень хорошо. Он будет говорить вам о ваших ошибках, подобно зеркалу.

Мужчины должны думать, что жена – это очень хороший тренер. Все очень маленькие ошибки, которые мужчина не видит, их жены очень хорошо видят. У них очень большие глаза, когда они смотрят на чужие ошибки. Хотя свои ошибки они не видят, но для мужчин это очень полезно. Даже тонкие-тонкие ошибки видят. В таких случаях мужчинам нужно говорить: «Спасибо, большое! У меня эта ошибка давно, но я не замечал ее. Ты же заметила ее своими большими глазами! Спасибо большое! Расскажи еще мне о моих ошибках». Когда у вас на лице имеются пятна грязи и вам о них говорят, вы отвечаете: «Спасибо большое!» и очищаете лицо. Вы не отвечаете: «Почему ты мне такое говоришь?! У меня нет там никаких пятен! Ты тупой!» Вы в таких случаях понимаете, что вам помогают. Если ваш ум хотя бы немного здоров, то есть у вас спутник жизни – это хорошо, если нет – тоже хорошо.

Поэтому в Тибете великие мастера многие были монахами, но многие также и не были монахами. И в том и в другом случае для них это было полезно. В буддизме не говорится, что вы должны быть только монахами. Быть монахом хорошо, но и не быть монахом тоже хорошо. Если вы можете делать свой ум более здоровым, не становясь монахом, это очень хорошо. Самое главное – сделать свой ум здоровым. Некоторые же монахи носят монашеские одежды, однако, их ум очень нездоровый. Но зачем они надевают монашескую одежду? У них нет цели сделать свой ум здоровым. Ошибка возникает не из-за того, что у вас что-то есть или чего-то нет. Ошибка – это нездоровое состояние ума, именно из-за него возникают все ваши проблемы.

Что же такое страдание перемен? Это все мирские объекты, все то, что вы считаете счастьем, в действительности не являющееся счастьем, то, что потом меняется и превращается в страдание. Поэтому это называется страдание перемен. Будда говорил, что

только нирвана есть покой. Все остальное, о чем бы вы ни подумали, не является покоем, умиротворением, а обладает природой страдания. Когда у вас появляется какой-то объект, то какое-то одно страдание у вас уменьшается, а другое, вместе с тем, возрастает.

В буддизме проводится очень хороший анализ временного счастья. Говорится, что все то, что мы считаем счастьем, является ненастоящим счастьем. И этот анализ очень похож на научный анализ. Весь этот анализ опирается на наш прямой опыт, это не просто какие-то слова. Анализ следующий. Например, если вы слишком замерзли на улице, и подходите близко к огню, то какая мысль приходит к вам на ум в этот момент? Когда вы были на улице, какая мысль была в вашем уме? В тот момент вы думали: «Огонь – это объект счастья! Я хочу огонь. Мне ничего больше не нужно! Я хочу тепла!» Так происходит потому, что в тот момент вы страдали от холода. Такие мысли – это иллюзия, в такие моменты ваш ум неправильно работает. Когда вы подходите к огню, даже в этот момент вы не понимаете, что огонь не дает вам настоящего счастья, наоборот, вы думаете, что огонь дарит вам счастье. «Как хорошо, когда у меня огонь рядом, я этот огонь никому не дам! Это мой объект счастья», - думаете вы. Огонь уменьшает ваши страдания от холода, одновременно с этим он увеличивает ваши страдания от жара, но в тот момент вы этого не чувствуете, поскольку уменьшаются страдания от холода и вы думаете, что огонь дарит вам счастье. «Правда! Огонь дарит мне счастье! Я так замерз, а он меня согревает! Это рай, нирвана!» - думаете вы.

В буддизме говорится, что это не нирвана, это детская игра. Один крайний вид страдания, меняется на другой крайний вид страдания, при этом на смене этих переживаний, страдания не проявлены очень остро и этот момент вы считаете счастьем, но в действительности это тоже страдание. Если вы точно это проверите, то окажется, что либо есть немного страдания от холода, либо есть немного страдания от жары. То есть все равно вы испытываете страдание. Огонь с самого первого мгновения приносил вам страдание от жары, но вы этого не замечали, поэтому считали, что это объект счастья. И дальше, когда страдание становится все сильнее и сильнее, в определенный момент вы говорите, что огонь – это объект страдания.

