

Итак, я очень рад всех вас здесь видеть в Москве, после долгой разлуки. И для того чтобы получить драгоценное учение – Дхарму, в первую очередь, очень важно породить правильную мотивацию. Что касается мотивации, то здесь должно быть определенное здравомыслие. Что в нашей жизни является самым главным? Если вы не понимаете, что является самым главным в вашей жизни, если вы считаете самым важным временное счастье – богатство, имущество, славу, репутацию, то тогда вы не сможете породить правильную мотивацию. Так вы будете получать даже учение – Дхарму ради этой цели и тогда это будет неправильная мотивация. Это называется «мирская» мотивация. Почему в нашем мире многие люди получают хорошее образование, защищают высокие научные степени, но при этом их образ мышления остается очень низким? Потому что они не меняют, не исследуют свою мотивацию, стоящую за их действиями и поэтому их ум остается как у маленьких детей. Они накапливают информацию, но при этом упускают самое главное – это то, что является самым важным в нашей жизни. И если вы понимаете, что в вашей жизни деньги, богатство, имущество не являются самыми главными, слава и репутация так же не очень важны, если вы это понимаете, то ваша мотивация меняется. И здесь, если вы понимаете учение по четырем благородным истинам, то ваша мотивация автоматически меняется.

Для изменения мотивации очень и очень важным является учение по четырем благородным истинам. В четырех благородных истинах говорится о том, что является страданием, каковы причины страдания, что является счастьем и каковы причины счастья. И при этом речь идет о полном страдании и так же о подлинном счастье. И по мере того, как вы все глубже и глубже будете понимать четыре благородные истины, то вы поймете, что в вашей жизни самое главное – ваш образ мышления, здоровое состояние ума. Это самое главное. Когда в буддизме говорится о нирване, то вам нужно понять, что речь идет не о каком-то объекте где-то снаружи, где-то в пространстве, а ваше собственное здоровое состояние ума является нирваной. Нирваны где-то там нет, нирвана – это полностью здоровое состояние ума, которое невозможно сделать грязным, оно достигается через медитацию. Когда ум становится грязным, – это сансара. Благодаря развитию шаматхи ум становится очень чистым, в любой ситуации он не может стать грязным – это называется «состояние нирваны». И так вы поймете, что счастье снаружи вы не найдете и по мере устранения ваших омрачений, которые являются беспокоящими факторами вашего ума, постепенно ваш ум будет становиться все спокойнее, все более и более счастливым. Постарайтесь понять учение, буддийское учение с точки зрения здравомыслия, тогда вы по-настоящему сможете измениться, не воспринимайте его как догмы. Иногда люди в монастыре понимают философию как догму, тогда в обычной жизни они ведут себя точно так же, как раньше, а когда приходят в храм, становятся святыми – это не полезно. Это должно быть как здравомыслие, нужно жить с таким образом мыслей. Это называется «практика».

Буддийская практика не означает, что вы обязательно сидите, молитесь, недоедаете, то есть, держите пост. Такая практика тоже возможна, но она не является самой главной, а самой главное – изменение вашего образа мышления. В прошлые времена жил один человек, который думал, что очень активно занимается практикой Дхармы, при этом он выполнял очень много простираний. И вот, однажды, в горах где-то неподалеку медитировал йогин, и он спустился с гор в город. Этот человек встретил йогина, и спросил у него: «Сейчас я активно занимаюсь практикой Дхармы, как у меня обстоят дела с практикой? Сейчас я выполняю простираения, каковы мои дела в практике Дхармы?» И йогин ему ответил: «Выполнять простираения – это хорошо, но практиковать Дхарму намного лучше» и ушел. Настоящий йогин, настоящий мастер без просьбы никогда не дает учение. Если кто-то говорит: «Приходи на мое учение, я дам тебе учение» – это на девяносто девять процентов человек вас обманывает. Он кратко ответил и ушел в горы.

И вот, после этого ответа тот практикующий подумал, что практика Дхармы означает начитывать большое количество мантр и начал начитывать множество разных мантр. И вот, когда йогин вновь спустился с гор, человек подошел к нему и спросил: «В наши дни, в это время, я начитываю большое количество мантр, как обстоят мои дела с практикой Дхармы?» На это йогин ему ответил: «Начитывать мантры – это хорошо, но практиковать Дхарму намного лучше». Итак, йогин вновь ушел. А этот практик задумался, что же такое практика Дхармы? И решил: «А, наверное – это медитация» и приступил к медитации. Вот, как иногда делают русские люди – садятся, и сидят четыре часа. Вот так сидят, ум туда-сюда бегают, тело не дышит. Вот так сидят. Что толку в этом? И вот, он долгое время сидел в медитации, на самом деле, это не была медитация, просто напоминало медитацию, он сидел в такой позе медитации. Сидеть в позе медитации – это еще не медитация. И вот, когда йогин вновь пришел в этот город, тот практик встретился с ним и сказал: «Сейчас я занимаюсь практикой Дхармы, занимаюсь медитацией, это медитация высокого уровня, практика тантры, как у меня обстоят дела с практикой Дхармы?» И йогин на это сказал: «Заниматься медитацией хорошо, но практиковать Дхарму намного лучше».

И вот, тогда йогин сделал простираания, и попросил: «Пожалуйста, расскажите, что же такое практика Дхармы?» И на это йогин сказал: «Практика Дхармы начинается с изменения своего намерения». Чем бы вы ни занимались, если вы заботитесь только о счастье этой жизни, это вообще не является практикой Дхармы. Но если у вас появилась забота о счастье будущей жизни, то это является первым уровнем практики Дхармы. И далее, если с пониманием страдательной природы сансары у вас появляется желание освободиться от сансары, в этом случае, это второй, промежуточный уровень практики. Медитация с желанием освободиться от сансары называется «медитацией промежуточного уровня». Высшая мотивация – это если вы думаете так: «Я хотел бы практиковать Дхарму ради того, чтобы всех живых существ избавить от страданий, чтобы всех привести к безупречному счастью, ради этого я хотел бы стать буддой, и с этой целью я занимаюсь практикой», – в этом случае это практика Махаяны.

