

Как обычно, для того чтобы получить драгоценное учение – Дхарму, в первую очередь, нам очень важно породить правильную мотивацию. Нужно проверить, какая сила стоит за нашим действием получением учения – правильная сила или неправильная. Это очень важно. Если сила, стоящая за получением учения, нездоровая, неправильная сила, то в этом случае все действие по получению учения становится бессмысленным, не имеет значения.

В моем случае, когда я передаю учение, я также должен удостовериться, что сила, с которой я совершаю это действие – это великое сострадание, и я дарю учение ради моего блага, ради вашего блага, для укрощения ума.

Подлинная цель – это укрощение ума. Если я что-то делаю хорошее для себя посредством укрощения своего ума, таким образом я также забочусь о себе. Если я люблю себя посредством оздоровления своего ума, посредством укрощения ума – это настоящая любовь к себе. Если во имя любви я причиняю себе вред – это привязанность. Привязанность – это не любовь к себе. Это то, что похоже на любовь, но на самом деле она причиняет вам вред. Во имя любви вы причиняете себе вред. Вы желаете себе чего-то вредного и в конце получаете проблемы. Итак, очень важно вам в своем анализе правильно различать любовь, привязанность и развить правильную, чистую любовь к себе. Вы поймете, каким образом чисто любить себя и чисто любить других живых существ в случае понимания учения по Четырем благородным истинам.

Это фундаментальная тема буддийской философии. Если я буду рассматривать ее подробно, то даже целого месяца не хватит, чтобы рассмотреть все детали. Поскольку у вас мало времени и у меня мало времени, то я стараюсь предать вам учение по Четырем благородным истинам в краткой форме, просто передать самую суть, раскрыть механизм, благодаря которому, вы смогли бы изменить свой образ мышления.

В нашей жизни все проблемы возникают из-за нездорового образа мышления, поэтому Будда говорил: «Наша жизнь является следствием наших мыслей». Если у нас в жизни будет больше нездоровых мыслей, то в жизни будет больше проблем. А если будет больше здоровых мыслей, то наша жизнь станет более значимой и для нас самих, и для других. Поэтому, если вы меня спросите: в чем состоит суть буддийской практики? Потому что у вас нет времени на получение обширных учений, вас интересует самая суть. Когда я учился, тоже интересовался самой сутью.

Суть буддийской практики – это изменение вашего образа мышления. Из-за нездорового образа мышления у вас спонтанно проявляются омрачения. Эти омрачения, в первую очередь, делают вас несчастными, а затем делают несчастными и других людей. Возникнув, эти омрачения не исчезают бесследно, они оставляют определенные отпечатки в вашем уме, которые называются кармическими отпечатками. Когда эти отпечатки встречаются с условиями, то далее проявляются все будущие проблемы и страдания. Например, из одного семени вырастает дерево, на нем созревает множество плодов, благодаря этим плодам появляется множество семян, из которых вырастают новые деревья. Таков естественный механизм и в случае с деревьями, и в случае с нашей жизнью, все является результатом тех причин, которые мы создали в прошлом.

Поэтому, чтобы изменить нашу ситуацию и устранить все наши проблемы, нужно изменить свой образ мышления. Необходимо изменить наш старый примитивный образ мышления в отношении того, что такое страдание, что такое счастье, в чем состоят причины страдания, в чем заключаются причины счастья, нужно заменить на более здоровый образ мышления. Это учение о Четырех благородных истинах.

Тогда вы поймете: то, что вы считали счастьем, все мирское счастье, все, о чем мы думаем, только кажется счастьем, но не является настоящим счастьем. Оно приносит другие страдания, меняется на другие крайние виды страдания. Настоящее счастье – это не то, чего желаем мы. Настоящее счастье – это безусловно здоровое состояние ума. Этого достичь нелегко. Но как только вы достигнете этого результата, он будет просто невероятный. Если у вас появится даже небольшое понимание, то сразу же уменьшится желание в отношении мирских объектов. Если ваши желания уменьшаются, то вы обретае больше умиротворения.

Если у вас очень большие желания, то возникают и большие проблемы. Это проблемы, которые вы создаете себе сами. На пустом месте из-за глупых мирских желаний вы создаете большие проблемы и себе и близким вам людям. Когда эти желания превращаются в алчность, то вы готовы ради этого на все, что угодно. Вы даже уже перестаете видеть, что правильно, а что неправильно. Для вас значения не имеет, насколько пострадают другие, для вас главное – достичь своей цели, вы становитесь таким слепым.

Посмотрите историю, так происходит всегда. Сейчас в нашем мире много проблем, идет война в Сирии, много алчности, все вокруг нефти, денег, оружия. Сколько людей, даже детей умирает ради целей других людей. Никто не смотрит на эти жертвы, действуют только ради своей цели. Из-за этого проблемы в нашем мире. Даже на уровне семьи из-за алчности нет гармонии. Вы всегда думаете, что станете счастливы, заполучив какой-то объект, но вы думаете о неправильном объекте.

Нам нужно взрастить три вида мудрости, потому что все наши проблемы коренятся в нашем неведении. Для того чтобы устранить неведение, нам необходимо взрастить мудрость. Первая, самая простая мудрость – это та, что возникает на основе слушания учения. Это не просто. Для этого вам необходим подлинный духовный наставник, а также нужно знать, как правильно слушать учение. Если подлинный мастер из сострадания дарует вам чистое, безусловное учение, и вы знаете, как правильно его слушать, тогда вы обретете мудрость на основе слушания учения. В нашем мире мы все время что-то слушаем, ходим в школу, что-то слышим в других средствах информации, но при этом мы не развиваем мудрость. Всех слушаем, всему верим, но мудрости не получаем. Это происходит, потому что очень мало истинного учения.

Итак, вы не встречали подлинного мастера и не знали, как правильно слушать учение, и поэтому вы так все время что-то слушали и читали, но не получали мудрости, возникающей на основе слушания, и ум оставался, как у маленьких детей. Бывает, что некоторые профессора в университетах всю жизнь изучают какой-то материал, что-то слушают, но их ум остается, как у маленьких детей. Если такого человека немножко похвалить, он сразу же становится очень счастлив. Если немножко покритиковать, то лицо сразу же краснеет, то есть, ум работает, как у маленького ребенка. Стоит только возникнуть маленькой проблеме, и такой человек ведет себя, как обычно, не знает, как правильно справиться с проблемой. Это признак того, что хотя всю жизнь они учились, что-то слушали, но не узнали, как взрастить мудрость. Когда они слушали учение, то сила, которая стояла за их слушанием, не была здоровой силой, здоровым намерением.

