

Я очень рад всех вас сегодня видеть и приветствовать в Омске. Как обычно для получения драгоценного учения Дхармы очень важно породить правильную мотивацию. Для получения мирского образования нет строгой необходимости породить правильную мотивацию, а для развития ума, для получения Дхармы развитие мотивации очень важно, потому что правильная мотивация, здоровая мотивация не порождается спонтанно.

Что касается здоровой мотивации, то речь идет о чем-то реалистичном, о том, что является полезным для вас. Вся наша мирская мотивация ведет к чему-то нереалистичному, а если вы достигаете того, что хотите обрести, то это не решает ваших проблем, а создает новые проблемы. С точки зрения буддийской философии ваша мирская мотивация – это детский, нездоровый образ мышления, из-за которого возникает множество других видов нездорового мышления. В течение двух часов получения учения, как минимум, думайте, что здоровый ум – это очень важно, что вы получаете учение, чтобы обрести здоровый ум. В своей жизни, когда вы чем-то занимаетесь, вы делаете это с мыслью: «Если я что-то обрету, то я стану счастлив. Этот объект сделает меня счастливым», «Если за мной приедет принц на белом коне, тогда я буду счастлива», – и вы ждете такого принца. Такой принц никогда не приедет. Если вас кто-то по-настоящему любит, вы говорите: «Нет-нет, не ты, я жду своего принца». И ничего не получаете в ответ. Ошибка возникает из-за нереалистичного образа мышления.

Если вы думаете, что куда-то уехав, станете счастливы, это тоже мирской образ мышления. Или вы можете подумать, что если кем-то станете, то будете счастливы. Если стану очень популярной певицей, тогда стану счастливой, или если я стану профессором – я буду счастлив, если стану доктором – я буду счастлив. Есть множество докторов, спросите у них – счастливы ли они, но окажется, что у них много других проблем. У многих профессоров спросите: «Вы счастливы?» Они скажут, что несчастливы. Так возникает вопрос – к какому счастью нас может привести такое мирское образование? С другой стороны, отрицать это – тоже ошибка. Мирское образование необходимо, чтобы вы смогли построить свою карьеру, и у вас не было проблем в будущем. Чтобы в вашей жизни не было больших проблем, вам нужна карьера. Профессора тоже несчастливы, но они живут лучше, чем человек без карьеры. Профессор, врач, доктор, хотя и не имеют счастья, но живут лучше, у них меньше страданий, чем у человека, у которого вообще нет карьеры.

Поэтому в получении мирского образования тоже есть польза. Не впадайте в крайности. То, что я хотел вам сказать – это то, что вам нужно становиться докторами, нужно становиться профессорами, но если вы думаете, что это объект счастья – это ошибка. Вам необходима карьера в жизни, чтобы было меньше проблем – с этой целью получайте образование. Муж или жена тоже нужны. Но не думайте, что муж или жена станет вашим объектом счастья – это ошибка. Муж или жена необходимы, потому что надо жить. В трудное время муж или жена поддержит вас. Следует строить жизнь с этой целью. Если кто-то вам говорит, что самое главное – это развитие ума, а все эти вещи необязательны – это неправильное учение. Сейчас такое время, когда один человек может сказать другому: «Деньги – это не главное». Это красивые слова, но неправильные. Тот, кто говорит так, не любит вас. Своему сыну так никто говорить не будет. Никто не скажет своему сыну, что деньги не главное, что карьера не нужна. Своему сыну родители скажут: «Сыночек, деньги нужны, нам забор нужно починить. Давай учись», – а другие слова будут неискренними.

Я смотрю на вас, как на своих детей, и говорю вам, что самое важное – это развитие ума. Но при этом не отрицайте материальное развитие, а также свое физическое здоровье. Если вы ими пренебрежете, у вас сразу же возникнут проблемы. Ментальное развитие – это очень тонкая и деликатная вещь, и при неправильных действиях тоже сразу же возникнут проблемы. Поэтому важно понимать, что в вашей жизни самое главное – это здоровый ум.

Второе – здоровое тело. Третье – это ваша карьера, богатство, какое-то имущество. Если говорить кратко – материальное развитие.

Вы живете в двадцать первом веке, и необходимо, чтобы и материальное развитие, и духовное развитие, и здоровье вашего тела – все это шло вместе, рука об руку. Вам необходимо заботиться обо всех этих вещах. В вашем теле самое важное – это ваше сердце, но при этом также важны руки и ноги, о них тоже нужно заботиться. Не заботиться об остальном – это глупо. Даже о ногтях надо заботиться. Женщины очень внимательны к своим ногтям, и они поступают правильно. Вам необходимо заботиться обо всех аспектах своей жизни, иначе возникнут проблемы. У нас нет другого выбора, нам нужно заботиться обо всех этих вещах, если станет слишком поздно, тогда наступит кошмар. Поэтому, пока вы студенты, хорошо учитесь и далее развивайте свою карьеру, потому, что в противном случае будет слишком поздно строить карьеру, и у вас уже не будет для этого возможности.

Если вы не заботитесь о здоровье своего тела, то у вас тоже будет кошмар. Вот когда вы заболеваете, тогда начинаете заботиться о здоровье тела, а до того о нем не заботитесь – это большая ошибка. Даже доктора не заботятся о своем теле, а когда заболевают, то начинают заботиться. Когда доктор говорит: не кури, не пей, а сам курит и пьет, он не заботится о своем здоровье. Говорит красивые слова, а потом болеет. Решает больше не пить, но уже поздно. Доктор знает, как работает его организм, но все равно не заботится о нем, потому что у него самого нет дисциплины, нет этики, нет морали. Мысленно он все понимает, но у него отсутствует мораль, отсутствует сила ума, поэтому он так неправильно себя ведет. Поэтому каждый день важно есть пищу как лекарство, иначе вам придется принимать лекарство как пищу.

Это не главное, что я хотел сказать, но все равно я об этом говорю, потому что в современной жизни люди знают об этих вещах, но не придерживаются самодисциплины. Самодисциплина – это сила ума. Как только вы себя приучите к дисциплине, вы будете с удовольствием не делать того, чего не нужно. Если вы научитесь получать удовольствие от того, что чего-то не делаете, то это удовольствие все время будет оставаться с вами, потому что отсутствие деятельности не зависит от грубых причин. Только если вы сделаете что-то неправильное, тогда у вас возникнут проблемы. Вы очень счастливы и спокойны, когда не совершаете неправильных поступков тела, речи и ума. Покой ума исчезает тогда, когда вы совершаете неправильный поступок. Поэтому вам нужно научиться тому, как получать удовольствие от не делания, не совершения каких-то действий. Мы думаем, что станем счастливыми, если что-то обретаем, или сделаем что-то особенное, как-то прыгнем, как прыжки с резинкой с моста – вы платите много денег, а потом еще хуже себя чувствуете. Есть очень много способов получать удовольствие от неделания чего-либо. Вам нужно научиться этому.

