

Я очень рад всех вас сегодня здесь видеть, в мой третий день пребывания в Уфе. Как обычно, в первую очередь, для нас это необходимая работа, здесь нам нужно постараться вначале развить правильную мотивацию. Сюда мы пришли не просто ради развлечений, мы пришли, для того чтобы проделать определенную работу. Поэтому, вначале нужно развить правильную мотивацию. Например, когда вы ходите в кино или посещаете какие-либо мероприятия, тусовки, вам не нужно порождать правильную мотивацию, потому что вы просто получаете удовольствие. А здесь вы проделываете работу по развитию ума посредством слушания Учения. И поэтому, вначале важно породить правильную мотивацию, – мотивацию укротить свой ум.

А если это возможно, то развеите мотивацию, связанную с великим состраданием. Думайте так: «Для того чтобы не только себя избавить от всех страданий и причин страданий, но также, для того чтобы помочь всем живым существам избавиться от всех страданий и причин страданий, я получаю драгоценную мудрость. Как я могу помочь другим, как я могу избавить всех живых существ от страданий? Я могу поделиться с ними драгоценной мудростью. И поэтому, ту драгоценную мудрость, которую я получу, я буду использовать для того, чтобы избавить себя от страданий и причин страданий. А также разделю ее с близкими мне людьми, с теми, кто готов меня слушать, – чтобы и им тоже помочь избавиться от страданий и причин страданий». В вашей жизни настоящее богатство – это мудрость.

А если говорить о материальном богатстве, то, даже, если вы накопили семь миллиардов долларов, если вы захотите разделить свое богатство с людьми, живущими на нашей планете, – на нашей планете живут семь миллиардов человек, так вот, каждому вы сможете дать по доллару. Это им, особо, не поможет, и у вас деньги тоже закончатся. А что касается мудрости, которую вы сегодня получите, это неистощимое богатство. И если вы разделите эту мудрость с семью миллиардами человек в тот момент, когда они готовы вас слушать, если они попросят вас поделиться с ними мудростью, и вы поделитесь ею, у вас этой мудрости меньше не станет. Двадцать пять лет я делюсь с людьми мудростью. Открыто, кто бы меня ни попросил, я со всеми делюсь советами. Но моей мудрости от этого меньше не стало, наоборот, она возрастает, ее становится все больше и больше.

А если бы в течение этих двадцати пяти лет я стремился делиться своим материальным богатством, то, может быть, все мои накопления у меня закончились бы уже через две недели или через два дня. Что касается богатства мудрости – это драгоценное богатство. И пока вы обладаете драгоценной человеческой жизнью, вам нужно понимать, что у вас есть драгоценный человеческий мозг, благодаря которому вы можете накопить особую бесценную мудрость, которая будет, далее, помогать вам жизнь за жизнью. В особенности, в состоянии бардо, после смерти, когда у вас будут возникать всевозможные иллюзии, вы скажете себе: «Я уже нахожусь в бардо. Я не могу умереть второй раз».

Чего вам в бардо бояться? Это тонкое тело убить нельзя. Грубое тело можно убить, тонкое тело убить невозможно, поэтому сидите спокойно. Эта мудрость помогает. Когда мудрости нет, как только что-то страшное человек видит, у него возникает паника. Почему вся эта паника возникает? Из-за отсутствия мудрости, из-за неведения. В нашем мире тоже есть много людей, у которых возникает паранойя, паника. Почему? Глубинная причина – нехватка мудрости. А у некоторых людей, вообще, страха нет. Это тоже из-за отсутствия мудрости. Даже должен человек бояться, и не боится. Потом с ним беда приключается. Кого-то слишком боится, кого-то вообще не боится, потому что ум тупой, потому что мудрости не хватает. Когда мудрость есть, паранойи не будет. Но немного осторожности тоже нужно, немного страха нужно. Так поступают умные люди.

А теперь, что касается учения по четырем благородным истинам. Вчера мы с вами обсуждали четыре благородные истины с точки зрения функции. Что касается четырех благородных истин с точки зрения функции, то здесь мы рассматриваем, каким образом вам в повседневной жизни использовать четыре благородные истины в вашей практике для развития ума.

И первой строкой Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания». Это означает, что нам очень важно знать, что представляет собой наше полное страдание, в особенности, в чем заключается наше главное страдание. И когда вы об этом узнаете, далее, если вы устраняете свою главную проблему, то и все остальные проблемы у вас тоже исчезают.

Например, если вы работаете в компании и узнали, в чем заключается главная проблема в этой компании, вы можете устранить эту проблему, и все остальные проблемы тоже исчезнут. Если сравнивать это с болезнью туберкулеза, то, если вы поставили диагноз и поняли, что главная проблема заболевания – это бактерии туберкулеза в ваших легких, посредством устранения этих бактерий из легких вы решаете свою проблему. А когда вы поставили диагноз, то далее, что вам необходимо делать? Нужно постоянно, каждый день принимать лекарство и тогда каждый день ваша ситуация будет становиться все лучше и лучше. И точно также, когда вы определили свой диагноз, – то, что ваша главная проблема это рождение под властью омрачений, то, что вам, далее, нужно сделать? Это бороться со своими омрачениями. Кто будет бороться с вашими омрачениями? Никто, вы должны это сделать в одиночку, здесь вам никто не поможет.

Итак, вам нужно понимать, что такая борьба в одиночку – это самая драгоценная борьба. Если вы ведете борьбу с группой людей, то результат будет временным. Но, если вы проводите такую индивидуальную битву, сами самостоятельно добиваетесь результата, то этот результат будет очень хорош. Очень хорош, так как это самая сложная борьба. Потому что, вы здесь один солдат и он же командир, и он же ФСБ. Поэтому это нелегкая борьба. Это как шахматы, где один человек все контролирует. Для этого вам нужны знания.

И в этой индивидуальной борьбе вам никто не поможет. Поэтому вам необходимо знать все аспекты учения, чтобы верно принимать решения. Поэтому, бороться с омрачениями – это совсем нелегко. Но это очень значимое действие. И с этого момента, когда вы уже знаете свой диагноз, что вам нужно делать? Нужно применять противоядие от своих омрачений. А как я говорил вам вчера, вам нужно установить определенную дистанцию, отойти от своих омрачений с пониманием того, что это ваши худшие враги.

Второй строкой Будда говорил: «Отбросьте благородную истину источника страдания». Что касается источников наших проблем, все они возникают из-за омрачений и отпечатков негативной кармы. Очищайте негативную карму, уменьшайте свои омрачения, в этом состоит буддийская практика. Каждый день получайте Учение и применяйте противоядия от своих омрачений, ослабляйте свои омрачения. И так, день за днем вы будете становиться все сильнее и сильнее. И также приучайте свой ум к позитивным состояниям, которые являются источником вашего счастья. Буддийская практика – это практика ума.

