

Итак, я очень рад всех вас здесь видеть. Как обычно, для того чтобы получить драгоценное учение – Дхарму, в первую очередь очень важно породить правильную мотивацию, и мне с моей стороны, и также вам с вашей стороны. Итак, каждый раз, не только перед слушанием учения, но также перед любой практикой, какой бы вы ни занимались, или даже если вы просто хотите совершить какое-то хорошее действие, кому-то помочь, в первую очередь вам необходимо проверить, какая сила стоит за этим вашим действием. Что это – альтруистическая мотивация, любовь и сострадание или эгоизм, восемь мирских дхарм? То есть, это не должно быть просто действием ради славы и репутации, ради каких-то временных выгод, не ради этого.

Если вы совершаете действие из сострадания, ради блага других, то в этом случае вы накапливаете очень большие заслуги. Например, если нищему из сострадания вы подадите еду, поможете ему таким образом, то накопите невероятно большие заслуги. А если мотивация неправильная, то какие бы обширные подношения вы ни делали, больших заслуг это вам не принесет. Итак, чем бы вы ни занимались, самое важное – чистота этого действия. Так же и в вашей практике – количество не имеет особого значения, самое важное – это качество.

Так, будьте счастливы, немного расслаблены, у вас не должно быть такого сильного напряжения, но при этом также не нужно быть и слишком расслабленным. Это срединный путь, и это нелегко. Если вы знаете, каким образом найти срединный путь, то вам очень легко будет выполнять любую практику. Так же и в практике Дхармы, если вы знаете, как практиковать, придерживаясь срединного пути, это будет совсем нетрудно. Для вас это будет как дыхание. Когда в течение дня вы дышите, вы никогда не говорите: «Я очень устал дышать». Этого не происходит. Также, если вы знаете, как правильно практиковать Дхарму, для вас это будет чем-то наподобие дыхания, вы никогда не скажете, что я устал практиковать Дхарму. Это будет как дыхание, практика будет протекать автоматически, с добрым состоянием ума. И также вы будете понимать, что нет другого выбора, кроме как быть добрым и сострадательным. Когда вы злитесь, это только ухудшает вашу ситуацию. Если бы гнев по-настоящему решал проблемы, тогда, пожалуйста, злитесь, тогда я не буду говорить, что вам не надо злиться, если вы скажете: «Геше Ла, я на сто процентов знаю, что гнев мне помогает», – но это не так, гнев – это яд.

Итак, когда вы поймете, что во время переживания проблем у вас нет другого выбора, кроме как испытывать любовь и сострадание и принимать эту проблему, тогда занимайтесь практикой тренировки ума, примите эту проблему. Если вы сами создали причину, то результат вам придется принять, если вы знаете закон причины и следствия. Здесь обвинять некого. А если мы злимся в это время, кого-то обвиняем, тогда нам очень трудно не злиться. В этот момент вам нужно понять, что, как говорил Будда: «Если вы не создали причину, результат вам пережить невозможно». Вы переживаете результат той причины, которую сами создали в прошлой жизни, поэтому просто примите его.

И также в этой ситуации у вас есть только один выбор – продолжать заботиться о счастье всех живых существ. Поэтому думайте так: «Как я хочу быть счастливым, так же и все другие хотят быть счастливыми, пусть все будут счастливы! И, как мне не нравится эта проблема, так же и другим не нравятся их даже самые мелкие проблемы, поэтому пусть все живые существа будут свободны от проблем, и также пусть мои враги освободятся от проблем!» Если вы так думаете, то вам это выгодно.

Я так думаю, и это моя практика. Я не говорю: «Все, я устал». Я так думаю, и думать таким образом мне даже приятно. Это для меня даже незаметно – как дышать. Я никогда не

говорю: «Все, я устал». Наоборот, я думаю так и мне это приятно. Для меня это как упражнение для моего ума, и оно делает меня еще счастливее. Вам нужно понимать, что это и является практикой. Тогда, поскольку в результате такой практики ваш ум становится более гибким и сильным, то расстроить вас будет очень трудно, и вы всегда будете счастливы. Если расстроить вас очень трудно, это означает, что основную часть времени вы будете счастливы. А если ваш ум настолько слаб, что даже когда никто о вас не говорил ничего плохого, но при этом вы расстраиваетесь, говорите: «Я в плохом настроении», тогда вы все время будете несчастны, и в этом вы сами виноваты. Например, сегодня никто не сказал вам ни одного плохого слова, но у вас плохое настроение, вы говорите: «Не трогайте меня сегодня». Вам даже ни одного плохого слова не сказали, но вы в плохом настроении. Это очень тяжелое состояние ума. В этом случае вам нужно сказать себе, что я нахожусь в очень критической ситуации, поскольку мне никто не говорил ничего плохого, как же я тогда могу говорить, что нахожусь в плохом настроении? Очень важно, чтобы ваше счастье не зависело от того, что о вас говорят другие, что они думают, а зависело от состояния вашего ума. Тогда вы всегда будете счастливы.

А теперь вернемся к нашей теме, что касается учения по четырем благородным истинам. В прошлый раз мы с вами рассматривали учение по четырем благородным истинам с точки зрения функции. И на основе этого комментария в общем вы поняли, какой практикой вам нужно заниматься. Чтобы вы не забыли учение, которое я передавал вам в прошлый раз, я его напомним.

Первой строкой Будда произнес: «Распознайте благородную истину страдания». Итак, первая ваша практика – это распознать свои страдания. Какие страдания? Если говорить о страдании страданий на мирском уровне, если вы способны распознать те страдания, которые у вас могут возникнуть через три-четыре года, то это также будет хорошо для счастья этой жизни. Даже в этой жизни, если вы будете знать, что через год или через два года у вас могут быть такие-то и такие-то проблемы, если вы это понимаете, то вы заранее, за два года постараетесь решить эту проблему, и потом два года вы будете спокойны. От этого зависит то, как вы думаете, как живете вашу жизнь. Итак, если вы заранее знаете, какие страдания могут вас ждать в вашей жизни через три-четыре года, то вы к ним подготовитесь. Одна из проблем – это бедность. И за вас эту проблему никто не решит, вам нужно ее решать самим. Поэтому, пока вы молоды, вам очень важно думать о своей карьере, получать образование, и родителям нужно давать детям такие советы: «Если вы не будете правильно учиться в какой-то период времени, то спустя какое-то время у вас возникнут проблемы от недостатка денег. А если у вас будет хорошая карьера, то в этом случае вас не будут ждать такие проблемы, как бедность, но при этом будут и другие проблемы, о которых тоже нужно заботиться».

