

Я очень рад всех вас здесь, сегодня видеть в мой второй день учений в Новосибирске. Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией сделать свой ум здоровым, с мотивацией укротить свой ум. Когда вы получаете учение, в это время старайтесь немного укротить свой ум и сделать свой ум более здоровым. Для этого очень важно каждый раз, когда вы хотите сделать свой ум более здоровым, следовать определенным правилам. Это очень важно.

Если вы по-настоящему хотите добиться успеха в укрощении ума, в оздоровлении ума, то вам очень важно следовать этим правилам. Есть такие пять правил. Они являются своего рода нравственностью, этикой. В любой области, в том числе и мирской, если вы хотите чего-то достичь, то вам нужно следовать определенным правилам. Если вы будете вести себя как собака – не иметь никаких правил, то я могу сказать вам, что в своей жизни вы ничего не достигните. Почему снежный лев достигает всего желаемого? Потому что у него есть определенные правила, он не отвлекается на какие-то мелкие куски мяса по сторонам, а идет к своей цели и таким образом достигает всего. Есть, в том числе, и такая русская поговорка «бесплатный сыр бывает только в мышеловке». Это о том же самом. В мирской области правила очень важны, а в духовной области они совершенно необходимы. Еще важнее.

Вам нужно внимательно послушать это, и если вы считаете меня своим Духовным Наставником, то следуйте этим пяти правилам. Не думайте, что я сейчас назову такие правила, что вам полностью запрещается есть, или например, вообще не разрешается никуда ходить, все время сидеть в своей комнате. Это не так. Что касается пяти правил, то они относятся к вашим дурным привычкам, чтобы вы их не поддерживали. У вас есть много дурных привычек. Некоторые не так опасны, но в отношении самых опасных дурных привычек я говорю, что этого делать не надо. Если я скажу вам убрать все дурные привычки, то вы тоже не сможете этого сделать. Я говорю о таких правилах, которые возможны, например, для такого ленивого человека, как я. Вы точно сможете им следовать.

Первое правило для развития ума. Если вы по-настоящему хотите добиться хорошего развития ума и если по-настоящему хотите изменить систему в своем уме, тогда вам надо сосредоточиться на системе своего ума. Что вам мешает? Это то, что вы лезете в чужие дела. Поэтому правило номер один: никогда не лезть в чужие дела. Так, чтобы люди ни делали, о чем бы они ни думали, это их дела и это не ваше дело. Никогда не стремитесь судить других людей. Это очень опасно. Будда говорил: «Только я, обладающий ясновидением, могу судить других, вы же старайтесь других не судить, поскольку есть опасность накопить тяжелую негативную карму». Для вашего развития ума, то, кем они являются, это неважно. В царстве своего ума вы являетесь таким «царем», а что касается других людей, то это как отдаленные планеты Марс и Юпитер. Если вы ничего о них не знаете, то это ничего страшного, поскольку они не связаны с царством вашего ума. Во сколько часов они утром встают, что они утром кушают, что они делают ночью? Это не ваше дело. Пусть они делают, что хотят. Потом вы звоните друг другу и спрашиваете: «Что он сказал обо мне?» – «Он так сказал» – этого вообще нельзя делать.

В особенности в Дхарма-центре нужна гармония, чтобы не было никаких сплетен. Я создал этот Дхарма-центр не в качестве политической партии, а как Центр для развития ума. У всех моих учеников есть равные права использовать этот Центр. Нет различия между старыми учениками или новыми учениками – у всех учеников одинаковые права.

Итак, первое правило – не вмешиваться в дела других людей. От этого вам еще лучше, еще выгоднее. Если вы не будете интересоваться тем, что делают другие люди, чем они занимаются, то это даст вам больше времени для того, чтобы сосредоточиться на своем

собственном уме и своем развитии. Например, я не думаю о том, что люди обо мне говорят, что они обо мне думают. Я занимаюсь своими делами, развиваю свой ум, спокоен. Мне не о чем волноваться. Я знаю, что из-за того, что они обо мне говорят, у меня беды не будет. У меня будет беда, когда мой ум становится хуже. Тогда беда. Если ум здоровый, наоборот, когда о вас говорят плохо, еще лучше. Поэтому все великие мастера прошлого говорили: «То, кем вы являетесь, это важно, а что о вас думают, что о вас говорят, это неважно». Самое главное, молитесь: «Пусть я буду полезен. Пусть, куда бы я ни отправился, я везде буду приносить мир и гармонию и пусть я смогу помогать другим». Вам нужно также помнить, что вы здесь гости лишь на несколько дней. Кто знает, что наступит раньше – завтрашний день или следующая жизнь?

Вы гости на несколько дней или на несколько лет на этой планете Земля, в особенности здесь, в Новосибирске. Может быть, здесь, когда вы сейчас встречаетесь с людьми, это ваша последняя встреча с ними. Зачем же расставаться с ними, оставляя плохие воспоминания? Поэтому, куда бы я ни пошел, я думаю: «Наверное, это моя последняя встреча». Когда я так думаю (это хорошая стратегия), то даже на того человека, который на меня злится, мне невозможно разозлиться в ответ. Это как наша последняя встреча. «Это моя мама, много жизней она была моей мамой, очень доброй мамой, а сейчас у нее голова чуть-чуть ненормальная. Но однажды она будет нормальной», – когда я так думаю, то, как жалко! Тогда вообще злости нет. Это вы тоже можете. Это вопрос тренировки. Вы тоже так можете.

Итак, мое первое правило для моего развития (я добился какого-то определенного уровня развития), главное первое правило – это не вмешиваться в дела других людей. Я не спрашиваю других людей: «А чем занимаются такие-то и такие-то люди? Какие планы у таких-то тибетских лам? Может быть, они мои конкуренты? Сколько у них учеников? Кто эти ученики, для которых я могу сделать так, чтобы они сюда приехали на учение?» Это мирской ум. Если я так думаю, то я ненормальный человек. Если моя голова ненормальная, то, как я могу вашу голову сделать нормальной? Поэтому первое правило для меня – не иметь таких мыслей. Кто приносит благо – пожалуйста. Хвалить не буду, потому что я не знаю, хорошая ли у этих людей мотивация. Критиковать тоже не буду, потому что я не знаю, может быть, это хороший человек. Когда вы точно не знаете, то не говорите ни хорошего, ни плохого. Вы тоже поступайте так. Когда вы точно не знаете человека, то заранее не говорите хорошего, потому что из-за этого вы можете запутать многих людей. Плохого тоже не говорите, потому что вы точно не знаете, возможно, он хороший человек. У меня есть свой Учитель, я ко всем учителям не бегаю, поэтому я спокоен и очень счастлив. И поэтому первое очень важное правило – это никогда не вмешиваться в дела других людей. Если они просят вас о помощи, тогда помогите, а в противном случае оставьте это. Это их дела, их жизнь. Например, когда вы пойдете на рынок, что вы делаете? Вы не посмотрите на рынке: «Почему этот фрукт гнилой? Почему этот фрукт не такой красивый, старый?» Продавцы вам скажут: «Это не ваше дело». Вы что делаете? У вас времени нет. Вы берете самые лучшие фрукты, платите деньги: «До свидания!» Вот так надо. Вы будете экономить свое время. Это первое правило.

Второе правило я забыл. Я сейчас передам эти пять правил, но не в той последовательности, в которой написал их. Второе правило – если вы за что-то беретесь, то вам необходимо сделать это дело полностью. Вы не должны бросать дела, не завершив их. Вначале вам необходимо полностью закончить то дело, за которое вы взялись и затем перейти к следующему. У нас есть такая склонность начинать очень много разных дел, но при этом, ни одно из них не заканчивать, как полагается. Это совет Шантидевы: «Если вы будете так поступать, то ничего не достигните, и поэтому, если вы что-то начали, то старайтесь завершить это дело». Это ваше второе правило.

Далее третье правило – это борьба с ленью. Вы должны быть настроены против своей лени. Это третье правило. То есть вам не нужно быть рабом своей лени, находиться под контролем лени. Каждый раз, когда лень берет над вами верх, вам нужно говорить: «Нет. Я не позволю лени взять надо мной верх». И поэтому развивать энтузиазм очень важно. Не позволяйте себе попасть под контроль лени. Это очень важно.