Итак, в первую очередь, вам необходимо найти подлинного духовного наставника, и необходимо знать, как правильно слушать учение. Той силой, которая стоит за вашим действием слушания, должно быть здоровое отношение. Вы должны получать учение ради укрощения ума, чтобы сделать ум более здоровым. Тогда вам будет интересно, каким образом все эти наставления связаны с оздоровлением вашего ума, как с их помощью укротить ваш ум. Ваше главное намерение – укротить свой ум, сделать свой ум более здоровым, поэтому, какое бы учение вы ни услышали, вы сразу же будете связывать его с укрощением ума.

Вашей неправильной целью может стать, например, желание стать умным. Вы будете слушать учение, чтобы потом рассказать другим, чтобы они затем подумали, что вы умный. Вы будете совершать действия, которые полезны для достижения вашей цели, даже если она неверная. Если ваша главная цель – укрощение ума, здоровое состояние ума, то слушая учение, вы будете замечать изменения в своем уме. Вы станете думать об этом, ваши мысли будут понемногу менять состояние вашего ума в здоровую сторону. Вы начнете думать о том, что когда ум станет здоровым, я стану счастлив, потом человек рядом тоже станет более счастливым.

Если силой, которая стоит за вашим действием слушания, является здоровое намерение укротить свой ум, то ваш ум становится, как магнит, он сразу же начинает притягивать все темы, которые помогают его укрощению. Этот механизм я открыл на собственном опыте и делюсь им с вами. Это драгоценнее, чем если бы я сказал, что такое написано в определенных текстах. Гораздо полезнее, если я говорю это, исходя из собственного опыта.

Второй вид мудрости – мудрость, возникающая на основе размышления. Когда вы получаете мудрость на основе слушания учения, то обретаете богатый материал для размышления в повседневной жизни. В повседневной жизни вы будете мыслить более здоровым образом, чем обычные люди, потому что у вас богатый материал для размышления.

Вы размышляете, и я тоже размышляю, но при этом мои размышления являются практикой дхармы, а ваши размышления практикой дхармы не являются. Казалось бы, мы все делаем одинаково: утром встаем, умываемся, идем по делам, читаем, думаем. В чем разница? Разница – в существовании намерения укротить свой ум. Благодаря этому, когда я слушаю учение, я обретаю определенный уровень мудрости. Тогда я прихожу к пониманию, что в жизни самое главное – это укрощение ума.

Здоровый ум – это самое главное. Второе – это здоровое тело, оно также является важным, я им не пренебрегаю. В положенное время я принимаю лекарство, прохожу обследования, сдаю анализы. Я не говорю, что я такой духовный человек, что здоровое тело меня не интересует. Это глупо. Нужен и здоровый ум, и здоровое тело. Заботясь о здоровом уме, мы не получим автоматически здоровое тело. Если вы глазной врач, это не значит, что вам не может понадобиться врач, лечащий уши. Об этом тоже нужно заботиться.

Если вы сами о себе не позаботитесь, то не думайте, что о вас позаботится бог. Это иллюзия. Намерение бога не в том, чтобы о нас позаботиться, а в том, чтобы указать нам путь к освобождению. Итак, главная цель – указать нам путь, и если вы продвигаетесь по пути к освобождению, то бог будет вас поддерживать, в этом его главная цель. Если вы не создаете причины счастья, то бог вам ничем помочь не сможет, потому что причины счастья вам нужно создать самим. Божества могут создать условия, если вы создадите причины. Если вы этого не понимаете, то, когда у вас возникает проблема, вы все время молитесь, но так ничего не происходит, и вы приходите к выводу, что бог вам тоже не помогает. Вы теряете веру и говорите: «Бога нет».

Развить мудрость, возникающую на основе размышления – это значит, мыслить очень здоровым позитивным образом. Не думать, что у меня возникла проблема из-за того, что другие люди сделали то-то. Вы все время обвиняете кого-то в чем-то: «У меня нет этого, нет того. Если бы было то-то и то-то, я был бы счастлив!» У женщин есть такая иллюзия, что они станут счастливыми, если в их жизни появится какой-то мужчина: «Я буду счастлива, если ко мне прискачет принц на белом коне! Что мне сделать, чтоб он скорее появился?» Это иллюзия даже оскорбительна для женщин. Не надо думать, что вы станете счастливы, если появится

мужчина. Для мужчины точно так же важно, чтобы рядом появилась женщина. Вы одинаково нужны друг другу, нельзя себя так обесценивать, это просто позор.

Вам нужно думать о том, что появится в вашей жизни мужчина или нет, это ничего особо не изменит. Самое главное – это здоровый ум. Если есть какой-то человек, который хочет жить с вами и готов помогать вам в трудные времена, тогда хорошо, примите это. Помогайте друг другу в трудностях поровну, пятьдесят на пятьдесят. При этом не думайте, что это для вас главный объект счастья, иначе вы будете бояться его потерять. Если ваше главное намерение в том, чтобы не расстаться со своим мужем, тогда вы, даже получая учение, будете думать: «А что бы такое мог сказать Геше-ла, чтобы муж от меня не ушел». Ваше намерение неправильное. Муж рядом – это хорошо, если решил уйти – до свидания. Никогда не говорите ему: «Не уходи!» Собаки уходят из дома и возвращаются. Мужчина так же ведет себя, делает круг и приходит обратно. Женщины, я раскрываю вам мужские секреты. Никогда не говорите: «Не уходи!» Это его выбор: хочет – идет, не хочет – не идет, пожалуйста. Если хочет быть с вами вместе, тогда нужно взаимное уважение друг к другу.

Итак, в нашей жизни есть множество разных иллюзий. Они возникают из-за нездорового образа мышления. Когда вы начинаете мыслить здравым образом, то ваши иллюзии постепенно исчезают из вашего ума, и так вы постепенно приходите к мысли: «Что мне такого сделать, чтобы моя жизнь стала значимой». Тогда сила, которая стоит за каждым вашим действием, становится очень здоровой силой. Тогда, даже если вы готовите еду, это тоже становится практикой дхармы. Потому что намерение, которое стоит за вашими действиями – это здоровое состояние ума. Например, вы думаете: «Я готовлю еду, для того чтобы поддержать свое тело, мне необходимо медитировать, развивать свой ум, для этого необходимо заботиться о теле. Как раз с этой целью я готовлю еду». Тогда и приготовление еды становится практикой дхармы.