В первую очередь, если вы не можете решить проблемы этой своей жизни, то как же вы сможете позаботиться о своем счастье в будущей жизни, или на период из жизни в жизнь? Это будет просто невозможно. Таким образом, ваш образ мышления должен развиваться так, что вначале вы стараетесь увидеть проблемы, которые могут ждать вас через три-четыре года, и как-то решать их, предотвращать, а затем уже думайте о будущей жизни. Если вы проверите, то обнаружите, что все мудрые люди в нашем мире заблаговременно понимали, какие могут возникнуть у них проблемы в будущем. Поэтому они их решали, и ситуация у них становилась немного лучше.

Здесь Будда говорит о страданиях страданий, которые могут возникнуть у вас в следующей жизни, и это более критическая вещь. Потому что очень трудно сказать, что наступит раньше – завтрашний день или следующая жизнь. Поэтому вам очень важно позаботиться

заранее о подобных проблемах, удостовериться, что вы не переродитесь в низших мирах, а это возникнет в том случае, если вы распознаете свои страдания, которые могут появиться в следующей жизни, страдания страданий, которые могут возникнуть в следующей жизни. Итак, на основе такого распознавания своего страдания страданий в будущей жизни у вас будет проходить практика прибежища, и также вы будете практиковать нравственность. Такая практика будет проходить у вас автоматически.

А на основе распознавания страдания перемен вы перестанете гнаться за причинами страданий. Как говорил Шантидева: «Хотя живые существа не хотят страдать, но гонятся за причинами страданий». Почему? Потому, что они не распознали страдания перемен. А если мы распознаем страдания перемен, то поймем, что любой объект мирского счастья, то, что мы считаем счастьем, если мы его заполучим, в конце концов он приведет только к страданию перемен. Он не подарит вам настоящего счастья, он может принести какое-то счастье, но вместе с ним он также принесет и другие проблемы. Когда вы об этом узнаете, в этом случае у вас уже не будет слишком сильной привязанности к пяти видам чувственных объектов. Как бы сильно вас ни мучила жажда, если вы находитесь посередине океана, вы никогда не будете пить соленую океанскую воду. Почему? Вам не составит труда не пить этой соленой воды, потому что вы будете знать, что если вы ее выпьете, то она слегка утолит вашу жажду, но затем приведет к еще большим проблемам. Поэтому вы не пьете соленую воду. Вы будете искать чистую воду, несоленую.

И таким же образом, если вы видите, что все мирские объекты подобны соленой воде и ни капли не утоляют жажды, а наоборот только усиливают желание, тогда вы захотите найти настоящую воду – шаматху, внутренние благие качества ума. Итак, что касается вашей погони за внешними объектами счастья, то вы будете довольствоваться минимумом, вы будете знать, как ограничиваться минимальными требованиями, просто чтобы удовлетворить свои потребности. Вы будете довольствоваться минимальными требованиями. Если вы будете знать, как жить с минимальными требованиями и максимальной приспособляемостью, то все проблемы у вас будут решены, и это сущностные наставления. А если у вас есть нечто лишнее, то это нормально, но при этом вы должны думать, что вы способны довольствоваться минимальным количеством. Я способен жить с минимальными требованиями, и это лучшая антикризисная мера. А максимальная приспособляемость – это когда вы думаете: «Что бы ни случилось в моей жизни, я готов под это подстроиться». Просто примите это, подстройтесь и также превратите это в развитие ума. Это учение по тренировке ума.

Когда вы понимаете, что эти внешние объекты не так важны, а самое важное – это развитие ума, в этом случае подобное мышление у вас в уме появляется намного легче. А если вы думаете, что материальные объекты для вас являются самыми главными, это ваши объекты достижения, то, какие бы слова я ни произносил, они ваш ум особо не изменяют. Потому что в глубине вашего ума вы будете хотеть материальных объектов. Если вы думаете, что это ваша цель, то посредством доброты, с помощью терпения вы не сможете обрести такие материальные объекты. Наоборот. Потому что вы думаете, что деньги – это самое главное. Ради этого вы готовы даже от своих мамы и папы отказаться. Все это возникает из-за неправильной привязанности, из-за того, что вы считаете эти вещи объектами счастья, а на самом деле это объекты страдания. И благодаря такому распознаванию страдания перемен вы намного легче перейдете к практике развития однонаправленной концентрации.

А на основе распознавания всепроникающего страдания вы обретете такое преимущество, как понимание, что до тех пор, пока вы рождаетесь под властью омрачений, это природа страдания, и вы не захотите родиться под властью омрачений. В глубине вашего ума вы

будете желать освободиться от контроля омрачений. Вы будете понимать, что самое худшее страдание – это всепроникающее страдание, из-за него возникают все другие виды страдания. Это страдание является основой для всех других страданий, и до тех пор, пока вы не избавитесь от всепроникающего страдания, другие виды страдания могут уходить, но рано или поздно все равно вернутся снова.

Таким образом распознавание всепроникающего страдания помогает вам взрастить сильное отречение. Кроме этого оно также помогает породить великое сострадание. Так же, как вы хотите избавиться от всепроникающего страдания, таким же образом вы будете желать и другим живым существам освободиться от всепроникающего страдания, и это великое сострадание.

Кроме того, это поможет вам практиковать третью тренировку, тренировку мудрости. Вы сможете увидеть, что представляет собой механизм циклического вращения в сансаре. И когда вы размышляете о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, у вас появляется желание освободиться от корня сансары, от неведения. У вас появляется очень сильное желание понять теорию пустоты.