Далее, четвертое и пятое я не помню. Но вот эти – самые важные вещи. И среди них первое – это не вмешиваться в дела других людей, а сосредоточиться только на своем развитии ума. Это самое важное.

И все обеты, которые вы держите, это тоже, как правила. Первое – это не вредить другим. Второе – стараться изо всех сил помогать другим. Это – как правила, все обеты, которые вы приняли, вам нужно соблюдать. А также все время следить за своими телом, речью и умом – это тоже очень важно. Это одно из правил – всё время следить за своими телом, речью и умом.

Итак, это небольшие мои советы для вас перед учением. А теперь, что касается учения. Итак, вчера мы с вами рассматривали ваши негативные состояния ума, которые вы все время используете, и из-за чего вы сами несчастны и также не позволяете другим людям оставаться счастливыми. Все ваши проблемы возникают из-за негативных состояний ума, поэтому, никогда не допускайте таких негативных состояний ума. В «лесу» сансары эти негативные состояния ума – как такие опасные фрукты, плоды, никогда не вкушайте их. Они создадут вам проблемы. Использовать негативные состояния ума – это все равно, что есть ядовитые плоды. Если вы будете использовать негативные состояния ума, то я на сто процентов могу сказать, что ситуация будет становиться все хуже и хуже. В конце концов, вы зайдете в тупик, и не будете знать, что делать дальше. Вы почувствуете, что все являются вашими врагами. Это значит, что вы полностью сошли с ума. Вы полностью сошли с ума, когда видите, что «он такой-сякой», «они такие-сякие», «ни одного хорошего человека нет». Кто хороший? Я! Тогда вы сошли с ума. Тогда вам надо находиться в психбольнице. Вас надо лечить. Потом я смогу вам помочь. Если вы на сто процентов ненормальны, то я не могу вам помочь. Я не профессионал. Там есть профессионалы. Они будут делать вас чуть-чуть нормальными. Потом я смогу помогать. Также, например, в школе, в первый, второй, третий классы требуются свои отдельные учителя. А я являюсь тоже таким учителем, как бы уже старших классов. Как работать с детьми, я слишком много не знаю. Делать вас чуть-чуть нормальными я не умею. Поэтому, если вы совсем ненормальные, то вам нужно пойти в больницу.

Если вы все время будете думать, используя негативные состояния ума, то вы сойдете с ума. И я могу сказать это на сто процентов. Посмотрите в кино, это очень ясно. Если человек неправильно думает, то лицо у него краснеет, он все неправильно видит. Потом приходят галлюцинации, он убегает. Посмотрите на японского императора. Он боялся, даже когда слышал звук. Это паранойя. Это негативные состояния ума. У кого ум спокойный, кто думает о доброте, даже, если тело болит, ему делают укол, он смеется. Он спокоен. Я такое видел много раз: человек очень сильно болеет, даже лекарство не может принимать, иногда кашляет, но на его лице улыбка, он смеется. Это здоровый ум, не совсем здоровый, но чуть-чуть здоровый. Больше здоровый, очень счастливый.

Недавно я написал такое изречение. Сейчас я его процитирую: «Куда бы вы ни отправились, идите с улыбкой на лице. Что бы вы ни говорили, говорите что-то приятное и полезное».

В особенности в Дхарма-центре произносите только приятные слова, полезные, только по Дхарме и ничего другого. Если вас интересуют политические партии, то тогда вступите в

партию Жириновского, и не приходите в Дарма-центр. Сомнение: «Что это за человек? Почему пришел?» Какая разница, кто пришел? Кто бы ни пришел: «Здравствуйте! Садитесь, кушайте!» Когда он что-то неправильно говорит, тогда скажите ему: «Осторожно. Вы пришли в неправильное место». Не надо сомневаться ни в одном человеке, думать: «Зачем он пришел? Откуда пришел?» Зачем пришел, откуда пришел – это не ваше дело. Когда он начинает неправильно говорить, тогда скажите ему: «Это Дхарма-центр. Пожалуйста, так не надо». Итак, куда бы вы ни отправились, не только в Дхарма-центр, куда бы вы ни пошли, везде всегда говорите что-то приятное и полезное.

Далее: «Куда бы вы ни смотрели, смотрите глазами любви и сострадания. Какая бы мысль у вас ни порождалась, всегда порождайте мысли о сострадании и мудрости».

Первая строка: «Куда бы вы ни отправились, идите с улыбкой на лице», – это то, как я поступаю в повседневной жизни, и в результате моя жизнь становится немного значимой. Вы, мои родные и близкие, попробуйте это. Это динамичный образ жизни. Не забывайте, в первую очередь (я так стараюсь поступать в повседневной жизни), куда бы вы ни отправились, сохраняйте улыбку на лице. Куда бы ни пошли, улыбайтесь. Что вы там потеряете? Вам в кармане деньги не нужны. Куда бы вы ни пошли с улыбкой – это щедрость, щедрость любви, щедрость счастья. Какого бы человека ни увидели, у вас на лице улыбка – это подарок. Его настроение будет чуть-чуть лучше. Он такой хмурый пришел, и ты тоже такой хмурый, так вы друг другу портите настроение, настроение стало еще хуже. Поэтому, куда бы вы ни пошли, всегда идите с улыбкой. Но не с такой американской улыбкой: «Хи». Не так, что на лице улыбка, а внутри вы думаете другое. Искренне надо. Я хочу от вас искреннюю русскую улыбку. Русские не умеют улыбаться, но, когда они улыбаются, это настоящая улыбка. Я знаю, что русским очень трудно улыбаться, потому что, если они улыбаются, они делают очень большое благо людям. Так не надо думать.

Вы думаете, что, когда улыбаетесь, то оказываете очень большую услугу другим людям, но это не так. Вы оказываете услугу самим себе. Поэтому всегда надо улыбаться. Когда я впервые приехал в Россию, в Москву, я ездил в метро. Вокруг меня сидели люди с таким видом, как будто бы рядом никого не было, но все сидели рядом друг с другом. Поэтому я засмеялся. Они подумали: «Какой странный человек!» На самом деле, наоборот, кто улыбается, те нормальные люди, а кто не улыбается, те ненормальные. Но так считалось, что улыбка – это ненормально. Но в определенных ситуациях, вам, конечно же, не нужно улыбаться. Например, если вы присутствуете на похоронной церемонии на кладбище, то здесь не улыбайтесь. Ну, а в остальных ситуациях чаще всего старайтесь улыбаться. Вы говорите: «Геше Тинлей сказал, что куда ни пойду, надо улыбаться!» Там читают молитвы, а вы: «Ха-ха-ха!» Это тоже неправильно. Мне приходится оговаривать все эти моменты, потому что я знаю, что иначе есть опасность, что вы не будете поступать, правильно понимая ситуацию. Поступать надо по ситуации.

Далее вторая строка: «Что бы вы ни говорили, говорите всегда что-то приятное и полезное». Куда бы вы ни пошли, всегда с уважением разговаривайте с другими. Старайтесь никого не обижать. Если ему будет полезно, из любви и сострадания, ради него, иногда нужно говорить чуть-чуть строго. Но не ради того, чтобы ему было плохо. Главное, чтобы ему дальше было полезно. Возможно, эти слова неприятны, но они полезны. Поэтому я сказал две вещи – если вы что-то говорите, то говорите приятное и полезное. Иногда что-то неприятно, но полезно, поэтому надо такие слова говорить. Полезное важнее, чем приятное. Поэтому, когда я говорю, всегда есть определенные тонкие моменты. Если я сказал: «Говорите приятные слова», – то это не означает, что всегда во всех ситуациях нужно произносить приятные слова, иногда вам необходимо выступить с таким строгим

заявлением, но также с любовью и состраданием, чтобы ему было полезно. Это хорошо. Я поступаю таким образом, и для меня это очень полезно.

