

Я очень рад видеть жителей Вильнюса после долгого перерыва. Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Здоровая мотивация, правильная мотивация не порождается спонтанно. Поэтому нам необходимо прикладывать определенные усилия, чтобы породить правильную мотивацию. Это очень важный фактор в вашей жизни. Каждый раз, чем бы вы ни занимались, в первую очередь очень важно породить правильную мотивацию.

Это относится не только к духовной практике, к медитации. Когда вы занимаетесь повседневными, мирскими делами, порождение правильной мотивации – это очень важный фактор. Когда вы зарабатываете деньги, вам не обязательно в этот момент думать, что только благодаря этому вы должны быть счастливы. Вы можете заниматься такими делами со здоровой мотивацией. Когда вы зарабатываете деньги, вы можете думать не только о собственном благополучии, но также о благополучии членов вашей семьи, о благополучии общества, в котором вы живете, вашего города и всей страны. В этом случае, если вы зарабатываете деньги с мотивацией заботы обо всех вокруг, то это не противоречит буддийской практике.

Итак, буддизм не против бизнеса. Но различают два вида: белый бизнес и черный бизнес. Буддизм выступает против черного бизнеса. Черный бизнес – это когда вы думаете: «Что происходит – неважно, пусть в обществе творится все самое плохое, но главное, чтобы я заработал деньги». Это черный бизнес. Это противоречит буддийским принципам, это создает проблемы в обществе. Поэтому в буддизме никогда не говорится, что бизнес – это плохо, или что политика – это плохо. Политика также бывает хорошая, а бывает и плохая.

В чем заключается разница? Разница состоит в мотивации. Поэтому я говорю, что даже если мирскими делами вы занимаетесь с правильной мотивацией, то это не будет противоречить Дхарме. Наоборот, это принесет пользу обществу. Я говорю о том, что если людей начинает интересовать духовная область, то они не должны игнорировать область материального развития и область физического здоровья. Самое главное – это здоровье вашего ума, но все эти вещи также играют важную роль в вашей жизни. Поэтому очень важно сохранять равновесие, баланс, очень важно здравомыслие. Куда бы ни ездил Его Святейшество Далай-лама, он все время подчеркивает, что быть духовной личностью – это очень хорошо, но при этом так же очень важно не игнорировать свою карьеру и быть ответственным человеком.

Я попросил вас породить правильную, здоровую мотивацию. Ради счастья всех существ получайте учение. Если вы по-настоящему хотите принести благо всем живым существам, то только с помощью мудрости вы сможете по-настоящему помочь им всем. Сколько бы вы ни делились такой мудростью с другими, вашей мудрости никогда не будет становиться меньше. С помощью денег вы сможете помочь другим только ограниченно. Даже если у вас есть миллиард долларов, и вы решите по одному доллару дать каждому человеку, но в нашем мире живет больше чем миллиард человек, около семи миллиардов, поэтому даже по одному доллару вы не сможете дать каждому. Но даже если каждый получит от вас один доллар, что он сможет сделать? Что касается помощи другим, то в этом отношении деньги не могут слишком много. Они могут немного помочь, но не принесут пользы всем живым существам, вы сможете немного помочь лишь маленькой категории людей. Что касается этих денег, то когда вы их отдаете, у вас они убывают. Но что касается мудрости, то, сколько бы вы ни отдавали, у вас ее меньше не становится. Это то, что называется неистощимым богатством. Поэтому, чтобы помочь себе и чтобы помочь

всем живым существам, сегодня я обретаю мудрость. Пусть та мудрость, которую я накоплю, станет источником счастья, как для меня, так и для других.

У вас может возникнуть вопрос: в чем же разница между мудростью и интеллектуальной информацией? Но существует большая разница между этими понятиями. Иногда интеллектуальная информация, вместо того, чтобы принести счастье в нашей жизни, создает больше проблем. Некоторые люди живут в деревне, их ум очень прост, но у них меньше проблем. Другие люди живут в городе, обладают очень большим количеством информации, но не могут нормально спать. У них очень много информации, но при этом нет даже чего-то одного, что они знали бы точно. Поэтому есть большая разница между интеллектуальной информацией и мудростью. Но что касается мудрости, сколько бы вы ее ни обретали, невозможно, чтобы она сделала вас несчастными, наоборот, она будет делать вас только счастливее и счастливее.

Я расскажу вам один случай, и на его основе вы поймете, в чем состоит разница между мудростью и интеллектуальной информацией. Однажды один американский ученый приехал в Тибет. Он слышал о том, что в Тибете есть некая особая мудрость, и он захотел узнать о том, что это за мудрость. Там он встретился с группой молодых монахов и заговорил с ними о научных открытиях. Он рассказывал: «Мы, американцы, побывали на Луне и сейчас собираемся посетить Марс, Юпитер». Эти молодые монахи были просто поражены: «Что, вы и, правда, летали на Луну?» Он отвечал: «Да, мы, американцы, первыми побывали на Луне». Таким образом, он рассказывал всевозможные вещи о Марсе, Юпитере, и затем подумал: «Эти монахи не знают даже самых элементарных вещей, чему же я смогу научиться здесь?» Но среди этих молодых монахов находился один пожилой мудрый монах, он тоже слушал его. И этот мудрый монах сказал: «У меня к вам есть один вопрос». Тот ответил: «Пожалуйста, задавайте любой вопрос». Монах спросил: «Я очень рад, что вы обладаете таким большим количеством информации о Марсе, Юпитере, Луне. Но среди всего этого богатства информации можете ли вы назвать хоть одно знание, которое приносило бы вам покой ума?» Тут американец открыл рот, он думал, думал, но так и не смог найти, ни одного знания, которое приносило бы ему покой ума. Он ответил: «У меня нет ни одного знания, приносящего покой ума». Тогда пожилой монах сказал ему: «Тогда какой смысл в ваших знаниях?» Если знание не приносит вам покоя ума, если бизнес не приносит вам прибыли, то какой смысл во всем этом?

Тот монах сказал, что если вы что-то знаете о других планетах, то это хорошо, но если у вас нет о них знаний, то это не страшно, поскольку они очень далеки от нас. Но знаете ли вы что-нибудь о своем уме, который вы используете каждый день? Если вы ничего не знаете о нем, тогда это кошмар. На западе есть люди, которые обладают очень большим количеством информации, и при этом страдают от депрессии. Причина в том, что у них нет знаний, которые помогали бы им обретать спокойствие ума. Они ничего не знают об уме. Они все время используют свой ум, но при этом ничего не знают об уме, и из-за этого возникает депрессия. Они начинают использовать ум неправильно и возникают проблемы. Но если вы используете свой ум правильно, то вы будете счастливы, и также счастливыми станут все окружающие вас люди.

Поэтому в нашем мире самый важный объект – это наш собственный ум. В первую очередь научитесь правильно использовать свой собственный ум. В нашем мире самое важное, что нам необходимо контролировать, это свой собственный ум, а не

кого-то другого. А как поступаем мы? Мы никогда не стараемся взять под контроль свой собственный ум, а все время стараемся взять под контроль других людей. В особенности политические лидеры стремятся захватить контроль над другими странами. Они не могут создать хорошей системы в своей собственной стране и вместо этого стараются взять под контроль другие страны. Это главный источник проблем. Они все время стараются навязать свое влияние другим странам, но из-за этого в итоге все рушится. Это человеческая слабость.