Поговорим о воззрении ламы Цонкапы, об учении ламы Цонкапы о воззрении. Лама Цонкапа говорил, что перед обретением понимания пустоты очень важно знать, в чем состоит цель воззрения пустоты. Цель понимания пустоты заключается в следующем – все наши страдания возникают из-за неведения, а если говорить о неведении и мудрости, познающей пустоту, то это несовместимое противоречие. И если вы ясно поймете, каким образом вращаетесь в сансаре по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, тогда в самой глубине вашего сердца у вас появится желание понять воззрение о пустоте. Тогда все остальные темы для вас будут неинтересны, вы скажете, что я хотел бы обрести безупречное воззрение о пустоте, которое является противоядием от корня моих страданий, от неведения. Вы захотите в подробностях овладеть воззрением всех четырех школ: Вайбхашики, Саутрантики, Читтаматры и Мадхьямаки. А в рамках Мадхьямаки это Прасангика Мадхьямака.

Когда вы обретете ясное понимание воззрения, ваш ум станет очень счастливым, и вы скажете: «Теперь мне нужно медитировать, развивать три основы пути». В заключение своих наставлений о трех основных аспектах пути лама Цонкапа говорил, что после ясного понимания трех основ пути вам необходимо удалиться в уединение и там развивать свое будущее благополучие. Это означает – развивать три основы пути в своем уме с помощью шаматхи, и это является самым лучшим способом подготовить свое будущее благополучие.

Например, чтобы подготовить своих детей к тому, чтобы те в будущем обрели благополучие, взрослые дают им такие советы: «Вам очень важно получить хорошее образование», и с определенной точки зрения, это действительно правильно, но это такой не абсолютный совет, потому что бывает так, что и без хорошего образования у людей хорошая работа. И наоборот, даже если у человека хорошее образование, вовсе необязательно, что он найдет хорошую работу. Здесь нет определенности. Также, если говорить, например, о здоровье, если человек употребляет алкоголь, курит, ведет такую нехорошую, неправильную, беспорядочную жизнь, неправильно питается, это не означает на сто процентов, что он потеряет здоровье. А кто-то соблюдает очень строгую диету, не курит, не пьет, но постоянно лечится в больнице. В мирской жизни нет определенности. Это не означает, что вы можете курить или пить, потому что, если рассуждать с точки зрения теории вероятности, то большинство из тех людей, кто пьет и курит, за некоторыми исключениями, в большинстве случаев умирают очень быстро. С точки зрения теории

вероятности, это правда. Также и с точки зрения закона кармы бывает так, что люди совершают негативную карму, и при этом добиваются большого успеха, а другие наоборот все время молятся, ведут правильный образ жизни, но при этом у них все время какие-то проблемы, и вы можете подумать, что закон кармы не работает. Но это, если рассматривать с очень узкой точки зрения. Здесь, когда вы рассуждаете с точки зрения закона кармы, вам надо думать в пределах не одной жизни.

Проявление кармы может произойти не через год и не через два, это может случиться в следующей жизни, или через две жизни, или через десять, а может быть и через миллион жизней. Если вы думаете, что сегодня почитаете молитвы, и завтра у вас не будет проблем, это подобно тому, что сегодня вы сажаете в землю семена яблоки и завтра уже ждете урожая фруктов, а если завтра не будет урожая, то вы говорите: «Зачем я посадил эти семена, ведь результата нет». Не думайте, что если сегодня вы пригласите домой какого-то ламу, попросите его помолиться, то на следующий день у вас сразу же случится что-то хорошее, исчезнут все проблемы, – это невозможно. Может быть такое случайное совпадение, что на следующий день произойдет что-то хорошее, но это не потому, что лама прочитал молитву, а потому, что вы создали соответствующую причину в вашей прошлой жизни. Если вы создали причину, то придет и результат. Итак, если происходит что-то хорошее, это не заслуга ламы, это заслуга того, что в прошлом, в прошлой своей жизни вы создали позитивную карму. А если происходит что-то плохое, то, что касается причин этого, вы не должны обвинять в этом вашего соседа или злого духа, – все это возникло из-за того, что в прошлом вы создали негативную карму.

Итак, теперь вернемся к нашей теме, иначе, если я слишком углублюсь в эти рассуждения, то мы не закончим наше учение. Но это полезно, поэтому я говорю вам об этом, я даю учение в свободном стиле, у меня нет задачи закончить какой-то текст. И вам тоже не нужно будет сдавать какие-то экзамены. Иногда это очень хорошо. Например, если речь идет об экзамене, то в своем уме вы думаете только о том, как бы сдать этот экзамен, и можете упустить самую главную тему, самую полезную. Вначале я думал, что те, кто пойдет в ритрит по шаматхе, должны сдавать экзамен. Потом я посмотрел и решил: «Нет, нет, нет, они будут слишком углубляться в книги. Нет, экзамена не будет». Если бы вы учились для сдачи экзамена, то я уверен, что после его сдачи вы бы все забыли. Мы все учились в школе. Когда были экзамены, я по себе знаю, если учил для сдачи экзамена, то после сдачи я все забывал. Потому что сила, которая стояла за подготовкой, – это только сдать экзамен, и после экзамена этой силы уже нет. Все, сила закончилась, и потом все забыл.

Далее, вторая строка, которую произнес Будда: «Отбросьте благородную истину источника страдания». Если вы не хотите страдать, то одного распознания страданий недостаточно. Вам нужно устранить причину страдания. И поэтому вначале уменьшайте омрачения, а затем и полностью устраните их из своего ума с помощью шаматхи и випашьяны.