Третья строка: «Куда бы вы ни смотрели, смотрите глазами любви и сострадания». Вы можете задуматься: «А что же это такое “взгляд любви и сострадания”?» Например, в настоящий момент, когда мы смотрим на других, мы не смотрим на них глазами любви и сострадания. Чтобы смотреть на других глазами любви и сострадания, нам необходима определенная философия, иначе мы не сможем так поступать. А что касается нашего мирского образа мышления, когда мы обычно смотрим на других, то мы смотрим на них не глазами любви и сострадания, а глазами привязанности и гнева. Потому что механизм возникает на основе эгоистичного ума. Когда вы смотрите на других с эгоистичным умом, то вы будете смотреть на них либо как на объекты привязанности, либо как на объекты гнева. Это очень ясно. Когда идет собрание, вы посмотрите в свой эгоистичный ум, у вас в уме: «Какой человек мне полезен? А, это мэр города! Здравствуйте, это моя визитка. А от этого пользы нет. С ним не надо разговаривать. А это мой враг. Зачем он пришел сюда? Я не хочу его видеть!» Вот посмотрите. Зачем это надо? Все это ошибки из-за эгоистичного ума: «Я! Какая выгода для меня здесь?» Вот так думать очень ненормально. Когда вы идете, думайте так: «Я не самый главный». Вы и все живые существа хотите счастья и не хотите страдать одинаково. Поэтому спросите себя: «Почему же я настолько важен? Зачем мне быть особым? Что в этом есть?» Кроме этого, думать: «Я самый главный», – из-за этого все проблемы. Я говорю: «С сегодняшнего дня я обещаю, что не буду считать себя самым главным». Я так делаю. Это очень полезно. Сначала я тоже, как вы, всегда, куда бы ни поехал, думал: «Я-я-я!» Поэтому смотрел глазами привязанности, глазами гнева, глазами зависти, когда видел, что у кто-то чуть-чуть удача, думал: «Почему у меня не получается, а у него получается?» – сразу становилось неудобно, ум становился несчастливый. Это ненормально. У друзей, у родственников чуть-чуть удача, машину купили, а вы несчастливы. Как так можно? Все это из-за больного ума, из-за эгоистичного ума. Из-за этого, всё, на что вы смотрите, все, что видите, приходит из зависти, или из гнева, или из привязанности. Из нормального состояния ума это не приходит, потому что механизм неправильный. Поэтому, что нужно вашему механизму? Глубоко внутри вашего ума должна сохраняться такая мотивация – это мысль, что «я не самый главный».

Шантидева говорил, что если думать, что «я самый главный», то из-за этого возникают все проблемы. Сейчас у меня есть чуть-чуть опыта. Поэтому стопроцентно, что, когда вы думаете: «Я главный!» – из-за этого все проблемы, вы даже спать не можете. Одно неправильное слово услышите, и всю ночь ваше эго думает: «Мне так сказали». Больше эго – больше проблем. В этом вы сами виноваты. Делайте эго меньше, даже, если плюнут в ваше лицо, вы, как Будда, будете спокойны. Гнева не будет. Потому что у Будды нет эго. Полная доброта, полная забота о других. Он видит: «Как жалко этого человека! Зачем он плюнул мне в лицо? Наверное, он несчастлив». «Что хотите дальше? Если вам приятно», – вот так надо. Все это возможно через тренировку. Однажды, если я увижу, что один человек на вас плюнул, а вы спокойны и, наоборот, чувствуете к нему любовь и сострадание, как я буду рад! Тогда я скажу: «В Новосибирске у меня есть такой хороший ученик!» Если я увижу, что один мой новосибирский ученик летает, я подумаю: «Нет. Сейчас он будет позорить, он будет разрушать учение!» Я не хочу, чтобы мои ученики летали. Даже, чтобы по-настоящему летали, я не хочу. Ясновидения я тоже не хочу. Если вы достигните реализации ясновидения, то это нехороший знак.

Один монах медитировал в горах на Ламрим. Но он сразу получил ясновидение. Вместо реализации на Ламрим он получил ясновидение. Потом людям, которые стали приходить к нему, он говорил: «Вам такой-то сабдак, дух вредит». Все люди были в шоке. Потом он не смог медитировать и пришел к своему Учителю. Он сказал Учителю: «Учитель, сейчас у

меня есть ясновидение. Я помогаю многим людям». Учитель не был доволен, но ничего не сказал, потому что знал, что ученик сильно привязан к ясновидению. Учитель сказал: «Да-да-да. Я знаю», но не сказал ему: «Как хорошо, что ты помогаешь людям». Учитель сказал: «Да-да. Я знаю, но лучше бы тебе заняться простираниями. Сделай сто тысяч простираний». Ученик спросил: «Как? Где надо сделать?» Учитель сказал ему: «Отправляйся в Лхасу и перед статуей Будды сделай сто тысяч простираний». Ученик начал делать простирания. Когда он сделал двадцать тысяч простираний, его ясновидение стало меньше. И когда он закончил сто тысяч простираний, у него вообще не осталось никакого ясновидения. Он пришел к Учителю и сказал: «Какой кошмар! У меня совершенно не осталось никакого ясновидения!» Учитель сказал: «Я этого хотел! Вообще нет? О! Как хорошо! Сейчас иди и медитируй на Ламрим. Твоя цель – это не ясновидение. Ясновидение есть даже у духов. Есть особые духи, которые хотят тебе навредить. Они знают, что у тебя есть очень сильный потенциал, поэтому они сделали тебе подарок – немного мирского ясновидения. Ты будешь летать, и развиваться не будешь. Поэтому, благодаря ста тысячам простираний, это препятствие ушло. Сейчас у тебя будут реализации по Ламриму. Поезжай в горы и медитируй». Он поехал в горы, стал медитировать и стал настоящим великим мастером. Если бы у него было немного ясновидения, потом он бы молитвы читал, мантры читал, деньги брал: «До свидания!»

Поэтому я хотел бы сказать, что если мои ученики начнут летать, я этому не порадуясь. И если мои ученики обретут ясновидение, победят в «Битве экстрасенсов», я тоже не буду этому рад. Я не подойду к вам с хадаком: «О! Как здорово! Первое место занял!» Нет. Я наоборот скажу: «Я не хочу вас видеть!» Когда я вижу, что у моих учеников ум добрый, даже если на вас плюют, а вы наоборот ни одного плохого слова не говорите; куда бы вы ни пошли, ум у вас здоровый, семья здоровая, уважение друг к другу, тогда я буду рад. Это реализация. Когда ум нормальный, тогда все это будет.

Поэтому вам нужно себе сказать: «Если для меня это возможно, то мне нужно заботиться о других больше, чем о себе». Если это довольно трудно, то, как минимум, мне нужно думать, что я и другие одинаково важны. Я тоже не могу заботиться о других больше, чем о себе. Для меня это довольно трудно. Для меня это довольно высокая доза. Я знаю, что если я буду так поступать, то спустя три дня я скажу: «Всё. Я вообще не хочу заниматься практикой!» Например, тренировка тела. Тренер будет говорить: «Слишком большой вес поднимать не надо». Он знает, что если вы будете заниматься со слишком большим весом, то в первый день так сможете, во второй день, а на третий день вы вообще не захотите. Поэтому тренер говорит: «Нет-нет. Слишком много не надо. Немножко веса. Немножко, но постоянно». Поэтому вы не говорите: «Я практик Махаяны. Я сегодня учение слушал, поэтому с сегодняшнего дня я буду заботиться о других больше, чем о себе». Завтра вы будете бомжем. Потом вы скажете: «Геше Тинлей сделал меня бомжем». Поэтому для вас очень важно говорить так: «В будущем я буду заботиться о других больше, чем о себе, но начать я хотел бы с того, что буду думать, что я и другие одинаково важны».

Это очень полезно: «Как я хочу быть счастливым, так и все должны быть счастливыми. Как я не хочу быть несчастливой, так и никто не должен быть несчастливой. Когда мне говорят неправильные вещи, мне неприятно, поэтому точно так же я никому не буду говорить плохое». Когда вы так думаете, куда бы вы ни отправились, везде вы сможете смотреть на других взглядом любви и сострадания. Если так смотрите, то для вас неважно, кто мэр города, кто не мэр города – все одинаково люди. Далай-лама, куда бы он ни пошел, президента ли он встречает, или других важных людей, он всегда смотрит на народ. Там президент такой важный сидит, но Далай-лама сразу к нему не подходит. Сначала – народ. Он смотрит на всех, потом разговаривает. Для него нет разницы. Я это стопроцентно знаю. Для него все одинаковы. Вы точно так же смотрите на всех одинаково. «Кто мне полезен? Кто мне не полезен?» – так вы смотрите на все глазами привязанности. «Кто обо мне плохо

говорит?» Думайте так, что все одинаковы: «Это моя мама, моя добрая мама из прошлой жизни. Пока мы не узнали друг друга, забыли, и сегодня встретились. Поэтому, что я могу сделать, чтобы она была чуть-чуть счастливой?» Тогда, если вы автоматически открываете рот, то говорите только хорошие вещи.