Итак, какое бы действие мы ни совершали, за любым нашим действием стоит определенная сила – это намерение, оно же называется «карма». Если намерение является вредоносным – это является негативной кармой, если намерение нейтральное, то это нейтральная карма, а если это намерение приносить благо многим живым существам, если это любовь сострадание, тогда это позитивная карма. Итак, чем бы вы ни занимались, очень важна сила, которая стоит за каждым вашим действием, очень важно породить правильное намерение.

Итак, когда вы думаете, что я хотел бы всех живых существ привести к счастью, избавить всех живых существ от страданий, и ради этого я буду совершать определенные действия, буду накапливать заслуги, посвящая их благу всех живых существ, – тогда это очень позитивное намерение. Та сила, которая побуждает вас к тем или иным действиям, это любовь и сострадание, в таком случае это правильное намерение. Во времена Будды, в определенных обстоятельствах, один царь очень негативно относился к Будде, критиковал Будду, но затем, спустя какое то время он пожалел об этом, и в качестве извинения отправил Будде в подарок свою корону. И вот, помощник этого царя принес корону Будде.

Он поднес Будде корону этого царя, и сказал, что царь очень сожалеет о своем негативном к вам отношении, и в качестве извинения принес вам в подарок эту корону. И Ананда в этот момент спросил: «А, почему сам царь не пришел сюда?» На что Будда сказал: «Ананда, не говори такого. Одно то, что царь отправил в подарок свою корону, это уже очень большой шаг. Он хотел приехать, но его это ему не позволило». Итак, хотя он хотел приехать, но намерение, его это, помешало ему, не позволило. И вот, на следующий день Будда сказал: «Сейчас я бы хотел отправиться во дворец к этому царю». Но Ананда спросил: «Будда, ну

как же можно так поступать? Если вы отправитесь туда, что же подумают люди?» Будда сказал: «Что подумают люди, не имеет значения. Эго этого царя не позволило ему прийти сюда, а мое сострадание не позволяет мне оставаться здесь на месте, я хотел бы отправиться к нему». Вот это очень глубокое учение. И на основе этого мы понимаем, что силой, которая стояла за любым действием Будды, была любовь и сострадание.

Ну, а если мы исследуем свои собственные поступки, то обнаружим, что даже если мы улыбаемся, сила, которая стоит за этим действием, – за улыбкой, это не любовь и сострадание, а это желание обрести какое-то преимущество. Желание обрести какую-то выгоду. Если я вижу важного человека, то буду смеяться для него, чтобы получить какую-то выгоду. Потом этот человек ко мне будет липнуть. А когда у кого-то ничего полезного для меня нет, то я даже не увижу такого человека. Таким образом, если вы исследуете намерение, которое стоит за вашими действиями, то обнаружите, что чаще всего это эгоистичный ум. Это эгоизм. «Я.Я.Я. Я самый главный, остальные не главные. Если я счастлив, а остальные страдают, то ничего страшного». Это очень тупой ум так думает. Такой самый главный «я», даже если медитирует, что толку? Сначала ваше эго – это мирское эго, а после того, как вы буддийское учение прослушаете, у вас станет буддистское эго. «Я буддист, я хороший буддист, они плохие буддисты, они не буддисты. О, как плохо, как жалко». Зачем нужно буддизмом свое эго питать? Иногда я вижу, что люди буддийское учение слушают, немного медитируют, и у них эго больше становится.

Раньше с мирским эго он говорил: «Я хороший футболист, я русский, мы сильнее». Потом его эго еще буддийским учением стало питаться. «Я буддист, я могу медитировать». И так, в любых областях проявляется эго, и тогда даже учение по Дхарме превращается в яд, и эго из-за этого становится только больше. И вот, вы начинаете медитировать, и вновь проявляется ваше эго, если вы неосторожны. Кто нас обманывает? С безначальных времен и до сих пор нас все время обманывает наше эго, и так будет и впредь нас обманывать, если мы не будем осторожны. Если один человек вас два раза обманул, вы говорите: «Я не хочу даже лицо его видеть». Почему? «Потому что, он два раза меня обманул». Ваше эго не два раза, миллион, даже больше миллиона раз вас обманывало, оно постоянно вас обманывает. Вот, пока вы в сансаре, оно вас обманывает. Сейчас пришло время вам сказать: «Эго, я не хочу больше видеть твое лицо». И в этом случае учение, которое вы получаете, станет нектаром.

Что может этому помешать? Если говорить о злых духах, то внешние существа, злые духи совершенно никак не могут вам помешать. Зачем нужно бояться злых духов? Они сами, что-то делают, еду ищут, бегают туда-сюда, им страшно, у них много иллюзий. Поэтому, зачем их бояться? В них самих страх сидит и иллюзии. У них очень много иллюзий. Где находится настоящий злой дух? Это наше эго. Потом, когда вы медитируете, это эго говорит: «Давай медитируй, это низший уровень, надо еще выше подняться, сразу ты реализации получишь». А потом эго показывает людям, каким необычным вы стали. Это самый худший враг. И поэтому в шахматах, прежде чем перейти в нападение, очень важно сделать определенные оборонительные ходы. Перед тем как приступить к атаке, напасть на наши омрачения, – а нам нужно напасть на омрачения, – в первую очередь, мы должны удостовериться, что омрачения не нападут на нас первыми. Вначале важна оборона.