В буддизме говорится, что контролировать других невозможно. Может быть, вы будете кого-то контролировать один год, два года, максимум три года, а потом все это рухнет. Невозможно контролировать всех и все время. Даже если вы обретете такой контроль, в буддизме говорится, что это не даст хорошего результата. Какой смысл кого-то контролировать? Что вы обретете от этого? Далее в буддизме говорится, что возможно обрести контроль над самими собой, потому что все находится в ваших руках. Что касается других людей, то вам кажется, что они вас слушают, но затем они уходят и все делают по-своему, они не находятся под вашим контролем. Вы думаете, что вы их контролируете, но в действительности этого не происходит, люди делают то, что хотят сами.

Сталин думал, что контролирует всю Россию, но в действительности не имел контроля даже над ближайшим человеком, над Берией. Я слышал такую историю, что когда Сталин заболел, Берия сказал, что доктор Сталину не нужен, пусть лучше умирает. Если человек все время вредит другим, то даже его лучший друг не любит его. Это история, на основе которой вы можете увидеть, что невозможно обрести контроль над другими. Другой пример – Гитлер, он старался контролировать весь мир, но, в конце концов, убил сам себя. Это очень ясно свидетельствует о бесполезности контроля над другими.

Итак, моя просьба к вам, с этого момента не старайтесь больше кого-либо контролировать, а скажите себе: «Я буду контролировать свой ум». На уровне семьи это стало проблемой. Женский феминизм становится сильнее, и женщины говорят: «Мы не должны быть слабее мужчин, мы должны быть сильными, должны их контролировать». Но это яд. Мужчины тоже думают, что мы, мужчины, в прошлом контролировали женщин и теперь должны продолжать контролировать их. Это тоже неправильно, тоже яд. На уровне семьи мужчина никогда не должен стараться контролировать женщину, а женщина никогда не должна стараться контролировать мужчину, они должны уважать друг друга. Уважать друг друга, жить в гармонии, контролировать самих себя. Если жена будет контролировать сама себя, а муж будет контролировать себя, то на уровне семьи установится мир.

Это простые вещи, мы можем их понять, но мы не практикуем все это, потому что у нас нет убежденности в этих положениях. Когда философия объясняет что-то простое, используя очень глубокие обоснования, тогда у вас появляется убежденность. Мы думаем, что наши проблемы разрешит что-то особое, мистическое, что-то очень-очень сложное. Сложные вещи не решают наши проблемы. Решения всех наших проблем очень простые, но их нужно применять постепенно, шаг за шагом, а у нас не хватает терпения. Когда мы изучаем философию, очень важно одновременно с этим совершать определенные действия, важно применять это, контролировать себя, обретать самодисциплину, это называется нравственностью, и это практика. Поэтому получайте учение с такой мотивацией. Получайте учение, чтобы обрести контроль над самими собой, чтобы сделать себя более мудрым человеком, чтобы вы могли стать значимыми,

полезными для общества и всех живых существ. С такой мотивацией получайте учение.

Мне как духовному наставнику также очень важно породить здоровую мотивацию. Если у меня не будет правильной мотивации, если я буду давать учение с мирской дхармой, с заботой о славе, репутации, о том, чтобы собрать побольше денег, то в этом случае мое учение не будет эффективно для вас. Поэтому с обеих сторон очень важно породить правильную мотивацию, развить чувство любви и сострадания.

В этот раз я решил передать подробное учение по четырем благородным истинам, что является позвоночником буддийской философии. Это создаст в вашем уме определенную систему. Если вы создадите систему в своем уме, тогда изменить свой ум будет очень легко, и очень легко будет обрести контроль над самим собой. Без хорошей системы контролировать себя будет очень трудно. Если вы будете стараться себя изменить без системы в своем уме, то, может быть, изменитесь на одну-две недели, а затем снова станете такими же, как раньше.

Например, ветряная мельница создана таким образом, что вращается по часовой стрелке. Но вам не нравится, что она вращается в эту сторону, вы хотите поменять направление вращения. Насколько вы сможете это изменить своей силой? Вы постараетесь задержать ее, затем толкнете в другую сторону, она даже повернется немножко в другую сторону, но стоит подуть ветру, как она вновь начнет вращаться в обратном направлении. Вы все хотите быть добрыми, вы все не хотите злиться, но делаете это так же, как если бы старались силой развернуть эту мельницу, а это невозможно. Затем, когда вы отпускаете эти лопасти, она начинает вращаться в старом направлении, и вы говорите: «Я безнадежен, ничего не могу с собой сделать». Здесь вам очень важно знать механизм и изменить его. Если вы измените механизм, то мельница станет вращаться в другую сторону, даже если вы скажете ей: «Не вращайся», – она все равно будет вращаться в другом направлении. Поэтому в буддизме говорится, что вещи зависят не от наших желаний, а от причин, от факторов, с помощью которых они созданы. Когда вы обретаете понимание учения по четырем благородным истинам с помощью медитации, а не просто интеллектуально, то в будущем, даже если вы скажете себе: «Мне нужно разозлиться», – вы не сможете разозлиться. Если кто-то скажет вам: «Тебе нужно разозлиться, иначе я побью тебя», – вы скажете: «Извините, можете побить меня, но я не могу разозлиться, потому что я не вижу причин злиться». Такое возможно. Когда такие люди появляются в нашем мире, они не могут оказаться под влиянием негативного состояния ума, они все время сохраняют позитивное состояние ума, эти люди называются святыми. Но сначала они не были святыми. Они изменили систему в своем уме и постепенно стали святыми. То есть, их ум все время теперь пребывает в позитивном состоянии и не порождает негативных состояний.

Учение по четырем благородным истинам – это не просто религия, это наука об уме. В этом учении речь идет о механизме нашего ума и о том, как изменить механизмы в нашем уме. Когда Будда давал это учение по четырем благородным истинам, он давал его на трех разных уровнях, поскольку оно невероятно обширно и глубинно. Учение по четырем благородным истинам является основой для практики Махаяны, а также для практики тантры. Без четырех благородных истин тантра – это просто ХУМ и ПЭ, просто детская практика.

В первую очередь я объясню, как Будда давал учение по четырем благородным истинам, опираясь на коренной текст. Итак, когда Будда впервые передавал учение группе своих первых учеников, он давал учение по четырем благородным истинам. В первый раз Будда давал учение по четырем благородным истинам с точки зрения сущности. Когда второй раз Будда давал учение по четырем благородным истинам, он давал его с точки зрения практики. И когда в третий раз Будда давал учение по четырем благородным истинам, то давал его с точки зрения абсолютной природы. Будда произносил не слишком много слов, но у его учеников были очень большие отпечатки. Поэтому они, услышав лишь несколько слов, понимали глубокий смысл, медитировали на них и достигали высоких реализаций.

Медитация – это не что-то мистическое, медитация – это когда ум однонаправлено сосредотачивается на определенных положениях и извлекает мудрость из них. Это то, что называется медитацией. Вы занимаетесь негативной медитацией очень эффективно. Например, если вы смотрите телевизор, и вам кто-нибудь говорит, что ваш друг Дима говорит про вас то-то, у вас начинается медитация. Вы уже не видите телевизор, у вас в уме есть только одна мысль: «Дима сказал про меня то-то». Дети бегают взад и вперед, но вы их не слышите. Вы им не говорите: «Не бегайте, вы мешаете моей медитации». Итак, вы однонаправлено медитируете, думая: «Год назад Дима про меня сказал то, а два года назад говорил еще это». У вас очень много положений для медитации. Все эти положения вы обдумываете все глубже и глубже и делаете окончательный вывод, ошибочный вывод.