Третьей строкой Будда говорил: «Осуществите благородную истину пресечения». Если вы хотите обладать безупречным, подлинным счастьем, то вам необходимо осуществить состояние ума, полностью свободного от омрачений. С пониманием того, что только ум, полностью свободный от омрачений – это безупречный покой, а все остальное является другими причинами страданий. Поэтому, если вы остаетесь такими, как луна, то в этом случае ваше сияние зависит от солнца – если будет солнце, вы будете сиять, а если солнца нет, то и вашего сияния не будет. Итак, вы не должны ставить свое счастье в зависимость от чего-то другого, ваше настоящее, подлинное счастье опирается только на ваши внутренние благие качества. Вначале вам нужно зависеть от других, но позже вы приходите к тому, что полностью зависите только от своей внутренней силы, то есть вы сияете благодаря своему

внутреннему состоянию. Солнце все время светит, потому что в своем сиянии оно не зависит от какой-то внешней силы, а зависит от своей внутренней силы. И поэтому, если мы сможем, научимся использовать наши невероятные внутренние качества, внутренний потенциал, то сможем сиять так же, как солнце.

У нас у всех есть невероятный потенциал природы будды, но он не проявлен из-за наличия двух видов загрязненности. Один вид таких загрязнений – это омрачения, омрачающие загрязнения, а второй вид загрязнений – это препятствия к всеведению. Посредством устранения этих двух видов загрязнений ваш невероятный внутренний благой потенциал природы будды засияет, и вы также сможете осветить всех живых существ. И тогда вы захотите реализовать этот свой внутренний потенциал, захотите достичь благородной истины пресечения, махаянской благородной истины пресечения. Это не только свобода от омрачений, но также свобода от препятствий к всеведению, и это благородная истина пресечения в Махаяне.

Когда в Хинаяне идет речь о благородной истине пресечения, то говорится только об уме, полностью свободном от омрачений. А когда вы желаете достичь благородной истины пресечения Махаяны, то в этом случае это бодхичитта. Это желание достичь состояния будды на благо всех живых существ, и это также желание осуществить благородную истину пресечения. Поэтому, если вы хотите обладать безупречным счастьем и хотите стать источником счастья для всех живых существ, тогда вам нужно осуществить благородную истину пресечения. И это то, чему нас старался научить Будда. С точки зрения Хинаяны для этих слов есть одна интерпретация, а с точки зрения Махаяны их можно интерпретировать по-другому.

И четвертой строкой Будда сказал: «Медитируйте на благородную истину пути». Здесь, когда мы говорим о благородной истине пути Махаяны, то это абсолютная бодхичитта. Это когда ум сильно побуждаем спонтанной бодхичиттой, и в нем есть прямое познание абсолютной природы феноменов. Это абсолютная бодхичитта, и это благородная истина пути Махаяны.

Итак, с отречением, когда вы обретаете прямое познание пустоты, – это благородна истина пути в Хинаяне. Поэтому даже благородная истина пути отличается в Хинаяне и в Махаяне. Будда говорил, что одного желая осуществить благородную истину пресечения недостаточно, вам нужно медитировать на благородную истину пути. А чтобы медитировать на благородную истину пути, вам нужно осуществить троичную тренировку: тренировку нравственности в качестве основы, далее тренировку сосредоточения – шаматху в качестве второго фундамента, и тогда вы сможете практиковать третью тренировку – тренировку мудрости, и это медитация на благородную истину пути. Когда со спонтанной бодхичиттой вы обретете прямое познание пустоты, тем самым вы разовьете абсолютную бодхичитту, тогда вы станете арьей. Далее, если вдобавок к этому вы получите учение тантры, получите посвящение Ямантаки и начнете практиковать тантру Ямантаки, тогда вы будете использовать наитончайший ум. А когда наш наитончайший ум, ясный свет обретает прямое познание пустоты, это называется освобождением посредством видения.

Что такое освобождение посредством видения? Это когда наш наитончайший ум, ясный свет напрямую познает пустоту, и в следующее мгновение вы освобождаетесь от омрачений. Это называется освобождением посредством видения. А не так, как эту фразу интерпретируют люди в наши дни, когда говорят, что вам нужно увидеть свой ясный свет, и как только вы его увидите, то в следующий миг вы сразу же освободитесь, достигните состояния будды, – это просто нонсенс! Итак, в тот момент, когда вы научитесь использовать свой

наитончайший ум, ясный свет и с его помощью обретете прямое познание пустоты, в следующий мигновение вы станете арьей. И далее, когда вы выйдете из этой медитации на ясный свет, который является ясным светом по сути, энергия, которая является основой для этого ясного света, превратится в иллюзорное тело. И тогда вы будете обладать прямыми причинами Рупакаи и Дхармакаи будды. Так, что за одну жизнь вы сможете достичь состояния будды. Вы создали прямые причины Рупакаи и Дхармакаи будды, и это ясный свет по сути и иллюзорное тело.

Итак, если говорить об учении по четырем благородным истинам с точки зрения тантры, то благородная истина пути – это не только ясный свет, но также и иллюзорное тело. А когда вы разовьете вот эти два, в этом случае вы за одну жизнь сможете достичь благородной истины пресечения и достичь состояния будды за одну жизнь. Тантра – это квантовая буддийская наука, которая говорит об использовании нашего наитончайшего ума и наитончайшей энергии, которые у нас уже есть. Речь идет о том, как их использовать. Тогда за одну короткую жизнь мы сможем стать буддами. Каким бы глубинным ни было учение по тантре, но без основы, без учения по четырем благородным истинам это просто «ХУМ» и «ПХЭ». Механизм здесь должен быть точно таким же, одинаковым, просто определенные уникальные качества вы можете почерпнуть только в тантре.

Итак, это наставление по четырем благородным истинам с точки зрения функции. В третий раз Будда передавал учение по четырем благородным истинам с точки зрения функции и результата. Когда ученики стали подходящими, были готовы для этого, в этих обстоятельствах Будда передал учение по четырем благородным истинам с точки зрения функции и результата. Итак, что является словами коренного текста учения по четырем благородным истинам с точки зрения функции и результата?