Становятся ли ваши действия практикой дхармы, зависит от вашего намерения. Если ваши намерения нехорошие, вы хотите обманывать людей, то даже если вы всем раздаете шоколад в подарок – это не станет практикой дхармы. Говорить красивые слова – это не дхарма, если за действием стоит намерение обхитрить других, обмануть, забрать последние деньги. Это негативная карма. Правильное намерение возникает, благодаря здоровому образу мышления.

Когда я нахожусь в одиночестве, и вдруг возникает какая-то странная мысль, я говорю себе: «Какая же это глупая мысль, нужно перестать так думать». И начинаю далее мыслить более здоровым образом, мыслить логически, тогда в уме появляются позитивные мысли, и ум становится очень счастливым. Вы уже ни по кому не скучаете. Когда вы в одиночестве, вы счастливы, и если вы с кем-то, вы тоже счастливы. Что касается факторов моего счастья, то я не завишу от временных факторов. А вы в своем счастье зависите от временных факторов. Все время думаете о том, как бы побольше накопить этих временных факторов. Из-за этих временных факторов и ваше счастье тоже будет временным. Вы изучали науку, теорию вероятности. Если факторы, от которых зависит ваше счастье временные, то и ваше счастье будет временным. Если счастье опирается на более долговременные факторы, то и счастье будет более долговременным. Это логично.

Объекты пяти видов чувственного восприятия, сколько бы вы их ни накапливали, все являются временными факторами счастья. Эти объекты можно купить за деньги. Это то, что очень быстро превращается в страдания, и ваше счастье быстро исчезнет, потому что зависит от временных факторов.

Поэтому в буддизме говорится, что если вы хотите, чтобы ваше счастье было продолжительно, вам нужно опираться на продолжительные факторы счастья. Это благие

качества вашего ума. Поскольку это качества вашего ума, они всегда будут с вами. Что касается материальных объектов: дом, машина и так далее, вы не можете всегда иметь их с собой. Даже если вы умрете, вы сможете забрать с собой в следующую жизнь эти продолжительные факторы счастья. А что касается временных факторов, то вы все их оставите в этой жизни.

Третий фактор счастья. В буддизме говорится о вечном факторе счастья, и это Третья благородная истина. Например, у вас есть любовь и сострадание, когда вы счастливы, но стоит только возникнуть гневу, как любовь и сострадание исчезают, и у вас появляются проблемы. До тех пор пока ваш гнев не исчезнет, любовь и сострадание к вам не вернуться. Хотя это и продолжительное счастье, но оно еще не может быть вечным.

Поэтому Будда говорил о Третьей благородной истине, благородной истине пресечения, и в ней идет речь о вечном факторе счастья. Ум, полностью свободный от омрачений, пресечение омрачений в вашем уме – это вечный фактор счастья. Как только вы этого достигнете, то вашему счастью уже не будет конца. Потому что невозможно, чтобы омрачения снова появились в вашем уме. Если вы прикладываете усилия к развитию любви и сострадания в вашем уме, то любовь и сострадание вы сможете развить до безграничного состояния, и это называется состоянием будды.

Будда все время счастлив, благодаря тому, что обрел вечный фактор счастья. Если вы меня спросите: «А почему мы чаще всего несчастливы, у нас проблемы?» То причина в том, потому что мы думаем более негативным образом. У нас нет ни вечного фактора счастья, ни продолжительного фактора счастья. Что касается временных факторов счастья, то они тоже очень ограничены. Поэтому живые существа испытывают больше страдания, чем счастья. Это на сто процентов логично.

Исследуйте, здесь вы не найдете ни малейшего противоречия. Вы не найдете ни одного человека, который не обладал бы вечный фактором счастья, но при этом непрерывно был бы счастлив. С другой стороны, вы не найдете ни одного человека, который обладал бы вечным фактором счастья, но при этом испытывал бы проблемы. Такого вы не найдете. Я могу точно сказать логически. Если бы такое имело место, если бы вы могли доказать, что такое возможно, то в этом случае теория была бы несправедлива. Поэтому я говорю о том, что буддизм – это не только религия, но это также наука об уме очень высокого уровня.

Будда давал учение по Четырем благородным истинам с трех точек зрения. Во-первых, он рассмотрел их с точки зрения сущности. Во-вторых, с точки зрения функции. В-третьих, с точки зрения функции и результата. Для вас это очень богатый материал, вам нужно запомнить все это наизусть. Вам не нужно зазубривать все коренные тексты, но самые главные моменты из коренных текстов вы должны помнить наизусть.

Когда Будда впервые совершил поворот колеса учения и даровал наставления пяти своим ученикам, Будда не сразу приступил к даянию учения. Достигнув просветления, Будда не передавал учение в течение примерно сорока пяти дней. Тогда Брахма обратился к Будде: «Вы обрели драгоценную мудрость. Пожалуйста, поделитесь ею с живыми существами». Будда сказал: «Я обрел драгоценную мудрость. Если я предам ее прямо сейчас, то кто ее сможет понять? Поэтому пока я учения передавать не буду. Когда придет время, тогда я его передам».

Когда пришло время, Будда передал первое учение пяти своим ученикам. Совершил первый поворот колеса учения, даровав учение по Четырем благородным истинам. Это учение стало революционным, до этого в нашем мире такого учения никто не давал. Будда дал учение по Четырем благородным истинам с точки зрения сущности пяти своим ученикам, обладавшим

очень большими отпечатками с прошлых жизней, и это очень краткие строки, содержащие саму суть.

Я сейчас произнесу те же самые слова и вам, посмотрите, будут ли они иметь для вас смысл или нет. Если они для вас смысла иметь не будут, то я их прокомментирую. Если они будут иметь для вас лишь половину смысла, или будут иметь смысл лишь наполовину, то я дам вам комментарий, чтобы они для вас наполнились полным смыслом. А если вы поймете смысл этих слов на все сто процентов, то тогда мне комментировать их будет не нужно, и я перейду к другому учению. Теперь послушайте и проверьте, насколько это имеет для вас смысл.

Итак, перед первыми пятью учениками Будда произнес следующие слова: «Вот благородная истина ариев о страдании». Вторая строка: «Вот благородная истина ариев об источнике страдания». Третья строка: «Вот благородная истина ариев о пресечении». Четвертой строкой Будда сказал: «Вот благородная истина ариев о пути».