Эта негативная медитация всегда приводит вас к неправильным выводам, и у вас возникает реализация гнева из-за ошибочных выводов. Ваше лицо краснеет. На голове вырастают рога, идет пар над головой. Эта негативная медитация делает из вас демона. Вам нужно понимать, что мы все занимаемся негативной медитацией, в этом нет для нас чего-то нового. Вместо негативной медитации нам нужно научиться заниматься позитивной медитацией. Это то, что называется медитацией. Вам необходим богатый материал. Потому что в позитивной медитации какие-то достоверные выводы не приведут вас к какому-то негативному результату. Что касается негативной медитации, то любой ошибочный вывод может привести вас в гнев. Для негативной медитации вам не нужны достоверные мысли. Любая ошибочная мысль может легко сделать так, что вы разозлитесь. Поэтому в буддизме говорится, что вредить другим, порождать негативные состояния ума очень легко. У вас появляется хотя бы один шанс, и вы сразу же вредите другим, даже маленькие дети могут сжечь большой дом. Какая-то одна маленькая глупая мысль может сразу же разозлить вас. Что касается позитивных состояний ума, то одна маленькая позитивная мысль не приведет вас к позитивным состояниям ума. С одним кирпичом вы дом не построите, а для разрушения дома одной причины достаточно. Поэтому вам нужна философия. Чем больше вы обладаете философией, чем больше у вас достоверных умозаключений, тем сильнее и сильнее в вашем уме порождается позитивное состояние.

Дигнага говорил, что позитивные состояния ума развить очень трудно, но как только вы их разовьете, они будут очень прочными. Они имеют достоверную основу, поэтому, никогда не придут в упадок. Сколько бы вы ни развивали негативные состояния ума, однажды они разрушатся, исчезнут, поскольку они основаны на ошибочных, недостоверных состояниях ума. Вам нужно понимать, что ваши негативные состояния ума в настоящий момент могут быть сильными, но у них недостоверная основа, поэтому, однажды вы сможете их разрушить. Для вас это очень важное положение. Вы должны подумать, что однажды вы сможете обрести

ум, полностью свободный от омрачений, это возможно. Поэтому для позитивной медитации необходимо очень много позитивных положений. Поэтому очень важна философия.

Теперь вернемся к теме, что говорил Будда своим первым пяти ученикам. Я произнесу те же самые слова, которые Будда произнес своим ученикам, и они после этого достигли больших реализаций. Я хочу проверить, достигнете вы реализаций или нет. Речь идет об обучении четырем благородным истинам с точки зрения сущности. Итак, Будда сказал: «Вот благородная истина арьев о страдании». Далее вторая строка: «Вот благородная истина арьев об источнике страдания». Третья строка: «Вот благородная истина арьев о пресечении». И четвертая строка, Будда сказал: «Вот благородная истина арьев о пути». И после того, как Будда произнес эти четыре строки, ученики, обладавшие очень большими отпечатками с предыдущей жизни, однонаправлено сосредоточились на этих положениях. Это называется медитацией. Анализируя со всех сторон, они обрели убежденность в этих четырех благородных истинах. Они поняли, что есть наше страдание и причины страдания, они поняли, что есть наше счастье и причины счастья. Итак, четыре благородные истины говорят о нашем страдании и причинах страдания, о нашем счастье и причинах счастья.

Во второй раз Будда давал своим ученикам учение по четырем благородным истинам с точки зрения практики. Вначале я дам вам общее объяснение, чтобы вы поняли, что учение по четырем благородным истинам может рассматриваться с трех точек зрения. Итак, во второй раз Будда сказал: «Распознайте благородную истину страдания, отбросьте благородную истину источника страдания, осуществите благородную истину пресечения страдания, медитируйте на благородную истину пути». Так, он объяснял с точки зрения того, как вам нужно практиковать это учение, после того, как вы уже узнали, что такое четыре благородные истины. Что вам необходимо сделать? В первую очередь вам необходимо распознать благородную истину страдания, то есть понять, что представляет собой ваше полное страдание, поставить себе диагноз. То, что мы знаем сейчас, это лишь поверхностные виды нашего страдания. Мы не знаем, какова основа наших страданий. До тех пор пока вы не знаете, что есть основа ваших страданий, вы ничего не будете делать, чтобы устранить эту основу. Из-за этого ваше страдание все время будет оставаться. Точно также, если вы не знаете правильно, что представляет собой полная болезнь, то будете устранять, лишь поверхностные проявления болезни, а какие-то тонкие формы болезни все время будут оставаться. В этом случае вы никогда не сможете излечиться от своей болезни. Так же говорят и доктора, что в первую очередь очень важно поставить правильный диагноз, понять, что представляет собой полная болезнь, а не только поверхностные проявления болезни, не только боль. Тогда вы сможете пройти курс лечения, устраняя причины вашей болезни, и вы сможете полностью устранить вашу главную болезнь.

То же самое с нашим умом. Механизмы болезни нашего тела и механизмы болезни нашего ума очень похожи. Нам необходимо знать, как устранять их на самом базовом, коренном уровне. На нашей планете все обладают определенной информацией, все образованные люди, но это поверхностный уровень информации. Какую информацию мы получаем в школе или в университете? Это поверхностная информация. Эта информация может помочь нам поменять что-то на поверхностном уровне. Но глубоко внутри, на самой глубине наши проблемы не разрешаются. Поэтому мы делаем много всего, но ничего особого не получаем, все остается как и всегда. Молодое поколение видит все это и спрашивает: «В чем же

смысл жизни?» Это очень большой вопрос, в чем же состоит смысл жизни. В прошлом люди думали, что если заработают очень много денег, то станут счастливыми. Если смогут поехать куда-то на красивой дорогой машине, то будут счастливы. Сейчас они обрели все это, но все равно остаются те же самые проблемы, тогда они спрашивают: «В чем же смысл жизни?»

Я расскажу вам одну историю. Один человек лежал под банановым деревом и ел банан. К нему подошел американский бизнесмен и спросил: «Зачем ты впустую тратишь свою жизнь? Не в этом смысл твоей жизни». Тот человек спросил: «А в чем же смысл моей жизни, что мне нужно делать?» Бизнесмен сказал: «Собери бананы вокруг себя и продай». Тот спросил: «И что будет дальше?» – «Тогда ты сможешь купить машину, нанять людей, сможешь продать больше бананов». Тот спросил: «И что дальше?» Бизнесмен ответил: «Ну, тогда ты можешь лежать под банановым деревом, отдыхать и есть банан». Человек сказал на это: «Но это то, что я сейчас и делаю». В Германии, например, люди говорят: «Работай, работай, а потом отдыхай». Большинство из них отдыхает, уже лежа в гробу. В России наоборот говорят: «Отдыхай, отдыхай, а потом работай». Когда они будут работать? Лежа в гробу. Когда вы получаете поверхностную информацию, то совершаете такие ошибки. Вы могли бы сказать такому человеку, что смысл жизни не в том, чтобы кушать банан и отдыхать, а смысл твоей жизни в том, что у тебя сейчас есть золотой шанс сделать свой ум здоровым. Если сейчас ты не сделаешь свой ум здоровым, то в будущем у тебя уже не будет такого шанса. Потому что твой ум продолжает существовать. Даже после смерти ум продолжит существование. Ученые тоже соглашаются с тем, что ум продолжает существовать и после смерти. Они нашли свидетельства этому, проводя эксперименты в Англии.

Во время операции, когда у человека останавливалось сердце, также переставал функционировать мозг. При этом не однажды, а многократно повторялось то, что вернувшись обратно к жизни, люди очень точно помнили все, что происходило во время операции. Это ясное свидетельство того, что существует ум отдельно от тела. Сейчас ученые говорят о том, что есть ум, который существует отдельно от тела, и после смерти он продолжит существование. Когда я услышал эти новости, я очень обрадовался, потому что многие годы я старался доказать это, а теперь ученые мне в этом помогают. У ученых нет мотивации – как-то обратить вас в религиозную веру, они стараются отыскать истину, факты. Если бы я говорил вам о том, что есть жизнь после смерти, это могло быть связано как-то с буддийским влиянием. Но теперь ученые, у которых совершенно нет интереса к религии, говорят, что это факт, что существует ум, что он продолжает существовать после смерти. Они нашли доказательства этому.