Однажды один человек спросил одного йогина, который имел очень высокие реализации: «Вы уже очень много медитируете, что вы обрели через медитацию?» Тот ответил: «Я ничего не обрел», – «А какой же тогда смысл медитировать?» Он ответил: «О, медитация очень полезна», – «Какая же от нее польза?» Йогин ответил: «Я много потерял», – «А что вы потеряли?» – «Беспокойство ума потерял, потерял омрачения». Он потерял все беспокоящие факторы, которые нам не позволяют оставаться в состоянии покоя.

Вы не можете пребывать в покое ума не потому, что вы чего-то не имеете, не потому, что вы чего-то не получили. Не в этом причина. Вы так думаете, но это неправильно. Ваш ум может пребывать в состоянии покоя автоматически, если нет внутренних беспокоящих факторов. Если у вас нет внутренних беспокоящих факторов, то вы можете оставаться в очень спокойном, умиротворенном состоянии. Даже если вы немного уменьшите дурное поведение на грубом уровне, ровно настолько больше покоя обретете. Это факт. Даже

немного изменив любой поступок тела, речи и ума, вы сделаете ум спокойнее. Сразу все люди в отношениях друг с другом станут гармоничнее, спокойнее. Даже кошка будет спокойно сидеть рядом, если раньше убегала. Когда вы чуть-чуть контролируете свои поступки, чуть-чуть уменьшаете внутри мешающий фактор, сразу кошка, собака – все будут рады, счастливы сидеть рядом с вами.

Это то, что нам старался объяснить Будда. Наш ум думает совершенно по-другому: вот если мы что-то обретем, тогда мы станем счастливыми. Но Будда говорил, что это неправильно. Если бы богатство и имущество делало нас счастливыми, то все миллионеры были бы очень счастливы и танцевали бы на улице. Но я не вижу ни одного миллионера, который танцевал бы на улице. Танцуют только чернокожие люди, у которых мало денег. Если бы муж или жена приносили нам счастье, то все люди в браке были бы счастливыми. Такого не происходит. Поэтому не думайте, что если у меня будет муж, то я буду счастливой. Если муж есть – хорошо, нет – тоже хорошо. Это мой совет молодым. В России много женщин, которым папа, мама, родственники все время говорят: «Когда замуж выйдешь?» Не думайте, что вы должны обязательно выйти замуж. Кто-то предложит вам выйти замуж, вы сразу выйдете, а спустя время поймете, что это ошибка.

Некоторые мои советы для вас не являются особо духовными, но я вам даю их, как отец дает своим детям. Это тоже моя ответственность. Я хотел бы, чтобы вы в первую очередь были счастливы в этой жизни, а затем я научу вас, как обрести счастье в будущих жизнях.

Итак, на этот раз я передам учение в такой форме, что оно не будет для вас просто интеллектуальной информацией. У вас достаточно есть всевозможной информации. У вас у всех есть компьютеры, и сейчас вы легко можете найти в интернете ответ на любой вопрос, правда, я не знаю, правильный это будет ответ или нет. Если спросить, например, что-то о городе, то точно получите хороший ответ. Если же задать вопрос о вашей жизни, то интернет ничего об этом не знает. Не задавайте такой вопрос: какого мужчину выбрать? – он даст вообще неправильный ответ. Он точно знает, какая погода, какого размера ваш город или наш мир вообще. Но советов для вашей жизни интернет дать не может. Человек, который создал этот компьютер и программу, сам не знает, как надо правильно жить. Поэтому мне приходится передавать такую информацию, которую вы не можете найти в интернете. Поэтому я даю это учение. Я хотел бы также, чтобы кто-то из моих учеников, кто хорошо разбирается в компьютерах, в будущем наполнил интернет такой информацией, чтобы ее можно было найти через «Google», это тоже было бы полезно.

В этот раз я передаю вам учение, чтобы с одной стороны оно стало для вас определенной новой информацией, а с другой стороны, в то время как вы получаете учение, я хотел бы, чтобы вы прочувствовали, обрели опыт этого учения. Я хотел бы, чтобы это учение превратилось для вас не просто в информацию, а в определенное лечение ума. В противном случае, когда я уеду, вы не будете заниматься лечением своего ума. В прошлые времена, когда тибетские мастера передавали учение, они удостоверались в том, что во время передачи учения также проходил бы процесс исцеления ума их учеников, чтобы они обретали более здоровый образ мышления, какой-то уровень здорового ума. И я хотел бы передавать вам учение, не просто как информацию, а чтобы вы слушали и приходили к такой убежденности: «Да, я хотел бы поступать именно так. Я хотел бы этому следовать». Чтобы в случае, если вы ошибетесь, вы не думали, что кто-то виноват в этом, а понимали свои ошибки и становились лучше. Я тоже так поступал, когда слушал учение Далай-ламы. Я не думал, что все ошибки, о которых говорит Далай-лама, совершил какой-то другой монах. Я понимал, что он говорит о моих ошибках, и обещал стараться быть лучше. Вы тоже делайте так. Тогда мой визит в Омск будет полезен, и ваше получение учения будет значимым.

Мне необходимо передавать учение с сильной любовью и состраданием. Это очень важно. Также я должен давать учение, которое было бы полезно для вас, а не просто то, что вас интересует. Также передавать учение в правильной последовательности. Это моя ответственность. Поэтому не ждите, что я передам вам учения какого-то очень высокого уровня, они не подходят вам в настоящий момент, но вам необходимо готовиться к ним. Кроме того, вам необходимо знать, как слушать учение. Это тоже очень важные знания. Вы можете использовать эти знания о том, как правильно слушать учение, и тогда слушание учения для вас станет невероятно полезным. Если какие-то знания вы не используете, тогда это бесполезные знания. А если какие-то знания вы на практике использовать не можете, то эти знания не очень важны. У вас много разных знаний, но почти ничего полезного, потому что эти знания не связаны с практической жизнью. Поэтому вам нужно научиться тому, как правильно слушать учение. В «Ламриме» объясняется, что необходимо слушать учение с шестью осознаниями и со свободой от трех недостатков сосуда. Раньше я уже объяснял эту тему и сейчас повторять не буду. Спросите у своих друзей, каковы шесть осознаний при слушании учения и каковы три недостатка сосуда. Или спросите у «Google», даст он вам правильный ответ или нет? Если он не даст вам на это ответа, значит, в «Google» еще нет такой информации. Поэтому кто-то из моих учеников должен разместить такую информацию. Она будет полезна для многих людей. Я нахожу «Google» полезным, там много нужного. Он может рассказать, что и как делать в отношении многих вещей. Но порой он не может найти никакого ответа на мой вопрос.