Когда вы выходите замуж, буддизм говорит, что в первый же день вы испытываете страдания от наличия спутника жизни. А вы же в первый день, когда женитесь или выходите замуж говорите: «Какое же это счастье!». До свадьбы вы испытывали страдания от отсутствия спутника жизни, но когда вы поженились, в первый же день вы испытываете страдания от наличия спутника жизни. С первого же момента, когда вы встретили спутника жизни, у вас начались страдания от наличия спутника жизни, также как в примере с огнем. Но вы не замечаете этого. Затем это страдание становится сильнее и сильнее, а потом вы говорите, что вы устали и начинаете думать: «Когда же уйдет мой муж? Я устала». Он постоянно рядом сидит, спрашивает: «Хочешь чай, хочешь ли то, хочешь ли это? Я устала, что он постоянно обо мне заботится. Когда слишком обо мне заботятся, мне не нравится, как будет хорошо, если он уйдет!» Если же муж о вас не заботится, вы говорите: «Он обо мне не заботится, я так несчастна». Когда муж заботится, вы говорите: «Он слишком обо мне заботится». Вот такой у вас ненормальный ум. И потом вы говорите: «Как будет хорошо, если он уйдет!» или: «Как будет хорошо, если я уеду!»

Вам нужно понимать, что муж не является объектом счастья, это объект страдания. В буддизме говорится, что в отношении вашего мужа или жены иметь привязанность это неправильно, но важно любить их и испытывать сострадание. Ваша же любовь – это привязанность, вы не знаете настоящей любви. Если бы вы любили по-настоящему, то абсолютно бы не испытывали боли, зависти. Если мужчина испытывает чистую любовь, то в случае, если его подруга или жена весело общается с другим мужчиной, он будет

радоваться: «Как это хорошо! Моя жена счастлива!» Когда же к вам приходит зависть или боль, то вы испытываете привязанность, думаете так: «Это моя жена и она должна общаться только со мной! Только на меня должна смотреть». То есть, по-вашему мнению, она должна быть вам как слуга, как игрушка. Такой образ мысли неправильный. Из-за этого в семьях возникают проблемы.

Настоящая любовь – это когда вы думаете, что все живые существа хотят счастья, и никто не хочет страдать, муж и жена имеют равные права быть счастливыми. «Пусть мой муж или жена все время будут счастливы» – думайте так. Особенно думайте о том, что обычные объекты не приносят настоящего счастья, пусть муж или жена обретут здоровое состояние ума, тогда они все время будут счастливы. «Пусть у моего мужа (или жены) будет здоровое состояние ума! Как это хорошо!», – думать так – это настоящая любовь.

Если у вашего спутника жизни ум становится здоровым, вы тоже будете более счастливы. Ваш спутник жизни не будет вас «кусать». Обычно супруги «кусаются» из-за нездорового состояния ума. Когда ум здоровый – и муж, и жена счастливы. Вот такая философия. Ваш спутник жизни – объект любви и сострадания, но не привязанности, потому что он не объект счастья. Спутник жизни – не объект счастья, а объект страдания. Такое понимание очень полезно и для семьи. Когда вы это понимаете, когда вы понимаете страдание перемен, то автоматически большое количество странных желаний исчезают из вашего ума.

У меня нет высоких реализаций, но я знаю страдание перемен. Все мирские объекты – это ненастоящие объекты счастья, это то, что в дальнейшем принесет вам страдание. Поэтому если у вас что-то есть – это хорошо, если нет, то ничего страшного. Поэтому в моем уме нет ненормальных желаний, а поэтому мне очень спокойно. Когда я кладу голову на подушку, то сразу засыпаю. У меня нет таких мыслей: «У меня того нет, этого нет! Когда же я это получу?! Бог, пожалуйста, дай мне вот это! ОМ ТАРЕ ТУТТАРЕ! Пусть вот это ко мне придет!» - таких мыслей у меня нет. Я никогда не говорю: «ОМ ТАРЕ ТУТТАРЕ! Тара, пожалуйста, помоги мне! Сделай так, чтобы я быстро получил этот объект!»