Какие вы совершаете жесты руками, креститесь или складываете руки, значения не имеет. Главное – это состояние вашего ума. Вам необходимо уменьшать омрачения в вашем уме, добрые качества вашего ума усиливать, тогда, даже, если вы спите, то вы занимаетесь сильной практикой. А если вы читаете молитвы, а в уме у вас находятся недобрые мысли, то нет смысла в ваших молитвах. Вам необходимо произвести революцию в вашем уме, проделать определенные перемены. Тогда вы совершенно точно добьетесь результата.

Далее, третьей строкой Будда сказал: «Осуществите благородную истину пресечения». И это означает, что если вы хотите быть счастливыми, вам нужно достичь состояния ума полностью свободного от омрачений. Это пресечение омрачений. И это наивысшее счастье. Это должно являться вашей целью. Когда вы поставите для себя такую цель, то, что касается всей мирской деятельности, она станет для вас уже не такой важной. Поскольку мы для себя не поставили такой цели, и все наши намерения связаны с обретением материального богатства, с каким-то временными целями, то мы играем в одну из мирских игр, мы хотим какого-то мирского результата. Это ваша главная цель и поэтому здесь, даже если вы хотите быть добрыми, вы не можете быть добрыми из-за такой ограниченной цели. Эти мирские цели – власть, богатство, это как соленая вода. Людям всегда мало денег и богатства, хочется еще больше. А счастья все равно нет. Поэтому знайте, самый счастливый ум – это ум, свободный от омрачений, чистый ум. Никто не украдет ваши позитивные качества ума.

Поэтому, если вы в жизни ясно для себя поставите цель, я могу сказать, что вы никогда не будете испытывать зависти, а будете испытывать только сострадание. Что касается людей, которые обретают временное мирское счастье, здесь вы поймете, что, в конце концов, временное мирское счастье приносит другие страдания. До тех пор, пока они не вступят в битву со своими внутренними врагами с омрачениями, рано или поздно наступит беда. Когда я был маленький, у меня иногда появлялась зависть. Сейчас у меня зависти нет вообще. Иногда я немного завидую буддам и бодхисаттвам, потому что у них такой чистый ум. Они одержали полную победу над омрачениями. Я думал: «Почему у них получилось, а у меня не получается»? И понял, что я сам в этом виноват, потому что я ленивый. Теперь я им сордауюсь и думаю: «Путь я буду поступать как будды и бодхисаттвы».

Такое возможно благодаря пониманию того, что только нирвана – это покой. В нашем мирском счастье, на самом деле, ничего счастливого нет, одна только грязь. Чтобы стало чисто, нужно развивать ум. Поэтому Будда говорил, только нирвана – это покой. Если вы боретесь со своими омрачениями, развиваете чистоту ума, – это счастье, это настоящее счастье. Если вы это понимаете, – что только нирвана есть покой, – то в вашем уме вопросов нет, много желаний нет. Даже если джин придет, у меня не будет таких больших глаз: «О! джин!» Я знаю, что он не может дать мне нирваны, – того что я хочу. Он не скажет: «Геше Тинлей, я тебя люблю, желай что хочешь, я тебе это дам». Я говорю: «То, что мне нужно, ты не можешь дать». Он спросит: «Да, скажи, что это?» Мое пожелание: «Я хочу ум полностью свободный от омрачений». Тогда он скажет: «Извини, я не могу этого тебе дать». Даже Будда не этого может, как джин это сможет? Будда говорит: «Нирвану вам никто не может дать. Этого вы сами лично индивидуально должны добиться».

Это ваша индивидуальная борьба, никто вам здесь не поможет. И здесь сегодня задумайтесь о том, что, да, действительно, только ум, полностью свободный от омрачений, – это полное умиротворение, это высшее счастье, это вечное счастье. «Это вечный фактор счастья, чего же еще мне нужно? И этого я буду желать всем живым существам». Вначале вам нужно пожелать этого себе, а затем пожелать всем живым существам. И это называется «любовь».

А что такое отречение? Вы здесь от чего-то отрекаетесь. От чего именно вы отрекаетесь? От мирских способов поиска счастья. От этого отрекаетесь. Итак, вы отвергаете именно это. И когда вы отрекаетесь от мирских способов поиска счастья, то, далее, к чему вы приходите? К тому, что вы ищите счастья только в уме, полностью свободном от омрачений. И желать себе ума, полностью свободного от омрачений, это называется «отречение». И это любовь к себе.

Человек, который сам себя не умеет любить, как может ожидать любви от других? Мы себя неправильно любим. Мы думаем, что, если у меня деньги будут, я буду счастливым. Второй день думаем, что, если у меня власть будет, я буду счастливым. Третий день думаем, что, если у меня муж будет, я буду счастливой. Четвертый день думаем, что, если у меня дети будут, если у меня будет здоровое тело, и так далее, и этому нет конца. В разные дни разное думаем. Поэтому психологи говорят, что люди сами не знают, чего хотят. Потому что нет твердого понимания, что такое счастье. Поэтому мы не любим себя по-настоящему, мы просто привязаны к себе.

Настоящая любовь к себе – это желание себе безупречного счастья, ума, полностью свободного от омрачений. Это любовь к себе. И это называется «отречение». С одной стороны это отречение, с другой стороны – любовь к себе, потому что, тем самым, вы желаете себе безупречного счастья. Это лучший способ позаботиться о своем ментальном здоровье. Человек, который не может любить себя, не способен о себе позаботиться. Как говорил Шантидева, этот человек также не сможет полюбить и других, позаботиться о других.

Что вы желаете себе, того же вы будете желать своим детям. А мы что желаем своим детям? Мы никогда не думаем: «Пусть у моих детей будет здоровый ум». Нет, мы думаем: «Пусть мои дети умными будут, большую зарплату получают, самый лучший институт закончат, женятся и замуж выйдут, двоих детей нарожают, дачу купят, машину, две машины». Это ваша нирвана. Это вы неправильно заботитесь о своих детях. Потом некоторые папы-мамы своих детей заставляют насильно что-то делать. Папа говорит сыну: «Я солдат, ты тоже должен стать солдатом, офицером». Давят на детей. Это неправильно. Потому что он себя не любит правильно, как он может любить своих детей правильно? Поэтому, чтобы взрастить бодхичитту, любовь, сострадание, для этого Учение по четырем благородным истинам должно быть основой. Без этого ваша любовь будет детской любовью.

Четвертой строкой Будда говорил: «Медитируйте на благородную истину пути». И он говорил, что простого желания себе безупречно здорового ума мало. В действительности, это хорошее желание, но этого недостаточно. Если вы ставите для себя в своем уме такую цель, это наивысшая цель и это очень хорошо, безупречная цель, совершенная цель, – этого тоже недостаточно. Вам нужно что-то делать, чтобы осуществить эту цель. И что вам нужно сделать? Здесь Будда говорил: «Медитируйте на благородную истину пути». Это значит медитировать на пустоту.