Итак, что я хотел бы сказать в этот раз? Когда у вас появляется интерес к развитию ума, к обретению здорового ума, в первую очередь вам нужно знать, что представляют собой позитивные состояния ума и что представляют собой негативные состояния ума, какие из них вам помогают, а какие вредят. Если вы этого не знаете, это очень опасно. В настоящий момент вы как ребенок в лесу сансары. Это сансара вашего ума. И в этой сансаре своего ума вы не знаете, какие состояния ума для вас полезны, а какие вредны. И вы, как ребенок, сразу используете любые состояния ума, какие только обнаруживаете. Чаще всего вам попадается яд, и у вас возникают проблемы. Для ребенка, заблудившегося в лесу сансары, самая важная информация состоит не в том, как построить красивый дом или как сбежать из этого леса, поскольку это очень большой лес, и невозможно покинуть его моментально. Самая важная информация – это не то, как сбежать, а то, какие фрукты ему следует есть, а какие не следует. То есть, как ему выжить. Так же и с вашим умом, какая бы мысль ни пришла вам на ум, вы сразу же используете ее и не проверяете, опасна она или нет. Это одна из самых больших ошибок вашей жизни. Из-за этой ошибки чаще всего у вас возникают проблемы, и чаще всего вам не хватает счастья. Я не необычный человек, мы с вами одинаковые. У меня есть знания, которые я получил у своего Учителя. Я знаю свой ум – какие мысли мне полезны, а какие не полезны. Я знаю это точно, на сто процентов. Если неправильный образ мыслей приходит ко мне в голову, я говорю ему: «Нет, уходи, ты мне не нужен». Это очень легко. Когда вы допускаете один раз негативное состояние, то потом становитесь зависимы от него, оно не уйдет. Многие люди говорят: «Геше-ла, я не хочу злиться, но приходится, я не могу избавиться от этого». Это становится болезнью, потому что здесь дебютная ошибка. Еще до того, как любые омрачения взяли верх над вами, вы можете их устранить, но как только они проявились, контролировать их будет уже очень сложно.

Поэтому в первую очередь очень важно понимать, что существует ум, отдельный от тела, и это является одной из самых важных вещей в вашей жизни. Этот субъективный ум переживает все. И все, что мы переживаем, также зависит от этого субъективного ума. И если этот субъективный ум здоров, то любое наше переживание будет счастливым. Это очень интересно. Когда наш субъективный ум болен, то у нас может быть красивый дом и золотые тарелки, но еда будет невкусной. Вы знаете это по опыту. Когда у женщины больной ум, что бы ни принес ей муж, все не так, ей не понравится даже самый лучший

подарок. Она плачет, потому что счастья нет. Муж предлагает ей и то, и это, но она уже ничего не хочет, только умереть. Это больной ум. Когда ум болен – счастья нет, чем бы вы ни обладали. Когда вы сделаете свой ум чуть-чуть более здоровым, то даже кусок хлеба будет для вас очень вкусным, даже если у вас пусто в кармане, и кроме хлеба вы не можете купить ни чая, ни молока. Это я говорю вам о моем опыте. Наше счастье очень сильно зависит от субъективного ума. Поэтому нам не нужно делать многое, достаточно сделать ум немного здоровым, тогда даже незначительные вещи смогут сделать нас счастливыми. А когда ваш ум болен, то даже «Бентли» в подарок вам не понравится, вы скажете, что это старая модель. И никакая шуба вас не устроит, даже самая дорогая, потому что ваш ум болен. Это на сто процентов так, по опыту.

Итак, что касается ума, о котором вы все переживаете, сделайте его более здоровым, и тогда любое ваше переживание станет счастливым. Вам не нужно ничего менять во внешнем мире, измените свой образ мышления. Недавно я на своем сайте опубликовал один совет: «Если вы постараетесь всю землю обтянуть кожей, вам не хватит на это кожи. Но если вместо этого вы кожей покроете ступни своих ног, это будет все равно, что покрыть всю землю кожей. Если вы постараетесь изменить все неблагоприятные условия, вам не хватит потенциала на то, чтобы осуществить это. Вместо этого измените свой образ мышления, сделайте его немного более здоровым, и это будет равносильно тому, что вы изменили все неблагоприятные условия». Поэтому сделайте свой ум немного более здоровым.

Только вы можете это сделать, никто вам в этом не поможет. Вы можете молиться день и ночь, но не может произойти так, что Будда просто щелкнет пальцами, и ваш ум сразу же станет здоровым. Это невозможно. Будда этого не может, бог не может, божества не могут, потому что это вы сами себе создали. Что они могут сделать? Они могут вам помочь. Поэтому Будда говорил: «Я укажу вам путь к освобождению, но идти по нему вам нужно самим». Будда может открыть для вас дверь к счастью, но вам самим нужно пройти через эту дверь. Он говорит: «Я не могу сделать это за вас. Вы сами должны». Поэтому вам важно понимать, что ваш ум, который все переживает, обладает невероятным потенциалом. И он называется «природа будды». С точки зрения потенциала и ваш ум, и ум Будды – совершенно одинаковы. Разницы нет. Почему тогда Будда познает все феномены, а вы обладаете лишь очень ограниченным познанием? Это происходит не из-за того, что ваш потенциал меньше, а из-за того, что загрязнения мешают вам видеть все эти вещи. Если вы устраните все эти загрязнения, то сможете очень легко познать все феномены, они для вас будут такими же очевидными, как кристалл на вашей ладони. У вас есть такой потенциал – понимать все феномены. Например, если говорить о вашем зрительном сознании, то у кого-то зрение лучше, а у кого-то хуже. Не потому что ваше зрительное сознание какое-то дефективное. Ваше зрительное сознание не хуже, чем у других людей – потенциал у всех одинаков. Почему тогда вы не можете видеть также ясно, как видят другие люди? Причина состоит в том, что у вас есть определенные дефекты органа зрения, но это не относится к сознанию. Если вы проведете операцию и устраните эти дефекты, то снова станете видеть очень ясно. Поэтому доктора не делают сильнее зрительное сознание, они просто устраняют дефекты органов зрения, и благодаря этому вы начинаете видеть более ясно.

Подумайте об этом, здесь раскрывается один очень тонкий момент. Потенциал вашего ума просто невероятен. В первую очередь вам нужно понимать, что ваш ум – это не мозг, так думают многие ученые, но это заблуждение. В наши дни многие ученые понимают, что должно существовать сознание отдельно от мозга. Сейчас уже обнаружено множество свидетельств, доказывающих это. И это очень хорошее открытие. Также очень важно знать, что ваше сознание существует с безначальных времен, и всегда будет продолжать существовать. Это знать очень важно. Тогда вы поймете, что ваша жизнь всегда будет продолжаться. Даже смерть – это не конец вашей жизни, а начало новой жизни. Тогда в

момент смерти вас не охватит паника, вы будете знать, что ваша жизнь продолжится. В момент смерти вы только потеряете тело, но найдете другое. Это как дом. Для одних людей уехать из дома, сменить место жительства – это просто кошмар! Вам нужно понимать, что попрощавшись с одним домом, вы окажетесь в другом, и это радость для вас. Вы говорите: «До свидания, старое тело. Здравствуй, новое». Поэтому в буддизме говорится о том, что не надо бояться смерти. Если вы не готовы к смерти, тогда это страшно. Но если вы готовы, то будете счастливы в этот момент.