Первая строка, Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания, но распознавать нечего». Вторая строка: «Отбросьте благородную истину источника страдания, но отбрасывать нечего». Третья строка: «Осуществите благородную истину пресечения, но осуществлять нечего». И далее: «Медитируйте на благородную истину пути, но медитировать не на что». И здесь, если вы не будете владеть правильным комментарием на эти слова, то их можно понять неправильно. То есть вам может показаться, что здесь есть какое-то противоречие, когда говорится: «Распознайте благородную истину страдания», а потом говорится, что распознавать нечего, как будто над вами издеваются. Например, вам говорят: «Принесите мне чашку, но нет чашки, которую можно было бы принести», тогда вы спросите: «Зачем же вы просите меня принести чашку?» Будда все это говорил не ради шуток, эти слова имеют глубокий смысл.

Эти слова можно интерпретировать двумя способами – дать обычную интерпретацию и необычную интерпретацию. Что является обычной интерпретацией учения по четырем благородным истинам с точки зрения функции и результата? Вначале я дам вам обычный комментарий, обычную интерпретацию. Итак, когда Будда сказал: «Распознайте благородную истину страдания», то речь идет о функции, то есть вам нужно распознать благородную истину страдания, а далее второй строкой говорится, что распознавать нечего, – и это с точки зрения результата.

Что это означает? Будда говорил, что как только вы распознаете благородную истину страдания полностью, то вам не нужно будет распознавать ее снова и снова. В нашей мирской деятельности никогда не бывает так, что если вы чего-то достигли, то далее вам снова и снова к этому стремиться уже не нужно, поскольку не бывает безупречных результатов. Если вы что-то мыли, чистили, то потом все это опять загрязнится и придется

опять отмывать. И здесь нет ни одного такого примера, который вы могли бы привести, что вы что-то делали снова и снова, и далее это делать уже не нужно. Например, как бы вы ни заботились о своем теле, с возрастом оно все равно деградирует.

Поэтому, когда вы распознаете благородную истину страдания с помощью шаматхи, когда у вас появится безупречное распознавание ее с полной свободой от омрачений, то далее снова и снова благородную истину страдания вам распознавать уже не нужно. Это будет безупречный результат. Итак, когда говорится о четырех благородных истинах с точки зрения функции и результата, если вы практикуете четыре благородные истины таким образом, то и результат обретаете соответствующий, это безупречный результат. Поскольку вам не нужно делать этого снова и снова, то этот результат будет совершенным.

Например, если говорить о мирских лекарствах, то, сколько бы вы их ни принимали, даже если в какой-то момент врач вам скажет, что вы выздоровели, это все равно не означает, что вам снова и снова эти лекарства принимать уже не надо, поскольку болезнь всегда может обостриться. Вы можете исследовать любую мирскую область, и обнаружите, что не существует такого явления, как безупречный результат, сколько бы вы ни трудились. Поэтому мы ленивые люди, много не хотим работать, с этой точки зрения быть ленивым выгодно. Итак, вы должны сказать, что для меня есть только один вариант – я хотел бы исследовать результат, и, если этот результат безупречный, тогда я действительно хотел бы к нему идти.

Далее, вторая строка. Будда сказал: «Отбросьте благородную истину источника страдания, но отбрасывать нечего». Тем самым Будда говорил, что, если вы не хотите страдать, то вам нужно избавиться от причин страданий, – это наши омрачения и отпечатки негативной кармы. И как только мы сможем полностью устранить все омрачения, очиститься от отпечатков негативной кармы и не будем создавать новых отпечатков негативной кармы, то мы освободимся от страданий. Здесь с точки зрения практиков Хинаяны справедливы слова: не создавать новых отпечатков негативной кармы, поскольку архаты Хинаяны не избавляются от тех негативных кармических отпечатков, которые накоплены в прошлом, они устраняют только омрачения. А что касается практиков Махаяны, то они могут полностью очиститься от всех отпечатков негативной кармы. Но даже в том случае, когда эти отпечатки негативной кармы остаются, поскольку устранены все омрачения, то эти отпечатки негативной кармы подобны сухим семенам, и не встречаясь с условиями, они уже не могут прорасти, потому что нет омрачений. А когда нет омрачений, то нет влечения и цепляния, а если нет влечения и цепляния, то эти отпечатки негативной кармы остаются сухими семенами. Поэтому нет полной двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, по этой причине результат невозможен.

Итак, как только вы полностью отбросите все омрачения из своего ума, то результат будет таким безупречным, что снова и снова отбрасывание совершать уже будет не нужно. Это будет безупречным отбрасыванием. Потому что вы отбрасываете омрачения так, что вновь они уже не возвращаются. Например, кто-то говорит вам, что появилось такое новое лекарство от простуды, что, если вы его принимаете, то оно устраняет не только вашу простуду, но оно вылечит простуду так, что снова простуда к вам уже не вернется, – такое лекарство будет очень дорогим, и за этим лекарством выстроится очередь в аптеку. Это было бы безупречное лекарство, но в мирской области такое невозможно. Итак, это очень интересно – как только вы полностью отбрасываете все свои омрачения с помощью шаматхи и випашьяны, то снова и снова их отбрасывать уже не надо.



Далее, третья строка: «Осуществите благородную истину пресечения, но осуществлять нечего». Что это означает? Если вы хотите безупречного счастья, то вам нужно осуществить ум, полностью свободный от омрачений. Никаким другим образом безупречного счастья вы не обретете. Например, вы думаете, что станете счастливыми, если что-то накопите, но это неправильно. Эти объекты решают какие-то проблемы, но при этом приносят другие страдания. Накапливая славу и репутацию, безупречного счастья также не обрести, и, куда-то уехав, вы также не найдете безупречного счастья.

Поэтому есть только один способ – это посредством осуществления ума, полностью свободного от омрачений, тогда из самой глубины вашего ума проявится безупречный, вечный покой. У всех живых существ есть на это право. У всех живых существ в природе ума пребывает вечный покой, но он не проявляется из-за беспокоящих факторов. И это наши омрачения. Если вы устранили эти омрачения из вашего ума, то вашему уму ничто не помешает испытать безупречный покой. Поэтому покой ума искать не надо, он уже есть в нашем уме. Он есть у каждого живого существа, но мы не переживаем этого покоя, потому что омрачения мешают нашему уму пребывать в этом состоянии покоя.