И мудрость прямого познания пустоты называется «благородной истиной пути». Мудрость, напрямую познающая пустоту, – это настоящая Дхарма. А все остальные позитивные состояния ума – это вторичная Дхарма. А вот эта мудрость прямого познания пустоты – это настоящая Дхарма. Что касается настоящей Дхармы Махаяны – это, когда ум сильно побуждаем любовью и состраданием, и с бодхичиттой обретает прямое познание пустоты, – это называется «абсолютная бодхичитта». Эта абсолютная бодхичитта – это Дхарма Махаяны. Это благородная истина пути в Махаяне, потому что это абсолютная бодхичитта.

А с другой стороны, это безупречный метод, потому что здесь вы очень сильно побуждаемы бодхичиттой. Итак, это Дхарма. И что касается результата этой Дхармы, – это ум, полностью свободный от омрачений. Это тоже является Дхармой. Одна Дхарма причины, другая Дхарма плода. И то, и то является Дхармой. И благородная истина пресечения, и благородная истина пути – это Дхарма. Одна из них является причиной Дхармы, другая результативной Дхармой. И их функция заключается в том, чтобы защищать нас от страданий. И все Будды прошлого были рождены из этой Дхармы. И в настоящем Будды

рождаются также из этой Дхармы. И будущем также все Будды будут рождены из этой Дхармы.

А теперь, Учение по четырем благородным истинам с точки зрения функции и результата. И что здесь говорил Будда? Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания, но распознавать нечего». Второй строкой Будда говорил: «Отбросьте благородную истину источника страдания, но отбрасывать нечего». Третьей строкой Будда говорил: «Осуществите благородную истину пресечения, но осуществлять нечего». Далее, четвертая строка: «Медитируйте на благородную истину пути, но медитировать не на что».

Эти четыре строки без правильного комментария могут сбить вас с толку. Без правильного комментария вам может показаться, что здесь есть противоречие. И всего здесь существует два комментария. Это обычный комментарий и необычный комментарий. Теперь вы, действительно, начинаете изучать философию, и ваш мозг становится философом. Ваш ум шевелится, это очень хорошо, потому что, когда мы учимся в школе, наши мозги не особо шевелятся. Мы просто соглашаемся с тем, что говорит учитель.

Однажды, когда мне было десять лет, в классе, когда учитель по математике писал нам множество разных уравнений на доске, я задал учителю вопрос: «Как все эти уравнения связаны с нашей жизнью, чем они помогут нам в жизни? Зачем нужно это учить, ради чего? Мне это интересно». Он так разозлился, как будто я задал кошмарный вопрос, и ответил: «Если ты хочешь сдать экзамен, учи все это, иначе можешь не учить». Потом я понял, зачем я учусь – ради экзаменов. Тогда зачем так мучить нас? Нет смысла рано утром вставать ради экзаменов. Что касается всех знаний, которые мы обретаем, мы должны знать, как их использовать. Иначе, какая польза от этих знаний? Если у вас дома есть много лекарств, а вы не знаете, от чего эти лекарства помогают, то это просто мусор. Если у вас есть много знаний, а вы не умеете ими пользоваться, то эти знания это тоже мусор.

Психологи-ученые исследуют работу человеческого мозга и говорят, что наш мозг работает подобно смартфону. Если в течение какого-то времени, например, двух недель, трех недель мы не используем какую-либо информацию, то она уходит вниз, замещается другой, новой поступающей информацией. И потом, спустя какое-то время, поскольку она не нужна, она расценивается как бесполезная и вообще удаляется. Потому что мы забываем информацию, которой не пользуемся. Мы об этих вещах не думаем. Это напоминает сдачу экзамена: сдал – забыл.

А что касается нашей повседневной жизни, какая информация всплывает первой в нашем мозге? Это та информация, которую мы вспоминаем снова и снова. Мозг считает, что это полезные способы решения проблем. Потому что, обычно, мы начинаем думать, когда у нас возникают проблемы, тогда мы начинаем искать информацию.

Также и в буддизме говорится, что, если вы получаете какие-то знания, а затем не обдумываете их, не вспоминаете снова и снова, то, затем, эти знания не будут для вас полезны. Поэтому, после слушания учения, необходимо думать, размышлять. Итак, когда вы думаете, далее, вспоминаете наставления снова и снова, тогда они превратятся в мудрость, возникающую на основе размышления. Тогда, в трудной ситуации ваш ум говорит: «Стоп-стоп, терпение. Сразу реагировать не нужно. Посмотри на ситуацию со стороны собеседника. Наверное, он несчастлив. Ах, да-да, он ненормальный. Если бы он был нормальным, то так не говорил бы. Значит, правильно, он ненормальный». Что нужно делать с ненормальными людьми? Вести себя тихо, отвечать им не надо. Потому что, объяснений они не понимают.

Итак, теперь обычный и необычный комментарий. Обычный комментарий к четырем благородным истинам с точки зрения функции и результата. Мы рассмотрим первую строку: «Распознайте благородную истину страдания, но распознавать нечего». Чтобы нам решить наши проблемы, чтобы избавиться от проблем, в первую очередь, нужно целиком и полностью понять, что представляют собой наши проблемы. Как только вы точно и правильно познаете благородную истину страдания, то, далее, познавать снова и снова вам эту истину уже не придется. Это будет безупречное распознавание. А если вы о чем-то знаете, но вам нужно узнавать это далее, снова и снова, то это не является безупречным знанием.

Безупречное знание, это, когда вы что-то познали, и, далее, вам не нужно познавать это снова и снова. Итак, мы говорим о благородной истине страдания с точки зрения функции и результата. Здесь, когда мы говорим о результате, это означает, что, если вы один раз распознали благородную истину о страдании, то это безупречный результат. И снова и снова распознавать ее уже не придется.

Далее говорится: «Отбросьте благородную истину источника страдания, но отбрасывать нечего». Это означает, что как только вы отбросите благородную истину источника страдания, – а это ваши омрачения, – с помощью применения безупречного противоядия, тогда, вам не нужно будет снова и снова устранять свои омрачения. Это отбрасывание будет безупречным. Например, если сравнивать с лечением, – здесь, когда вы на сто процентов излечиваетесь, то болезнь уже не обостряется. Если, например, говорить о туберкулезе, то вы можете излечиться от этой болезни, но не можете сделать так, чтобы эта болезнь у вас уже никогда не обострилась. Поэтому, это небезупречный результат. В случае ментальных болезней вы можете прийти к такому состоянию, когда эта болезнь уже никогда не обострится. Поэтому это безупречный результат.