В Америке доктора проводили множество экспериментов над пациентами. Они исследовали группу людей, которые верили в будущую жизнь, и группу людей, которые не верили в будущую жизнь. Сравнивали, как они умирают. Когда человек не верит в будущую жизнь, то в момент смерти его охватывает паника, он говорит: «А вдруг там что-то есть?» – он ни к чему не готов. Люди, которые верят в будущую жизнь, перед смертью немного боятся, а в момент смерти они спокойны, им не страшно, они умирают спокойно, потому что знают: смерть – это не конец. Научно доказано, что большинство людей, верящих в будущую жизнь, умирают спокойно. Даже если будущей жизни нет, вы все равно верьте, что будущая жизнь есть, вы сможете умереть очень спокойно. Но если рассуждать логически, то невозможно, чтобы наша жизнь полностью остановилась, жизнь все время продолжается. По-другому невозможно. Эта чашка, сколько бы я ни дробил ее на мелкие частицы, все равно каждая частица продолжит существование. Дигнага использует такую логику. Он говорит, что вы можете раздробить эту чашку на мелкие кусочки, потому что есть причины, которые могут измельчить ее. Таких причин много. Но если говорить о потоке всех мельчайших частиц, то нет такой причины, которая остановила бы этот поток. Даже самая сильная энергия не может остановить продолжение существования частиц. Можно немного повлиять на них, но остановить продолжение невозможно. Поэтому Дигнага говорит, что все частицы будут продолжаться всегда. Это открыл Будда две с половиной тысячи лет назад.

В наши дни ученые также пришли к открытию закона сохранения массы и энергии и поэтому говорят о том, что полностью уничтожить что-либо невозможно, все продолжает существовать. В буддизме говорится, что эта логика относится не только к материи, но и к уму, поэтому поток ума всегда продолжает существовать. Это очень сильная логика. Сначала доказано в отношении материальных вещей – они всегда будут продолжаться, их невозможно остановить. Затем точно также логика Дигнаги доказывает, что и продолжение нашего ума остановить невозможно, он всегда будет продолжаться. Для меня это стопроцентное доказательство существования будущей жизни. Мне не нужно объяснять, что наука открыла клетки и все это в итоге объясняет будущую жизнь. Для меня это детские объяснения. Буддийская логика для меня самая сильная. Жизнь всегда будет продолжаться. Например, ученые проводили эксперимент, постоянно делили материальные частицы и пришли к открытию, что неделимых частиц не существует. Делили, делили, повышали нагрузку, потом стало понятно, что, сколько бы еще ни делили, этот процесс никогда не закончится. Поэтому они говорят, что неделимых частиц нет. В буддизме нет необходимости проводить такие опыты. Две с половиной тысячи лет назад уже было известно, что неделимых частиц не существует.

Каким образом доказывалось то, что нет неделимых частиц? Логика очень проста. Открытые глаза – вот эта логика. Итак, логика используется следующая: если гипотетически предположить, что неделимая частица есть, то есть ли у этой неделимой частицы верхняя часть и нижняя часть, правая часть и левая часть? Если у нее есть верхняя часть, нижняя часть, правая часть и левая часть, тогда это уже не неделимая частица. Верхняя часть не касается нижней части, нижняя часть не касается верхней, поэтому она уже не является неделимой. А если у нее нет верхней части и нижней части, правой части и левой части, тогда она не существует. Очень простая логика. Науке требуется очень много времени для

того, чтобы прийти к определенным открытиям, потому что они используют не логику, а только то, что могут наблюдать глазами. Поэтому и для науки, и для современного образования очень важно использовать логику. В прошлые времена на изучение логики делался определенный упор, а в наши дни и в школах, и в университетах делается гораздо меньший упор на изучение логики – это большая ошибка.

А сейчас вернемся к теме. Потенциал вашего ума такой же, как у Будды, он существует с безначальных времен, и всегда будет продолжать существовать. Когда вы станете буддой, все равно ваш ум продолжит существовать, ваша жизнь не закончится на этом. Никогда не закончится. Что такое состояние будды? Это состояние безупречного ума, безупречно здорового ума. Это называется состоянием будды. А что такое сансарическое состояние ума? Это состояние больного ума. До сих пор наш ум был сансарическим и больным. Если мы чего-то не сделаем, то невозможно, чтобы как-то автоматически сам собой ум стал здоровым. Это невозможно. Шантидева говорит, что нам необходимо прикладывать усилия, сам по себе ум здоровым не станет, до сих пор он сам собой здоровым не стал, и чтобы в будущем он сам по себе стал здоровым – это тоже невозможно. Поэтому, если вы хотите светлого будущего, то для вас самое важное – сделать свой ум здоровым. Теперь, как этого добиться?

В первую очередь вам необходимо проанализировать свой ум. Проанализировать свои негативные состояния ума, проанализировать свои позитивные состояния ума и прийти к одному очень важному решению. И благодаря этому важному решению у вас в уме произойдет маленькая революция. Это будет первым шагом к прогрессу вашего ума. Если вы не совершите революцию в своем уме, то никогда не добьетесь прогресса, а всегда будете оставаться рабами своих негативных состояний ума. До сих пор мы страдаем, потому что являемся рабами своих омрачений. С одной стороны мы больны, а с другой стороны мы являемся рабами своих омрачений. Почему? Потому что, например, никто не хочет злиться, но вы без всякого выбора начинаете злиться, и это ясный знак того, что вы являетесь рабом своих омрачений. И эту систему можно изменить, избавиться от рабства, если вы совершите революцию в своем уме.

Слово «революция» впервые объяснил Будда. Речь шла не о какой-то внешней революции, речь шла о внутренней революции. Если вы не исследуете свой ум, какова в нем система, что представляет собой негативное состояние ума, позитивное состояние ума, как все это функционирует, то вы никогда не сможете совершить революцию в своем уме. А если в вашем уме не произойдет маленькая революция, то, какое бы учение я вам ни передавал, оно будет оставаться у вас лишь на поверхностном уровне, и не окажет на вас особого эффекта. Когда я получал учение от Его Святейшества Далай-ламы, в моем уме произошла небольшая революция, каждое слово стало для меня очень драгоценным. Эти слова нельзя забыть. Я видел, как некоторые люди спят, в то время как Далай-лама говорит что-то важное. У них что, не произошло революции? Я не говорю, что я святой человек. Мне кажется, что Далай-лама говорит что-то важное, потому что внутри произошла небольшая революция. И среди моих учеников ситуация такая же. У некоторых моих учеников произошла революция в голове, и каждое мое слово для них становится очень драгоценным.