Потому что, наше эго знает все наши слабые места. В настоящий момент я говорю вам о том, что вы должны держаться на расстоянии от своего эго, и вот ваше эго уходит и остается где-то снаружи. Ваше эго где-то там, снаружи, и кто-то говорит: «Какой кошмар, теперь, наверное, он или она не позволят нам вернуться обратно на место» А другое эго говорит: «Нет, нет, не беспокойтесь, как только Геше Тинлей закончит учение, когда он или она выйдет на улицу, наружу, мы поднесем какой-нибудь цветок, произнесем какие-нибудь

приятные слова, и они сразу же примут нас обратно». Одно слово: «Молодец» и все. «Молодец» – кто-то такое слово скажет, и вы сразу потеряете голову.

В Тибете жил один йогин Ангатемпа и он появился в Тибете специально, для того чтобы помочь открыть людям глаза, поскольку тибетцы были очень наивными людьми. Поэтому он специально так делал, немного обманывал людей, глаза им открывал. Потом вещи, которые он забирал у людей, он всегда отдавал нужные вещи, он не брал их себе. Немного обманывал – брал эти вещи, потом бедным людям отдавал и называл имя этого человека: «Это тебе от него подарок, пусть он заслуги накопит». Вот такой необычный йогин был в Тибете. Очень умный. У одной бабушки был такой кожаный мешочек, куда она насыпала цампу, перетирала ее, делала очень вкусной. Она в него положила масло. Добавляла в цампу масло и так далее, все это вместе перетирала, получалось очень вкусное блюдо. И вот, Ангатемпа однажды решил украсть у нее этот мешочек. Он хотел пробудить ее эго потому, что знал, что как только эго просыпается, то она из-за этого сразу же становится очень глупой. И вот Ангатемпа сказал ей: «О, вы до сих пор выглядите очень красиво, наверное, в молодом возрасте вы были просто невероятной красавицей». И вот, она отложила этот мешочек, провела руками по лицу и сказала: «Да, да, когда я была молодой, я была такой красивой, все девушки мне завидовали». Только она это сказала, глаза открыла, и нет мешка.

Итак, что он хотел нам тем самым показать? Это то, что, если мы слышим похвалу, тогда просыпается наше эго, и мы становимся очень глупыми. Очень глупыми. У кого бы в уме ни проявилось омрачение, в этот момент этот человек становится самым глупым. Потому что сущность омрачений – это глупость, это яд. Если вы исследуете, то поймете, что у любого человека, у которого просыпаются омрачения, сразу же проявляется большая глупость, он становится действительно глупым. И вот поэтому, аферисты очень хорошо знают, что если у человека проявляются омрачения, он от этого глупеет. Поэтому, что они делают? Они вначале как-то хвалят человека, то есть, проявляют его привязанность, и после этого его обманывают. Хвалят, потом говорят: «Деньги на такой-то счет положи, и у тебя денег будет в два раза больше». У вас сразу глаза большие – все, вы попались. Когда глаза большие стали – человек попался.

Итак, эго, омрачения очень глупы и, поэтому, когда вы выйдете отсюда, если они предложат вам цветы или скажут какие-то приятные слова, скажите им: «Нет, нет, мне все это не нужно, я уже решил, что не позволю вам вернуться обратно. И в моем уме самую важную должность займет мой ум, заботящийся о других». Премьер министром в вашем уме должен быть ваш ум, заботящийся о других, а не эгоистичный ум. А президентом в вашем уме должна быть мудрость, познающая пустоту. Измените устройство, царство, вашего ума и это называется «практикой Дхармы». Итак, поймите, что ваш ум, действительно, похож на царство, и в настоящий момент царем в нем является ваше неведение, а премьер министр – это эгоистичный ум. И кроме этого, большое количество омрачений занимают ответственные должности. Как же вы можете быть счастливы в таких условиях? Например, министр экономики – это жадность. Вы думаете: «Ни с кем не поделюсь копеечкой». Но это тупой ум. Министр обороны – это гнев, ну как же он может установить мир и порядок в вашем уме? А министр культуры – безнравственность.

Итак, что вам нужно, это, чтобы царем в вашем уме вместо неведения была мудрость, познающая пустоту, поэтому развивайте мудрость. Премьер министра эгоистичный ум замените на ум, заботящийся о других. А министром обороны должно быть терпение вместо гнева. Министром экономики должна быть щедрость, а не жадность. Что касается щедрости, то мы знаем, что, чем больше семян мы посеём в поле нашего ума, тем больший результат вырастет в этом поле. И это мудрая экономика, творческая, креативная экономика. Буддийская экономика не похожа на обмен товаром, – это все равно, что перемещать вещи

стоящие на одном столе, из одного угла в другой, из-за этого ничего не изменится. В нашем мире товары туда-сюда перемещаются, немного выгоды можно от этого получить, а много нет. Здесь нужен расчет. Что касается экономки, то многие люди в наши дни говорят, что творческая, созидательная экономика, – когда что-то выращивается, что-то создается, – это намного важнее, чем простой обмен товаром. Поэтому России выгодно, когда европейские страны вводят санкции. Россия ленивая, не хочет что-то делать. Но выбора нет, надо рассчитывать. Сейчас Путин говорит европейцам: «Спасибо большое». Раньше думали: «Какой кошмар, нам санкции ввели». Потом поняли, что нет кошмара. Поэтому вам надо говорить «спасибо» Европе. Из-за этого, сколько мы можем всего полезного создать. Это настоящая экономика.