Тогда, если вы увидите, что они добились небольшого успеха, то сразу же будете радоваться этому, и у вас не будет никакой зависти. Зависть – это одно из очень больных состояний ума. В первую очередь оно разрушает покой вашего ума и далее также лишает покоя других людей. Почему у вас с легкостью возникает зависть? Потому что механизм – это эгоистичный ум. Вы думаете: «Я – самый главный». И тогда, даже, если вы видите, что ваш самый хороший друг добился небольшого успеха, ваша самая лучшая подруга (вы любите её, искренне любите), но, когда она удачлива, все уделяют ей внимание, вы будете говорить: «Почему ей слишком много, а мне меньше?» – это больной ум! Потом вы думаете: «Пусть её такую не любят!» Потом вы становитесь ненормальными, лицо краснеет от зависти. Это больной ум! Откуда это пришло? От того, что вы думаете: «Я – самый главный! Почему у нее получается, а у меня не получается?» Потом даже на Бога злитесь тоже. Откуда это пришло? От мыслей: «Я – самый главный!» Когда вы думаете: «Я и все одинаковы. Все должны быть счастливыми», тогда, если вы видите вашу подругу немного удачливой – у нее день рождения, она красиво одета, все с ней хорошо разговаривают – вы говорите: «Как хорошо! Сегодня моя подруга так красиво выглядит! Сколько у нее было проблем, а сегодня она счастлива. Пусть она будет такой счастливой всегда!» Потому что ваш ум нормальный, здоровый. Вот такая практика!

Буддийская практика – это не обязательно рано вставать, молитвы читать, колокольчиком звонить, самому не спать и не давать спать другим. Не так. Это вторично. Я тоже слишком не люблю эти ритуалы. Далай-лама тоже сейчас говорит: «Я ритуалы сильно не люблю, это неинтересно». Самое главное – надо меняться внутри. Ритуалы нужны, но всему есть свое место. Вам нужно выполнять цог, но каждый день ритуалы делать не обязательно. У ритуала «цог» есть особый смысл, поэтому не игнорируйте его.

Итак, каждый день вам необходимо порождать такую мотивацию, когда вы думаете: «Я не самый главный. Я и другие одинаково важны». Тогда в царстве своего ума вы создадите демократическую систему – все одинаково важны. Кто этот диктатор? Это эгоизм: «Я – самый главный. Все, что я говорю, все должны слушать». Это неправильно. Диктатура не нужна. В царстве своего ума вы должны делать так – все одинаково важны, разницы нет. Поэтому вам необходимо думать так, что я и другие одинаково важны. Таким образом, вы сможете смотреть на других глазами любви и сострадания. «Ченрезиг» (сострадательно зрящий) означает: «Тот, кто смотрит на других глазами любви и сострадания». Если мы научимся смотреть на других именно так, то однажды станем Авалокитешварой. Это очень приятно. На всех смотреть приятно.

Четвертая строка: «Какую бы мысль вы ни порождали, порождайте мысль, связанную с любовью, состраданием и мудростью».

Это два главных момента в буддийской практике – это метод и мудрость. Всё учение по «Ламриму» направлено либо на развитие аспекта метода, либо на развитие аспекта мудрости. Поэтому вашими мыслями должны быть мысли обо всем «Ламриме» и тогда ваша жизнь станет значимой. И чтобы порождать такие мысли, чтобы ваши мысли были связаны только с состраданием и мудростью, очень важно знать учение «Ламрим». Тогда ваш ум будет становиться все более и более здоровым. В этом смысл вашей жизни, и тогда вы сможете умирать спокойно.

С этой целью в первую очередь вам необходимо проанализировать свои негативные состояния ума, которые вы чаще всего используете, с точки зрения того, какова их причина, сущность и функция. Причину я уже рассказал вам вчера. А теперь сущность. Сущность ваших негативных состояний ума, которые вы все время используете, это глупость. Это правда. Как только в уме у человека возникает негативное состояние, то я на сто процентов могу сказать, что он сразу же становится глупым. И тогда, когда этот человек открывает рот, он произносит очень много всего странного. Потому что ум ненормальный. Когда ум ненормальный, язык тоже ненормальный. Потом все хотят закрыть уши. Это как стрельба по всем людям. Поэтому сущность ваших негативных состояний ума, которые вы все время используете, это глупость, и, как только у вас порождается негативное состояние ума, вы сразу же становитесь глупыми.

Когда одни люди хотят обмануть других людей, они все время в первую очередь проверяют, каковы слабые места у этих людей. Они хотят обмануть, но когда у человека ум нормальный, они обмануть не могут. Поэтому они думают: «Как можно обмануть? Надо говорить то, к чему они привязаны. Тогда всё – они становятся глупыми. Тогда можно обмануть». Все аферисты так делают, говорят красивые слова: «У нас есть такой-то и такой-то банк. Если вы положите туда столько-то денег, у вас через месяц будет в три раза больше! Да-да. Я так делал. У меня получилось! Вы посмотрите». Вы говорите: «Нет-нет» – «Да-да-да». Потом приходят ваши омрачения: «Наверное, есть легкий путь. Наверное, можно легко и быстро заработать деньги». Когда вы так думаете, всё, вы попали. Они забирают ваши деньги: «До свидания!» Сколько раз так обманывали? Поэтому вам нужно понимать, что, как только в вашем уме появилось омрачение, вы стали глупым человеком. Я могу сказать это с уверенностью на сто процентов.

Однажды один мужчина спросил у женщины: «Кто умнее, мужчина или женщина?» Женщина сказала: «Конечно же, женщина умнее». Он спросил: «А почему?» Она сказала: «Ну, а вы видели хотя бы одну женщину, которая бы сказала, что у какого-то мужчины красивые ноги и потеряла бы голову от этого?» Ни одной такой женщины нет, которая бы сказала: «У этого мужчины такие красивые ноги. Всё. Я кушать не хочу. Мне достаточно видеть его ноги». Такого нет. А мужчин таких много. Поэтому из-за привязанности мужчина становится глупым. Далее, в другой ситуации женщина спросила у мужчины: «Кто умнее, мужчина или женщина?» Мужчина сказал: «Конечно же, мужчина умнее». Она спросила: «Почему?» Он сказал: «А вы видели хотя бы одного мужчину, который бы смотрелся в зеркало целый час?» Ни одного мужчины нет, который бы рассматривал себя в зеркале со всех сторон. Это вообще ненормально. Вы этого не понимаете. Когда женщина привязана к своему телу, вы обо всем забываете – там еда горит, становится черной, а вы ничего не видите, в зеркало смотрите: «Откуда это взялось?» Потом чувствуете запах: «Ой-ой-ой!» Сколько раз вы так делали? Кто вас обманывал? Ни кто-то другой. Это ваша привязанность. Когда омрачения приходят, вы становитесь глупыми. Вы по природе не глупые. Вам нужно понимать, что по природе вы не являетесь глупыми, но как только возникают омрачения, в этот момент вы, сразу же, становитесь глупыми. Когда я вас ругаю, то я не говорю тем самым, что вы плохие по природе. Что касается природы, то у вас есть природа будды. Вы являетесь царем в царстве своего ума. Я всех вас очень и очень уважаю. Однажды вы станете царем в безупречном царстве и станете источником счастья для всех живых существ. В настоящий момент вы цари в таком царстве с очень плохой системой и поэтому вы причиняете вред себе и также причиняете вред другим. Но у вас есть невероятно огромный потенциал.