Для вас это учение о том, как медитировать. Медитация не означает, что вы обязательно должны сидеть в такой строгой позе, вы очень много занимаетесь негативной медитацией, почему же вы не можете заняться позитивной медитацией? Когда вы смотрите телевизор, и, например, кто-то к вам заходит и говорит: «А Таня про тебя сказала то-то и то-то», – вы сразу же начинаете медитировать. Вы не говорите, что телевизор вам мешает, вы уже не видите телевизор, у вас очень хорошая концентрация: «Таня сказала то-то и то-то, а два года назад еще говорила то-то и то-то. Люба тоже не лучше, она тоже вместе с Таней про меня так сказала». Вот так вы думаете при медитации. Дети туда-сюда бегают, но дети вам не

мешают, когда вы делаете негативную медитацию. Вы даже не заметите их. И затем у вас наступает реализация. Ваше лицо становится красным, от головы идет дым. Так вы занимаетесь негативной медитацией. Не говорите мне, что у вас нет времени на медитацию, иногда вы всю ночь можете так медитировать и даже не поспите, как полагается. Всю ночь можете думать, думать, медитировать, потом смотрите – четыре часа утра! Вот какая долгая медитация! И если утром нужно делать что-то полезное, то вы устали, всю ночь не спали, делали негативную медитацию.

Весь этот негативный образ мышления в первую очередь лишает вас покоя и всех окружающих людей делает несчастными, зачем же прибегать к нему? Я обучу вас простым медитативным техникам, которые вы сможете использовать в повседневной жизни, и для этого нет необходимости сидеть в позе для медитации. Что касается слова «медитация», то ему в наши дни придают какое-то мистическое значение, но на самом деле это неточный перевод. По-тибетски слово «медитация» звучит «гом». «Гом» означает освоение, привыкание. Здесь нет ничего мистического, это простое привыкание к чему-то. Я не знаю, что на самом деле означает слово «медитация», откуда вообще возникло это слово. Когда я говорю «медитация», то у вас сразу же появляется такой образ определенной позы, вы думаете, что именно поза – это медитация. То есть, человек должен сидеть в позе, не кушать, не гулять, закрыть окна и двери. Это не медитация. Некоторые русские люди сидят так по четырнадцать часов, а их ум при этом гуляет повсюду – это не медитация. Человек сидит и думает, что должен сидеть так еще долго, а если не сможет просидеть, то получится плохая медитация, поэтому он все это делает. Это детская игра, а не медитация.

Вы не должны связывать слово «медитация» с длительным сидением в строгой позе, иначе вы скажете, что у вас нет времени на медитацию. Медитация означает «освоение». Освоение чего? Что касается негативного образа мышления, то нам его осваивать не нужно, мы профессионалы в области негативного мышления, нам его достаточно. Чего у нас нет – это позитивного образа мышления, здорового образа мышления. Приучать себя к позитивному образу мышления – это называется медитация. Этим вы можете заниматься двадцать четыре часа в сутки. Сутки ни о ком не думать плохо – это тоже медитация. Сутки никого не ругать – тоже медитация. Даже просто не совершать неправильных поступков, отказаться от неправильных привычек – это тоже медитация. Так приучайте себя к позитивному образу мышления, это называется медитацией. Для этого вам необходим богатый материал для размышления и анализа. Чем больше вы анализируете такой богатый материал, чем глубже вы уходите, тем скорее это становится философией. Философия – это не какие-то сложные слова, которые и вас запутывают, и запутывают других людей. В этом случае это не философия. Философия начинается с простых вещей – это простые объяснения, которые раскрывают для вас истину. Вначале начните с простого понимания истины. Затем используйте эту истину, и тогда станете невероятно счастливыми. Цель духовного наставника – передать вам богатый материал для размышления, а вы далее обдумываете этот богатый материал, это будет называться медитацией. Даже в настоящий момент, когда вы меня слушаете – это тоже медитация. Вы приучаете себя к позитивному образу мышления. Поэтому вы сейчас видите, что ваш ум расслаблен и находится в покое. И лицо тоже сияет. Это реализация.

Стоит вам подумать о каком-то нездоровом положении, сразу ваше лицо краснеет, от головы начинает идти дым – это другая реализация, потом вы падаете в припадках, делаете сами себя некрасивыми. Дело в том, что в вашем уме существует два вида состояний: это негативное состояние ума и позитивное состояние ума. В первую очередь очень важно для себя открыть, что представляют собой негативные состояния ума, какова их причина, какова их сущность и какова их функция. Далее, когда вы это поймете и обретете убежденность в этом, в вашем уме произойдут очень большие перемены. И это называется реализацией. Маленькой реализацией. Ровно настолько вы обретете покоя. Тогда вы поймете, что даже

при том, что вы уменьшили омрачения лишь немного, вы обрели такое состояние покоя, умиротворения, а если вы устранили их полностью, то результат должен быть просто невероятным. Вы думаете, как хорошо жить с полностью здоровым умом. И если вы постоянно желаете обрести такое совершенно здоровое состояние ума, то это называется отречением. Это лучшая забота о себе. В буддизме не говорится, что вам не нужно о себе заботиться, вам нужно заботиться о себе именно таким образом, а все остальные способы заботиться о себе очень глупые. Это не настоящая забота о себе, а мирской образ мышления. Такой образ мышления не заботится о вас, а вредит вам на самом деле.

Итак, в первую очередь я объясню вам, какова причина ваших негативных состояний ума. Если ученые хотят исследовать какой-то продукт, полезен он или вреден, то в первую очередь они проверяют, из какой причины он возник, из каких компонентов. Далее они исследуют его сущность. Затем проверяют, какова функция этого продукта, и к какой реакции приведет использование этого продукта. Так они приходят, например, к такому выводу, что это плохой продукт, очень опасный, поэтому не нужно его есть. Это стопроцентное доказательство. И точно также две с половиной тысячи лет назад Будда анализировал наши негативные состояния ума. Он говорил, что в первую очередь вам нужно исследовать причину своих негативных состояний ума, второе – проверить сущность негативных состояний ума, и третье – их функцию.

Причина ваших негативных состояний ума. Дигнага говорил: «Нет ни одного негативного состояния ума, которое возникло бы из достоверного состояния ума, поэтому все негативные состояния ума возникают из ошибочных состояний ума». Если проявилось негативное состояние ума, то это на сто процентов какое-то недопонимание. Поэтому все ваши негативные состояния ума возникают из-за недопонимания или ошибочного понимания. Но вы при этом думаете, что у вас есть очень хорошие основания на то, чтобы гневаться.