Но в буддизме говорится, что даже это является детской экономикой. А что касается настоящей экономики, то здесь мы говорим о поле нашего ума и это невероятно огромное поле. Пока ум ученых не понимает ничего. Квантовые физики только красиво говорят, они даже не знают, что такое ум. Ученые не знают определение ума, не знают, в чем заключается разница между первичным умом и вторичным умом. Как же они могут придерживаться философии уровня Читтаматры? Иногда некоторые люди, даже буддисты, говорят: «О, квантовая физика – это воззрение Читтаматры». Я говорю: «Нет, нет. Где Читтаматра а где квантовая физика? Это совсем разные вещи». То есть, Читтаматра и воззрение современной науки физики, квантовой физики, – это две большие разницы. В квантовой физике есть определенные утверждения, подобные взглядам Читтаматры, но это не означает, что физика полностью придерживается всего воззрения Читтаматры. Квантовые физики исследовали вопрос и говорят: «О любой вещи без субъективного ума невозможно говорить». В этом ничего особенного нет. Только это немного похоже. Это все равно, что сказать, например, что человек монах, потому что у него нет волос, потому что он побрит налысо, но вовсе не обязательно это должно быть так. Волос у человека нет, поэтому он монах. Нет, это необязательно. Квантовая физика говорит: «Нет отдельно от субъективного объективного ума, отдельного от сознания» – это необязательно Читтаматра. В Читтаматре существует полная система. Вот, где существуют явления, они говорят, что это проявление кармических отпечатков в вашем уме.

Далее, когда они рассматривают ум, то говорят о восьми видах первичного ума, и каким образом все это проявляется на основе ума – основы всего. И на основе вот этой презентации переходят к утверждению, каким образом явления существуют, и каким образом они не существуют. Человек без волос вовсе необязательно должен быть монахом, даже если кто-то носит монашескую одежду, это еще не означает, что этот человек монах. Главный критерий того, является человек монахом или нет, – это наличие обетов в его уме. Что касается взглядов Читтаматры, то хотя отрицается наличие внешних объектов, но каким образом явления существуют в качестве проявления кармических отпечатков, – вот по этому факту можно оценить является человек сторонником Читтаматы или нет.

Итак, здесь, используя эти взгляды, нужно доказать, что с одной стороны осуществимо полностью все, и возможна и сансара, и нирвана, – это на основе проявления ума основы всего, а с другой стороны не существует ничего отличного, отдельного от ума. Если придерживаясь хорошей логики, вы сможете полностью опровергнуть любые противоречия, любые вопросы, тогда это, действительно, взгляды Читтаматры. Но если говорить об аргументах, которые выдвигают с позиции более высокой школы – Прасангики Мадхьямики, на эти вопросы ответить невозможно, но это уже совершенно другой случай. И так происходит из-за того, что есть определенные изъяны в этой системе. И поэтому Эйнштейн говорил о том, что не может согласиться со взглядами квантовой физики, в рамках которой говорится, что нет никаких явлений, никаких объектов в отрыве от субъективного ума. Эйнштейн очень хорошо владел логикой. Эйнштейн утверждал,

например, следующее: «Когда мы засыпаем, в этот момент мы не думаем о луне, но при этом луна все равно существует, даже хотя мы о ней не думаем».

Это очень сильный аргумент. Когда я это увидел, посмотрел внимательно, этот человек – Эйнштейн, это не простой человек. Он должен учить буддийскую философию, тогда он сразу поймет Прасангику Мадхьямику. Вот это, действительно, очень сложный аргумент, который с позиции Читтаматры опровергнуть очень трудно. Он не читал тексты школы Прасангики Мадхьямики, он сам придумал аргументы, сам Эйнштейн.

Вернемся к нашей теме. Итак, кто бы, о чем ни говорил, с разными утверждениями могут выступать ученые, Эйнштейн или великие мастера прошлого, мы должны извлекать из этого все, что является истиной и использовать это. Если есть лишь подобие в какой-то одной области, в каком-то одном моменте, из этого вы не можете сразу же прийти к убеждению что, скажем, взгляды ученых – это взгляды Читтаматры. Это было бы неправильно. Или что в квантовой физике придерживаются воззрения Читтаматры – это было бы неправильно. Потому что ученые материю хорошо понимают, но ум пока не понимают. Они думают, наверное: «Самые высшие люди – это ученые». Вы спросите: «Что такое ум?» Они могут сказать: «Мозг – это ум». Даже внутри мозга происходит движение, ученые говорят, что там есть электричество, там движение электрическое. Они думают, что, наверное, там есть ум. Но они очень плохо понимают, что такое ум, потому что это нелегко понять. Но как же тогда они могут придерживаться воззрения Читтаматры, ведь Читтаматра – это очень обширная система, в которой, например, говорится о наличии восьми видов первичного ума. С точки зрения Прасангики Мадхьямики речь идет о шести видах первичного ума. В Читтаматре говорится о восьми видах первичного ума. Кроме этого, там также очень подробно объясняется механизм работы ума. В Читтаматре объясняется, каким образом мы возвращаемся в сансаре, как нам освободиться от сансары, каков процесс медитации, – все есть во всех подробностях. В Читтаматре есть представление об основе, пути и результате. А в науке нет такого представления основы, пути, результата.

Теперь вернемся к нашей теме. Итак, для того чтобы изменить ситуацию в царстве нашего ума для нас очень важна философия. Есть множество разных утверждений философии, но, что касается самой важной философской темы – это учение по четырем благородным истинам. В четырех благородных истинах рассматривается философия всех четырех буддийских философских школ. Если говорить о том, как четыре благородные истины рассматриваются в школах Вайбхашика и Саутрантика, то это достаточно низкий уровень презентации. В школе Читтаматра представления о четырех благородных истинах немного выше. А самый высший уровень четырех благородных истин рассматривается с позиции Прасангики Мадхьямики. И поэтому все четыре буддийские философские школы в качестве основы рассматривают тему четырех благородных истин, и при этом разворачивают эту тему очень подробно.