Я знаю, что если определенный объект быстро ко мне придет, то он принесет мне страдание и моя жизнь от его появления не изменится в лучшую сторону. Поэтому что мне просить у Тары? Когда я читаю мантры, главная цель такая: «Тара, пожалуйста, у тебя есть невероятная сила, благослови мой ум! Пожалуйста, сделай мой ум чуть-чуть здоровым!» Тогда на сто процентов ум благословлен Тарой. Когда ум немного становится здоровым – я счастлив и могу помогать другим. Такова цель. Даже когда вы мантры читаете, читайте их с целью сделать ум более здоровым. Потом ваш образ мышления станет еще выше. Вы будете думать: «Все живые существа тоже так страдают! У меня очень маленькие возможности! Я не могу им помогать. Поэтому благослови меня! Пусть я стану Буддой ради блага всех живых существ!» Тогда ваш образ мышления станет лучше, основываясь на 4 благородных истинах.

Такой тренировкой ума я занимаюсь, я так думаю. Я скажу вам одну истину. Когда утром я открываю глаза, и у меня нет множества желаний, то в уме такое спокойствие. Потому что множества препятствий для спокойствия ума нет, дебют правильный, странных мыслей нет, поэтому ум спокойный. Внутри чувствую себя счастливым, лицо сияет. Вы тоже так можете. Раньше, до того, как получил учение Его Святейшества Далай-ламы, я, как и вы, думал: «У меня этого нет, этого нет. О, я это хочу!» Я родился в бедной семье, у меня не было красивой одежды. У меня всегда была мечта: «Как хорошо, если была бы у меня красивая одежда, я бы ее носил!». Таким образом, я гнался за желаниями. За ненормальными желаниями. И из-за таких ненормальных желаний, как у вас, чаще всего я был несчастлив.

Потом я получил учение Далай-ламы, и оно открыло мне глаза. Потом я понял, что объектов счастья снаружи нет. Если я стану президентом России, я не буду счастлив совершенно точно. Если я стану самым богатым человеком, тоже на сто процентов я не буду счастлив. Я не видел, что хотя бы один богатый человек все время радовался и танцевал. Я понял, что в богатстве нет счастья. Среди моих учеников есть очень богатые люди, у некоторых есть по 500 супермаркетов. Но когда я с ними говорю, то вижу, что у них депрессия. Когда я спрашиваю, есть ли у них счастье, они говорят: «Счастья нет». Они спрашивают меня: «Геше-ла, что мне делать, чтобы у меня не было депрессии? Каждое утро встаю, у меня внутри неприятно». Они не понимают причин. Но некоторые же мои ученики – у них ничего нет, но они очень счастливы, и я понимаю, что это очень хорошо. У них даже нет в кармане денег, не могут купить себе билет, но они очень счастливы. Это тоже неправильно, потому что чуть-чуть денег вам нужно. Впадать в крайности вам тоже не нужно. Вам необходим источник дохода в вашей жизни, это важно, не игнорируйте это. Это учение очень связано с вашей жизнью.

Индуистские йогины и люди, которые медитируют в горах и развивают шаматху, знают, что сансарические объекты не являются настоящими объектами счастья и думают, что объект счастья – это концентрация высокого уровня. Думают, что когда развивают высокий уровень концентрации, то это приносит настоящее счастье. В буддизме говорится, что все равно это не объект счастья. Будда говорил, что только нирвана есть покой, а нирвана – это безусловно здоровое состояние ума, ум полностью свободный от омрачений. Это третья благородная истина, благородная истина пресечения. Это настоящее счастье. Поэтому в индуизме стремятся к развитию концентрации высокого уровня и достигают пика сансары, но потом все равно продолжают возвращаться в сансаре, поскольку они не знают всепроникающего страдания.