Поэтому, когда ваш Духовный Наставник вас ругает, вам нужно понимать, что Учитель ругает не вас, а ваши негативные состояния ума. Думайте так: «О! Да-да-да! Это правда». Вам сразу же нужно поддержать своего Учителя и сказать: «Да-да, Учитель, Вы правы. Эти



негативные состояния ума все время меня обманывают». Вот так надо. Когда мой Учитель меня ругает, я сразу же говорю: «Да-да, Учитель, Вы правы. Мои омрачения с безначальных времен мне мешали, сейчас тоже мне мешают. Это очень плохо. Их надо выгнать. Пожалуйста, помогите мне!» А вы как поступаете? Вы говорите: «Учитель мне так сказал. Завтра я не пойду слушать». Как будто от того, что вы меня слушаете, мне выгодно. Это глупо! Придете вы сюда или нет, какая мне разница? Вы потеряете свой шанс. Поэтому вам надо думать: «Даже если Учитель меня ругает, спасибо! Он ругает мои омрачения. Учитель меня всегда будет любить, всегда обо мне будет заботиться, но он ругает мои омрачения. Спасибо!» Вот так надо думать. Раньше было много высоких практиков, таких как Миларепа, Дромтонпа. Они так думали. Даже их били, но они преданность не нарушали, потому что они знали, что Учитель делает так, чтобы из их жизни ушли препятствия. С такими учениками Учитель, правда, так делает.

Однажды в монастыре Лавранг Джамьян Шепа (он был очень высоким мастером) увидел, что у его ученика геше возникло определенное препятствие. И чтобы устранить это препятствие (этот геше был очень добрым, он передавал учение и был очень хорошим, самым лучшим примером в этом монастыре), однажды перед лицом большого количества людей Джамьян Шепа взглянул на этого геше и сказал: «Ты являешься главной проблемой в нашем монастыре. Я тебя выгоняю. Уходи прямо сейчас. Я больше не хочу видеть твоего лица». У этого геше не было никаких сомнений. Он стоял, сложа руки, и сказал: «Что бы Вы мне ни сказали, я все это сделаю». Он себя не защищал, потому что знал, что там есть какая-то причина. Он сказал: «Извините меня, Учитель!» Потому что у него не было ни одной ошибки, он делал только добрые дела. Вы в такой ситуации скажете: «Учитель, Вы сошли с ума! Всё. Я пошел!» Он не так, он сказал: «Извините меня. Если я что-то сделал неправильно, я прошу у Вас прощения. Я делал в соответствии с уровнем моего понимания. У меня нет высшего понимания, поэтому, конечно, я могу ошибаться. Но, куда бы я ни отправился, я везде буду визуализировать вас в моем сердце. Будьте моим Духовным Наставником жизнь за жизнью!» И все сразу же начали просить Джамьяна Шепу: «Пусть он уходит не сейчас. Сегодня уже поздно, уже ночь. Пусть он отправится завтра утром». Джамьян Шепа подумал и сказал: «Ну, хорошо. Пускай он уходит завтра утром». На следующее утро, когда он почти было ушел из монастыря, кто-то постучался в его дверь. Когда он открыл дверь, то увидел на пороге помощника Джамьяна Шепы, который стоял с тарелкой фруктов. Он сказал: «Это то, что наш Духовный Наставник Джамьян Шепа просил меня передать вам и также он попросил вас явиться к нему». Он пришел к Джамьяну Шепе, сделал простирания. Джамьян Шепа взглянул на него и сказал: «Если бы я тебя вчера не отругал, сегодня утром ты был бы уже мертв. Но теперь ты не умрешь. Ты проживешь еще долго. Благодаря тому, что я тебя отругал, а твоя преданность Учителю просто нерушима, благодаря этому очистилась та негативная карма, которая почти было уже проявилась. А теперь ты будешь жить долго. Ты – мое сердце. Как же я могу выгнать тебя? Продолжай делать то, что ты делал до этого – продолжай смотреть за моими учениками, как за своими детьми». И это не единственная история. Есть большое количество таких историй. А сейчас вернемся к теме.

Итак, вам нужно понимать, что сущность негативных состояний ума – это яд на сто процентов. Не только глупость, но также и яд. Это очень опасный яд. Почему? И здесь мы рассмотрим третий пункт – это функцию. Поскольку это яд, то его функция лишь в том, чтобы вредить вам и вредить другим – это яд. Если функция какого-то фрукта вредить, то мы говорим, что это яд. Если его функция не вредить, то мы не говорим, что это яд. Яд – это функция. Когда вы кушаете какой-то фрукт, и это вредит телу, это называется «яд». Это понимание возникает из его функции. Если бы функция ваших негативных состояний вашего ума состояла в том, чтобы помогать вам, тогда они не были бы ядом, поскольку были бы полезны. Вы на своем опыте проверьте. Когда у вас возникает гнев или зависть,

счастливы вы в этот момент или нет? Это очень ясно и вам не нужно доказывать это логически, то, что в первую очередь вы сами становитесь несчастными людьми. Если бы вы никогда не испытывали омрачений, то мне пришлось бы доказывать вам, что эти негативные состояния ума по функции вредят вам и вредят другим. Но вы все это переживали и прекрасно знаете, что когда у вас возникает гнев или зависть, вы вовсе не счастливы в этот момент. Счастья нет. В нашем мире ни один человек не скажет: «Сегодня я злился. Как хорошо! Как здорово!» Нет. «Сегодня у меня возник гнев. Я хочу его убрать, но не могу. Это очень плохо для меня. Это тяжело. Как хорошо, если бы эти омрачения отбросить!» – все так думают. Если спросить человека, который не верит в буддизм, не верит в религию: «Когда у вас возникают омрачения, вам приятно?» – «Нет, неприятно!» Это очень неприятно. Для всех одинаково.

Итак, на собственном опыте вы очень хорошо знаете, что, как только возникают омрачения, то в первую очередь они делают вас несчастными, а далее вы также лишаете счастья других людей. Я могу рассказать вам об очень ясном примере. Например, мать собрала всех своих детей на обед, и они вместе сели покушать за стол. Так, они разговаривают друг с другом, смеются и внезапно кто-то звонит по телефону. И по телефону матери говорят о каком-то нонсенсе. Она далее начинает думать на эту тему. И когда она начинает думать, то у нее возникают омрачения. Лицо краснеет, отсюда дым идет. И далее для нее это уже не вечеринка. Она спрашивает: «Почему вы здесь до сих пор сидите? Уходите отсюда!» Поэтому омрачения сначала вас делают несчастными, и потом делают других людей тоже несчастными. Если в семье жена злится, то омрачения – это очень опасно. Вы не только испортите себе настроение, вы испортите настроение всей семье. Поэтому, женщины, вы, как колонна. Вы, женщины, должны быть как колонна, и вам надо говорить: «Я никогда не допущу омрачений». Если вы допускаете омрачения, то «колонна» семьи падает. Семья будет страдать. Дети будут страдать. Если у мужчины чуть-чуть омрачения, ничего страшного. Он больше бывает на улице, туда-сюда ходит. Женщина дома – это самое главное, вы должны, как колонна, стоять крепко. Это мой совет. Женщины должны в семье играть очень важную роль и быть как гора, и если кто-то говорит что-то нехорошее, какой-то нонсенс по телефону, то надо сразу говорить: «Мне неинтересны эти вещи! Я тебе не плачу деньги. Ты не мой шпион. Зачем ты мне говоришь эти вещи? Больше так не делай!» И кладите трубку. Будьте спокойны. Тогда на пустом месте не будет проблем. Все эти проблемы возникают на пустом месте. Они все счастливы, спокойны, кушают, смеются, но потом звонит телефон, и вы верите всему, что вам говорят. Правду говорят или неправду, кто знает? Вы всему верите. Когда надо верить, вы не верите. Когда я вам полезное говорю, вы думаете: «Я еще не знаю. Это нелогично. Я ученый. Я хочу все доказать логически, тогда я поверю». Если вам говорят что-то полезное, вы говорите: «Я хочу проверить». Когда вашему эго приятно, – всё, вы всему верите. Даже, когда вам пятьдесят лет, но вам говорят: «Вы выглядите на двадцать пять лет!» Вы говорите: «Правда? Да?» Вы сразу верите, потому что вашему эго приятно. Логика нет. Вообще логики нет. Когда вам приятно, вы со всем соглашаетесь, всему верите. Когда вам чуть-чуть неприятно, когда я говорю, что омрачения надо убирать, эго надо уменьшать, вы говорите: «Нет еще. Как я буду дальше жить? Еще не точно. У геше Тинлея еще нет сильной логики». Это ваш характер. Поэтому, когда вы верите всему негативному, где ваша логика? Сначала подумайте: «Я не знаю, правда это или неправда, то, что он говорит». Даже если это правда, думайте так: «Наверное, моя подруга ненормальная, это говорят ее омрачения, а не моя подруга. Какая разница? Когда я ненормальная, я тоже так говорю!» Всё. До свидания. Будьте счастливы. Этой мой подарок. Если вы так думаете, то мой подарок – вы счастливы, ваша семья счастлива. Потом дети говорят: «Мама, я пойду!» – «Нет-нет. Чуть-чуть посиди, дорогой. Мы так редко видимся. Как ты быстро уходишь! Дорогой, посиди еще чуть-чуть!» О! Это счастье! Завтра вы можете умереть. Они могут умереть. Вот так надо жить. А вы – одно слово слышите, и сразу верите, словам с улицы верите. Не надо. Слов с улицы пускать не надо.