Поэтому я скажу тому человеку под банановым деревом, что его ум продолжит существование, и в настоящий момент его ум нездоров, он страдает от болезни омрачений, и если он сделает свой ум здоровым, то станет счастливым и сможет сделать многих людей счастливыми. В этом смысл жизни. Если все, что ты делаешь – это ешь бананы и отдыхаешь, то это пустая трата времени. Тебе нужно отдыхать, но все время отдыхать – это скучно. Тогда это будет иметь смысл. Когда я получал такое учение от своего Духовного Наставника, то понял, в чем заключается смысл моей жизни, и сказал: «Да, это, действительно, смысл жизни». После этого я стал активным. До этого я был очень ленивым. Может быть, немного был под российским влиянием и хотел больше отдыхать, а работать позже.

Вернемся к теме. Когда Будда давал учение по четырем благородным истинам с точки зрения практики, он говорил: «Распознайте благородную истину страдания, если вы не хотите страдать, то отбросьте благородную истину источника страдания». Это означает, что если вы не хотите страдать, то вам нужно устранить причину страдания. Благородная истина источника страдания – это причина страдания. Третье, что он говорил: «Осуществите благородную истину пресечения». Если вы хотите счастья, то вам нужно осуществить пресечение омрачений. Это безупречное счастье, это называется «нирвана».

Если вы думаете, что станете счастливыми, когда кто-то сделает вам подарок, то это не будет настоящим счастьем, это будет лишь временным счастьем. В этом случае ваше счастье зависит от подарка. Сегодня, если вам кто-то сделал подарок, вы счастливы, а завтра, если никто вам ничего не дарит, вы говорите: «Меня никто не любит, никто ничего не дарит». Так ваш ум начинает зависеть от внешних факторов. Это большая ошибка. Некоторые люди нуждаются в том, чтобы кто-то их все время хвалил, чтобы они чувствовали себя счастливыми. Есть некоторые кинозвезды в Америке, они зависят от похвалы. Когда постепенно они стареют, и их перестают хвалить, они нанимают специального человека, который говорит им: «Сегодня вы выглядите очень красиво, вы выглядите моложе, чем вчера, у вас очень красивая фигура». Даже если она становится все толще и толще. Этот помощник не должен говорить ничего плохого, а наоборот, должен только хвалить. Когда она слышит все это, она счастлива, а потом смотрит в зеркало и очень расстраивается, потому что зеркало не лжет, а говорит правду. Поэтому наши эмоции – это постоянные взлеты и падения. Если нас немного кто-то обрадует, мы сразу же взлетаем, а затем, когда видим реальность, то сразу же падаем. Таким образом, вы проводите свою жизнь.

Поэтому Будда говорил, что если вы хотите счастья, то не должны зависеть от внешних факторов. Положитесь на внутренний фактор, на ум, полностью свободный от омрачений. Это безупречное счастье. Что касается благородной истины пресечения, то Будда во всех деталях объяснил, каков этот механизм. Это безупречная система. Будда объяснил, что только эта система является безупречной, а все остальные системы небезупречны. Будда говорил, что только нирвана, только ум, полностью свободный от омрачений, это безупречное счастье. Здесь слово «только» означает, что все остальные мирские системы, которые мы создаем, будут небезупречны. В конце концов, все они рухнут. Дигнага тоже говорил о том, что материальное развитие, в конце концов, приходит в упадок. Поэтому в наши дни мир уже в определенной степени развит, и пришло время некоторого упадка. Это закон природы.

Причина состоит в том, что мы слишком много усилий прикладываем к такому объекту, который является ненадежным. Если вы строите дом из льда, как же вы можете полагаться на него? Зимой вы будете прыгать от радости, говорить: «Этот дом такой красивый, блестящий, очень крепкий». Но как только наступит лето, все это превратится в воду. Вы могли создать красивый дизайн, могли работать над ним день и ночь, но, в конце концов, все это растает и превратится в воду. Это реальность, которую вам необходимо понять. Что касается ума и материи, то великий философ Дигнага говорил следующее: «У материи, у нашего тела есть ограничения». Например, в отношении прыжков в длину есть ограничения. Дигнага говорил, что вы можете научиться прыгать, например, на два метра вперед, но дальше прыгнуть не сможете, и по мере тренировки вы можете продолжать тренироваться, но прыгать будете все хуже и хуже, потому что основа не прочна. Но если вместо того чтобы тренировать свое тело, вы будете тренировать свой ум, если

вместо развития материальных объектов вы развиваете свой ум, то как только вы добьетесь развития, этот объект сможет развиваться до безграничности, поскольку основа надежная, прочная. Дигнага научным образом доказал, что ментальное развитие может происходить безгранично, до бесконечности, а что касается материального развития, то оно не может происходить бесконечно. Оно может дойти до какого-то уровня, но, в конце концов, придет в упадок. Ваше тело вы можете тренировать, тренировать, сделать его очень красивым, но, в конце концов, вы начнет стареть, и все это придет в упадок.

Будда говорил, что безупречное счастье – это пресечение страданий, ум, полностью свободный от омрачений. Старайтесь обрести его. Четвертой строкой Будда говорил: «Медитируйте на благородную истину пути». Он говорил, что такое здоровое состояние ума не возникает в силу молитв или в силу начитывания мантр. Это все хорошо, но это малозначимые факторы, а главный фактор – это медитация на благородную истину пути. Благородная истина пути – это мудрость прямого познания пустоты. Эту мудрость вам необходимо развить в своем уме. Тогда вы полностью устранили из своего ума омрачения, которые являются источником ваших страданий. Когда источник страдания уже покинет ваш ум, страдание перестанет существовать само собой, если нет причин. Поэтому пресечение страданий и причин страданий называется «нирвана». Это безупречно здоровое состояние ума, бесконечное счастье, такое счастье, которое не зависит от грубых факторов. Будда говорил, что если ваше счастье зависит от грубых факторов, то счастье закончится, когда закончатся эти факторы. Будда говорил, что даже солнце однажды погаснет, поскольку оно зависит от грубых факторов. Когда весь газ закончится, солнце однажды погаснет. Самое мощное в нашей солнечной системе – это солнце. Но однажды и это солнце исчезнет. Что касается власти какой-либо страны, власти Америки или власти России, то все это очень мелко в сравнении с солнцем. Даже солнце однажды исчезнет, поскольку зависит от грубых факторов. Итак, если система вашего счастья зависит от какого-либо грубого фактора, то однажды это все у вас исчезнет, все закончится страданием. Поэтому это небезупречная система.

Будда говорил, что безупречная система – это такая система, при которой счастье в вашем уме не зависит от внешнего фактора. Это не то состояние, когда вы счастливы, только если вас кто-то хвалит или делает вам подарок. Система счастья в вашем уме должна быть основана на постоянном пресечении омрачений. Поскольку ваш ум свободен от омрачений, то это состояние не зависит от какой-либо причины, поэтому у вас все время сохраняется покой ума. Будда говорил, что покой уже присутствует в нашем уме, у всех живых существ по природе в уме пребывает покой. Тогда вы можете спросить: «А почему же я его не чувствую?» Но вы его не чувствуете из-за мешающих факторов. Эти мешающие, беспокоящие факторы – ваши омрачения, они настолько активны, что вы не чувствуете этого покоя. Если в доме дети все время кричат, то вы не можете оставаться в покое. Тишина присутствует в этом помещении, но она не проявлена из-за того, что дети все время кричат. Если вы устранили детей, то тишина проявится сама собой. Так же и с покоем нашего ума – если вы устранили мешающие факторы, то покой ума проявится сам собой, он не зависит от грубых факторов. Если вы создадите такую систему, то это будет бесконечным счастьем. В нашем мире нет ни одной подобной системы.