А теперь вам необходимо узнать, что такое всепроникающее страдание. Всепроникающее страдание – это рождение под контролем омрачений. И ваши загрязненные пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений – это всепроникающее страдание. И вам необходимо распознать это, необходимо слушать об этом снова и снова, и тогда постепенно вы поймете, что ваши пять совокупностей, рожденные под контролем омрачений, – это всепроникающее страдание. И оно является дебютной ошибкой для всех наших страданий. Поскольку мы родились под контролем омрачений, то совершили дебютную ошибку – вот это рождение под контролем омрачений – и из-за этого у нас возникнут все проблемы.

В политике также говорят о дебютных ошибках. И поэтому политики стремятся удостовериться, что они не совершат дебютных ошибок, потому что если они допустят дебютные ошибки, то возникнут и все проблемы.

Если говорить о нашей жизни, что является самой главной дебютной ошибкой в нашей жизни? В буддизме говорится, что самая главная дебютная ошибка – это рождение под контролем омрачений. Эту дебютную ошибку мы уже совершили. Если вы снова родитесь под контролем омрачений, то страдания никогда не прекратятся.

Если же вы родились под контролем омрачений и у вас возникают какие-то проблемы, то это не должно вас удивлять. Например, если вы соглашаетесь быть чьим-то слугой, и в этом случае, ваш хозяин вам говорит помыть чашку и приготовить ему чай, а вы думаете: «Как же он смеет указывать мне, чтобы я вымыл чашку и приготовил чай?» - Как вы можете испытывать от этого шок? Если вы этого не хотите, то с самого начала не соглашайтесь быть слугой. Но если вы согласились быть слугой, слышите чей-то приказ, и он вас повергает в

шок, то это ошибка. Если в вашей жизни возникают какие-либо проблемы, это не должно поражать вас. Вам нужно сказать, что очень хорошо, что это очень маленькие проблемы.

Настоящий слуга, когда приносит чай, думает: «Очень хорошо, что хозяин попросил принести лишь чай, ведь это очень легко. Он мог просить сделать что-то более тяжелое. Только чай! Очень хорошо!» Он слуга, но все равно счастлив. Если думать: «Как это принести чай? Я не хочу!» Хочу или не хочу, все равно вам необходимо будет это сделать.

Когда вы знаете, что сделали дебютную ошибку – родились под контролем омрачений – когда вы встречаете проблему, вам нужно думать: «Это маленькая проблема. Я родился под контролем омрачений, а потому у меня могут быть еще хуже проблемы. Поэтому это очень маленькая проблема. Мне повезло», - радуйтесь и принимайте это. Это вам поможет. Это понимание поможет вам. Когда вы думаете, что родились под контролем омрачений и обладаете всепроникающим страданием, то в этом случае все страдания должны будут возникнуть, а то, что вы переживаете сейчас – это лишь маленькие страдания, могут прийти еще большие.

Я так думаю, и для меня проблема – это небольшая проблема. Я знаю, что я родился под контролем омрачений и из-за этого у меня могут быть еще хуже проблемы. Пока повезло, что не наступили проблемы еще хуже, а то, что случилось – это мало, ничего страшного. И поэтому я счастлив. Вы тоже так можете думать. Если же вы родились под контролем омрачений, то это несчастливый день рождения. Я не праздную такой счастливый день рождения, потому что это несчастливый день рождения, это день рождения под контролем омрачений, дебютная ошибка, день возникновения проблем. Это не счастливый день рождения, а день рождения под контролем омрачений, это день возникновения проблем. Вам нужно сказать себе, что вы будете праздновать свой день рождения, когда я начну рождаться по собственному выбору, а не под контролем омрачений.

Если вы рождаетесь по собственному выбору, то это называется освобождение. Освобождение не означает, что ваша жизнь заканчивается, ваша жизнь продолжается, но при этом вы сами выбираете, где и когда вам умереть, где и когда вам родиться, как долго вам прожить без контроля омрачений. Освобождение означает, что все в ваших руках, когда и где умрете, вы сами можете решить. Где родился, когда родился, как долго живешь ради блага других существ – все это в ваших руках, как вы захотите, так и будет. Это называется освобождение.