Ваши глаза, уши – все это как дверь в ваш ум. Если через них вы будете запускать внутрь все подряд, то залетит очень много мусора. Почему в моем уме мало мусора? Потому что есть толстая металлическая дверь. Мне невозможно в телефон сказать: «Геше-ла, он такой-то и такой-то», провокации невозможны, интриги невозможны, потому что толстая металлическая дверь. Андрей сколько лет со мной вместе? Он даже не старается на меня влиять, потому что он знает, что смысла нет. Вначале он, возможно, старался, но потом он понял, что смысла нет. Сейчас он очень тихо сидит. Вы тоже так. Сделайте ваши уши металлическими, толстыми, тогда никто интриговать не будет. Потом, когда я открываю? Когда Далай-лама дает учение, я открываю уши. Глаза открываю, когда читаю аутентичные книги. Все книги я не читаю. Тем более интернет. Я там вообще не читаю много. Там так много мусора! У вас и так много мусора, зачем вам это надо? Поэтому я всегда говорю: «У меня нет много знаний, потому что я многое не пускаю. Но то, что есть, все чистое, полезное». Вам тоже иметь много-много знаний необязательно. Какой Марс, какой Юпитер, какой свет? Знаете вы это или не знаете, какая разница? Из-за этого кошмара нет. Марс далеко. Юпитер далеко. Я про электрон, протон, нейтрон многого не знаю. Какая для меня разница? Что особенного есть в этих знаниях? Но ум я точно знаю – как он работает, как негативный ум работает, как позитивный ум работает. Если я так буду делать, то какой будет результат? Как наше будущее зависит от настоящей ситуации? Я этот механизм очень ясно вижу. Поэтому я счастлив.

Итак, вам необходимы такие очень толстые уши и поэтому я недавно также написал такое изречение: «Не слишком радуйтесь тому, чтобы говорить, а больше радуйтесь тому, чтобы слушать».

Когда вы говорите, то вы повторяете то, что и так уже знаете, а когда вы слушаете, вы многому научитесь. Но вам нужно знать, кого слушать. Иначе мы можете почерпнуть много бесполезных и ошибочных знаний. Ошибочные знания опаснее, чем отсутствие знаний. Это опасно. В конце я сказал, что нам очень повезло, что у нас есть Его Святейшество Далай-лама. Там есть много тонких мыслей. Это надо вспоминать. Все. Одну проблему решили. Если вы будете пользоваться этим знанием, то жизнь будет совсем другой. Много знаний не надо. Одно знание есть, и этим пользуйтесь. Ваша семья будет другой. Жена будет мудрой. В доме будет счастье. Тогда, если вы скажете мужу: «Иди, погуляй!» Он скажет: «Нет. Я не хочу гулять», – когда в доме гармония. Если вы дома ругаетесь, кричите, то муж всегда говорит: «У меня нет времени. Мне надо туда поехать, сюда поехать», – потому что вы сами виноваты. Поэтому вы жалуетесь: «Геше-ла, мой муж дома не бывает». Потому что вы кусаетесь, поэтому, конечно, они будут убегать. Вы сами виноваты. Если вы добрые, мудрые, создаете гармонию, даже если вы скажете: «Муж, уходи!» – «Нет. Я не хочу!» Вот так будет. Это знать очень важно.

И поэтому вы очень ясно видите, что ваше негативное состояние ума в первую очередь делает вас несчастными и далее – также делает несчастными других людей. Это на сто процентов чистая логика. В будущем вам тоже никто не сможет никогда доказать, что негативные состояния ума помогают вам и помогают другим. Никто не сможет вам доказать, что негативные состояния ума – это очень умное состояние. Потому что их сущность – это глупость. А почему это глупость? Потому что они возникают из ошибочных состояний ума. Поэтому причина ваших негативных состояний ума – это ошибочное состояние ума. Поэтому невозможно, чтобы какое-то состояние ума возникало из ошибочного состояния ума, и при этом было бы умным. Невозможно. Это стопроцентная логика.

И тогда, к какому же выводу вам нужно прийти? Скажите так: «Одна из моих главных стратегических ошибок состояла в том, что я, как маленький ребенок, не знал, какие плоды

следует есть, и поэтому ел ядовитые плоды, и из-за этого у меня возникало множество проблем. А сейчас я знаю, как решить проблему. С этого момента больше не нужно использовать эти негативные состояния ума». Если вы не используете негативные состояния ума, то ваше тело, речь и ум с легкостью не совершают негативной кармы. Если у вас в уме с легкостью возникают негативные состояния ума, то в этом случае вы не сможете контролировать свои тело и речь из-за такой неправильной мотивации. Из-за этого, даже если вам закрыть рот, вы не можете, вы говорите: «Па-па-па». Потому что вы используете негативные состояния ума. А если вы не используете негативные состояния ума, и наоборот используете позитивные состояния ума, то тогда, даже если я вам скажу: «Вам нужно разозлиться», вы скажете: «Геше-ла, это невозможно». Если я скажу вам: «Вам нужно поругать кого-то», вы скажете: «Геше-ла, я не могу поругать».

Вначале мне не составляло труда кого-то поругать, а сейчас мне трудно поругать других людей. Почему так? Когда вы находитесь под влиянием омрачений, то ругать других легко. Сейчас я сделал омрачений меньше, в уме чуть-чуть доброту развил, и поэтому, когда я вижу, что некоторых моих учеников я должен поругать, я не могу ругать. Когда ум добрый, ругать не получается. Я знаю, что это ошибка. Я должен ругать, но у меня не получается. Тренироваться надо. Это очень интересно. Вначале ругать очень легко, но когда ум становится добрым, то ругать очень тяжело. Но я знаю, что, не ругая, я ему не помогаю. Если я хочу сделать его добрым, я должен его ругать. Но так, как у Марпы, у меня не получается. Это очень интересный опыт. Иногда я вижу, что возникает какая-то ошибка и думаю, что, если бы я этого человека поругал год назад, то этой ошибки бы не было и при этом прихожу к выводу, что это моя ошибка. Это моя ошибка. Если бы год назад я хорошо отругал, сейчас этой бы проблемы не было. Но я был слишком мягким. Когда вы находитесь под влиянием позитивных состояний ума, тогда ругать других очень трудно. Тогда, когда я вижу, что у Марпы нет ни одной капли омрачений, он добрый, но как сильно он ругает Миларепу, я говорю: «Это невероятный Учитель высокого уровня – такая доброта, но с таким гневным лицом ругает!» Я говорю, что это очень высокий мастер. Также, если говорить о Его Святейшестве Далай-ламе, если вы его близкий ученик, то он тоже будет ругать. Он ругал и меня и многих других геше, которых я знаю. Я этому был очень рад. Я думал: «Как хорошо, что Учитель ругает. Это знак, что на меня есть чуть-чуть надежда». Все мои близкие друзья тоже говорили: «Да. Он тоже меня ругал». Когда ученики близкие, Далай-лама очень строг. Европейцы видят, что Далай-лама такой мягкий, и они думают, что Далай-лама всегда мягкий. Нет. Из любви и сострадания он может ругать, жестко может ругать. Я не могу ругать, как Далай-лама. Для этого нужна очень сильная любовь, и я понял, что у меня любви еще недостаточно. Если бы у меня была очень сильная любовь, то я мог бы с радостью вас ругать.