Третья точка зрения, с которой передавалось учение по четырем благородным истинам – это учение с точки зрения абсолютной природы. Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания, но распознавать нечего». Далее

Будда говорил: «Отбросьте благородную истину страдания, но отбрасывать нечего». Третье: «Осуществите благородную истину пресечения, но осуществлять нечего». И четвертое: «Медитируйте на благородную истину пути, но медитировать не на что».

Если вы неправильно это интерпретируете, то здесь могут возникнуть недопонимания. Иногда мастера дзен говорят, что не медитация – это высшая медитация. Не думать – это выше, чем думать. Отсутствие мышления – это высшее мышление. Если вы неправильно это интерпретируете, то это выглядит как противоречие. Вам нужно уметь правильно это интерпретировать, чтобы не возникало противоречий. Иногда люди думают, что это звучит очень красиво, поэтому буквально верят в это, считают, что это очень высокая философия. Это нонсенс. Если кто-то скажет, что два плюс два четыре – это устаревшее знание, а сейчас есть новая точка зрения, что два плюс два равно пяти, то это нонсенс. Два плюс два всегда будет четыре, никогда не будет пять. И с буддийской точки зрения, и с любой другой это достоверно. Чандракирти всегда подчеркивал, что вы не можете опровергать мирскую достоверность. Если что-то в дополнение к мирской достоверности воспринимается неправильно, вам нужно устранить противоречие и надстраивать более высокую достоверность. Я очень уважаю науку, математику, физику, я уважаю буддийскую философию, я следую ей, но у меня нет никаких противоречий, в дополнение к науке я следую буддизму. Поэтому для меня научные открытия становятся мудростью, потому что помогают обрести покой ума. Как я говорил вам, если знания не помогают обрести покой ума, то это просто интеллектуальная информация, это не мудрость. Но если эти знания могут принести покой ума, счастье в вашу жизнь, тогда это мудрость.

В науке, например, в математике, нет философии. Ученые приходят к определенным открытиям, но они не знают, как использовать эти открытия. Они используют эти открытия только для материального развития. Но главное, чего они не знают, это как использовать эти знания для человеческого счастья, поэтому у них нет философии. Когда я был маленьким, однажды я задал вопрос своему учителю математики, и он очень разозлился. Что касается меня, то когда я знаю ответ на вопрос, который мне задают, то я с радостью отвечаю этому человеку. Когда мой ученик задает мне вопрос, связанный с его жизнью, я с радостью отвечаю на него или скажу: «Я не знаю», или: «Пока не знаю». Я спрошу кого-нибудь и потом дам ответ. Тогда я задал этому учителю следующий вопрос: «Вы написали для нас так много уравнений, вы говорите, что необходимо учить их, и если я их выучу, то каким образом они связаны с моей жизнью, как они помогут мне в жизни?» Он покраснел и сказал: «Если хочешь сдать экзамен, то учи все это, а иначе уходи». Мы учились просто для того, чтобы сдать экзамены, но какая же была польза от такого образования? Поэтому наряду с научными знаниями, знаниями математики, нам необходима также философия, которая помогла бы нам понять, как использовать все это в нашей жизни для обретения счастья.

Вернемся к теме. Почему Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания, но распознавать нечего»? Если бы это говорилось об одном объекте, то это было бы противоречием. Если бы я указывал на один объект, и на один его аспект, и говорил: распознайте один объект, один аспект, тогда это противоречие. Но один объект имеет очень много аспектов. Например, какими аспектами обладает вот эта чашка? Непостоянство – один из аспектов этой чашки. Это то, что наши глаза не видят. Но каждый миг эта чашка разрушается, это аспект непостоянства этой чашки. Далее, производность этой чашки – это тоже аспект этой чашки. Производность означает, что большое количество причин собрались вместе и произвели эту чашку. Это тоже аспект этой чашки. Далее абсолютная природа, абсолютный аспект – то,

какой вы видите эту чашку, в действительности, такой чашки там нет. Это абсолютная природа этой чашки. Если я вам скажу о том, что здесь нет такой чашки, которую вы видите, то вам покажется, что это противоречие, но если вы исследуете, то сами придете к такому же выводу.

Об этом говорят в квантовой физике. Ученые говорят, что вы не можете дотронуться до чашки. Обычные люди скажут про этого ученого, что он сумасшедший. Как же он говорит, что я не могу дотронуться до этой чашки, ведь каждый день я дотрагиваюсь до нее, держу ее, могу попить чаю. Но почему в квантовой физике говорится, что вы не можете дотронуться до чашки? Кажется, что вы дотрагиваетесь до нее, но в действительности ваша рука к чашке не прикасается, потому что между рукой и чашкой все время остается пространство, зазор. Если вы посмотрите очень близко, то увидите, что есть зазор между рукой и чашкой, и поскольку есть такое пространство, то нет прикосновения. Вы просто чувствуете энергию этой чашки, но не дотрагиваетесь до нее. Это реальное открытие. Поэтому и в буддизме, и в квантовой физике говорится о том, что касается видимости всех явлений, то в действительности феномены не существуют такими, какими вам являются, а в действительности они существуют противоположным образом.

Именно это хотел раскрыть Будда. Поэтому Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания, но распознавать нечего». Что это значит? Будда тем самым говорил, что, в первую очередь вам нужно распознать благородную истину страдания, потому что если вы ее не распознаете, то и не сможете устранить. Но далее, вторая часть фразы, Будда говорил: «Но распознавать нечего». Что это значит? Будда говорил, что такой благородной истины страдания, о которой вы думаете, такой благородной истины страдания не существует. Благородная истина страдания существует, но такой благородной истины страдания, о которой вы думаете, не существует. Например, цвет существует, но такого цвета, о котором вы думаете, не существует. Это также и научное открытие. Например, белый цвет. Вы можете подумать, что белый цвет есть где-то там снаружи, вы можете дотронуться до него, но если вы исследуете, то обнаружите, что там такого белого цвета нет. Это просто отражение света. Поэтому цвет существует, но такого цвета, о котором мы думаем, не существует.

Поэтому в буддизме говорится, что если мы думаем, что есть некое страдание, ужасное страдание, в действительности такого ужасного страдания нет, все это ментальная проекция. Эйнштейн немного понимал буддийскую теорию и говорил, что касается любого страдания, то все это относительно. Он исследовал, что если бы существовало некое прочное страдание, то оно для всех было бы одинаковым. Но оказалось, что для одного это ужасное страдание, а другой человек вообще не воспринимает это как страдание. Поэтому страдание тоже относительно, и зависит от того, как вы на него смотрите. Он говорил о теории относительности. Теория относительности – это маленькая часть буддийской теории, которая называется теорией взаимозависимости.