Итак, не думайте, что четыре благородные истины – это какая-то узкая тема, поскольку вся сутра и вся тантра основаны на четырех благородных истинах. Например, благородная истина пути, – это четвертая истина. В отношении которой Будда говорил: «Медитируйте на благородную истину пути». Чтобы медитировать на благородную истину пути нужно культивировать випашьяну и Чандракирти написал текст «Мадхьямака-аватара». И это один из трактатов который предназначен для того чтобы научиться медитировать на четвертую благородную истину. Про все великие трактаты вам нужно понимать, что является комментариями, подробными комментариями к четырем благородным истинам. Итак, когда Будда передавал учение по четырем благородным истинам, он знал, что четыре благородные истины являются самой основой практики, и на их основе медитация становится настоящей. Как, например, если говорить о работе адвоката, чем бы он ни занимался, все его действия

должны быть связаны с конкретным делом. В противном случае, если например, этот адвокат услышал, что кто-то отскерокопировал документ и с помощью этого выиграл свое дело, если он сделает даже тысячу копий того же самого документа, ему это не поможет. Это совсем другая ситуация.

Поэтому буддизм говорит, что людям делать. Если вы подумаете: «Когда-то Миларепа все бросил, ушел в горы и стал Буддой. Поэтому я тоже пойду в горы». Если вы так сделаете, то вы умрете через десять дней. В России очень холодно. Зимой вы десять дней посидите и умрете. Поэтому никогда не надо делать то, что делают люди. Надо что-то делать, исходя из своей ситуации. И для этого в качестве основы вам необходима философия четырех благородных истин и тогда, чем бы вы ни занялись, все будет эффективно. Потому что в настоящий момент в нашем уме представления о счастье, представления о страдании, представления о причинах счастья и причинах страданий являются очень примитивными. Они очень примитивные, по-детски примитивные. А если вы без философии будете медитировать, то станете странным человеком.

Нам нужно изменить это свое представление о том, что такое счастье. Счастье – это вовсе не означает слышать красивые, приятные слова. Когда русские люди слушают хорошие слова, например, «молодец», они готовы все, что угодно сделать. Это потому, что ваш ум думает, что счастье – это слушать приятные слова. Это тупой ум. Ради этого слова «молодец», вы всю ночь не спали, – так ведет себя тупой человек. И нам необходимо делать нечто такое, что было бы глубже, чем действие ради простого слова «молодец». По-настоящему значимые действия мы начинаем совершать на основе понимания четырех благородных истин. Чтобы вы ни сделали на основе четырех благородных истин, даже если вы произнесете одну мантру – ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ – это станет по-настоящему значимым действием. Через понимание четырех благородных истин, даже если пять минут медитировать, то это будет настоящая медитация. Не понимая четырех благородных истин, шесть месяцев в специальной позе сидеть – это значит, питать свое эго. Потом после шести месяцев такой медитации у вас глаза больше становятся, вы думаете: «Я особый человек», это вы обманываете себя. Для чего вы шесть месяцев сидели? Это ваше эго поставило вам ультиматум. Даже, если захотите уйти, потом скажете: «Если я уйду, что обо мне будут говорить люди? Я до конца досижу». Все, это вы в тюрьме вашего эго сидите.

Когда вы понимаете четыре благородные истины, когда у вас есть хорошее понимание философии, вы рады там сидеть. В этом случае, вас не будут интересовать какие-то мирские вещи. Красивые, приятные слова, – вы понимаете, что все это бессмысленно. Все наши мирские заботы возникают на основе этого. Однажды один царь попросил певца спеть для него песню. Вот, певец спел песню, и царь сказал: «За это я одарю тебя золотом». Певец очень обрадовался, спел еще одну песню, еще громче. Царь сказал: «Я подарю тебе деньги». Певец обрадовался еще больше, спел еще одну песню, еще громче. Царь сказал: «Я одарю тебя имуществом». И после этого певец вернулся домой, и рассказал своей жене: «Сегодня я спел несколько песен царю, и царь пообещал, что одарит меня золотом, деньгами, имуществом». Жена тоже очень обрадовалась. И сказала: «О, как же здорово, завтра обязательно устроим вечеринку, созовем всех наших друзей».

Русские тоже так делают – одно слово услышат, даже в руках у них еще ничего нет, и устраивают вечеринку, потом долги выплачивают. И так, они одолжили денег, и организовали такое празднование. Праздник ради будущего праздника, когда в руках еще ничего нет. Прошла неделя, но ничего у них не появилась, прошло две недели, они так и сидели ни с чем и после этого певец снова пошел к царю. И сказал: «Некоторое время тому назад я спел для вас песню, и вы пообещали, что одарите меня золотом, деньгами, имуществом. Прошло две недели, а я так ничего и не получил». На что царь сказал ему: «Не

говори о принятии и отдаче. На тот момент ты порадовал мои уши, сделал мне приятное, и я в ответ тоже порадовал твои. И не говори ничего о принятии и отдаче». И о чем нам говорит этот анекдот? О том, что все наши мирские дела нужны просто для того чтобы порадовать свои уши, в действительности, ничего другого это не дает. В момент смерти вы поймете, что все это являлось просто пустыми словами. Но тогда будет уже слишком поздно.