Поскольку эти пять учеников обладали большими отпечатками с прошлых жизней, когда слышали эти строки, они погрузились в состояние медитации. Когда они поняли это учение теоретически, в этот момент в нашем мире было установлено буддийское учение теории. Затем, когда они погрузились в медитацию, и достигли реализаций, то в нашем мире было установлено буддийское учение реализаций.

Поэтому Васхубандху говорит, что учение Будды можно разделить на два класса: это теоретическое учение и учение реализаций. Сохранить его можно только с помощью слушания и медитации. Поскольку сказано «только» – это означает, что нет никакого другого способа сохранения учения Будды. Строительство очень больших храмов не сохраняет учение Будды. Строительство больших статуй Будды тоже не приводит учение Будды к сохранению. Поскольку учение Будды есть всего двух классов – это теоретическое учение и учение реализаций – то посредством слушания необходимо сохранять теоретическое учение Будды, посредством медитации нужно приходиться к сохранению учения реализаций, и других способов не существует. Строить большие храмы, чтобы люди приходили, платили за молитвы, другие люди бы за них молились – это похоже на бизнес-центр. Это не приводит учение Будды к сохранению.

В буддизме лама – это не тот, кто читает молитвы. Лама означает – учитель, тот кто дарует учение. Так в Бурятии, Туве, Калмыкии, в традиционных регионах, также в Тибете есть такое ошибочное представление о ламе, что это тот, кто читает молитвы. Нужно прийти в храм, заплатить деньги, послушать молитву и так все проблемы решатся, но это ошибка. Если вы заболеваете, вам самим нужно принимать лекарство, если лекарство за вас будет принимать врач, то вам от этого лучше не станет. Если я вместо вас буду читать молитвы, для вас не произойдет ничего полезного. Я могу немного почитать, но большой пользы это не принесет. Если вам нужно, то сами читайте молитвы, сами принимайте лекарства.

Когда я произнес эти четыре строки, я не увидел, что ваши лица засветились, наверное, эти слова не особо имели для вас смысл, поэтому я их прокомментирую. Если бы у вас были большие отпечатки, то после произнесения каждой строки, вы погружались бы в медитативное равновесие, но в вашем случае я этого не вижу.

Итак, первая строка: «Вот благородная истина ариев о страдании». Во-первых, вам нужно понять, на что указывает самое первое слово «вот». Нужно учить эту тему таким образом. Что означает слово «вот»? Как это связано с вашей жизнью? Как это может помочь в вашей жизни стать более здоровой, более светлой? Как это поможет вам в укрощении ума? За вашими действиями слушания учения должно стоять намерение сделать ваш ум более здоровым,

укротить свой ум. Намерение узнать секрет, который поможет стать уму здоровым. Тогда это будет для вас по-настоящему интересно.

Я люблю играть в шахматы. Когда соперник делает ход, я думаю, почему он сходил именно так. Потом я делаю свой ход, согласно уже сделанному ходу соперника. Я могу ходить иначе, но хожу, согласно его ходу, с учетом его намерений. Всегда надо понимать, что стоит за тем или иным действием.

Если без таких знаний вы будете поступать, согласно любой пришедшей вам на ум мысли, то это неведение. В шахматах это опасно. Вы должны сто раз подумать, прежде чем сделать свой ход, потому что обратно пойти нельзя. Поэтому сначала нужно думать, потом действовать. Это должно быть вашей привычкой.

Итак, на что указывает первое слово «вот». Тем самым Будда указал на наши пять совокупностей, рождающиеся под властью омрачений. Это является Благородной истиной страдания. Почему Будда говорил, что это истина ариев, потому что арии действительно видят это как страдания. Тем самым Будда старался сказать, что наши пять совокупностей, рождающиеся под властью омрачений – это наша главная проблема. Если вы этого не измените, если вы не сделаете так, чтобы в следующей жизни вы уже не родились под контролем омрачений, то ваши проблемы всегда будут продолжаться.

У вас так много проблем на уровне тела, на уровне ума, потому что вы родились под властью омрачений – это главная причина. Ответ на ваш вопрос: «Почему у меня эта проблема?» – потому что вы родились под контролем омрачений. Полжизни вы ничего не делали, не боролись с омрачениями, не заботились о здоровом уме, делали то, что подсказывали вам омрачения, поэтому в этой жизни у вас появились проблемы. Если вы не боретесь с омрачениями, они будут с вами всегда, вашим проблемам не будет конца. Это истина. Нравится вам это или нет, но это ответ на вопросы о том, почему у вас, вашей семьи, ваших знакомых, у всех живых существ так много проблем. Главная проблема – рождение под контролем омрачений. Это на сто процентов так.

Если в какой-то компании возникает множество проблем, в какой-то момент директор может спросить: «Почему у нас возникают все эти проблемы?» Далее он попросит специалиста, системного аналитика, проанализировать ситуацию. Этот системный аналитик скажет, что ваша главная проблема такая-то, если вы от нее не избавитесь, не измените ситуацию, то что бы вы ни меняли на поверхностном уровне, это ничего не изменит, у вас всегда будут оставаться те же самые проблемы. Но если вы измените вот это, устраните вашу главную проблему, тогда ваша компания добьется успеха.

На физическом уровне, на уровне тела, эта аналогия очень похожа и очень полезна для вас. Когда у вас поднимается температура, вы начнете кашлять, и тело день за днем становится все слабее и слабее, вы начинаете думать, что высокая температура – это главная проблема, что ваш кашель – это главная проблема, или слабость вашего тела – это главная проблема. Это неправильно. Потому что вы не понимаете ситуации на более глубоком уровне. Если эту ситуацию исследуют врачи, сделают рентген ваших легких, то они скажут вам, что ваша главная проблема – это не кашель, это не высокая температура и это не слабость тела, это только симптомы. Главная проблема – это бактерия в ваших легких. Если вы не устраните бактерии в своих легких, то что касается высокой температуры или кашля, они могут проходить, но затем будут возвращаться к вам снова. Такое открытие для вас станет первым шагом к исцелению от болезни туберкулеза.