Поэтому вы должны знать, что в вашей жизни есть только две группы людей, которые могут вас поругать. Первая группа людей – это те, кому вы не нравитесь. Они будут вас ругать под контролем омрачений. Вторая группа – это ваши родители, ваш Учитель. Они вас очень любят, но они ругают вас ради вашего блага. Они идут на жертву – если вы будете думать о них плохо после этого, это не имеет значения, но для вас это будет полезно. Поэтому иногда, когда вы видите, что ваши дети неправильно поступают, вы их ругаете. Мама знает, что если она отругает дочь, дочь не будет звонить, не будет разговаривать. Какая разница? «Если это будет полезно для моей дочери, то ничего страшного», – потому что вы ее сильно любите. Это нелегко. Вам нужно развить такое отношение ко всем живым существам. То, что я сейчас вам говорю, это опытный комментарий для тренировки ума. В действительности такое учение не дается открыто, а обычно дается просто комментарий к словам.

А теперь позитивные состояния ума. Проанализируем их. Это такие важные позитивные состояния ума, как любовь, сострадание, терпение, мудрость, концентрация, щедрость, внимательность. Что касается их причины, то все они возникают на основе достоверных состояний ума. Поскольку позитивные состояния ума возникают из достоверных состояний ума, то, как говорится в буддийской философии, они могут развиваться безгранично. В особенности, Дигнага таким образом доказал, что освобождение достижимо. В первую очередь нам нужно узнать: такого состояния освобождения – ума, полностью свободного от омрачений можно достичь или нет? Это надо знать. Если вы на сто процентов знаете, что это – возможно, тогда стараться есть смысл. Если вы этого не знаете, то читать мантры или что-то там делать, смысла нет. Вы этого не знаете. А Дигнага использовал очень интересную логику. Что именно он говорил? В первую очередь Дигнага рассмотрел очень интересный пример: тренировку тела он сравнил с тренировкой ума. Дигнага говорил, что, сколько бы вы ни тренировали свое тело, будет существовать какой-то предел, выше которого вы натренировать его не сможете. Почему? Потому что такой объект, как наше тело или какой-то материальный объект, не является прочным, поэтому у него есть определенный предел, выше которого его не развить. Поэтому в конце все завершится деградацией.

Поэтому об экономических кризисах буддийская философия знает давно, потому что это ненадежный объект. Если вы на этом полностью сфокусируетесь, в конце концов, всё упадет. Тело тоже деградирует. В спортзале, сколько бы вы ни занимались – вы делаете, делаете, день и ночь занимаетесь – вы достигните одного уровня. Потом сколько бы вы ни занимались каждый день точно так же, будет все хуже, хуже, хуже. Почему? Потому что объект – наше тело – ненадежный. Поэтому, если вы тренируете что-то ненадежное, вы можете прикладывать очень большие усилия, но результат будет незначителен, потому что объект ненадежен. Если все усилия вы приложите к материальному развитию, то однажды все это рухнет, потому что объект является ненадежным. Поэтому буддийские мастера говорят, что там – на ненадежных материальных объектах – вашу силу, драгоценную силу не потеряйте. Дом чуть-чуть теплый, одежды чуть-чуть – достаточно. Вы долго жить не будете. Вы на несколько лет гости в этом мире. Зачем металлический дом строить? Зачем столько много одежды? Если у вас голова чуть-чуть есть, вы говорите: «Да-да. Правда. Сколько времени мы потеряли на материальные вещи? В конце концов, ничего нет». Всю жизнь работаете, работаете, собираете, собираете. Вы спросите бабушку, дедушку. Они никогда не думали о внутреннем богатстве, думали только о материальных вещах. Спросите их: «Что у вас есть сейчас? Всю жизнь вы что-то копили. На улице металлическую вещь находите, сразу приносите в дом. Вот так делаете. Что в доме есть?» В конце концов, ничего нет. Поэтому, куда ушла вся эта сила? Это ошибка. Одна большая ошибка – это то, что все усилия вы прикладываете к развитию ненадежных объектов.

Некоторые мастера приводят такой пример, что если из льда вы стараетесь построить очень красивый дом, то это пустая трата времени, потому что лед ненадежен. Однажды засветит солнце и от этого красивого дома ничего не останется, все ваши усилия будут полностью потрачены впустую. Просто вода. Ничего нет. Потому что ошибка в стратегии. Строить дом из льда – это ошибка. Поэтому здесь никто не строит домов из льда. Вроде бы лед в Новосибирске зимой очень крепкий. Если я скажу: «Посмотрите, какой крепкий. Постройте дом». Вы скажете: «Нет, Геше-ла. Это ненадежно» – «Почему?» – «Когда солнце светит, он превращается в воду. Летом это будет водой. Дома не будет». Точно так же, одинаково. Вы говорите, что строить зимой дом из льда – это пустая трата времени. Одинаково. Буддийские мастера говорят, что одинаково. Все материальные вещи состоят из четырех элементов, все материальные вещи, которые мы создаем: дома и прочее, в них есть четыре элемента. Все эти четыре элемента находятся друг с другом в дисгармонии. Как они могут долго существовать вместе? Однажды все разрушается. Если элемент огня сильный, все превратится в огонь, в красный металл, в лаву. Если элемент воды будет сильным, все уйдет как вода – превратится в воду, в маленькие частицы воды. Ветер сильный – все уйдет в

пространство, ничего не останется. Элемент земли – внутрь в землю уйдет. Все. То, что создано из четырех элементов, как возможно, чтобы это было надежным? Это факт.

Когда я понял это учение Дигнаги, для меня это стало очень интересным учением и многое приоткрыло в моем уме. Тогда я понял, что не в этом смысл моей жизни. Материальное развивать, ездить в другие страны – все это не моя жизнь, все это ненадежно.

Далее Дигнага говорил, что ум более надежен. В уме различают два вида состояний ума – это позитивное состояние и негативное состояние. Что касается наших негативных состояний ума, то в сравнении с материей они более надежны, поскольку существуют у нас с безначальных времен и до сих пор. Потому что они являются качествами ума. Поэтому в сравнении с материей они более надежны. Шантидева говорил: «Что касается ваших негативных состояний ума, то до сих пор они не покинули ваш ум, и дальше, если вы не будете применять противоядие, то в будущем они тоже сами собой не уйдут». Хотя они ненадежны, но все равно без применения противоядий они из ума не уйдут.

Поэтому Дигнага говорил, что наши негативные состояния ума, сколько бы мы их ни осваивали своим умом, они не смогут развиваться до безграничного состояния. Это невозможно. Негативные состояния ума не смогут стать природой нашего ума. Это невозможно. Сколько бы вы их ни осваивали, они не смогут развиваться до безграничности и не смогут стать природой ума. Почему? Дигнага использует невероятную железную логику. Он говорит: «Это потому, что негативные состояния ума непрочны и основаны на ошибочных состояниях ума». И поскольку они все основаны на ошибочных состояниях ума, то однажды, когда вы узнаете истину, все они рухнут. Все они как лед, но при этом у нас нет «солнца» мудрости. Поэтому мы не можем повысить температуру в своем уме. От «солнца» мудрости, познающей пустоту, все наши подобные льду омрачения, поскольку основаны на ошибочных состояниях ума, превратятся в воду. В нашем уме все время сохраняются подобные льду омрачения. Почему? Потому что нам не хватает мудрости, у нас нет тепла мудрости, познающей пустоту, и недостаточно тепла сострадания. Тепла любви и сострадания. Когда эта теплота чуть-чуть появляется в сердце, потом все ваши омрачения как лёд тают. Даже если скажете: «Пожалуйста, не уходите!» – они скажут: «До свидания!» И уйдут. «Я так привязан к вам. Как я буду жить без вас? Ты такой мой друг, привязанность. Я знаю, что гнев – это плохо, но привязанность мне чуть-чуть помогала. Пожалуйста, не уходи!» – «Для меня сейчас места нет. Сейчас тепло настало. Солнце мудрости растёт, становится тепло, погода меняется. Всё. Я – лёд. Для меня нет хорошей основы. Это ваши иллюзии. Я, привязанность, – это ваша иллюзия. Поэтому я не могу оставаться». И все они исчезнут, обратно в сфере пустоты. Это очень интересный момент. Но есть что-то еще более интересное.