Когда муж ругает жену, я обычно начинаю разговор с вопроса: «Почему ты злишься?» Муж отвечает: «Геше-ла, у меня есть очень веская причина злиться на жену!» И называет одну, другую причину. Если разобраться, то в этих обвинениях нет ни одного факта, все они ошибочны. И жена также скажет: «Геше-ла, у меня есть очень хорошие основания злиться на моего мужа», – и перечислит эти основания, но на самом деле окажется, что все они преувеличены. Если я кошку ударю палкой, то кошка разозлится на эту палку. Она подумает, что у нее есть очень хорошие основания злиться на эту палку, и укусит ее. Почему она так думает? Потому что полагает, что именно эта палка вредит ей напрямую, поэтому палка виновата. Кошка не видит того, что этой палкой орудует человек, поэтому она разозлится на эту палку. Здесь присутствует недопонимание. Вы немного умнее такой кошки, но все равно очень похожи на нее, хотя и не кусаете палки. Если вы на кого-то начинаете злиться, то все равно ведете себя, как эта кошка, и не понимаете того, что этим человеком движут его омрачения. Он сам беспомощен. И он сам является первой жертвой своих омрачений. Если у вас есть все эти знания, тогда нет основы для гнева.

Я раньше легко злился, но теперь, когда я узнал все это, даже если на меня кричат, у меня не возникает гнева. Потому что я не кошка. Я стал думать о том, как мне жалко того, кто злится, как его мучают омрачения. Сначала омрачения мучают его, потом он говорит мне плохие слова, а мне они не причиняют боли, больно только ему самому. Мне жаль его, но мой ум спокоен. Не потому, что я святой человек, а потому что мой ум чуть-чуть открыт. У меня нет основы для злости, а у этого человека есть основа для гнева. Его злые слова – очень хорошая основа для моей любви и сострадания, потому что ему не хватает счастья, он страдает. У меня нет объекта для гнева.

Если вы очень ясно поймете всю эту взаимозависимость, то у вас не останется причин для злости на какого-либо человека. Причин не будет, потому что не будет недопонимания. Если вы все видите ясно, то почувствуете сострадание. В настоящий момент у вас возникает гнев, потому что нет ясного понимания. Из-за такого недопонимания проявляется гнев. Поэтому Будда говорил, что причина всех омрачений – это ошибочное состояние ума. В наши дни ученые также исследуют этот вопрос и говорят о том, что, когда человек начинает злиться, он на восемьдесят процентов преувеличивает и не видит объективно, а на двадцать процентов его гнев имеет основание. Буддизм говорит, что это не так, человек все преувеличивает на сто процентов.

Далее ученые также говорят, что если кто-то испытывает привязанность, это тоже на восемьдесят процентов преувеличение. Шантидева говорит, что это стопроцентное преувеличение. Нет ни одного реального объекта красоты. Шантидева говорит, что если рассматривать причину красоты, то это тридцать семь загрязненных, нечистых субстанций, из них состоит человеческое тело, как оно может быть красивым? Красоты нет. Поэтому, красив объект или нет, зависит от того, с какого расстояния вы на него смотрите. Все относительно. Если вы посмотрите на объект издалека, то для всех он будет выглядеть одинаково, как маленькая точка. Бабушка это, девочка или «мисс мира» – все они одного размера, разницы нет. А если вы посмотрите на объект слишком близко, то тоже разницы не будет – бабушка это, молодая девушка, или «мисс мира». У них у всех одинаковая кожа. Если вы посмотрите на нее через микроскоп, то увидите, что по ней бегают множество насекомых. Какая там красота? Это раскрывает ваши глаза. Это правда. Когда женщины накладывают косметику, они накладывают ее не на свою кожу, а именно на этих насекомых, которые потом такие окрашенные бегают туда-сюда.

Что такое красота? Красота существует, но при этом она очень относительна. Во-первых, вы не должны смотреть со слишком большого или слишком близкого расстояния. Кроме того, этот человек должен стоять в правильной позе, и вы также должны смотреть под правильным углом. По этому принципу работает фотокамера, она не слишком далеко, не слишком близко. Фотограф говорит, как правильно сидеть, выбирает, как лучше, и находит нужный ракурс. А вы смотрите на это фото девушки и думаете, что она всегда выглядит так. Потом говорите, что не можете без нее жить, умрете без нее. Это иллюзия. Я сейчас говорю с точки зрения мужчин. Но если говорить с точки зрения женщин, то можно сказать то же самое об их отношении к мужчинам.

Если мы знаем реальность, то не потеряемся в каком-то одном случае. В настоящий момент у вас нет таких фиксированных идей в своем уме, но при возникновении маленького условия у вас может появиться такая фиксированная идея, и это будет очень опасно. Тогда вы сойдете с ума. Многие мужчины сходят с ума, когда видят женщин. Они начинают постоянно думать об одной из них, повторять ее имя, не могут спать. Обыватели называют это романтикой, но это вовсе не романтика, это сумасшествие. Но романтика существует. Например, история Ромео и Джульетты. Такая чистая любовь друг к другу, что ради счастья другого они готовы жертвовать своей жизнью. Вот это романтика.

В наше время нет такой романтики. «Если ты меня любишь, то и я тебя люблю», – это не настоящая романтика. Романтика – это полная забота о другом человеке, готовность сделать что угодно ради его счастья. Чистая, искренняя любовь друг к другу. Настоящая романтика может быть только в отношении к другому человеку. Эгоистичному человеку романтика не нужна. Но когда человек богат внутри сильной любовью и состраданием, он может быть романтиком, может быть счастлив только заботой о другом, когда другой счастлив. Жертвовать своим счастьем ради счастья других людей – это нелегкая романтика для чистых бодхисаттв. Только бодхисаттвы могут быть настоящими романтиками, когда они любят.

Теперь сущность ваших омрачений. Вам нужно понимать, что у всех ваших омрачений, у зависти в том числе, нет основы. У зависти нет основы, это проявление тупого ума. Например, совершенно незнакомый вам человек, Березовский в Англии, купил машину. У вас вообще не возникнет зависти, потому, что он далеко и никак к вам не относится. Но если близкий вам человек, который не раз вам помогал в жизни, купил машину, то вы завидуете. Это тупой ум! Если хотите завидовать, завидуйте Березовскому, он машину купил, а вам никак не помогает! Если ваш друг купил машину, то вы можете иногда вместе с ним ездить в этой машине, это ваша общая машина в этот момент. Завидовать в этом случае – это проявление тупого ума. Он заплатил деньги, а я несколько не потратил, но мы пользуемся машиной вместе. Я рад, очень хорошо. Надо радоваться, а тупой ум завидует. Совершенно ясно, что нет основы для зависти. Если окружающие вас люди обретают больше, то и вы от этого тоже обретаете больше. Они стали богатыми, и вам от этого тоже хорошо, вы можете пойти к ним обедать. А если везде только бедные, то некуда пойти, нечего поесть. Поэтому, когда ваши близкие, родственники или соседи что-то купили, вам следует быть счастливыми и радостными от этого. Зависть происходит от тупого ума – это очень явно.