Во время смерти вы понимаете: «О, эти все вещи – слава, репутация, богатство – все это обман, это пустые слова, они просто приятны ушам. Настоящее – это не богатство. Когда я умру, то даже это тело с собой не возьму, а ум будет продолжаться. Почему я не занимался в своей жизни тем, что по-настоящему важно, почему я так не поступал? Тогда у вас появится сожаление, но будет уже слишком поздно. Когда вы заболаете, то тогда вы поймете, что пока вы не больны, вы по-настоящему счастливы. Это мирское счастье. И так по-настоящему мирское счастье вы начинаете понимать, когда заболаете, но тогда уже слишком поздно. Когда вы здоровы, то жалуетесь: «Это не то, это не то, это не то». Когда болеете, то говорите: «О, как хорошо быть здоровым! Когда я был здоровым, то был счастлив даже с пустым карманом. Когда я здоров, то я что угодно кушаю, гулять могу, поехать куда-то могу, – в мирском смысле это самое счастливое время, когда вы не болеете. Но сейчас, когда болеете, уже поздно. Вы тоже всегда опаздываете, – только когда болеете, узнаете, какими счастливыми были раньше. Потом, когда время смерти придет, вы думаете: «О, все мое золотое время я впустую потратил». И вы испытываете сожаление. Вы умные, у вас есть ум, но вы всегда опаздываете.

Итак, пока вы не болеете, вы должны понимать, что в этот период в сансаре вы являетесь самыми счастливыми существами. Это не нирвана. Среди сансары, когда я здоровый – я самый счастливый. «Тем более, когда я слышу это учение, я становлюсь еще счастливее» – тогда вы умный человек. Никогда не опаздывайте, чтобы понимать реальность. Вы можете не знать какого-то одного аспекта реальности, из-за которого вся ваша жизнь будет несчастной. Что касается непостоянства и смерти, то однажды вы умрете, – этот процесс умирания обязательно произойдет, и, если вы заранее об этом знаете, вы сможете к этому подготовиться. Что наступит раньше, завтрашний день или следующая жизнь, сказать очень трудно. Здесь совершенно нет никаких гарантий, что завтра вы не умрете. Например, если вы знаете о своем богатстве, что нет никаких гарантий, будет оно у вас завтра или нет, то в этом случае, вы будете очень хорошо готовиться к завтрашнему дню. Вы будете готовить план «Б». Вдруг все пропадет? «У меня нет имущества, но у меня есть план «Б»». Почему придерживаются плана «Б»? Потому что эту вещь, которая у вас есть, вы можете в любой момент потерять, тогда вы не будете полностью полагаться на случай, вы будете делать запасы. Это здравомыслие.

И кроме этого, нет никаких гарантий, что наступит завтра, – это будет завтрашний день или следующая жизнь, и в этом случае у вас появится план «Б». Это определенное планирование на будущую жизнь. Итак, вам необходимо иметь два плана, – это в случае, если вы не умрете, то на завтра вам нужно то-то и то-то, но необходим и другой план, – на тот случай, если завтра наступит смерть. Это шахматы, у самых умных шахматистов, гроссмейстеров у них всегда есть план. Поэтому шахматист-гроссмейстер очень спокойно играет, потому что он готовится к самому худшему. И точно так же Будда об этом говорил, что нужно готовиться к самому худшему, но при этом сохранять наивысшее видение. Вам нужно иметь самое высшее видение, но готовиться нужно к самому страшному.

Итак, это самое золотое, что я могу вам сказать, – вам необходимо удерживать этот совет в вашем уме, нужно использовать его. Это, как, например, если вы выходите на улицу, то в первую очередь, удостоверьтесь, что взяли с собой мобильный телефон. Вы говорите: «Мобильный телефон забыл, какой кошмар, я забыл мобильный телефон!» Точно также все

учения, Дхарму вам нужно всегда брать с собой – это как мобильный телефон, – вы его всегда в карман кладете, вдруг на улице с неприятностями встретитесь. Так и моя Дхарма всегда должна быть наготове. Итак, ваши знания Дхармы подобно мобильному телефону и всегда должны оставаться у вас в кармане. Когда я на улицу пойду, мои знания Дхармы всегда в кармане, там мирского ничего нет, только Дхарма. Поэтому в любой ситуации отвечать надо Дхармой. Если самый кошмар придет, отвечать надо Дхармой, сразу вам спокойнее станет. Это самый лучший ответ на омрачения в плохой ситуации – через Дхарму. Дхарма лучше всего защищает нас от проблем. И это называется «практикой Дхармы». Какая бы ситуация ни возникла, эта ситуация не должна вас менять, это вы должны менять ситуацию. Слабого человека ситуация делает слабым, сильный человек в любой ситуации не меняется, он потихоньку сам меняет ситуацию, и всем приятно становится.

Если человек слабый, то в этом случае, определенные ситуации, обстоятельства его меняют, а что касается сильного человека, то его обстоятельства не контролируют, а наоборот, он контролирует ситуацию. Вот таким человеком надо быть. Посмотрите, например, если вы легко расстраиваетесь из-за того, что о вас говорят другие, что это означает? Какая здесь есть стратегическая ошибка? Стратегическая ошибка состоит в том, что вы отдали другим людям привилегию вас расстраивать. Это тупой ум. Никогда не отдавайте другим такую привилегию – делать вас несчастным. А какую привилегию вам нужно отдать другим? Это привилегию легко вас радовать. Но вы не отдаете другим людям эту привилегию – радовать вас, чтобы они ни делали, вы все равно недовольны. Когда жена вкусный чай принесла, вы пьете и недовольны, что нет сахара, это не так, то не так, потому что очень трудно сделать вас счастливым. Некоторые жены тоже проявляют недовольство. Муж старается на день рождения подарок купить, хочет, чтобы его жена счастливая была, но жена говорит: «Это не такой цвет, это уже вышло из моды, это что-то не то». Поэтому не давайте другим людям делать вас несчастными. Кому от этого плохо будет? Только вам самим будет плохо. Вы даете всем людям шанс, даже маленький, вредить вам, делать вас несчастными, вы всем даете такие возможности. А полезных для вас привилегий вы людям не даете. Это тупой ум. Вы должны поступать по-другому – никогда никому не давать привилегию расстраивать вас. Чтобы они ни говорили, пусть эти слова влетают у вас в одно ухо, вылетают из другого, – оставайтесь подобными горе.