Например, вы сидите в большом зале, и вокруг вас везде бегают и шумят дети. Вы думаете: «Я хочу покоя!» Но покой уже присутствует в этом месте, почему же я не могу его достичь? Потому что дети кричат. Если вы будете постепенно выводить из этого помещения по одному ребенку, то шум будет стихать, и, когда они все уйдут, станет совсем тихо. Таким же образом безупречный покой уже пребывает в природе нашего ума, и если вы устранили омрачения, которые мешают его проявлению, то в этом случае вы сможете беспрепятственно его пережить. Поэтому Будда тем самым хотел сказать, что если вы хотите испытывать безупречное счастье, то сможете добиться его только посредством осуществления благородной истины пресечения. С точки зрения Махаяны речь идет о пресечении не только омрачений, но также и препятствий к всеведению. Тогда ваш ум обретает невероятное состояние умиротворения, а также всеведение. Это вам нужно осуществить.

Далее, с точки зрения результата говорится, что осуществлять нечего. Что это обозначает? Как только вы обрели ум, полностью свободный от омрачений, достигли пресечения омрачений с помощью шаматхи и випашьяны, то снова и снова осуществлять это вам уже не потребуется. Потому что это осуществление будет безупречным.

И четвертая строка, Будда сказал: «Медитируйте на благородную истину пути, но медитировать не на что». Что это означает? Если вы хотите осуществить благородную истину пресечения, то просто такой мысли: «Как было бы хорошо мне осуществить благородную истину пресечения», – недостаточно. Вам для этого нужно что-то сделать. Освобождение вам никто не подарит. Будда говорил: «Я могу указать вам путь, но пройти по нему вам нужно самим». И это буддийская практика. Вы не можете в этом отношении попросить какого-то ламу помолиться за вас, а иначе вы не понимаете смысла практики.

Однажды Кирсан Николаевич попросил меня пойти с ним на стадион, поскольку в тот момент был матч между командой «Спартак» и калмыцкой командой «Уралан». Перед этим футбольным матчем я встретился со всеми игроками команды «Уралан», и Кирсан Илюмжинов попросил меня: «Геше Ла, пожалуйста, помолитесь, чтобы наша команда выиграла». Я спросил его: «А ваша команда «Уралан» играет на таком же уровне, как и «Спартак»?» Он ответил: «Нет». На что я ему сказал: «Ну, тогда моя молитва не сработает. Чтобы моя молитва сработала, в первую очередь вам нужно удостовериться, что ваша команда «Уралан» играет на том же уровне, что и команда «Спартак», и вот тогда ради

удачи моя молитва сможет помочь». Если уровень одинаковый, тогда удача может помочь, и молитва действительно может сработать, но если уровень сильно отличается, то в этом случае удача ничем не поможет. И также с вашими экзаменами, когда студент хорошо учится, тогда молитва может ему чуть-чуть помочь, но если он ничего не учил, то она не работает. Итак, буддизм с одной стороны не отрицает молитвы, но с другой стороны говорит, что молитвы – это не самое главное, самое важное – это действие. Поэтому Будда тем самым хотел сказать, что, если вы хотите осуществить благородную истину пресечения, то в этом случае одних желаний, одних молитв недостаточно, вам нужно медитировать на благородную истину пути. Это золотой совет. Медитация – это главное. Далее, следующие слова, которые произнес Будда: «Но медитировать не на что». Это с точки зрения результата. Итак, если говорить с точки зрения функции, то, когда Будда сказал: «Если вы хотите осуществить благородную истину пресечения, медитируйте на благородную истину пути», – это указывает на функцию. А далее, когда говорится, что медитировать не на что – здесь речь идет о результате. Это означает, что как только вы начнете медитировать безупречным образом и достигните випашьяны, и посредством випашьяны полностью устранили омрачения из своего ума, то снова и снова вам медитировать уже будет не нужно.

Итак, в буддизме говорится о пяти путях, и пятый путь – это «путь более не учения». Это с точки зрения результата. Итак, здесь вы уже больше не учитесь, больше не медитируете, больше не устраняете омрачения, не избавляетесь от причин страданий. Это с точки зрения безупречного результата. Как только вы достигните этого пятого пути, это будет безупречный результат, и больше вам делать уже ничего не нужно, это называется «путь более не учения». И также это путь более не медитации. При этом ваш ум будет спонтанно погружен в состояние медитации, и вам не нужно будет как-то специально медитировать, ваш ум будет пребывать в погружении в медитацию.

Если это не пребывающая нирвана – состояние будды, то с одной стороны вы будете обладать всеведением, будете познавать все феномены, а с другой стороны вы будете погружены в состояние медитации на пустоту, и также будете спонтанно приносить благо живым существам. Это уникальная особенность ума Будды, состоящая в том, что он одновременно способен видеть и абсолютную природу и также относительную. Мы, обычные живые существа, и даже арьи, когда они познают абсолютную истину, то неспособны познать одновременно и относительную истину, а если познают относительную истину, то в это время не познают абсолютную истину. Уникальная особенность Будды состоит в том, что две истины он познает одновременно. А другая уникальная особенность в том, что ум Будды пребывает в медитативном погружении на пустоту и одновременно с этим Будда эманурует бесчисленное множество тел и спонтанно приносит благо всем живым существам. И здесь, где бы живым существам ни требовалась помощь, там, где у них есть кармическая связь с Буддой, эманация Будды в этот момент спонтанно будет пребывать в этом месте, точно так же, как например, у луны нет такой мотивации где-то в какой-то воде отражаться, а в какой-то воде нет, если есть сияние луны, и у вас есть сосуд с водой, то отражение в нем возникает спонтанно. Когда вода не мутная, ясная, чистая, в этом случае в ней спонтанно проявляется отражение луны. И точно также, где бы у живых существ ни зародилась сильная вера в Будду, а также необходима кармическая связь с Буддой, в этом случае Будда спонтанным образом перед нами проявляется. Поэтому аудиенция у Будды зависит от состояния вашего ума. Когда у вас есть проблемы, то из глубины вашего сердца призовите Будду Ваджрадхару явиться перед вами, и перед вами обязательно явится Будда Ваджрадхара, Тара, любое божество. Вы просто их не будете видеть, но они будут присутствовать перед вами, и вы можете попросить их, о чем пожелаете. Но не просите о чем-то глупом. Попросите о чем-то серьезном, потому что они являются невероятно святыми объектами. Просите о чем-то, связанном с развитием вашего ума, и тогда они на