Я болел туберкулезом. Когда врач сказал мне диагноз, я сразу понял, что самое главное – избавиться от бактерий. Высокая температура и кашель бывают при разных болезнях, в моем

случае главное – это лечиться от бактерий, постоянно пить лекарства. У меня не было температуры, ничего не болело, но я продолжал пить лекарство, пока полностью не освободился от болезни. Туберкулез очень похож на всепроникающее страдание. Когда у вас всепроникающее страдание, вы не чувствуете боли, боль вы чувствуете только при страдании страданий. Так же бывает и с туберкулезом, вы никакой боли не чувствуете, но знаете, что бактерия постепенно вас убивает. Поэтому вы должны начать лечение до того как почувствуете себя хуже, чтобы вылечиться полностью. Так вы сможете полностью исцелиться от болезни туберкулез.

Вы знаете, что если даже вы не испытываете никаких проблем, у вас все еще остается всепроникающее страдание. Если мне не устранить омрачения из своего ума, если омрачения остаются в моем уме, это все равно, что бактерии в моих легких. Поэтому хотя прямо сейчас больших проблем нет, но в будущем всегда будут возникать проблемы.

Я никогда не видел бактерии в моих легких своими глазами, но я понял логически, что рекомендации на сто процентов правильные. Когда я буду принимать антибиотики, мое здоровье улучшится, легкие окрепнут. Поэтому я принимал лекарства до тех пор, пока врач мне ни сказал, что бактерии больше не обнаруживаются. Точно так же, когда в вашем уме существует бактерия омрачения, вы не будете до конца здоровы, никогда не будете счастливы. Это всепроникающее страдание.

Итак, как вы поступаете с болезнью туберкулез, точно также здесь вы говорите себе, что до тех пор, пока мой ум не исцелен от болезни омрачений, я не буду расслабляться, буду с ними бороться. Тогда вы станете настоящим духовным практиком.

Итак, Будда говорил, что арии это видят очень ясно. А мы люди воспринимаем как проблему только первый уровень страданий – страдание страданий. Его знают даже животные. У животных страдание страданий более грубое – когда они видят угрозу или им становится от чего-то плохо, они убегают.

Второе страдание, в буддизме оно называется страдание перемен. Большинство людей его не знают, а, наоборот, думают, что это счастье. Все, что в вашем уме вы считаете счастьем, является страданием перемен. Кроме ума, полностью свободного от омрачений – нирваны – все остальное, что вы считаете счастьем, в действительности – это иллюзия, это страдание перемен.

Например, если вы думаете: «Если я женюсь, выйду замуж, я стану счастливым», но – это страдание перемен. Когда вы поженились, несколько дней вы счастливы, а затем у вас начинаются проблемы от наличия мужа или жены. Тогда вы начинаете думать: «Если у нас появятся дети, тогда я стану счастливым». Первое ваше страдание, от отсутствия детей: «почему бог не дает нам детей?» Затем, когда у вас рождаются дети, то возникают страдания от наличия детей. Один ребенок – одна проблема, двое детей – две проблемы, пять детей – пять проблем. У мусульман можно иметь пять жен, спросите, счастливы ли они. Пять жен – пять проблем. Вам не нужно спрашивать, это логичный ответ.

Например, вы можете подумать, что станете счастливым, если станете профессором. Вы можете спросить любого профессора, счастлив он или нет. Вам ответят, что и у профессора много других проблем. Когда вы студент, то думаете, что счастье – это стать врачом или мэром города. Но спросите мэра, счастлив ли он, он скажет, что у него полно проблем. Только человек с умом, полностью свободным от омрачений, может ответить: «У меня нет проблем, потому что нет причин для проблем. Яд омрачений – главная причина, без него я вечно счастлив». Любого человека спросите, Трампа или Путина, у них тоже есть проблемы. У всех есть проблемы, потому что они не устранили всепроникающего страдания.

Я могу сказать про любого, кто не устранил болезнь омрачения, он на сто процентов испытывает проблемы. Я могу вам это гарантировать, вы не сможете привести в пример ни одного такого человека, который обладал бы болезнью омрачений, но не имел бы никаких проблем, все время пребывал бы в спокойном и умиротворенном состоянии. Это невозможно. Потому что как только возникает омрачение, в первую очередь, оно делает вас несчастным. Вы это знаете по собственному примеру, вам не нужно никого об этом спрашивать.

Когда появляется гнев, он разрушает ваш покой. Это явно. Мы понимаем по своему опыту, что если появился гнев, покой исчез. Функции гнева – делать ум беспокойным. Это логика. Если вы один раз откусила апельсин, вы будете знать вкус всех апельсинов. Этот вкус один на всех, немного кислый и сладкий. Не обязательно всех опрашивать, чтоб узнать, так ли это. Иногда ученые начинают сомневаться, будет ли одно явление одинаковым везде, или может быть, американские явления совсем не такие, как европейские. Я думаю, что они теряют много времени, поэтому открытия двигаются очень медленно, маленькое открытие происходит раз в десять лет. Одного эксперимента часто достаточно, чтобы понять закономерность.

Почему в науке к выводу об отсутствии неделимых частиц пришли спустя только очень длительное время, потому что слишком много проводили экспериментов. Они все время расщепляли мельчайшие частицы, все это делали в течение многих лет, и в конце концов сказали, что неделимых частиц не существует. В буддизме отсутствие неделимых частиц доказывается с помощью простой логики, вы тоже легко сможете ее понять за одну минуту.

Когда я услышал о таком учении, я был просто в шоке, потому что ученым потребовалось очень длительное время, чтобы прийти к выводу об отсутствии неделимых частиц. А учитель мне это объяснил за две минуты.

Буддийская логика – это здравомыслие. Там нет мистики, это научный образ мыслей, острая логика. Итак, логика следующая. Гипотетически, если допустить, что есть неделимая частица, то у такой гипотетической неделимой частицы есть ли верхняя часть и нижняя часть, правая часть и левая часть? Если у нее есть и верхняя часть, и нижняя часть, и правая часть, и левая часть, тогда она делимая. Это очень логично. Если у нее нет ни верхней части, ни нижней части, нет ни правой части, ни левой части, тогда она не существует. Итак, либо она не существует, либо у нее есть части. Это логика. Я сразу понял, что не требуется видеть, как частицы делятся до конца, я понял, что это невозможно. Неделимая частица не может существовать, потому что если есть ее части, то она будет делиться всегда, а если частей нет, то она не существует. Такова острая логика. Таким образом, существует множество логических умозаключений, доказывающих существование прошлых жизней и будущих жизней. Хотя своими глазами вы этого не увидите, но с помощью ментального сознания, с помощью логики, вы сможете это разглядеть очень ясно.