И Будда говорил, что отбросить омрачения нелегко, но, как только вы совершите такое отбрасывание, оно будет безупречным. И вновь и вновь вам отбрасывать омрачения уже не придется. Например, если говорить о нашей физической тренировке, то, сколько бы вы ни тренировались, даже если ваша физическая форма стала совершенной, все равно это небезупречный результат. Почему? Потому что, если на следующий день вы не сделаете упражнение, то ваше тело немного ослабнет.

Далее, будут проходить годы, даже, если вы все время занимаетесь упражнениями, все равно, поскольку время течет, проходят годы, ваше тело будет становиться все слабее и слабее. Потому что, если говорить о внешних материальных объектах, то, сколько бы вы их ни тренировали, будет определенный предел. И кроме этого, они постоянно меняются. И поэтому, вам приходится тренироваться снова и снова. Но все равно, однажды, вы заболеваете, однажды, вы становитесь старше и эта хорошая форма у вас исчезает. Если я так скажу, вам будет неинтересно тренироваться. Вы подумаете, зачем тогда каждый день я буду тренироваться, если к старости все равно тело усохнет? Тогда вы решите, что тренироваться вам неинтересно.

Потому что, сколько бы вы ни тренировались, в конце концов, результата все равно нет. Настоящего результата нет, есть иллюзия, что какие-то мышцы стали немного красивее. А если вы убираете омрачения, хотя это и нелегко, но, если вы все правильно делаете, потом такое время настанет, что вам ничего не надо будет больше делать. Нужно один раз полностью убирать омрачения. Тогда вы по-настоящему отдыхаете, ничего больше делать не надо, потому что вы получили отличный результат. Поэтому Будда говорил, что, если вы чем-то занимаетесь, то занимайтесь этим делом очень эффективно, так, чтобы при

достижении определенного результата, вам уже не требовалось вновь прикладывать усилия. И тогда это будет совершенный результат.

Если вы играете в шахматы, гроссмейстер скажет: «Делай такой ход». Такой ход сразу выгоды не дает, а долгосрочно дает. Такой тонкий ход должен вас полностью защищать, чтобы вы потом могли эффективно атаковать. Любой ваш ход должен быть тонким. Тогда результат будет очень большим. Если мы делаем детский ход, то и результат будет детским, получите ответно мат. Никогда не делайте первое, что пришло на ум. Думайте дальше, глубже, еще глубже. Думайте так: «Самая главная цель – это ум свободный от омрачений. Это моя цель. Как этого достичь? Каждый день буду хотя бы понемногу тренировать ум. Уменьшать омрачения, развивать хорошие качества ума, увеличивать их. Знания копить буду. За один день я не могу достичь большого результата. Но у меня есть цель и я буду к ней стремиться».

Если в какой-то мирской области вы хотите с кем-то посоревноваться, например, если вы у меня спросите: «Геше Ла, могу ли я посоревноваться с таким-то человеком?», я скажу вам: «Да, вы можете». Далее я скажу: «Но, сразу же завтра вы обогнать его не сможете, это невозможно. И за год это тоже невозможно». Согласно с уровнем этого человека, я скажу: «Хорошо, если вы ставите себе цель, скажем, на пять лет вперед, то через пять лет это уже возможно». Это возможно. Поэтому, даже мирская конкуренция сразу не даст результата. Умный человек это понимает. Поэтому вы думаете: «Чтобы такого человека обогнать, мне нужно пять лет». Вы вот такую цель поставили, и достигаете ее. Вот, если вы такой ход делаете, то это называют «гроссмейстерский ход» в шахматах. Наша жизнь – это шахматы. Если вы хотите стать Буддой ради блага всех живых существ, это невероятная цель. Сегодня невозможно ее достичь, завтра тоже невозможно. Много жизней надо работать для этого. Тогда стопроцентно вы можете стать Буддой ради блага всех живых существ. Вы можете развить ум до такого уровня.

Вот такая цель. Если у вас есть такая цель, вы думаете: «Жизнь за жизнью я буду достигать главной цели. Потом я смогу этой цели достичь». Каждый день понемногу работаете и спокойно сидите. Что еще вам нужно? Если эмоции возникают, это большая ошибка. Никогда эмоций не надо допускать, если допустили, значит, вы проиграли. Если долгосрочную цель поставили, механизм достижения всегда одинаковый. Для достижения нужно время. Каждый день понемногу развивайтесь, без перерыва. Тогда ваши омрачения будут вас бояться. Когда вы такую цель поставили, каждый день развиваться, безэмоционально, как математик, каждый день порция развития, постоянное развитие, тогда ваши омрачения сами сдадутся. А у вас нет терпения, поэтому вы ничего не получаете.

Много лет тому назад, однажды, когда я летел в Калмыкию, в самолете я сидел вместе с шахматистом Карповым. Он задавал мне вопросы по буддийской философии. И задавал интересные вопросы, потому что он мыслитель. Я знал, что он является мыслителем, и сказал ему: «У меня тоже есть к вам один вопрос». Потому что я знал, что он обладает хорошим опытом. Он спросил у меня: «Какой у вас вопрос?» И так, я спросил у него: «Что в шахматах самое главное?» Может быть, он такой вопрос слышал впервые. И так, он подумал над этим вопросом, подумал и сказал, в конце концов, что в шахматах самое главное – это терпение.

Так же, как говорится и в буддийской философии. Буддизм говорит: «Самое главное в достижении цели – это терпение». Завтра же получить результат не получится. Я еще спросил у него: «А почему в шахматах самое главное – это терпение». И он мне сказал: «В шахматах бывают две ситуации, две главные ситуации. Одна из них – это ситуация, где вы обладаете преимуществом. И в это время, если у вас нет терпения и вы хотите мгновенно

победить, то вы, наоборот, проиграете. И в этот момент очень важно сохранить терпение. Когда у вас есть преимущество, далее, вам нужно продолжать давить постепенно, шаг за шагом. И тогда вы выиграете». «А другая ситуация – это ситуация, когда вы в затруднительном положении. А у противника, наоборот, превосходящая позиция. И в этот момент, если у вас нет терпения, вы сделаете какой-нибудь резкий ход и очень быстро проиграете. В этот момент с терпением нужно постепенно, шаг за шагом, устранять давление. И затем, постепенно начинать уже самому давить на оппонента. Так, с терпением, вы победите».

Это точно, это опыт, жизненный опыт. Поэтому терпение – это очень важно. Многие думают, что терпение означает «не злиться», но это не так. Терпение означает «не сдаваться». Вы можете не злиться: «Все, я не могу больше». Это не имеет отношения к терпению. Терпение означает, что вы никогда не сдаётесь. «Сегодня не могу – ничего, завтра смогу. Завтра не смогу – ничего, послезавтра смогу. В этой жизни не получилось – ничего страшного, в следующей жизни буду продолжать». Вот так думайте и никогда не сдавайтесь. Тогда омрачения будут вас сильно бояться.