сто процентов вам помогут. Например, если кто-то скажет: «Геше Тинлей, дайте мне денег, я хочу купить водку», – то я не дам денег. Потому что, если я дам ему деньги, то от этого хуже будет. Но если вы хотите купить ручку, книги, то, конечно, я дам вам денег. Если вы говорите: «Я хочу учиться, хочу развивать свой ум, но мне нужно немного денег, чтобы у меня было здоровое тело, еда, без этого я умру», – тогда, конечно, пожалуйста, я дам денег.

В Тибете было множество таких историй. Один йогин медитировал в горах. У него кончились все продукты, нечего было есть, и он стал молиться: «Будда и божества, чтобы я не умер, пожалуйста, помогите». В это время к нему в хижину вошел человек, он принес мешок цампы и вышел. Йогин посмотрел вслед этому человеку и увидел, что тот немного прошел по тропинке и исчез. Чудеса тоже возможны. Но с вами такого чуда не произойдет, потому что вы не будете просить ради медитации. А иногда может произойти так, что когда вы просите Будду благословить вас, Будда благословит вас на то, чтобы у вас было меньше успеха в мирской деятельности. Тогда, если ваши мирские дела начинают «трещать по швам», это признак того, что вы получаете благословение.

Я расскажу вам историю об одном из восьмидесяти махасиддхов Индии. У духовного наставника и его ученика была очень сильная кармическая связь. Духовный наставник специально родился там, где переродился его ученик. Поскольку в прошлой жизни этот ученик накопил большое количество отпечатков позитивной кармы, то в этой жизни у него дела шли очень хорошо и гладко. Поэтому его ум никак не мог повернуться к Дхарме. Учитель ждал-ждал и думал: «Почему же ум моего ученика не обращается к Дхарме? Что же мне такое сделать, чтобы повернуть ум моего ученика к Дхарме?» И он понял: «Ага, мне нужно его благословить». И учитель благословил ученика так, что его мирские дела тут же разладились. Иногда вы говорите, что от благословения у вас становится все больше и больше денег. Нет, наоборот тоже может быть, потому что в действительности в долгосрочной перспективе вам это полезно. Итак, учитель благословил своего ученика так, что у него с бизнесом становилось все хуже и хуже, день за днем, месяц за месяцем. Затем его сын с женой начали думать, что он стал обузой для их семьи. Жена начала предлагать мужу: «Почему бы нам не переселить этого старика в другой дом? Он сам ничего не делает, только нам мешает, я не буду ему слугой». Она так сказала, и в конце концов сын с ней согласился, они перевезли отца в один старый дом. Он уже был достаточно стар, его жизнь прошла как одно мгновение, он обернулся, посмотрел на прошлое и подумал: «Всю свою жизнь я копил богатства, а в конце жизни остался без какого-либо имущества. Вместо этого, если бы я накапливал внутренние знания, Дхарму, то к этому моменту я мог бы медитировать. А сейчас, даже если я захочу медитировать, кто же меня этому научит?» И как только он такое подумал, как в «Матрице»: «Тук-тук», он услышал стук в дверь. Когда он отворил дверь, на пороге он увидел монаха с чашей для подаяния, который попросил: «Пожалуйста, дайте мне еды». Тот спросил: «Почему же вы не приходили ко мне раньше? Я мог бы дать вам очень многое, а сейчас мне нечем с вами поделиться». Этот мудрый человек сказал: «Я всегда прихожу вовремя. Меня не интересуют богатые подношения. Чем бы ты ни обладал, дай мне половину». Итак, половину своей еды этот человек отдал монаху. Он пригласил его в дом, поделился своей едой, и они вместе начали есть. Далее этот мудрый человек спросил у него: «Ты счастлив?» Он ответил: «Нет». Монах спросил его: «А ты хочешь быть счастливым?» Тот ответил: «Да, я хочу быть счастливым». Мудрец сказал ему: «Просто пожелать быть счастливым недостаточно, тебе нужно создавать причины счастья. А знаешь ли ты, что такое счастье, и в чем состоят причины счастья? Знаешь ли ты, что такое страдание и причины страданий?» И монах начал давать ему учение по четырем благородным истинам. Если человек знает четыре благородные истины с разных сторон, то он может выбрать для объяснения очень простой язык. Иногда люди всю жизнь изучают философию, читают много книг по четырем благородным истинам, но не могут в доступной

форме объяснить учение так, чтобы люди его поняли. Например, если просто сказать, что благородная истина страдания – это то, что возникает из благородной истины источника страдания и обладает такими характеристиками, как непостоянство, страдательная природа, пустота и бессамость, то все просто заснует. Это тоже требует интерпретации.