Теперь вернемся к нашей теме. Третий вид страданий – это всепроникающее страдание. Будда говорил, что среди этих трех видов главное – это страдание от рождения под властью омрачений. Страдание перемен и страдание страданий – это симптомы всепроникающего страдания. До тех пор пока остается всепроникающее страдание, эти два вида страданий тоже всегда будут присутствовать, и будут становиться то сильнее, то слабее.

На основе первой строки вы можете понять, что если вы рождаетесь под властью омрачений, то это ваша самая большая ошибка. В моей прошлой жизни я совершил такую ошибку, я не боролся со своими омрачениями, я не исцелился от болезни омрачений. Это была моя самая большая ошибка в моей прошлой жизни. Я пытался излечиться от физических болезней, но

все равно, даже если у меня это получалось, в конце концов я умер. Весь упор я делал на лечение болезней тела, на поиск материальных объектов, чтобы жить, но в результате все равно умер. Я никак не помогал своему уму стать здоровым, хотя это самое главное, но даже такого намерения у меня не было – лечить, в первую очередь, эту болезнь ума. Здоровое тело тоже очень важно. Но вы думаете, что обрета материальные объекты, станете счастливы. Вы станете счастливы, как собака. Собака вообще не думает о здоровом теле, о том, что она ест, будет ли ей потом плохо. Самое главное – найти пищу, кусок мяса получила – и счастлива. Она не задумывается, есть ли в мясе яд. Это счастье от материальных объектов происходит от отсутствия знаний. От неведения я совершал ошибки и получил такую ситуацию.

Вам нужно сказать себе: «Если я снова и снова буду совершать такую ошибку, тогда я очень глупый человек. В прошлой жизни я совершил такую ошибку, если снова ее допущу, то я очень глупый. И в прошлой жизни, и до этого, во многих прошлых жизнях до сих пор я был действительно очень глупым человеком. Совершал одну и ту же ошибку раз за разом. Обвинять в этом некого, все эти проблемы – это моя собственная ошибка».

Когда я это понимаю, мне становится легко, потому что никто не виноват, я сам тупой. Ошибку на ошибке совершал, как я могу теперь быть счастливым? Если у вас есть немного счастья, думайте: «Как хорошо! У меня так много омрачений, но я все равно могу слушать учение. Сегодня я слушаю учение и развиваю свой ум. Как мне повезло!»

Вашу ситуацию можно сравнить с таким примером. Человек без рук, без ног, слепой, спит на краю утеса и во сне сорвался вниз. Он приземляется на спину дикому оленю и говорит: «Даже люди с руками и ногами не могут оседлать дикого оленя. Я не имею ни рук, ни ног и слепой, тем не менее, сижу верхом на диком олене! Если сегодня я не спою песню, то когда же мне еще спеть?» И так, если сегодня я не укрошу свой ум, то когда же мне его укротить? Сейчас вы обрели золотой шанс, имеете драгоценную человеческую жизнь и даже если у вас нет двух обычных глаз, тем не менее, у вас есть шанс открыть третий глаз, глаз мудрости.

Что означает эта аналогия? В ней говорится, что у вас нет ни рук, ни ног. Это означает, что у вас очень мало заслуг. Очень много отпечатков негативной кармы. Вы слепые, потому что у вас очень много неведения. Такова эта аналогия. Это существо без рук и без ног, потому что очень мало заслуг и слепое, потому что много неведения. Но вы едете верхом на олене драгоценной человеческой жизни. Эта аналогия для вас очень полезна. Она объясняется в Ламриме, чтобы понять драгоценность человеческой жизни.

Сейчас, если вы будете лечиться, то у вас есть шанс полностью исцелиться от болезни омрачений. Что касается будущей жизни, когда вы не получите драгоценной человеческой жизни, такое будет практически невозможно. Если вы родитесь как животное, скажем, как баран, то когда я подойду к вам, потому что у нас есть кармическая связь, и буду учить вас, вы не поймете ни одного моего слова. Потому что намерением, стоящим за вашим действием слушания, будет желание поесть травы. Вы подумаете: «О чем же говорит этот человек? Мне нужна трава». Если я протяну вам травы, тогда вы улыбнетесь, скушаете ее, а в противном случае, вы не будете меня слушать. Даже если я дам вам учение, это все равно, что повесить вам на ухо золотую монету. Вы сразу же дернете головой и у вас эта монета слетит. Вам не известна цена монеты, гораздо интереснее трава вокруг – такой узкий ум. Я не смогу вам помочь.

Сейчас я говорю вам, что самая важная мотивация за вашим слушанием учения – это намерение укротить свой ум, сделать свой ум более здоровым, и сейчас вы можете меня понять. Вы можете слушать с такой мотивацией, тогда все, что я вам говорю, для вас имеет смысл. Что касается глаза мудрости, то он не буквально появляется здесь в межбровье, но определенный глаз мудрости сегодня у вас раскрывается, и с помощью этого глаза мудрости

вы уже кое-что сможете видеть. Вы сможете увидеть нечто очень интересное – реальность вашей жизни. Сегодня вы сможете увидеть настоящую проблему вашей жизни. Вот что является моей главной проблемой в жизни – это рождение под властью омрачений, страдание от болезни омрачений. Мне нужно исцелиться именно от этого, это моя главная проблема, и это называется сансарой.

Ум, страдающий от болезни омрачений, называется сансарой, больным умом. Нирвана находится не где-то снаружи, нирвана – в вашем уме. Когда вы полностью исцеляете его от болезни омрачений, то это и есть состояние нирваны.

Сегодня с помощью глаза мудрости вы поняли, что такое сансара, и что такое нирвана. Также вы понимаете, что не можете сбежать из сансары, это невозможно. Куда бы вы ни побежали, ваша сансара отправится вместе с вами, как ваше тело. Как быстро бы ни побежали, ваша сансара побежит также быстро. Даже если вы сядете на ракету и полетите на Луну, ваша сансара отправится вместе с вами на Луну.

Однажды один ученик сказал своему духовному наставнику: «Я хочу родиться в чистой земле». Учитель ему ответил: «С таким состоянием ума, даже если ты родишься в чистой земле, ты не будешь там счастлив». Куда бы ни пошел человек с ненормальным умом, он не будет там счастлив. Потому что источник его проблем всегда сидит внутри. Если вы излечитесь от болезни омрачений, то, даже пребывая в аду, будете счастливы, как бодхисатвы. Бодхисатвы полностью излечили свой ум от омрачений. Они помогают живым существам в аду, и у них нет страданий, они счастливы. Ваше счастье не зависит от того, в какое место вы отправляетесь, а зависит от состояния вашего ума.