Освобождение вы обретете, когда ваш ум полностью избавится от омрачений, и вы обретете такой контроль. Когда ваш ум свободен от омрачений, когда вы рождаетесь под влиянием сильных чувств любви и сострадания, то в этом случае с самого момента вашего рождения, ваше тело и ваш ум полностью пронизаны счастьем. Когда вы родились под контролем омрачений, ваш тело и ум полностью пронизаны страданием. Это похоже на рану, полностью охватывающую ваше тело, рану ума. Когда рану чуть-чуть кто-то задевает, вам очень больно. В вашем уме большая рана, потому что вы родились под контролем омрачений. Одно неправильное слово услышали и всю ночь не можете спать, вам больно, потому что есть рана.

Когда ваш ум чист от омрачений, вы родились из сильного чувства любви и сострадания, то что бы кто вам не говорил, ваш ум спокоен и невозможно потревожить его спокойствие, вы всегда спокойны и счастливы. Когда вы родились из сильных чувств любви и сострадания, даже ваше тело не будет чувствовать боли. Пока науке об этом не известно. В Тибете, когда люди получают высокие реализации, ум полностью свободный от омрачений, их тело меняется.

Даже когда вы развиваете концентрацию высокого уровня – шаматху, то в этом случае ваше тело испытывает невероятное блаженное ощущение, в нем циркулирует особая энергия. Вы переживаете безмятежность, очень радостное состояние на уровне тела. Если вы сидите скрестив ноги несколько часов или целый день или даже семь дней, вы совершенно не почувствуете никакой боли, сидеть будет очень комфортно, приятно. Такое переживание очень приятное, безмятежное, блаженное. Мы не говорим о полной свободе от омрачений, такое происходит, даже когда вы обретаете шаматху. Но когда ваш ум полностью освобождается от омрачений, когда вы полностью развиваете любовь и сострадание и все благие качества ума, это называется состояние Будды. Тогда умиротворение, счастье, безмятежность просто невыразимы. Это счастье, к которому вам нужно стремиться, думать о его достижении.

Мы, люди, всегда хотим счастья, но при этом настоящего счастья никогда не желаем. Как говорил Шантидева, мы хотим счастья, но гонимся за страданиями. Так происходит потому, что мы не знаем, что такое всепроникающее страдание, что такое страдание перемен, и мы гонимся за страданиями. Хотя мы хотим счастья, мы отбрасываем причины счастья, как яд. Как же мы можем быть счастливыми? Эта ошибка возникает из-за непонимания четырех благородных истин.

Когда вы ясно понимаете всепроникающее страдание, то вы скажете, что хотите родиться не под контролем омрачений. Как было бы хорошо, если бы я родился по собственной воле, а не под контролем омрачений. И тогда вы подумаете, какой же самый лучший способ обретения контроля над смертью и рождением? В буддизме говорится, что это самое главное. Если у вас нет права смерти и права рождения, то каким бы другим правом вы не обладали, это будет не очень важное право. Если у вас есть право определять, когда вам умереть, где умереть, когда вам родиться и где родиться, то это самое важное право.

Это самое главное фундаментальное право. Раньше, когда главой государства являлся диктатор, умные люди говорили, что другие всегда будут слугами, потому что у них нет свободы слова. Поскольку у них не было свободы слова, люди начали немного кричать: «Нам нужна свобода слова!» Они поняли, что если у них не будет такого права, то они всегда будут слугами. А потом во главе государства перестал находиться диктатор. В буддизме говорится, что если у вас даже есть такая свобода слова, в этом нет ничего особенного.

Во времена коммунизма у вас не было свободы слова, сейчас у вас есть такое право, у вас есть право выйти на улицу и сказать, что Владимир Путин такой-то и такой-то, наше Правительство такое и такое-то, и при этом вас никто не посадит за это в тюрьму. Если же вы слишком будете кричать, то полиция вам скажет: «Вы мешаете другим людям, уходите отсюда». У вас есть право говорить, но что вы от этого получаете? Если Владимир Путин уйдет, другой президент будет еще хуже. Я не говорю, что он отличный президент, но другой точно будет хуже. Поэтому у нас нет выбора, у нас нет президента-бодхисаттвы. Поэтому Владимир Путин пока самый лучший президент.