Вы говорите: «Омрачения, я вас не боюсь. Если я в этой жизни не смогу вас победить, в следующей жизни буду бороться и смогу победить. Я вам слугой не буду». А мы сейчас слушаем все, что говорят омрачения. Это означает, что мы трусы. В этом случае, мы трусы. Но трус это тот, кто боится своих омрачений. Что бы они ни диктовали, мы все это принимаем. А герой – это тот, кто никогда не боится своих омрачений. Даже, если вы проигрываете, продолжайте бороться, так вы станете героем. Сначала мне тоже нелегко было. Омрачения много жизней были моей привычкой. Но я не сдаюсь, и они меня уже боятся. Когда вы вообще не сдаётесь, они вас боятся.

Далее, третья строка: «Осуществите благородную истину пресечения, но осуществлять нечего». Что это значит? Если вы хотите обладать безупречным счастьем, то, как говорил Будда, вам нужно осуществить благородную истину пресечения, – обрести ум, полностью свободный от омрачений. Но осуществлять нечего. Это означает, что как только вы осуществите эту цель, то снова и снова ее осуществлять уже не придется. Это будет безупречным достижением.

И далее, четвертая строка: «Медитируйте на благородную истину пути, но медитировать не на что». Если вы хотите обладать безупречно здоровым состоянием ума, то одного желания вам недостаточно. Вам нужно медитировать на благородную истину пути. И как только ваша медитация станет совершенной, – такой, которая полностью устраняет все омрачения из вашего ума, далее, снова и снова медитировать вам уже будет не нужно.

Из пяти путей пятый путь называется «путем более немедитации». Первый – это путь накопления. Второй – путь подготовки, третий путь – видения, и четвертый называется «путем медитации». И когда, обеспечив себе совершенную подготовку, вы переходите к медитации и полностью устраняете омрачения из своего ума, то, далее, вы вступаете на пятый путь, путь более немедитации.

А теперь, необычный комментарий. Итак, необычный комментарий к этим строкам: «Распознайте благородную истину страдания, но распознавать нечего». Что это означает? Если вы хотите решить свои проблемы в самом их корне, вначале вам нужно узнать, в чем состоит корень ваших проблем, в чем заключается главная проблема. Но во второй строке говорится: «Но распознавать нечего». Тем самым говорится, что нет какой-либо плотной проблемы, которую вам нужно было бы распознать. Ваше всепроникающее страдание – это проблема номинальная, здесь нет какой-то самосушей проблемы.



А рождение под властью омрачений, – если вы исследуете, что такое омрачения, то увидите, что они не существуют каким-либо плотным образом, что они не являются такими, какими кажутся вам. Иногда, когда возникает омрачение в уме, вы думаете: «О, как плохо, у меня здесь омрачение». Это тоже является цеплянием за истинность своих омрачений. Некоторые люди приезжают и говорят: «Геше Ла, у меня иногда в уме омрачения, я плохо себя чувствую, я ощущаю вину». Здесь вы цепляетесь за истинное существование омрачений.

Так, вы начинаете думать, что вы очень плохой человек, самосуще плохой. И это тоже ошибка. Нет таких прочных самосущих омрачений, нет прочного, самосущего плохого человека. Что такое хорошее, что такое плохое? Нет чего-то хорошего и плохого, все это относительно. Относительно. Нет ничего такого самосущего черного или белого, все относительно. Если вы это понимаете, то, когда у вас возникнут омрачения, у вас не будет такого чувства, что вы грязный, плохой человек, а у кого нет омрачений, тот святой человек, – такого не будет.

А что такое хорошее или плохое, здесь вы оцениваете относительно функции объекта. Если какой-то объект приносит определенную пользу, то этот объект хороший. А если объект создает проблемы, то это плохой объект. Например, если вы болеете диабетом, сахар для вас – это плохо. Необязательно сладкое, сахар плохо для всех людей. У вас своя ситуация, для вас сладкое – это плохо, потому что вы болеете диабетом. Для человека у которого вообще отсутствует сахар – это лекарство. Поэтому, не может быть сахар сам по себе хорошим или плохим, – это зависит от того, для какого человека мы его рассматриваем.

Омрачения всем людям только вредят, потому что их функция – только вредить. Что касается сахара, его функция разная, – у кого-то сахар высокий, тому он вредит, у кого-то сахар низкий, для того сахар восстанавливает баланс. Поэтому, он может быть плохим, может быть хорошим. Но омрачения, если вы посмотрите на их функции, то увидите, что они только вредят. Их функция – вредить вам, вредить другим людям. Поэтому, про омрачения можно говорить, что это плохо.

И поэтому с точки зрения функции мы можем говорить о том, что хорошо и что плохо. Теперь, если рассмотреть, например, привязанность или гнев. Привязанность и гнев не существуют такими, какими вам кажутся. В силу определенных условий в вашем уме появляется привязанность или гнев. Каких условий? Это неправильная интерпретация. Например, если вы преувеличиваете какие-то стороны объекта, то у вас может появиться привязанность или гнев. Психологи, ученые провели анализ того, как люди видят объект, когда они злятся. Они говорят: «Когда человек злится, он очень сильно преувеличивает. И потом возникает гнев». В буддизме говорится: «Из большого преувеличения возникает привязанность. Привязанность не преувеличивает».

Ученые говорят наоборот: «Если человек гневается, он слишком сильно преувеличивает, если кто-то слишком сильно привязывается, тоже слишком сильно преувеличивает». А в буддизме говорится, что из-за преувеличения объекта у человека возникает привязанность или из-за преувеличения каких-то свойств объекта у человека возникает гнев. Из-за преувеличения возникает гнев. Например, посмотрите, вы спокойно сидите. Вдруг, кто-то говорит вам: «Ваша Наташа о вас так-то и так-то сказала». Вы сразу преувеличиваете: «Наташа год назад, два года назад так-то и так-то говорила, потом, она вчера на меня плохо смотрела». Много преувеличиваете, потом ваше лицо красное становится. После такого неправильного преувеличения ваше лицо становится красным. Тогда возникает гнев.

В этот момент проверьте, что представляет собой ваш гнев. Он не существует отдельно от вашего ума. В силу определенных условий это состояние ума превратилось в грубый гнев. Здесь главный его ингредиент – это ясное и осознанное состояние ума. Например, вода, если она встречается с таким условием как холод, то превращается в лед. Я сейчас говорю научно, не догматически. Это лед, каким бы крепким он ни был, имеет природу воды. Вы говорите, что это лед, но, на самом деле, это вода. Слово меняется, замерзшую воду вы называете другим словом, но природа льда – это вода. То, что вам нужно сделать, – это изменить условия. И тогда лед вновь станет водой.