Второй строкой Будда сказал: «Вот благородная истина ариев об источнике страдания». В первую очередь, вам также нужно понять, на что указывает слово «вот». Это слово указывает на наши омрачения и отпечатки негативной кармы. Будда говорил, что эти два фактора являются источниками наших страданий. Когда бы вы ни испытывали проблемы, обвинять в этом нужно не кого-то снаружи. Все обвинения нужно адресовать только своим омрачениям и отпечаткам негативной кармы. Из-за омрачений в уме появляются отпечатки негативной кармы, и далее, когда они встречаются с условиями и проявляются, у нас возникают проблемы.

Итак, источник наших страдания – это наши омрачения, поэтому наши худшие враги – это наши собственные омрачения. У нас нет врагов хуже, чем наши внутренние враги – наши омрачения. Самое худшее, что могут сделать внешние враги – это убить нас. Но убьют они нас или нет, все равно однажды мы умрем. Поэтому незачем их бояться, если вас убьют, значит, вы умрете немного раньше. Если вы успели создать много хорошей кармы, ничего страшного в том, чтобы умереть раньше, все равно вы получите новое молодое тело, еще лучше, чем было. Поэтому нет оснований бояться внешних врагов. Наши внутренние враги, как говорил Будда, огромное количество раз ввергали нас в низшие миры. Это был ни кто другой, только наши омрачения.

Теперь в уме вы можете задуматься: «А вообще существует ад или нет?» У вас нет оснований считать, что ада нет. Вы не сможете этого доказать. Все, что вы сможете сказать, это: «Я его не вижу». Но это не логично. Если ваша логика такова, что если чего-то вы не видите, то этого не существует, то тогда вам придется признать, что у вас нет мозга, потому что вы не видите свой мозг. Есть много того, чего своими глазами мы не видим, поэтому если вы чего-то не видите, это не означает, что этого не существует.

Но вы можете доказать, что такое существует, на основе взаимосвязи причин и следствий. Благодаря хорошей причине, может существовать какой-то очень хороший результат. Точно так же, если причина очень плохая, то и результат будет очень ужасным.

Вы можете создать невероятно тяжелую негативную карму, и эта негативная карма станет причиной ада. Даже в человеческой жизни может быть ад. Человек совершает ошибку за ошибкой, и так их жизнь превращается в ад. Эти ошибки создает человек сам, совершая ошибку за ошибкой, раз за разом, так в человеческой жизни он создает для себя ад. Итак, ад на сто процентов существует. Это наши собственные омрачения могут ввергнуть нас туда. Как говорил Шантидева: «Никто ад не создает, никто не создает рай и небеса. Они являются результатом позитивной и негативной кармы, создаваемой живыми существами». Поэтому мы сами являемся создателями своего ада. Так постепенно вы станете бояться своих только омрачений и никого другого.

В буддизме говорится, если вы слишком сильно боитесь внешних врагов, то вы трус. Человек с паранойей – это трус. Если после того как вы выпьете алкоголя, у вас вообще нет никаких страхов, вы говорите: «Я ничего не боюсь!» – тогда вы глупые. Бойтесь слишком сильно – это сделает вас трусом, а если вы не боитесь вообще, то вы глупцы. Вам необходим срединный путь. Не иметь никакой паранойи, но при этом бояться своих омрачений, тогда вы мудрый человек. Вы должны сказать: «Я не боюсь внешних врагов. Я боюсь своих омрачений. Я боюсь самого себя, своих ошибок, возникающих из-за омрачений. Это самое худшее». Вам нужно их бояться, но тоже не слишком сильно. Не надо слишком бояться даже своих омрачений, иначе вы тоже трус. Вам нужно их немного бояться, думать, что если я их не устранию, они могут быть очень опасными, но бояться слишком сильно не нужно.

Когда я болел туберкулезом, я немного боялся бактерий. Но боялся не сильно, потому что знал, что они уйдут. Некоторые говорили, что такая болезнь – это очень плохо, настоящий кошмар. Я так не думал, я понимал, что если я не буду лечиться, тогда это опасно. Если я принимаю лекарство, мне нечего бояться. Если я не лечу омрачения, если даю им свободу – вот это опасно. Если я поставлю их на место, то больше нечего бояться. Тогда вы храбрецы, вы герои.

Шантидева говорил: «Убивать внешних врагов – это все равно, что убивать покойников». Даже если вы их не убьете, эти враги все равно умрут. Поэтому это все равно, что убивать покойников. Наши внутренние враги – омрачения. Если мы их не уничтожим, сами собой они никогда не умрут. Они с безначальных времен пребывают в нашем уме и продолжают там находиться. Это наша худшая болезнь, которой мы страдаем с безначальных времен, и в будущем, если я от этого не избавлюсь, у меня всегда будут проблемы.

Я знаю, что самая страшная болезнь – это болезнь омрачений. Когда врач сказал мне, что туберкулез очень опасен, я смеялся. Я боялся чуть-чуть, не сильно, никакой депрессии у меня вообще не было. Я знаю, что все мы бодем самой страшной болезнью – болезнью омрачений. Вот эту болезнь надо лечить, а перед другими болезнями у меня совсем нет страха. Когда вы понимаете эту истину, то даже если врач вам скажет, что у вас смертельная рана, вы скажете: «Ничего, новое тело придет». Даже если у вас СПИД, вы рано умрете, в этом нет ничего страшного, после смерти вы получите новое тело. Но омрачения, если их не лечить, они никогда не уйдут сами по себе. Шантидева говорил, что тот, кто уничтожает внутреннего врага, свои омрачения, является настоящим героем. Я хотел бы сегодня, чтобы вы стали героями и поняли, что источник ваших страданий – это ваши омрачения, и чтобы вы развили намерение их уничтожить.

Третьей строкой Будда сказал: «Вот благородная истина ариев о пресечении». Слово «вот» указывает на наш ум, полностью свободный от омрачений. Это безупречно здоровое состояние ума. Это пресечение омрачений, совершенное счастье, безупречный покой. Арии это видят очень ясно. Если вы хотите искать счастье, то нужно искать такое счастье. Как я говорил вам до этого, это вечный фактор счастья. Когда вы достигаете полного пресечения всех омрачений в вашем уме – это является вечным фактором счастья. Вы всегда будете находиться в состоянии покоя. Это постоянный фактор.