На основе буддийской теории взаимозависимости в буддийской философии доказывалась связь причины и следствия – закон кармы, а также доказывалось существование прошлых жизней, будущих жизней, что все существует с безначальных времен и будет существовать бесконечно в силу теории взаимозависимости. Когда я изучал буддийскую философию вместе с наукой, то видел, что между ними есть очень много общего. Поэтому то, о чем говорил Будда, не имеет противоречий, поскольку Будда говорил с двух разных точек зрения. Будда

говорил, что вам нужно распознать благородную истину страдания, но такой прочной благородной истины страдания, о которой вы думаете, не существует, поэтому распознавать нечего. То есть, нет такого прочного, самосущего страдания, которое вы могли бы распознать, оно вообще не существует. Если бы страдание было независимым, то оно бы не возникало и не исчезало. Если бы оно у вас было, вы не могли бы избавиться от него, потому что оно независимо. Но поскольку оно взаимозависимо, то оно может возникнуть, и может исчезнуть, как радуга. Радуга взаимозависима. Идет дождь, дождь освещается солнечным светом, из-за этого возникает эта видимость радуги. В силу взаимозависимых факторов она возникает, но как только один из этих факторов исчезает, то и радуга прекращает существовать. И буддизм и наука сходятся одинаково во мнении о том, что относительно грубого уровня все может возникать и исчезать, а на более тонком уровне ничего не исчезает, все продолжает существовать. Если говорить о наитончайших уровнях ума, то у него нет начала, он существует с безначальных времен, и также невозможно прервать этот поток наитончайшего ума, он все время продолжается. Таким образом, доказывается наличие предыдущей жизни и будущей жизни.

О материи в буддизме говорится точно так же, как в науке. Если речь идет о тонкой материи, то вы не можете создать ни одной тонкой материальной частицы и не можете полностью уничтожить эту материю. Если вы не можете создать никакой новой материальной частицы, как же бог мог сотворить всю планету? Поэтому в буддизме отрицается то, что бог является творцом всего вокруг. Потому что тонкая материя возникает из своего предыдущего момента существования, это никто не создает. И ученые также пришли к открытию, ставшему законом, который называется законом сохранения массы и энергии. Основываясь на этом законе, ученые пришли к выводу о безначальном существовании нашей вселенной и о том, что она всегда будет продолжать существовать. Поэтому они говорят, что большой взрыв – это не конец существования вселенной, это начало существования новой вселенной.

Точно также в буддизме говорится, что смерть – это не конец жизни, это начало новой жизни. Все это основано на теории взаимозависимости. Будда говорил, что распознавать нечего, поскольку страдание взаимозависимо, оно зависит от большого количества факторов, нет какого-то прочного страдания, которое вы могли бы как-то отбросить, и оно бы исчезло. Иногда я думаю: взять бы такую проблему как депрессия и выбросить, тогда бы все стали счастливы. Но такого прочного страдания нет, чтобы его можно было бы выбросить. Такого страдания не существует. Поэтому говорится: «Распознайте благородную истину страдания, но распознавать нечего», – поскольку такого прочного самосущего страдания вообще не существует.

Точно также это относится к благородной истине источника страдания. Будда говорил: «Отбросьте благородную истину источника страдания, но отбрасывать нечего». То есть, нет такого прочного, самосущего источника страдания, который вы могли бы отбросить. Например, гнев – это источник ваших страданий. Вы думаете, что есть некий прочный гнев, который вы можете устранить и стать счастливыми, но это не так. Что является главной субстанциональной причиной гнева? Это ваше сознание. Состояние ума, которое является ясным и осознанным, – это главная причина гнева. Почему оно становится гневным? Простая ясность и осознанность – это не гнев. Как она становится гневом? Например, кто-то говорит вам что-то нехорошее, и вы это как-то неправильно интерпретируете. Ясное и осознанное состояние ума начинает немного беспокоиться, затем начинает кипеть от гнева. Вы

говорите: «Я хочу ответить ему. Пока я ему не отвечу, я не смогу быть спокоен». Тогда этот ум становится ненормальным.

Если вы полностью устранили весь этот ум, вы будете мертвы, это невозможно. Главная причина гнева – это ваше сознание. Вы не можете устранить его. Это невозможно. Оно все время продолжается. Но вы можете устранить гнев, если с мудростью будете анализировать ситуацию с другой стороны. Вы говорите: «Он не имел в виду это. Даже если он хотел сказать это, он был под контролем омрачений. Он первая жертва своего гнева. Это говорит не он, это говорит его гнев. Зачем же мне злиться на него? Он мой лучший друг. Его омрачение уйдет, и он будет моим лучшим другом». Таким образом, вы исследуете это со стороны мудрости, ваше беспокойное состояние ума перестает быть беспокойным, и ум успокаивается. Это называется мудростью, хотя это то же самое состояние ума. То же ясное и осознанное состояние ума в силу неправильного анализа становится гневом, точно так же, как поток воды, попадая в холодные условия, замерзает и становится льдом.

Великие мастера прошлого говорили, что каким бы прочным ни был лед, по природе это вода. Точно также, какими бы прочными, сильными ни казались наши омрачения, по природе это ясный свет. Поэтому, когда вы меняете температуру, лед превращается в воду, вы можете купаться в ней, получать удовольствие. Если вы сделаете температуру повыше, то сможете принять ванну. Так, субстанциональную причину невозможно остановить, как-то уничтожить, она все время продолжает существовать, и на уровне материи точно так же. Вы не сможете остановить материю, она все время продолжает существовать. Ее пресечь невозможно, любые материальные частицы на тонком уровне всегда продолжают существовать. Поэтому нет какого-то прочного гнева, прочных омрачений, которые можно было бы остановить.

Вы можете изменить взаимозависимые факторы, и в этом случае омрачения освободятся сами собой. Это то, что хотел сказать Будда. Поэтому вы думаете, что омрачения – это источник моих страданий, мне нужно устранить все мои омрачения, но вы не можете просто взять их и выкинуть. Тьму вы не можете как-то выбросить из окна. Вы стоите в комнате и из-за того, что пребываете во тьме, вы падаете, не видите объектов. Вы падаете, не видите ничего и говорите, что все эти проблемы возникают из-за тьмы, вы говорите: «Мне нужно устранить тьму из этой комнаты», и задумываетесь, как же устранить тьму из этой комнаты? Может быть, как-то засунуть ее в пакет и вынести, или еще как-то, построить забор, ограждение. В первую очередь вам нужно знать, что такое тьма. Тьма – это отсутствие света. А что такое омрачение? Омрачение – это отсутствие мудрости. Из-за отсутствия мудрости у вас есть неведение, и из-за этого неведения возникают все остальные омрачения.

Что вам нужно сделать? Противоядие, противоположный фактор тьмы – это свет. Зажгите свет, и в следующий же момент тьма исчезнет. Будда говорил, что вы не можете устранить все омрачения постепенно, одно за другим. Вы не можете их выбросить, вы можете их немного ослабить. Чтобы их устранить, вам необходим свет мудрости, познающей пустоту. Это то, что пытался сказать Будда. С точки зрения абсолютной природы объекты не существуют такими, какими являются вам. Это требует очень хорошего, подробного объяснения. В двух словах я не могу объяснить вам эту тему. Поэтому Нагарджуна, Чандракирти писали толстые трактаты по теории взаимозависимости. В теории взаимозависимости также объясняется теория пустоты. Общее понимание теории пустоты вам никак не поможет, вам необходимо подробное понимание.

Каким образом дается комментарий, основываясь на этих трех интерпретациях учения? Что касается учения по четырем благородным истинам с точки зрения сущности, то это учение, которое давал Будда, и далее Асанга с помощью Будды Майтреи получил подробное учение, подробный комментарий к этому учению. Речь идет об учении по четырем благородным истинам с точки зрения сущности. Поэтому в тексте Асанги «Абхисамаяаланкара» очень подробно проводится анализ четырех благородных истин с точки зрения сущности. Учение по четырем благородным истинам с точки зрения практики очень подробно объясняет в «Ламриме» лама Цонкапа, как практиковать четыре благородные истины. Далее, что касается учения по четырем благородным истинам с точки зрения абсолютной природы, то Нагарджуна и Чандракирти очень подробно объясняют эту тему в тексте «Мадьямака-аватара». Это три главных текста, которые изучаются в тибетском буддизме, это учение по четырем благородным истинам.