Итак, он спросил его: «Хочешь ли ты быть счастливым?» Тот ответил: «Да». Тогда мудрец сказал: «Простого желания быть счастливым недостаточно, тебе нужно создавать причины счастья. А знаешь ли ты, как создать причины счастья? И знаешь ли ты, что такое безупречное счастье? Быть счастливым так, как ты думал раньше, – это не настоящее счастье». Некоторые женщины тратят последние деньги, чтобы купить красивое платье, это глупый ум. Одежда для них – это самое главное. Итак, монах спросил у него: «Знаешь ли ты, что такое подлинное счастье и в чем состоят причины счастья? Знаешь ли ты, что такое страдание и что такое причины страдания? И в чем состоит главная причина наших страданий?» Это учение по четырем благородным истинам. Далее, на основе этих вопросов монах передал ему учение по четырем благородным истинам. Когда я слушал эту историю, я думал о том, как это интересно – мастер вначале задает вопрос, а затем дает ответ в рамках четырех благородных истин. Итак, это учение по четырем благородным истинам и как его практиковать с точки зрения функции. Далее, позже он передал ему посвящение и наставления по практике тантры, потому что у этого ученика были очень высокие отпечатки с прошлой жизни. И что бы ни говорил ему духовный наставник, этот ученик понимал все очень быстро. Потому что он изучал все это не ради сдачи экзаменов, а для практики. Я вот думаю, сейчас в Индии монахи в течение многих лет получают учение, и если они учатся для того, чтобы сдать экзамен на степень геше, то в результате настоящего учения они не получают. Раньше, во времена махасиддхов Марпа, Миларепа, Наропа, Тилопа, когда обучались, экзамены не сдавали. Они учились ради практики и поэтому у них было очень глубокое понимание учения. Поэтому я думаю, что экзамен нам тоже не нужен. Итак, без каких-либо экзаменов получайте учение ради собственной практики, и тогда вы его никогда не забудете. Даже в следующей жизни вы его будете помнить, потому что вы изучали его ради своей практики. Поэтому учите не для сдачи экзаменов, а для практики, и это будет очень хорошо. Это будет очень хорошей силой, стоящей за обучением.

И таким образом, далее он искренне практиковал. Его сын с женой совсем о нем забыли и уже три месяца не приносили ему еды. Итак, спустя три месяца они подумали: «Отец, наверное, уже умер». Они подошли к этой хижине, тихонько отворили дверь и увидели, что все помещение залито светом, а их отец медитирует, левитируя в пространстве, а не на полу. Они сразу же начали делать простирания и просить: «Пожалуйста, простите нас за то, что мы про вас забыли и ничем вас не кормили». А тот сказал: «Пожалуйста, не просите у меня прощения, вы оказали мне большую услугу. Если бы вы так со мной не обошлись, если бы вы продолжали меня кормить, моя жизнь прошла бы впустую. Вы меня выгнали, и я начал искать причины счастья внутри самого себя. Если бы вы мне помогли, я бы как луна зависел от солнца. Поэтому мое первое учение, Дхарму, которую я открыл, я передам вам, потому что вы ко мне были особенно добры».

Такие мысли должны быть со стороны родителей, но дети так думать не должны. Что касается детей, то они должны думать, что они своим родителям предоставят все необходимые условия для практики, это их ответственность. А родители не должны думать, что дети будут им помогать, если они что-то сделают – это хорошо, а если ничего не сделают – ничего страшного. Никогда не ждите, что дети будут вам потом помогать, вообще об этом не думайте. «Моя ответственность – помочь моим детям, я это делал для того, чтобы мои сын и дочь были счастливы, мне этого достаточно, больше мне ничего не надо», – думайте так. В этом случае, когда вы станете старыми, и ваши дети будут заняты своими

делами, то вам не будет больно. Ваша любовь будет чистой, потому что вы старались ради их блага. Они счастливы – и это главное. Тогда вам не будет больно. А когда вы думаете: «Я их кормил, я о них заботился, поэтому, когда я стану старым, они должны мне помогать», – это не чистая любовь. Это бизнес, вы делаете инвестиции в своих детей. Это не любовь, поэтому вы никогда не должны так думать о своих детях. «Моя ответственность – им помочь, пусть они всегда будут счастливы. Три Драгоценности, Будда, Дхарма, Сангха, я полностью на Вас полагаюсь. Если Вы считаете, что для меня лучше умереть, пусть я умру, если для меня лучше заболеть самой страшной болезнью, пусть у меня будет эта болезнь. Что будет лучше для развития моего ума – это моя практика. Три Драгоценности, я полностью на Вас полагаюсь», – вот так думать надо. Это называется прибежищем.

Итак, далее этот человек, этот старик стал одним из восьмидесяти великих махасидхов Индии и помог многим живым существам. Он указывал людям, как обрести счастье и начинал учение с четырех благородных истин, а далее на их основе он давал все более и более глубокие учения, также и тантрические.

Дигнага говорил: «Ставший достоверным существом, приносящий благо живым существам, Учитель, ушедший за пределы печали, защитник». Так, Будда, Вы стали Буддой, Вы не были с самого начала достоверным существом, но Вы стали достоверным. И как Вы стали Буддой? Длительное время Вы осваивали великое сострадание, и это смысл слов: «Приносящий благо живым существам». Вы осваивали не только великое сострадание, но также и мудрость, напрямую познающую пустоту. Благодаря тому, что Вы длительное время осваивали вот эти два качества – великое сострадание, а также мудрость, напрямую познающую пустоту, на которую указывает слово «Учитель». Внутренний учитель – это мудрость, напрямую познающая пустоту. Благодаря этим двум Вы вышли за пределы печали. Но Вы не остались пребывать в состоянии индивидуального умиротворения. Вы защищаете живых существ. А как вы защищаете живых существ? Как говорил Дигнага: «Вы защищаете живых существ посредством дарования учения по четырем благородным истинам». Не посредством каких-либо других наставлений, а говорится, что именно посредством дарования учения по четырем благородным истинам. Все Будды, которые явятся на нашей планете, будут начинать учение с четырех благородных истин и заканчивать также четырьмя благородными истинами. Это учение по четырем благородным истинам является невероятно глубинным и обширным, а я передал его вам в очень сжатой форме.

Итак, время закончилось. В четверг состоится благословение Белой Тары, расскажите об этом своим друзьям, родственникам. Божество на сто процентов существует, и получать благословение божества в нашей жизни очень полезно. Но если это вам не поможет, то я точно могу сказать, что не навредит. Также то, сколько блага вы получите от благословения, зависит от вашей веры. Кроме того, вам также очень важно установить связь с Белой Тарой. Это ваше индивидуальное, личное божество.

В пятницу состоится празднование дня рождения Его Святейшества Далай-ламы. Мы отметим его с вами все вместе и помолимся о долгой жизни Его Святейшества. В субботу состоится учение по Гуру-йоге в нашем центре. В воскресенье состоится подношение цог. А после этого я буду отдыхать до начала нашего ретрита на Байкале. До свидания.