Что касается свободы слова, то это не самое главное в вашей жизни. Право определять, когда родиться и когда умереть – это самое главное. Что касается такого вашего права, то здесь когда вы сами свободны определять свое рождение и смерть – это самая важная духовная реализация. И когда вы достигнете этого, то уже никогда не будете совершать дебютных ошибок, вы будете полностью свободны от страданий. До тех пор, пока вы рождаетесь под контролем омрачений, вашим страданиям не будет конца. Это самое главное, что хотел сказать Будда.

Если вы ничего не делаете, чтобы перестать рождаться под контролем омрачений, если вы все время рождаетесь под контролем омрачений, то ваши страдания будут бесконечны, и это теория вероятности. Вероятны только страдания, поскольку имеются причины страдания. Поэтому вас ждут только страдания.

Теперь в вашем уме может возникнуть такой вопрос: «Как я могу обрести контроль над смертью и рождением? Каков здесь первый шаг?» Вы не можете просто помолиться и сразу обрести такой контроль. Вам нужно начать постепенно продвигаться шаг за шагом с правильным дебютом. Что является правильным дебютом? Чтобы обрести контроль над своей смертью и рождением, первый шаг – это обрести контроль над своим телом, речью и умом. Это называется тренировкой нравственности.

Вначале постарайтесь взять под контроль свои тело, речь и ум. Когда вы обретаете определенный контроль над телом, речью и умом, не позволяйте своему уму порождать слишком много негативных мыслей, не позволяйте своей речи произносить много дурных слов и не позволяйте своему телу совершать множество дурных действий. В этом случае вы обрели определенный контроль над своей жизнью. А что это значит? У вас не будет полного контроля, но определенный контроль над жизнью появится. В чем он будет заключаться? Если вы, например, помолитесь: «Пусть я умру спустя столько-то и столько-то лет», - то это произойдет.

Благодаря нравственности, через контроль тела, речи и ума, через вашу молитву вы не умрете преждевременной смертью. «До 80 лет, пожалуйста, пусть я буду жить и не умру». Из-за вашего желания и контроля над телом речью и умом вы сможете долго прожить. «Пусть потом в будущей жизни я обрету человеческое рождение, где есть учение Будды, я хочу еще продолжать практику». Благодаря контролю над телом, речью и умом, если вы так будете молиться (пусть даже у вас и нет полного контроля над перерождением), то через вашу молитву вы родитесь в хорошей семье, встретите учение и сможете заниматься практикой. Получите такой небольшой контроль.

Когда вы не контролируете свои тело, речь и ум, сколько бы вы ни говорили: «Пусть я долго буду жить!», - завтра вы попадете в аварию и умрете. Без нравственности ваша жизнь не будет счастливой. Поэтому в буддизме говорится, что контроль над другими бесполезен, вы ничего не получите от него. А контроль над своим телом, речью и умом – это первый шаг, это очень полезно для вашей жизни.

Первая буддийская практика – это контроль над своим телом, речью и умом. Это первая тренировка. Вторая тренировка – это тренировка сосредоточения и здесь вы развиваете шаматху, концентрацию высокого уровня. Третья тренировка – это тренировка мудрости. Когда вы накапливаете мудрость, то постепенно устраняете неведение из своего ума и в итоге получаете полный контроль над своей жизнью – сможете выбирать, когда вам родиться, когда умереть, такой полный контроль.

Основываясь на концентрации, вы порождаете мудрость, эта мудрость познающая пустоту устраняет неведение из вашего ума, а неведение является корнем сансары. Двенадцатизвенная цепь взаимозависимого возникновения, по схеме которой вы вращаетесь в сансаре, она возникает из-за неведения. А значит, когда пресекается неведение, то пресекается и Двенадцатизвенная цепь взаимозависимого возникновения, и вы перестаете рождаться под контролем омрачений в сансаре. Поэтому очень важно знать Двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, то, как вы вращаетесь в



сансаре. Завтра я расскажу вам об этом. Это очень важная тема, которая раскрывает эволюцию наших страданий и возможность их пресечения.