В буддизме говорится, что каким бы прочным ни казался лед, что касается его природы, он неотделим от воды. И точно так же, какими бы прочными ни казались омрачения, – гнев, зависть, привязанность, – по природе это просто ясное и осознанное состояние ума. Если вы пребываете в простой ясности и осознанности ума, это медитация на ясный свет. И если вы не позволяете уму преувеличивать, то, даже если возникает грубая мысль, вы за ней не следуете, а остаетесь просто в ясном и осознанном состоянии ума, тогда вы не позволяете возникнуть условию. Тогда ваше ясное и осознанное состояние ума, подобно воде, – всегда будет оставаться такой же водой.

С точки зрения тантры, если мы обретаем способность все время пребывать в состоянии ясного и осознанного ума, не выходя из этого состояния, мы становимся буддами. Но это совсем нелегко. В тантрах есть уникальные медитативные техники, с помощью которых можно достичь такого чистого состояния ума. Поэтому, гнев, привязанность, – все это по природе неотделимо от ясного и осознанного ума, который подобен воде. Каким бы прочным ни казался лед, его природа – это вода.

Философы проводят такое исследование: продолжается ли состояние привязанности в состоянии Будды или нет. Я и мои друзья-философы утверждаем, что ни привязанность, ни гнев не могут продолжаться в состоянии Будды, – это грубые состояния ума. Тогда в диспуте вопрос задается следующим способом: «Что касается ясного и осознанного состояния привязанности, является это привязанностью или нет?» Ответ: «Нет».

Если ясное и осознанное состояние привязанности не является привязанностью, то тогда это ясное и осознанное состояние ума разве не цепляется за объект, как за объект привязанности, то есть, не ценит его каким-то особым образом? На это ответить нелегко. Оно должно удерживать объект таким же образом. Здесь можно говорить о двух способах удержания объекта. В первом случае, оно будет удерживать объект таким образом не само по себе, а в силу других факторов, в силу ментальных факторов. Поскольку, они удерживают объект как объект привязанности. Из-за этого это ясное и осознанное состояние привязанности тоже удерживает объект таким же образом, но не само по себе.

Что такое привязанность? Это такое состояние ума, которое не в силу каких-то других факторов, а само по себе удерживает объект таким образом. Тогда ясное и осознанное состояние привязанности может продолжаться и в состоянии Будды, но это не привязанность. Например, вот эта чашка. С ней это понять проще. Эта чашка не продолжит существование, потому что если я ее разобью, она уже не будет чашкой. Каждый осколок этой чашки это не чашка. Но каждая частица, из которой состоит это чашка, продолжает существовать.

Но при этом, мы не можем сказать, что чашка продолжает существовать. Также и привязанность подобна чашке. Когда вы устраняете условия, эта привязанность подобно чашке распадается на куски, но это ясное и осознанное состояние привязанности уже не привязанность. Как частицы, из которых состоит эта чашка. А это всегда продолжает

существовать. С этим согласны и ученые, и также буддисты. В некоторых монастырях некоторые философы утверждают, что состояние привязанности продолжается и в состоянии Будды. И это немного трудный вопрос.

Когда они говорят, что привязанность продолжается в состоянии Будды, то не имеют в виду, что грубое состояние привязанности продолжается в состоянии Будды. Речь идет о тонком, ясном и осознанном состоянии привязанности. Это продлится и в состоянии Будды. И это уже немного другая точка зрения, но, по сути, философское рассуждение точно такое же. Иначе с этой точки зрения, если бы мы говорили о чашке, нам нужно было бы признать, что чашка всегда продолжает существовать, даже если вы раскололи ее на куски. Можно сказать, что каждая частица, из которой состоит эта чашка, это тоже чашка и поэтому она продолжает существовать. Значит, здесь, с этой точки зрения, придется сказать, что существует множество чашек, поскольку большое количество частиц продолжает существовать. Я сломал эту чашку, стало больше чашек. Это логическое противоречие. Что такое чашка? Такая форма – это чашка. Когда я сломал чашку, она исчезает. Основы для чашки нет. Возникает логическое противоречие. Это чистая логика.

Я говорю это своим старшим ученикам, это предназначено не для всех. Если я буду давать Учение только на поверхностном уровне, то тогда старшие ученики не будут получать Учение. Теперь вам очень ясно, что ясное и осознанное состояние привязанности или гнева, они все продолжают и в состоянии Будды, но это не привязанность и не гнев. Если говорить о внешних материальных объектах и нашем уме, то механизмы очень похожи. О чем говорит квантовая буддийская наука? Если мы пребываем в состоянии наитончайшего ума с наитончайшим энергетическим телом, то там видение, измерение совершенно другое. Там наитончайший уровень, эти вещи не зависят от грубых факторов и там состояние очень устойчивое.

Там нет такого разрушения, как с грубыми объектами. Например, чашка очень легко может разрушиться, потому что зависит от очень грубых факторов. Поэтому там все быстро меняется. Экономика в нашем мире – очень грубый фактор, поэтому каждый день, каждый час меняется. Стабильности нет, надежности нет. Что будет дальше, никто не знает. Когда мы пойдем дальше, ум будет становиться все тоньше и тоньше, там возникнет стабильность. Там вы найдете настоящее спокойствие. Если вы научитесь использовать наитончайшее энергетическое тело, то тогда, из этого тела вы сможете эманировать бесчисленное количество тел. Чтобы ни познавал ваш ум, ваше тело будет присутствовать в этом месте. Ваш ум станет вездесущим и ваше тело тоже будет вездесущим. Чтобы вы могли приносить благо всем живым существам с помощью таких невероятных тела и ума. Это буддийские технологии.

Это невероятное тело. За одно мгновение вы можете оказаться в любой точке вселенной благодаря такому тонкому энергетическому телу. Какие бы высокие технологии мы ни создавали, тем не менее, самые высокие технологии – это наше тело и наш ум. Наш ум – это очень сложная технология. Если говорить о квантовом уровне нашего ума, то он просто невероятен. Наше тело – это тоже сложно устроенная высокая технология. Какими бы ни создавали современных роботов, они, все равно, не могут полностью повторить даже движения нашего тела. Даже полностью повторить движение пальца они не могут. Это тоже очень трудно.

Ученые смотрят и видят, что робот не может повторить даже движение наших пальцев, эта технология так работать не может. Это очень высокая технология – наше тело. А если вы используете не это грубое, а свое тонкое тело, это квантовое тело, тогда оно просто невероятно. В наши дни в квантовой физике пришли к выводу, что, если использовать

материю на квантовом уровне, то можно добиться большего развития. Невероятные технологии можно разработать. А в буддизме две с половиной тысячи лет назад Будда это открыл.

Буддизм – это инструкция по использованию этих высочайших технологических разработок, – наших тела и ума. Нам не нужно создавать какие-то новые технологии, мы уже обладаем невероятно высокими технологиями тела и ума. Если мы будем использовать их эффективно, тогда вам не нужно как-то специально отправляться в другое место, вы можете медитировать и добиться того, что по щелчку пальцев вы сможете оказаться в любом месте. А если вы обретаеете иллюзорное тело, то в своем тонком теле вы можете быть вездесущим. Это высочайшая технология, которая у нас есть от природы. Использовать ее очень трудно. И инструкция по использованию технологий, высочайших технологий нашего тела и ума – это учение Будды. А самое базовое, основополагающее Учение – это Учение по четырем благородным истинам.