Поэтому Его Святейшество Далай-лама называет тибетский буддизм полным буддизмом. Его Святейшество объясняет это следующим образом: если буддист традиции Тхеравады встретится с тибетским буддистом, и они заговорят о четырех благородных истинах, то найдут общие темы для разговора. Мастера тибетского буддизма смогут даже еще более подробно объяснить тему четырех благородных истин. Однажды, когда Его Святейшество Далай-лама ездил в Тайвань и давал учение по четырем благородным истинам, то после того, как учение закончилось, мастера Тхеравады говорили о том, что Его Святейшество Далай-лама – это не махаянский буддист, не тибетский буддист, а буддист Тхеравады. Он дал очень хорошее учение по четырем благородным истинам. Его Святейшество объяснил о четырех благородных истинах даже нечто новое, что-то такое, что те никогда не слышали. Итак, между тибетским буддизмом и буддизмом Тхеравады есть много общего.

Если встретится буддист японской традиции дзен и тибетский буддист, то они также найдут общие темы. Они будут говорить о ясном свете. В тибетском буддизме будет приведен даже более подробный анализ ясного света: ясный свет основы, ясный свет пути, ясный свет плода. Что касается ясного света пути, то это ясный свет по подобию, ясный свет по сути. Далее, в отношении этих видов ясного света, есть полный ясный свет по подобию, неполный ясный свет по подобию, есть неполный ясный свет по сути, и полный ясный свет по сути. Существует очень подробный анализ в отношении ясного света. Далее, в тибетском буддизме говорится, что это не единственная причина достижения состояния будды, помимо этого необходимы и другие причины. Это причина обретения Дхармакаи Будды, но также необходимо создавать причины для обретения Рупакаи Будды, и если вы не создадите полной причины, то не сможете достичь состояния будды.

Если встретятся буддист Тхеравады и дзен-буддист, то у них не найдется общих тем. В дополнение к этому, если тибетский буддист встретится с западным ученым, то у них также будет много всего общего, что они могли бы обсудить. Поэтому тибетский буддизм – это не только религия, это также и наука. Его Святейшество Далай-лама каждый год проводит обширные конференции в присутствии большого количества ученых, и они обсуждают очень много тем. Есть много общего для обсуждения. Это демонстрирует то, что буддизм, сохраненный в Тибете, это целостный буддизм. Я говорю не как фанатик, я говорю с точки зрения правды, истины.

А теперь вернемся к теме. В этот раз я хотел бы объяснить вам учение по четырем благородным истинам с точки зрения их сущности. Это очень интересно. Когда вы обретете эти знания, то в повседневной жизни они помогут вам обрести определенный уровень счастья, я могу сказать это с уверенностью на сто процентов. Эти знания связаны с вашей жизнью. Я не говорю ни о чем таком, что не было бы связано с вашей жизнью. Есть очень много всего в нашей жизни, чего мы не знаем, и при этом стараемся изучать такие темы, как Марс, Юпитер, какого размера эти планеты, сколько они весят, какого цвета. Если вы знаете вес этой планеты, и если она столкнется с нашей планетой Землей, то даже если она весит очень немного, она все равно все уничтожит. Также в отношении комет ученые говорят, что недавно какой-то наш аппарат смог приземлиться на комету, что это первый раз в истории, что это сенсация и так далее. Что такое комета? Это просто камень. Это немножко другой камень, немного другого цвета, но по сути, то же, разницы нет. Комета – просто какая-то частица для создания мировой системы. Это какой-то остаток, какая-то частица, которая еще не присоединилась к другим, поэтому она не является частью мировой системы, а затем, когда присоединится, то станет составляющей частью. В будущем эта комета, может быть, станет частью нашей планеты, а какой-то кусок нашей планеты далее полетит как комета. Может быть, в будущем какая-то часть Вильнюса полетит в качестве кометы, и ученые будут это исследовать. Они платят огромные деньги за такие открытия, но к каким открытиям приходят?

В наши дни на нашей планете столько людей умирает от голода! Когда я посмотрел информацию в интернете, я узнал, что есть девятьсот миллионов людей, которым не хватает еды на нашей планете. Каждый день двадцать тысяч человек умирает от голода. Мы ничего не делаем для этих людей. Все стараются справиться с болезнью «эбола», потому что богатые люди могут заболеть ею. Бедные люди умирают от голода, но богатым людям это не грозит, поэтому никто не занимается этим вопросом. Что касается болезни «эбола», то ею могут заболеть богатые люди, поэтому все сразу же объединяются и стараются справиться с этой болезнью. Я говорю о том, что это хорошо – как-то пытаться решить проблему «эболы», но одновременно с этим также в первую очередь надо заниматься проблемами голодающих людей, помочь им.

На нашей планете от голода каждый день умирает двадцать тысяч человек, а от «эболы» каждый день двадцать тысяч человек не умирает. Но в газетах не задается такого вопроса в отношении умирающих от голода, но если от «эболы» умрет пять тысяч человек, то сразу поднимают большой шум, что произошло такое. Это показывает, что на нашей планете происходят неправильные вещи. Поэтому наша ответственность состоит в том, чтобы вместо того, чтобы тратить деньги на бессмысленные проекты, вещи, необходимо что-то сделать в первую очередь с голодающими. Так много денег тратится на оружие! Но к чему мы придем от всего этого? Это то, что уничтожает друг друга. В наши дни Учение Будды очень полезно, в нем говорится: уважайте друг друга, любите друг друга. Мы живем на одной маленькой планете, зачем нам отбирать что-то друг у друга?

Что касается людей здесь или людей в России, для меня нет никакой разницы, люди везде одинаковые. Политические лидеры играют в какие-то свои собственные игры, и из-за этого страдают люди. Поэтому я начал одну духовную кампанию для того, чтобы прекратить конфликты на нашей планете, чтобы установить мир на земле, чтобы устранить опасные эпидемии, болезни, такие как «эбола» и так далее, для устранения голода, и чтобы достичь состояния будды на благо всех живых существ.

Я уже начал эту кампанию: начиная с Бурятии, по всей России все мои ученики принимают махаянские обеты каждую среду. Это принимается для устранения голода, конфликтов и так далее.

В прошлые времена в одном царстве тоже была подобная тяжелая ситуация, и царь спросил у мудреца: «Что мы можем сделать для того, чтобы остановить все это?» Мудрец ответил, что это результат коллективной кармы. Если коллектив людей создаст другую, противоположную, позитивную карму, то все это может измениться. Примите махаянский обет! Главный обет состоит в том, чтобы каждую среду не кушать мяса и есть только один раз в день. Это главный обет, есть также и другие, вторичные обеты, но этот самый главный. Если вы не едите мясо и едите только один раз в обед, не едите ни завтрака, ни ужина, и ту еду, которую вы не съели, вы посвящаете голодающим людям, то для вас это очень хорошо. В Европе, в России люди очень часто страдают от того, что едят слишком много. Вы говорите: «Мы бедные», но едите слишком много. То есть здесь проблема – это переедание. Многие доктора говорят то же самое, что болезни возникают из-за переедания. Когда я обсуждал этот вопрос с учеными, с врачами, они говорили, что если в течение недели не кушать два раза, то это очень полезно для здоровья. Но не есть два дня – с этим я не могу согласиться, я очень реалистичный человек, мне не нравятся крайности. Если один день в неделю вы не кушаете, то это, действительно, было бы очень полезно и не было бы в этом ничего опасного. Но речь не идет о том, чтобы не есть целый день, вы можете один раз покушать в обед, тогда это еще менее опасно. Наоборот, для вашего здоровья это очень полезно. Поэтому я передаю махаянские обеты, и тоже их держу, и прошу вас присоединиться к этому, чтобы мы сделали что-то хорошее для нашей планеты.