Если вы находитесь под влиянием эго, вам очень трудно вытерпеть даже малейшее плохое слово, потому что вас контролирует эго. Вы думаете, почему это правда? Одним словом сделать меня несчастным очень легко. Итак, почему вас очень легко расстроить, а порадовать, наоборот, очень трудно? Здесь вы приходите к пониманию, что это из-за вашего эго. Механизм сводится к вашему эго. Вроде бы, вы хотите счастья, но когда ваше эго становится сильным, сделать вас счастливым очень трудно, потому что это эго, омрачения, эти ваши враги не дают вам быть счастливым. Если у вас большое эго, то даже, если одно слово вам скажут: «Ты не такой красивый», вы всю ночь спать не можете. Кто делает вам больно? Это эго. Когда вы это эго заменяете на ум, заботящийся о других: «Я не самый главный, все должны быть счастливы», то тогда вам не будет больно от чужих слов. Вот такое здравомыслие вам нужно обрести. Если кто-то вам скажет, что вы толстый или уродливый, то, больно не будет. Когда эго нет, боли нет. Когда в вашем уме есть сильная забота о других, если даже муж шахматы принесет, вы скажете: «Мой муж думает о моем дне рождения, этого достаточно. Тем более, что он шоколадку купил. Даже, если он за пятьдесят рублей шоколадку принес, вы говорите ему: «Спасибо большое», радуетесь. Это здравомыслие. Если шубу купил, вы говорите: «О, это невероятно, зачем ты шубу купил?» Вы не будете говорить: «Это старомодная шуба». Кто делает вас наглым? Ум, эгоистичный ум, который делает несчастным себя и других. Это очень явный пример.

Вы посмотрите, проанализируйте, я не говорю, что это догма. Вы говорите, что в будущей жизни эго вам навредит. Я говорю, что сейчас, в настоящем времени, оно вам вредит. В будущем, конечно, навредит, но это тоже трудно доказать. Я могу доказать вам, что в настоящий момент времени ваше эго мешает покою вашего ума. Итак, если вы приведете себя к тому, что у вас будет меньше эгоистичного ума и больше ума заботящегося о других, то автоматически вы станете более счастливым человеком, и будете меньше расстраиваться. Расстроить вас будет очень трудно. И из-за всевозможных мелочей вы будете очень легко радоваться. Откуда это придет к вам? Не откуда-то из пространства, а благодаря изменению вашего образа мышления. До того, как я узнал буддийскую философию, сейчас я понимаю буддийскую философию, мой ум другим стал, я вижу очень явно. Когда я не знал буддийскую философию, меня расстроить было очень легко. Потом, сделать мой ум счастливым было очень трудно. Это не так, это тоже не так, на все это жаловался. Когда вы понимаете философию, даже когда люди вам улыбаются, вам этого достаточно. «О, улыбка, как хороша эта улыбка». Маленький подарок кто-то мне делает, я думаю: «Как хорошо, даже подарок не нужен». Когда я вижу, что люди счастливы, я тоже счастье получаю. Когда вы философию еще больше понимаете, если вы видите, что кто-то там удачу получил, вы так радуетесь, вы в два раза счастливее, чем тот человек, который удачу получил. Вы думаете: «О, как хорошо, еле-еле в одной жизни удачу получил, но это удача долго не будет с ним, пусть он всегда будет таким счастливым». Это здоровые мысли.

А вы огорчаетесь, когда кто-то новую машину купил. Почему? Потому что образ мыслей неправильный. Когда человек несчастлив и огорчается из-за того, что другие люди счастливы, это ненормальный, больной ум. Даже не буддиста, простого человека спроси, – «Это нормально, если ты несчастлив, злишься, когда видишь, что другие люди счастливы?» Это точно психически больной человек, его в шестую палату надо поместить. В действительности, всем нужно находиться в шестой палате, потому что по-настоящему нормальных людей очень мало. В действительности, в шестую палату отправляются те, кто на сто процентов является ненормальными. А мы все на шестьдесят, может быть, на семьдесят процентов ненормальные, кто-то на восемьдесят, а кто-то, может, и на девяносто процентов, ненормальный. У кого-то это может быть процентов на девяносто девять ненормальности, и вот, скоро он уже отправится в шестую палату.

Итак, по мере того, как вы начнете все глубже и глубже понимать учение, у вас начнет происходить изменение образа мышления. И когда вы будете видеть счастье других людей, вы сами будете становиться более счастливыми. Если вы будете видеть, что кто-то страдает, вы подумаете, почувствуете: «Пусть он не испытывает этих страданий». Это называется «сострадание». У нас у всех с рождения есть такая характеристика, такое качество, но затем, в течение жизни оно постепенно теряется. Потом вы становитесь сухим. Потому что вы думаете только о своих страданиях и проблемах. Потому что вы только о своих проблемах думаете. «Чужие проблемы – это не мои проблемы. Это чужие проблемы, я не хочу о них знать, у меня своих проблем достаточно». Это очень неправильные мысли, это ошибка. Если вы слишком много думаете о своих проблемах, и это временные проблемы – это большая ошибка. В четырех благородных истинах говорится, что необходимо распознать свои страдания, но при этом речь идет не о текущих ваших страданиях, которые вы испытываете буквально сегодня, речь идет о более глубинных страданиях, если вы их распознаете, то станете умнее. В чем заключается наша ошибка? В том, что если мы и думаем о своих проблемах, то только о проблемах текущего дня и при этом рассматриваем их очень близко. Вот это неправильно. Потом вы думаете, что мир очень кошмарный, что вы страдаете больше других. Вы боитесь сойти с ума. Ваша текущая маленькая проблема, если издали смотреть, покажется маленькой. На звезды посмотрите, они огромные, но когда издали посмотрите, то кажутся маленькими. Ваша проблема, вроде маленькая, но когда близко на нее смотрите, то она вам кажется большой.