С какой целью вы хотите использовать свои высокие технологии тела и ума? Отвечая на этот вопрос, вы приходите к пониманию цели. Ради здорового состояния ума, ради полного укрощения ума. Не только для себя, но и для того чтобы всех живых существ избавить от страданий, привести к безупречному счастью, – для этого вы хотите использовать свои высочайшие технологии тела и ума. Я могу сказать с уверенностью на сто процентов, что буддизм – это наука об уме. Самое первое революционное учение на нашей планете преподавал Будда.

Многие индуисты вначале не были согласны с Буддой, но, далее, последовали учению Будды. Одним из таких индуистских мастеров был Кашьяпа, он был великим философом. И когда он однажды услышал, что Будда говорит о том, что ритуалы не очень важны, он пришел повидаться с Буддой. Он пришел и сказал: «Будда, у меня к вам есть один вопрос». Будда сказал: «Хорошо, пойдём, пройдем к реке». Будда сел и далее Кашьяпа задал Будде вопрос. Он спросил: «Говорили ли вы, что ритуалы не очень важны?» Будда ответил: «Да, я это говорил». «Тогда это противоречит множеству коренных текстов индуизма. Что вы на это скажете, как вы это объясните?»

И Будда сказал: «Представь такой пример: тебе нужно пересечь эту реку. И что ты сделаешь, чтобы пересечь ее?» Кашьяпа сказал: «Сначала я проверю, глубока эта река или нет. Если она глубокая, то с помощью лодки я ее переплыву. А если она не глубокая, я перейду ее вброд». И Будда сказал: «Это правильно, это само собой разумеется. Теперь, если ты хочешь пересечь эту реку и вместо того, чтобы произвести эти действия, ты просто сидишь на берегу и молишься, проводишь ритуалы, пересечешь ты ее или нет?» Кашьяпа ответил: «Нет». Это то же самое. Если мы хотим избавиться от страданий, нам нужно устранить причины страданий, но чем нам помогут ритуалы? Нам нужно устранить главную причину, а что касается ритуалов, они могут являться некоторыми небольшими условиями, а для нас самое главное действие – это устранение причин. И тогда Кашьяпа стал учеником Будды.

Далее, третья строка: «Осуществите благородную истину пресечения, но осуществлять нечего». Если вы хотите обладать безупречным счастьем, вам нужно обрести ум, полностью свободный от омрачений. Но осуществлять нечего – это означает, что нет никакой прочной благородной истины пресечения. Просто, когда омрачения исчезают из вашего ума, это называется «пресечением омрачений». Нет такого прочного явления, как пресечение. Оно взаимозависимо и подобно иллюзии. Если вы думаете, что есть какая-то прочная нирвана, то это заблуждение. Поэтому Будда говорил: «Кто видит меня как форму, в действительности,

не видят меня». Потому что форма – это не Будда. Ум Будды – это тоже не Будда. Будда – это просто имя, которое дано этому телу и уму.

Поэтому думать, что тело – это Будда, это иллюзия. Тело – это не Будда. Будда – это просто имя данное телу и уму, оно существует номинально. И здесь нет ничего такого самосущего, истинно существующего, кроме этого названия вы ничего не найдете. В наши дни и ученые также пришли к выводу, что, если вы исследуете материю и доходите до элементарных частиц – электрона, протона и нейтрона, то, со стороны объекта вы не найдете даже этих частиц. Электрон, протон, нейтрон – то же самое, самостоятельный объект вы не найдете. Эти частицы тоже взаимозависимы. До тех пор, пока есть субъективный ум, мы можем говорить об электроны, протоне и нейтроне, но без субъективного ума ни о чем таком мы сказать уже не сможем.

Например, Уфа. Где она находится? Вот это помещение, это Уфа или нет? Если это не Уфа, тогда мы не в Уфе. А если это Уфа, то и другой дом – это тоже Уфа. Появляется много городов с именем «Уфа». Таким образом, нет какого-либо прочного места, которое являлось бы Уфой. Уфа – это просто имя, данное объектной основе. Поскольку мы пребываем в одной из объектных основ для обозначения с именем «Уфа», мы говорим: «Я нахожусь в Уфе». Но при этом нет какой-то прочной Уфы. Люди делят территорию, эта территория – Уфа. Поэтому, про тех, кто находится на этой территории, вы говорите, что он находится в Уфе. Но самой твердой Уфы нет. Это основа названия «Уфа». Поэтому, если что-то является основой для названия «Уфа», вы говорите, что это Уфа. Но это тоже не Уфа. Такой прочной Уфы не существует.

Например, где татары, где башкиры, это тоже просто название. «Я русский», «я башкир», «я татарин». Какой русский, какой татарин, – это все люди. Если посмотреть гены разных людей, то в нас есть и африканские гены. Когда наука это посмотрела, гены посмотрела, – это самое точное, на основе чего мы можем знать, откуда мы пришли. Поэтому, даже в белых людях африканские гены тоже есть, все смешано. Поэтому, как можно говорить: «Мы башкиры» или «мы татары», «мы русские», «мы чисто русские»? Какой чисто русский? Нет такого. Только, наверное, Жириновский чисто русский. Чисто русских людей нет, все перемешаны.

Итак, если нет такого понимания, то тогда появляется цепляние за национальность. «Я чистый русский» или «я чистый татарин», «я чистый башкир». И появляются деления по признаку национальности. Если два человека дерутся, потом кто-то говорит: «О, башкир бьет татарина, потом другие татары гневаются, возникает драка. Вот так возникают войны, и гармонии не будет. Откуда это возникает? Из неправильных мыслей, из деления людей на национальности. Мы все русские, все живем на этой маленькой планете.

На самом деле, мы все просто люди, даже не русские. Мы все люди. Что касается такого определения как «русский», то это тоже непрочная основа для обозначения. Поэтому, когда однажды Будду спросили, бог ли он, Будда сказал, что нет. Его спросили, божество ли он? Он ответил, что нет. Спросили, святое ли он существо? Он ответил, что нет. Итак, чтобы Будду ни спрашивали, он отвечал, что нет. И вот, этот человек, который задавал вопросы, подумал: «Теперь, если я спрошу у Будды, человек ли он, он не сможет ответить, что нет». И так он спросил у Будды: «Вы человек?» Будда ответил: «Нет».