Если мы коллективно приложим усилия, то обязательно сможем что-то сделать, чтобы предотвратить все эти конфликты, которые сейчас возникают между Украиной, Россией, Европой. Мы действительно можем что-то сделать. Сейчас ключевой момент и мы можем что-то сделать. Если ситуация будет становиться все хуже и хуже, то выжить никто не сможет. Вы знаете людей в России, если со стороны Европы, Америки все время будут появляться новые и новые санкции, они скажут: «Ну, хорошо, с нами будет покончено, но и с ними тоже будет покончено». Это очень опасно. Это российский менталитет, я знаю. Поэтому я говорю, что проблемы надо решать мирным путем, иначе одно нажатие на кнопку, и все будут уничтожены. В наши дни война не будет похожа на первую мировую войну или на вторую мировую войну, это не будет война со стрельбой из автоматов, это будет война одного нажатия на кнопку. Если в Вильнюсе появится много оружия, то это ничем не поможет, потому что одно нажатие на кнопку – и весь мир погибнет, Европа, Россия – все. Поэтому я говорю, что необходимо найти мирное решение, чтобы люди уважали и любили друг друга. Поэтому нам всем вместе коллективно необходимо принять махаянские обеты, чтобы прямо или косвенно мы влияли на политических лидеров, и вся эта ситуация разрешалась бы мирным путем. Текущий момент является ключевым. Может быть, некоторые из вас знают об этом, но есть многие люди, которые об этом не догадываются.

Сейчас стоит вопрос выживания всего мира. Если вы пойдете в неправильном направлении, то может быть очень опасно, сейчас такой перекресток. Поэтому то, что мы примем обеты, это по-настоящему поможет. Я прошу вас всех, каждую среду не кушайте мясо, не кушайте ничего, кроме обеда. Это главный обет. Далее, вторичный обет: каждую среду не убивать, не воровать, не вступать в сексуальные контакты или прелюбодеяния, не лгать. Речь идет о такой лжи, которую вы специально произносите, чтобы обмануть другого человека. Если вы произносите

ложь, просто чтобы избежать каких-то проблем, то это не проблема, это не черная ложь. Здесь речь идет о черной лжи, когда вы произносите неправду, чтобы специально создать проблему другим людям, обмануть их, вот эту ложь не произносите. Далее – не употреблять алкоголь, не пить и не танцевать. Вы можете один день не пить и не танцевать, отдохните, а потанцевать сможете в пятницу. Если вы будете придерживаться такой нравственности в течение одного дня, то это окажет очень большое влияние на вашу жизнь.

Итак, мы делаем это каждую среду, потому что среда – это день жизненной силы Его Святейшества Далай-ламы. Это день жизненной силы нашего Духовного Наставника, и если в этот день вы принимаете такие обеты, то это будет очень значимо, вы накопите очень большие заслуги. Также мы посвящаем наши обеты долгой жизни нашего Духовного Наставника – это тоже очень важно. Поэтому у вас есть очень много оснований, хорошей мотивации, чтобы не кушать в течение одного дня. Если кто-то мне скажет: «Не кушайте ради хорошей фигуры», – я не смогу остановиться, потому что мотивация недостаточно сильная. Просто ради хорошей фигуры на это я не способен, я хотел бы поесть. Но когда есть много таких хороших оснований, то по средам я делаю это с радостью, без каких-либо трудностей. И я чувствую, что в среду я делаю что-то очень важное для мира на нашей планете. Пускай люди не видят этого, это неважно, но я создаю очень высокую причину.

Это моя ответственность, которую я исполняю. И каждую среду я счастлив оттого, что как человек я делаю что-то такое, чтобы внести вклад в человеческое счастье, в мир и гармонию на нашей планете, ради устранения эпидемий, болезней и так далее, ради устранения голода. Я хотел бы, чтобы вы все также присоединились ко мне. Для вас это будет очень важная стратегия и очень хорошая тренировка. Если вы просто слушаете философию, говорите о ней, то это не принесет никаких изменений. Вам необходимо выполнять вот эту практику. Один день живите очень чистой жизнью, и это повлияет на ваш следующий день. Это влияние сохранится и на следующий день, но далее, ко вторнику, вы станете обычным человеком, я знаю это. Во вторник вы скажете: «Сегодня я совершенно обычный, но завтра, в среду, я стану очень чистым человеком». Итак, продолжайте заниматься этим каждую неделю, это изменит вашу жизнь, это также ваша практика. Для вашей фигуры это тоже будет очень полезно, у вас будет очень красивая фигура. По средам вы будете очень красивы. Потому что у вас будет внутренняя красота. Вам не нужна косметика по средам. Ваше лицо будет светиться от харизмы.

Итак, визуализируйте меня в облике Манджушри, над моей головой Его Святейшество Далай-ламу в образе Будды Шакьямуни. Я буду произносить на тибетском языке слова, которые означают: «Будды и бодхисаттвы трех времен, пожалуйста, послушайте меня. Как арьи и великие существа в прошлом, для устранения голода, для устранения эпидемий и болезней, ради устранения конфликтов, ради установления мира на земле, ради достижения состояния будды на благо всех живых существ, принимали махаянский обет, так и я по имени такой-то принимаю махаянский обет каждую среду. Таково мое обещание. На третий раз, когда я щелкну пальцами, изо рта Будды над моей головой, из моего рта исходит белый свет и, проникая через ваш рот, остается в вашем сердце в качестве махаянских обетов каждую среду.

Каждую среду эти обеты автоматически вступают в силу. Теперь соедините руки и повторяйте за мной с большой радостью в уме. Для вас это не составляет никакой опасности, наоборот это полезно. Совершать что-то полезное вы боитесь, а что-то вредное наоборот совершенно не боитесь. Сегодня вы должны быть очень рады это

сказать, породите сильную решимость: «Каждую среду я не буду есть мясо, не буду есть ничего, кроме обеда». Это называется самодисциплина. Вначале возникает такая самодисциплина, и после этого все остальные духовные практики станут эффективными. Если у людей нет самодисциплины, то какую бы медитацию они ни выполняли, эта медитация будет бесполезна, наоборот, из-за медитации они могут сойти с ума. С хорошей самодисциплиной ум будет становиться более здоровым, с помощью философии. Если с этим медитировать, то невозможно будет сойти с ума. Вам нужно знать об этом. Итак, соедините руки.

Большое вам спасибо за поддержку, за то, что вы меня поддержали и присоединились ко мне в этой кампании ради мира на нашей планете. Не только ради мира, но также ради устранения эпидемий и болезней, ради устранения голода и по многим другим причинам. Это нечто очень тонкое, чего люди не видят, но при этом это играет очень большую роль, в дальнейшем люди поймут это. С этого дня и ваша жизнь тоже становится значимой. Не забывайте об этом каждую среду. Каждую среду, когда вы просыпаетесь, то вспоминайте, что сегодня вы держите обеты и произносите, что вы принимаете обеты. У вас уже есть этот обет, и вы подтверждаете, что вы будете чисто соблюдать эти обеты. Обет – это состояние ума. Если в уме вы поступаете так, то обет становится еще сильнее. Большое вам спасибо!