Я не даю сейчас глубоких объяснений, это все очень простые вещи. Если вы даже их не сможете понять, тогда, как же вы сможете понять теорию пустоты? Это все очень ясно. Когда мои друзья, родственники что-то покупают, для меня это хорошие новости, я рад. Пожалуйста, думайте так же. Другого выбора нет. Я не стану счастлив, если они потеряют машину. Если они потеряют, то и я тоже потеряю. Если у них долгое время будет машина, то и у меня она тоже будет все это время. Он думает, что машина – его, но это наша машина. Богатые русские тоже думают, что это мое, но это – наше. Раньше русский царь думал: «Это мои территории». Хотя он так думал, теперь он умер, а эти территории – наши. Это все не может принадлежать одному человеку. Поэтому, какой бы сильный русский человек не считал, что все принадлежит ему, все равно это наше. Некоторые говорят, что у Путина очень много денег, но я говорю, что это не имеет значения, это все равно наши деньги. Деньги Березовского – это не наши деньги, они ушли в Англию. А если у Путина много денег, то пока он в России, деньги тоже не уйдут за границу, это наши деньги. У него нехорошее отношение к Европе и к Америке, поэтому он всегда будет в России. Поэтому нет никакой зависти к его деньгам – это наши деньги, нам это выгодно. Думайте таким образом, это здоровый образ мышления. Совершенно ясно, что, когда вы расстраиваетесь из-за счастья других людей, это очень болезненное состояние ума. Зависть – это очень больной ум, поскольку основы для зависти нет. Подумайте, как же я могу быть несчастлив, если счастливы другие люди? Если я все же несчастлив от этого, то какой же у меня больной ум! Когда вы не анализируете это, то кажетесь себе хорошим, даже святым человеком. В этом случае вы не поймете, как вы ненормально думаете. Чужие люди стали немного счастливее, они столько страдали, а сейчас они стали чуть-чуть счастливее, а вы уже не можете это стерпеть. Как же вы тогда обещаете, что будете помогать людям? Поругайте себя немного, и ваш ум станет более здоровым. Обязательно нужно себя ругать.

Далее – сущность ваших омрачений, которые вы постоянно используете, думая, что таким образом вы решите проблемы и обретете счастье. Что касается ваших состояний ума, то у вас есть очень много позитивных состояний ума, но вы их не используете, а используете только негативные состояния ума в повседневной жизни. А когда занимаетесь духовной практикой, тогда открываете ящик с позитивными состояниями ума и немного используете их. И даже в этом случае вы их не используете эффективно, а просто достаете их из этого ящика, посмотрите на них немножко и кладете обратно. А затем открываете ящик с негативными состояниями ума и начинаете использовать их в повседневной жизни. Это ошибка. Даже человек, который дает учение, тоже так поступает. Учит хорошему, как следует поступать, как не следует, а дома становится совсем обычным человеком. Это неправильно и для учителя, и для ученика. Поэтому я как учитель должен быть очень

осторожен и не должен использовать негативные состояния ума, а должен использовать только позитивные состояния ума. Вы, мои ученики, тоже должны быть очень осторожны. Мы это пообещаем друг другу. Я обещаю вам, что я буду стараться жить в соответствии с тем, о чем я вам говорю. И вы тоже обещайте мне, что будете жить в соответствии с тем, что услышите от меня. Тогда и я буду развиваться, прогрессировать, и вы будете прогрессировать.

Я передаю учение в России уже более двадцати лет и чувствую, что за это время я добился огромного прогресса, потому что я стараюсь жить в соответствии с тем, о чем я учу. Если я учу каким-то качествам, которыми не обладаю сам, то я стараюсь развить эти качества. В противном случае мое учение не будет истинным учением. Подготовить истинную речь очень трудно, а подготовить красивую речь очень легко. Однажды одна женщина попросила Махатму Ганди: «Пожалуйста, скажите моему ребенку, чтобы он перестал есть шоколад». Махатма Ганди подумал и сказал: «Хорошо, приходите через две недели, я скажу ему». Когда они пришли через две недели, Махатма Ганди взглянул на этого ребенка и сказал: «Дитя, не ешь шоколад, это вредно для твоего здоровья». И он сказал: «Ну, все можете идти». Мать была просто в шоке. Она такие же слова говорила своему ребенку постоянно, без всякой подготовки. Зачем же Махатме Ганди понадобилось две недели, чтобы сказать это? Но после этого случая ребенок, действительно, перестал есть шоколад. Она была вновь поражена. Спустя месяц она пришла к Махатме Ганди и сказала: «У меня к Вам есть два вопроса. Первый вопрос: почему такому великому философу, как Вы, понадобилось две недели, чтобы подготовить слова, которые я все время говорю своему ребенку? И второй: после того, как Вы сказали ему не есть шоколад, он действительно перестал есть шоколад. Почему?» Махатма Ганди ответил: «Когда вы меня попросили сказать вашему ребенку – не есть шоколад, в то время я сам ел шоколад, как же я мог сказать ему – не есть шоколад, если я сам ел шоколад?» Эту историю нужно знать депутатам. «И на две недели я перестал есть шоколад, чтобы подготовить речь истины». Махатма Ганди сказал, что подготовить красивую речь не очень трудно, а подготовить истинную речь очень трудно. «Поэтому, чтобы произнести такую короткую фразу, я на две недели перестал есть шоколад. И ваш ребенок перестал есть шоколад не потому, что мои слова были очень красивыми, а благодаря силе истины. Потому что то, о чем я говорил, было основано на истине, и сила истины помогла ему перестать есть шоколад».

Иногда родители сами курят и пьют, а детям говорят не курить и не пить. Дети не слушают. Они не будут слушать, потому что эти слова неискренние. Здесь есть противоречие между тем, о чем вы говорите, и тем, как вы поступаете. И поэтому духовному наставнику тоже нужно быть очень осторожным, иначе возникнет противоречие между тем, что он говорит, и тем, что он делает. Поскольку я без всякого выбора по направлению Его Святейшества Далай-ламы приехал в Россию и передаю учение, то, хотя у меня нет квалификации, я должен делать себя квалифицированным до определенной степени, чтобы передавать учение. Поэтому я стараюсь жить в соответствии с тем учением, которое даю вам, и для меня это очень полезно. И вы тоже, когда слушаете учение, скажите: «Я буду жить в соответствии с тем, о чем говорю», и тогда будет прогресс. Но не беспокойтесь, я не скажу вам делать что-то совершенно недостижимое, вы сможете легко все это претворить в жизнь. Поэтому каждый раз говорите: «Я буду поступать так, я буду поступать так, Учитель сказал мне этого не делать, поэтому я этого не буду делать». Это называется преданностью Гуру. Преданность Гуру – это не когда во время моего приезда вы складываете руки, кланяетесь, говорите «Геше-ла» и дотрагиваетесь до моих ног. Мне это не нравится. У меня такой характер, когда люди слишком меня уважают, мне неудобно. Если вы делаете то, что я говорю, и живете, согласно моим советам, это называется преданностью Учителю. Это полезно для вас.