Человек был просто поражен: «Тогда кто же вы?» Будда ответил: «Я просветленное существо». Итак, Будда говорил о самой базовой идентичности. Мы все существа. И среди существ можно различать просветленных существ и непросветленных существ. С безначальных времен мы – живые существа. И если говорить о человеке, мы люди в этой

жизни. В этот раз вы, например, с женскими органами родились, и говорите: «Я женщина». Вы не были всегда женщиной. Поэтому это временный фактор. «Я человек, я женщина, я татарин, я русский», – все это временные факторы. Когда это тело меняется, уже человек нет. Есть живое существо.

Являясь живым существом, вы становитесь человеком, либо богом, либо собакой, но всегда, это все временный фактор. Итак, с безначальных времен и до сих пор вы являлись живым существом, непросветленным существом, тупым существом. А когда мы станем мудрыми, то в будущем мы можем стать просветленными существами. Все живые существа делятся на две категории: просветленные живые существа и непросветленные живые существа. Других делений нет. Тогда как можно делиться? Одни живые существа дерутся с другими живыми существами, из-за деления возникает дисгармония. Самосущих башкир нет, самосущих татар тоже нет, даже самосущего человека тоже нет. Это просто номинал. Даже, если говорить о такой идентичности, как просветленное существо и непросветленное существо, они тоже не являются такими, какими вам кажутся, – они не существуют истинно, но они являются нашей более постоянной идентичностью. Поэтому нет ничего самосущего. Тогда ум понимает, что даже самосущий я не существует». Все мы – живые существа. Поэтому, несмотря на то, Китай причиняет вред Тибету, у тибетцев гнева на Китай нет. В Китае тоже живые существа живут. И в Тибете живые существа живут. Живые существа тоже временно существуют. Там тоже нет ничего самосущего.

И тогда вы поймете, что в пустом доме невозможно что-то украсть. И также в пустом доме невозможно что-то потерять. И вы станете бесстрашным человеком. В Сутре сердца говорится, что бодхисаттвы, зная, что достигать нечего, полностью выходят за пределы страданий. Поэтому, посредством познания пустоты вы сможете полностью избавиться от страданий. Теория пустоты – это непростая тема. Существует множество текстов о теории пустоты.

Потому что, с одной стороны, нет ничего самосущего. А с другой стороны, для номинального существования полностью осуществимы все связи причин и следствий без противоречий. И понять, что эти две природы сосуществуют в гармонии без всяких противоречий, это очень трудно. Иначе, если вы неправильно понимаете теорию пустоты, вы говорите о пустоте и у вас не появляется негативных эмоций, но вместе с этим, и не зарождается также любви и сострадания. Вы говорите: «Живых существ нет, как я могу желать им счастья?» Хотя самосущих живых существ нет, но есть взаимозависимые живые существа, и вы желаете им счастья. Они переживают страдание, подобное иллюзии. И вы желаете им освободиться от этого страдания.

И свое прочное я вы тоже не находите. Но я подобное иллюзии существует. Оно чувствует боль. Если вы палец сунете в огонь, то почувствуете боль. Но этот палец, если вы его исследуете, то это не тело, там нигде пальца вы не найдете, но вы почувствуете боль. Самосущего пальца нет, но, тем не менее, есть объектная основа для обозначения пальца. И номинально существующий палец может обжечься, если сунуть его в огонь. Поэтому, хотя явления не представляют собой чего-то самосущего, истинно существующего, но, тем не менее, причинно-следственная взаимосвязь осуществима для них без противоречий.

И четвертой строкой Будда говорил: «Медитируйте на благородную истину пути, но медитировать не на что». Итак, если вы хотите обрести ум полностью свободный от омрачений, одних желаний вам недостаточно. Вам нужно медитировать. Но при этом нет какой-то самосущей медитации. Если вы скажете, что я самосущим образом медитирую, это будет неправильно. Это цепляние за истинность. Такого не должно быть. Вы должны думать, что медитирует номинально существующее я. Просто взаимозависимое. Если вы его

ищите, то не обнаружите никакого прочного самосущего я, но в качестве номинального существования оно есть. Время закончилось. Итак, это мой небольшой подарок для вас. Эти знания просто бесценны. А теперь размышляйте на эти тем снова и снова. Используйте эти знания. И тогда, в будущем вы сможете использовать буддийскую квантовую науку. Это означает «тантру».

Есть такие наставления, благодаря которым можно достичь состояния будды за одну жизнь. Что касается появления Учения по тантре в нашем мире, то оно возникает реже, чем приход тысячи Будд в наш мир. Что касается этой кальпы, в течение этого длительного периода времени в наш мир придет тысяча Будд, но далеко не каждый из них будет давать учение по тантре. Эта квантовая буддийская наука об уме, это большая редкость. И для вас большая удача получить представление об учении Будды.

Теперь вы не должны довольствоваться одним лишь получением учения, теперь применяйте эти наставления, посмотрите, насколько они ценны. Живите свою жизнь согласно этим советам, и ваша жизнь станет совершенно другой. Если ваши мысли будут основаны на этой философии, то они самопроизвольным образом станут здоровыми мыслями. Ученые-биологи говорят, что наше тело является следствием того, что мы едим. А Будда говорит, что наша жизнь является следствием наших мыслей. Буддийская практика состояния будды – это, вместо зарождения множества нездоровых мыслей, наоборот, мыслить здоровым образом. Устранить все иллюзии и понять реальность.

И когда вы открываете для себя все больше и больше сторон реальности, то для омрачений уже не остается основы. И позитивные состояния ума у вас в этом случае появляются спонтанно. А негативные эмоции, даже если вы хотите их зародить, они не зарождаются. Например, если вас кто-то попросит разозлиться, вы скажете: «Я не могу разозлиться, потому что я не вижу достаточно сильного основания для гнева». Основы нет, как я могу злиться? Для привязанности тоже основы нет. Вы не знаете объект нормально, вы думаете: «Какой красивый объект». Если вы знаете, что там нет никакой красоты, только кожа, мясо, кости, внутри легкие, то понимаете, что все это – фабрика дерьма. Какой там объект привязанности? Посмотрите, в микроскоп на кожу, сколько там насекомых бегают туда-сюда. Если в микроскоп так посмотреть, ничего красивого не увидишь. Потом скажете, что сейчас ваша привязанность не может возникнуть.

Итак, если вы приходите к пониманию реальности, то постепенно дойдете до того, что даже если кто-то скажет: «Тебе нужно привязаться», вы ответите: «Нет, я не могу привязаться». Итак, увидимся с вами завтра. Завтра будет благословение Белой Тары. Расскажите об этом своим друзьям, родственникам. Я, далее, не буду приезжать в Уфу в течение следующего года, потому что буду находиться в длительном ретрите. Итак, я проведу ретрит и когда я стану немного лучше, то буду более полезен для вас. Это не только для моего блага, но также и для вашего блага. Если я проделаю ретрит и стану лучше, то смогу принести больше блага и вам, и также себе. И вы также занимайтесь развитием ума и проводите ретриты и для блага других, и для собственного блага. Увидимся с вами завтра здесь, в семь часов.