Теперь в вашем уме может появиться вопрос. Если вы мыслите логически, вы подумаете: «Как этот постоянный объект может принести нам счастье?» Это логичный образ мышления. В этот момент вы думаете следующим образом, что если кто-то дарит вам какой-то объект, то этот объект делает вас счастливым. Это наш детский способ получения удовольствия и испытания счастья. Наш детский ум что-то получит и счастлив от этого. Но этот объект не дает счастья. Ваш ум думает, что этот объект может давать счастье, это зависит от вашей интерпретации. Для кого-то этот объект может быть счастьем, а для другого этот объект будет страданием. Эйнштейн об этом знал и так открыл теорию относительности. Он был умным и понял, что все относительно.

Для кого-то сауна – это счастье, и он за это платит деньги. А для другого сауна – это страдание, он говорит: «Я там мучился, чуть не умер». Одного американца позвали в русскую баню, он потом написал: «Сначала меня посадили в страшно горячую сауну, потом опустили в страшно холодную воду, потом меня били веником. Нет хуже наказания, чем эта баня». Счастье это или страдание, зависит от интерпретации вашего ума. Любой внешний объект зависит от вашего образа мыслей – это дает вам счастье, а не сам объект. Объект зависит от вашей интерпретации, он не является фактором подлинного счастья. Это временный фактор, зависящий от интерпретации.

Психологи говорят о том, что женщины не знают, чего хотят. Месяц они считают объектом счастья один объект, на следующий месяц – другой объект. Они сами не понимают, чего хотят, потому что ум не понимает, что сам объект счастья не дает. Поэтому они хотят одно, потом другое и не могут выбрать. Когда мужчины приносят им что-то по их выбору, им уже это не нравится. Поэтому мужчины говорят, что не знают, что женщины думают. Мужчины понимают, что это временные факторы, настоящего счастья там нет. Образ мысли меняется – и вы хотите другое.

В буддизме говорится, что если речь идет о счастье, то это не означает, что должен существовать какой-то объект, который подарит вам это счастье. Если таким образом рассмотреть Солнце, то однажды газ закончится и Солнце погаснет за один день, хотя это очень большой объект. Поэтому здесь необходим такой фактор, который называется вечным фактором счастья.

В буддизме говорится, что наш покой, умиротворение находится в глубине нашего ума, пребывает там по природе. Нам не нужно искать их снаружи. Покой, умиротворение пребывают в нашем уме от природы, но при этом не проявляются. Это происходит из-за беспокоящих факторов – наших омрачений. Омрачения – это беспокоящие факторы, которые не позволяют покою, умиротворению, счастью проявиться в нашем уме. Что нирвана по-настоящему существует, я понял на своем опыте. Я пытался сделать мои омрачения чуть-чуть слабее, потом посмотрел на свой ум, мой ум автоматически стал спокойнее. Я делаю омрачения все слабее и слабее, мой ум может оставаться спокойным и счастливым постоянно. Когда я утром открываю глаза, у меня нет нирваны, но внутри я чувствую покой и счастье. Волнения нет, потому что грубые омрачения стали меньше. Если я через медитацию вообще уберу омрачения, это будет невероятное счастье, невероятный покой, даже слова не нужны.

Буддийская нирвана есть не только у Будды, это не пустые слова, а наука об уме. Это технология, о которой пытался рассказать Будда.

Технология – это значит, например, машина. Если говорить об определении, то машина – это то, что делает человеческую работу легче. Работа человека и всех живых существ состоит в том, чтобы решить проблемы и обрести счастье. Это наша работа. Мы ее осуществляем посредством развития ума, и это является настоящей машиной вашего ума.

В двадцать втором веке люди поймут, что машина самого высшего уровня – это развитие ума. Материальное развитие приносит нам не очень хорошие машины, потому что они решают одни проблемы, но создают другие. С одной стороны созданные машины приносят пользу, но с другой стороны создают больше проблем, которых раньше не было, мы все знаем об этом. Машины должны делать работу вместо людей, люди должны спокойно сидеть, но работа человека не окончилась, работы все больше. Это значит, что машины не делают свою работу правильно, если работать все больше приходится человеку. В конце концов, мы придем к развитию ума, и это будет настоящая машина.

Наш ум сам является высочайшей технологией. Это врожденная технология. Наше тело – это тоже очень высокая технология. Но при этом мы не используем эти высочайшие технологии, которые у нас есть с рождения, а стараемся купить какие-то другие технологии, такие как «Айфон», которые создал Стив Джобс. Батарейка у него садится очень быстро. Вы можете их использовать, но вам нужно понимать, что ваше тело и ваш ум – это очень высокие технологии.

Что касается «Айфона», то большинство людей не знают, как полностью использовать его функции. В основном им пользуются, чтобы друг другу звонить. Но есть инструкция, как полностью использовать «Айфон». Точно так же, если говорить о технологии нашего ума, то в учении Будды рассказывается, как его полностью использовать. Эти технологии у вас есть с рождения, я учу вас, каким образом их полностью использовать. Когда вы разовьете шаматху, вы начнете использовать потенциал своего ума на десять или пятнадцать процентов. Ваш ум станет видеть, что происходит в других вселенных, как телевизор. Наш ум – это невероятная технология. Купить ее невозможно. Для нас это высочайший дар. Если говорить о нашем уме и уме Будды, то природа у них совершенно одинаковая. Одна и та же компания, как, например, ноутбуки фирмы «Apple». Например, один ноутбук фирмы «Apple» полностью заполнен программами, и вы считаете его очень хорошим, а в вашем ноутбуке особо программ нет, и вы считаете его очень плохим, но это не так, поскольку производитель один и тот же. Потенциал одинаковый, если вы запишите себе нужные программы, у вас появятся все функции ума Будды. Это называется природой Будды.

Это мой для вас небольшой подарок. Не забывайте об этом. Это всеобщие универсальные знания. Они будут полезны для вас жизнь за жизнью, потому что основаны на законах природы. Это буддийская наука об уме. Это не догма. Будда говорил о том, что он пришел к определенным открытиям и далее давал учение на основе собственного опыта. Оно работает. Каждое учение, которое преподавал Будда, он преподносил, как науку об уме.