Теперь сущность омрачений. В первую очередь, сущность ваших омрачений в том, что это глупость. Мы не знаем, что это глупость. Но это по-настоящему очень глупое состояние ума. Посмотрите «Дом-2». Когда у этих людей наступают омрачения, то посмотрите, как глупо они себя ведут, чужие ошибки видеть очень легко. Когда возникают омрачения, вы становитесь глупыми, они тоже становятся глупыми, вы очень ясно это видите. Они сидят в этом доме, у них есть еда, есть деньги, все есть, но проблемы приходят на пустом месте. Если люди плачут оттого, что у них что-то болит, тогда есть причина для того, чтобы плакать. В «Доме-2» люди плачут на пустом месте, а потом говорят, что жить не могут. Это происходит из-за того, что они используют негативные состояния ума, поэтому становятся глупыми.

Когда вы сидите в самом отличном и красивом доме, в один момент может прийти негативное состояние. Вы думаете, что все неинтересно, вы ничего не хотите. Негативное состояние разрушает ваш покой. Причину для несчастья можно найти на пустом месте. Муж и жена спокойно сидят, в гармонии, но к жене приходит негативное состояние, она находит на пустом месте причину для несчастья. Муж начинает ругать ее в ответ, обвинять. На пустом месте возникло что-то из области фантазии, потому что ум тупой. Когда к мужу приходят омрачения, он тоже находит причину: «А давным-давно, десять лет назад ты на кого-то смотрела. Почему ты так смотрела?» Это тупой ум, это неправильно. Как потом сохранить покой и гармонию? Стараются, сохраняют отношения, а потом снова: «Ты пять лет назад смотрел в ту сторону, а потом вспоминал ту девушку!» Подумайте над своими вопросами. Кто делает вас глупыми? Вам нужно понимать, что ваши негативные состояния ума делают вас глупыми. Поэтому иногда вы глупые, но иногда вы неглупые. Но если вы ведете себя глупо, то я на сто процентов точно могу сказать, что вы находитесь под влиянием негативных состояний ума. Люди по природе не являются плохими. Под влиянием негативных состояний ума они ведут себя плохо, а под влиянием позитивных состояний ума ведут себя хорошо и меняются, как погода. Поэтому психологи говорят, что женщины переменчивы, как погода.

Все, у кого есть омрачения, до какой-то степени шизофреники. Я могу сказать вам, что вы тоже процентов на восемьдесят шизофреники. Если вы станете шизофрениками на сто процентов, тогда я скажу, что помочь вам не могу, и в первую очередь вам нужно обратиться в психиатрическую больницу. Там вас сделают чуть-чуть более нормальными. И тогда в остальном я смогу вам помочь. Поэтому вам нужно понимать, что вы на восемьдесят процентов шизофреники, а некоторые люди, может, на семьдесят. Вы сами можете понять, какова стабильность вашего ума. Если у вас баланс пятьдесят на пятьдесят, то есть в жизни вы переживаете на пятьдесят процентов негативные эмоции, а на пятьдесят процентов позитивные эмоции, тогда вы шизофреники на пятьдесят процентов. Шизофрения – это раздвоение личности, то есть, когда вы находитесь под влиянием негативных состояний ума, вы как бы одна личность, а под влиянием позитивных состояний ума – уже другая личность. У вас есть два лица.

Вы не должны говорить: «Я видел его истинное лицо». Истинного лица нет, есть ненормальное лицо. Когда кто-то начинает злиться, то вы говорите, что видели его истинное лицо – оно такое гневное, такое черное. Это неправильно. Это демоны. Если в Омске идет дождь, то нельзя сказать, что это истинное лицо омской погоды. Сегодня может идти дождь, а завтра светить солнце, и наоборот. Нельзя из-за плохой погоды считать, что Омск – это кошмар, потому что погода меняется.

Сущность омрачений – это глупость, потому что как только они у вас возникают, вы становитесь глупыми. Как это происходит? Однажды один мужчина спросил у женщины, кто умнее, мужчина или женщина? Женщина ответила: «Конечно, женщина умнее». Он спросил: «Почему?» Она сказала: «Вы видели хотя бы одну женщину, которая сказала бы,

что у какого-то мужчины красивые ноги и потеряла бы голову из-за этого?» Ни одной такой женщины нет, а мужчин таких полно. Это тоже хорошая логика. Это означает, что когда мужчины привязываются, они становятся глупыми. Потом одна женщина спросила у мужчины, кто умнее, мужчина или женщина. Мужчина сказал: «Конечно, мужчина». Она спросила: «А почему?» Он сказал: «Ну, а вы видели хотя бы одного мужчину, который бы целый час смотрелся в зеркало?» Таких мужчин нет. Это показывает, что слабость женщин в привязанности к своему телу, а слабость мужчин в привязанности к телам других. Поэтому женщины сходят с ума, когда видят зеркало. А мужчины сходят с ума, когда видят женщину. Это слабость.

Итак, как только у вас возникает привязанность или любое другое омрачение, вы становитесь глупыми. А когда вы становитесь глупыми, в этот момент другие люди смогут вас обмануть. Поэтому аферисты понимают, что если у человека вызвать омрачения, тогда его можно обмануть. Невозможно обмануть человека, который не имеет омрачений, как Будда. Будда не захочет получить ни сто рублей, ни двести. Аферисты говорят вам, что из ста рублей можно сразу сделать двести, а из тысячи вы на следующий день получите две тысячи – у вас сразу большие глаза: «Неужели так можно?!» Аферисты скажут вам, что если вы сейчас отдадите деньги, то завтра сами убедитесь, что сумма увеличится вдвое. Вы отдаете свои деньги, и аферисты исчезают с вашими деньгами. Если все аферисты в мире станут уговаривать Будду, он все равно откажется, что бы ему ни пообещали. Будда лучше отдаст что-то свое, уступит свое место, если кому-то не хватило.

Увидимся с вами завтра. Когда вы вернетесь домой, это будет вашей темой для медитации, обдумайте ее, проанализируйте. Не думайте о том, кто и что вам сказал. Будьте как философы, думайте о том, что и почему сказал Будда. Думайте так, и ваш сон будет спокоен.