Далее Дигнага говорил следующее о наших позитивных состояниях ума. Сейчас я это учение представляю в сжатой форме и использую простой язык, потому что язык, на котором написан текст «Праманаварттика», довольно сложный. Там много сложных технических слов. Иногда я думаю, что необязательно слишком много технических слов. В науке тоже очень много сложных слов, но смысл маленький. Я думаю: «Почему он в самом начале так не сказал?» Они говорят, говорят, говорят, а в конце, когда я понял, я подумал: «Такой маленький смысл, почему вначале он так не сказал?» Иногда в Новосибирске я слушаю разговоры о философии, потом в конце, когда я понимаю, я думаю: «Почему он в самом начале так не сказал?» Он что-то говорил, говорил, я тоже запутался, слов не понял, потом, в конце концов, я понял. Зачем это надо? Когда меняется время, то и меняется образ мышления людей. Поэтому не нужно использовать тот язык, который использовался в прошлом. Нужно его немного изменить в соответствии с ситуацией, но при этом не менять суть. Это, как, скажем, менять воду в ванной, где купают ребенка, но при этом не

выплеснуть ребенка вместе с этой водой. Слишком творчески – опасно. Слишком консервативно – тоже неправильно. Нужна золотая середина. Я не говорю, что вам нужен очень простой язык. Если использовать только простой язык, то вы не будете понимать. Нужна золотая середина.

Теперь вернемся к теме. Дигнага говорит о наших позитивных состояниях ума, с помощью этой логики он доказывает то, что состояние освобождения достижимо. Вам нужно помнить эти умозаключения наизусть, поскольку это железная логика и в прошлом никто не мог найти никаких ошибок в этой логике. Это невозможно в настоящем, и в будущем тоже никто не найдет никакой ошибки. В вашем уме у вас нет большого количества утверждений, которые были бы по-настоящему логичны. Вы приходите к большому количеству разных выводов и если я вас спрошу: «Почему так-то и так-то?» – то вы дадите очень нелогичный ответ. «Почему этот человек хороший?» «Потому что вчера он сделал мне подарок». Это нелогично. Те, кто делают вам подарки, должны быть хорошими, а те, кто не делают вам подарков, должны быть нехорошими. Это нелогично. У вас много такой неправильной логики. Все, о чем вы думаете, основано у вас на омрачениях, это нелогично.

Дигнага говорит, что освобождение достижимо. Почему? Логика здесь следующая. Он говорит о том, что все наши позитивные состояния ума могут быть развиты до безграничного состояния, могут стать природой ума. Причина состоит в том, что в первую очередь они обладают прочной основой. Он может доказать, что все позитивные состояния ума основаны на достоверных состояниях ума.

Далее второе основание. Здесь вы не сможете найти никаких противоречий. Второе – он говорил, что когда вы приучаете себя к позитивным состояниям ума, то позже, уже не завися от дополнительных усилий, они будут развиваться сами собой. Поскольку они сами являются прочными, то есть, основаны на достоверных состояниях ума, то по мере развития они позже уже не зависят от дополнительных усилий, когда вы их осваиваете, и это называется «медитацией», то есть освоение – это медитация. Если вы длительное время приучаете себя к позитивным состояниям ума, то в дальнейшем вам уже не требуются дополнительные усилия, как в случае с тренировкой тела. Что же касается нашего тела, то, сколько бы мы его ни тренировали, в первую очередь оно не является прочным, а второе – оно все время требует дополнительных усилий. Поэтому вы говорите: «Я потерял форму. Мне нужно вернуть свою форму». Все тренеры тела так говорят. Бодхисаттвы высшего уровня не говорят: «Сегодня я потерял форму. Я верну свою форму и завтра дам учение». Такого нет. Будды, арьи, высокого уровня арьи, когда полностью развились, они никогда не деградируют. Они все выше, выше.

Они могут развиваться безгранично и могут стать природой ума. Каким образом? Например, жар – это природа огня. Почему? Что касается природы, то, например, везде, где есть огонь, должен также присутствовать и жар, и в этом случае жар является природой огня. Это логично. Если бы мы говорили, что, например, огонь иногда горячий, а иногда холодный, то в этом случае жар не являлся бы природой огня. Что касается вас, то омрачения не являются природой вашего ума. Если бы омрачения являлись природой вашего ума, то так же, как в случае с огнем, то есть, везде, где есть огонь, присутствует и жар, так же, везде, где был бы ваш ум, должны были бы присутствовать и ваши омрачения. Иногда вы злитесь, иногда вы добрый. Не как огонь. Поэтому природа огня – жар. Омрачения не являются природой вашего ума, потому что иногда омрачения возникают, иногда, наоборот, вы чувствуете сильное сожаление о своих поступках. Чувство сильной любви тоже возникает. Это для вас хорошая новость. Она состоит в том, что вы не являетесь плохими по природе. Поэтому не думайте, что вы плохие.

Когда я вас ругаю, то не думайте: «Это означает, что я плохой человек». Дело в том, что у меня на вас есть очень большие надежды, именно поэтому я ругаю вас. Есть надежда, что вы станете лучше, поэтому я вас ругаю. Если лучше не станете, зачем ругать? Какая в этом польза? Поэтому, когда я ругаю, надо радоваться: «Как хорошо, что меня ругают».

А теперь, что касается позитивных состояний ума. В настоящий момент позитивные состояния ума тоже не являются природой нашего ума, потому что наш ум не все время позитивен и иногда возникают негативные состояния. И поэтому в настоящий момент для нас позитивные состояния ума тоже не являются природой нашего ума. Но, когда мы будем тренироваться длительное время, то позже эти позитивные состояния ума станут природой нашего ума и смогут развиваться до безграничного состояния. Это на сто процентов возможно. Это железная логика, на основе которой Дигнага доказал, что освобождение достижимо. Что касается ума Будды, то везде, где есть ум Будды, также присутствует и любовь и сострадание. И все позитивные состояния ума по природе присутствуют в уме Будды и также развиты до безграничности. Поэтому нет состояния ума Будды без любви и сострадания. Где есть ум Будды, там есть любовь и сострадание, там есть мудрость, там есть терпение, там есть совершенство щедрости, там есть всё – есть все хорошие качества.

Что говорил Будда Майтрея в «Уттаратантре»? Он подчеркивал очень важный момент. Он говорил, что все омрачения временны, а все благие качества ума присутствуют в уме по природе. И что из этого мы узнаем? В царстве нашего ума все позитивные состояния ума являются настоящими гражданами этого государства, а все негативные состояния ума – как пришельцы. Это, как, например, в вашем теле все органы вашего тела можно сравнить с позитивными состояниями ума, а болезни этих органов – это как негативные состояния ума. В чем ваша ошибка? Вместо того чтобы сделать органы своего тела крепкими, вы используете болезни своих органов и из-за этого ваши органы становятся еще слабее. И поэтому вы возвращаетесь в сансаре. Это ваша дебютная ошибка. И те, кто не обладает глобальной философией, не смогут указать вам на такую дебютную ошибку.

В шахматной игре самое сложное – это дебют. Потому что, если вы хотите объяснить другим людям, что такое дебютная ошибка, вы должны знать полную систему, что будет в конце. Поэтому я говорю, что это дебютная ошибка, потому что дальше, в конце будут проблемы. Поэтому это ошибка. Средняя ошибка – когда вы можете сказать через пять-шесть ходов, что это ошибка. Дебютную ошибку очень сложно объяснить. Очень сильно всё зависимо. Поэтому вы говорите, что чуть-чуть знаете дебютную ошибку, но даже точно не знаете. Многим игрокам в шахматы тренер говорит: «Так не надо делать». Всё. Он так не делает, но полного механизма не понимает.

Сегодня я раскрыл вам вашу настоящую дебютную ошибку и, если вы поняли это, то у вас просто блестящий ум.