Сейчас я учение передаю вам таким образом, чтобы оно стало полезным в вашей повседневной жизни. Чтобы ваш образ мыслей стал немного другим. И тогда вы все время будете смеяться. Если вы обдумываете проблемы других, и вам приходит на ум такая мысль: «Это их проблема, ко мне это не имеет никакого отношения». Это также большая ошибка. Шантидева говорил: «Если вам в ногу впивается колючка, почему ваша рука помогает и вынимает ее? Это ведь проблема ноги, а не проблема руки. Но как только у вашей ноги возникает такая проблема, какая-то заноза, ваша рука сразу же вынимает ее, пытается залечить ногу. Почему? Потому что они являются частью одного тела. Поэтому рука не говорит: «Это проблема ноги, я не буду помогать». Нога не говорит: «Это проблема руки, я не буду помогать». Если рука что-то хочет, нога говорит: «Не пойду, я сижу, это не моя проблема. Зачем надо ехать? Я не поеду». Рука говорит: «Пожалуйста, поехали». Они все связаны друг с другом.

Вы иногда так говорите: «Это чужая проблема, зачем мне об этом думать?» Шантидева говорил, что когда речь идет о страданиях живых существ, то о каком бы страдании ни шла речь, поскольку это страдание, вы должны желать им освободиться от него. Если вы желаете другим не испытывать таких страданий, вы сами обретаете преимущество, которое состоит в том, что у вас не будет таких страданий. Поэтому о чужих страданиях вы не говорите: «Это меня не касается», очень сильно касается. Даже, когда вы еду кушаете, должны понимать, что ваш ужин зависит от других людей. Если в Москве вы один, никого нет, даже если вы миллиардер, деньги еду не дают. Даже потребление еды зависит от других. Мы все время зависим от других. Поэтому, как вы можете думать: «Это его проблемы, они меня не касаются». Тем более, Шантидева говорил, что все были вашими мамами. Очень добрыми были. Поэтому наша ответственность помогать этим людям, когда они страдают. Не потому что мое счастье зависимо, они так много мне помогали, – это моя ответственность им помогать. Вернуть им доброту, Тогда образ мыслей еще сильнее станет, как огонь, огонь доброты еще сильнее станет, – такому человеку стать бодхисаттвой нетрудно. Маленький огонь доброты нужно разжигать. Надо знать философию, тогда любовь и сострадание еще сильнее станут. Тогда омрачения места не будет в вашем уме.

И если вы приучаете себя к такому образу мышления, то это тоже является медитацией. Для медитации необязательно занимать какую-то особую позу, если ваш ум привыкает к позитивному образу мышления, то это является медитацией, вне зависимости от позы. Когда я на Байкале медитировал, я подумал: «Иногда моя сессия, когда я сижу в правильной позе, не очень эффективна». Иногда я лежал в кровати – и так медитировал. Ум на философскую тему думает, но я понимаю, что, вроде бы я лежу, не сижу в строгой позе, но ум как огонь, – сильные любовь и сострадание развиваются, – горит сильно. Я говорю: «О, молодец, ты вроде так формально не сидишь, но ты очень хорошую медитацию делаешь. Огонь любви и сострадания сильно разжигает». Иногда вы в метро едете, вроде, вы в метро, но, если вы эффективно разжигаете огонь любви и сострадания, – это медитация. Посмотрите, какая сильная у вас привычка гневаться. Одно слово неправильное услышите, и все время думаете потом об этом, ночью спать не можете, – это негативная медитация. Всю ночь думаете на эту тему, не можете не думать об этом человеке, – это негативная медитация. Когда вы очень умело сжигаете позитивные мысли – это называется «негативная медитация».

Итак, тема четырех благородных истин является невероятно важной и я приходил к выводу, что моя медитация на Байкале становилась эффективной благодаря пониманию четырех благородных истин. А в противном случае моя медитация питала бы только мое эго. Итак, я понял, что чем глубже я понимаю четыре благородные истины, тем эффективнее становятся моя медитация и также моим ученикам очень важно понять эту тему, поскольку если их понимание углубится, это очень поможет им и в повседневной жизни. Если вы начнете все

глубже и глубже понимать четыре благородные истины, то в вашей повседневной жизни вы станете совершенно другими людьми. Вы автоматически, когда будете видеть другого человека счастливым, вы будете становиться в два раза счастливее. «Как хорошо, они счастливы, они в сансаре под контролем омрачений крутятся, но в этой сансаре они получили немного удачи. Но все равно, эта удача долго с ними не будет». Если будете так думать, то у вас в уме не будет зависти. Это счастье долго не будет длиться, но если вы будете завидовать, завидуйте арьям, архатам, буддам, – они невероятно счастливы, и это очень надежное счастье.

И тогда вы скажете: «Но у меня есть такие же права. Почему я не достиг этого состояния? Это из-за моей лени. Кто виноват? Я сам виноват». Когда я четыре благородные истины понял, я обычным людям вообще не завидовал, потом у меня немного зависти появилось к арьям, архатам. «О, вы таких высоких реализаций достигли. Почему у меня таких реализаций нет?» Появилась белая зависть. Потом никаких мыслей зависти нет, потому что у меня есть точно такие же права. Они все открыли, как этого можно достичь. Но почему у меня это не получается? Мой ум ленивый. Поэтому, во всем виноват мой ленивый ум. Если вы активно используете полученные знания, медитируете, вы тоже так сможете. В этом случае, у вашей зависти не останется никаких слов, чтобы пожаловаться. И поэтому, если вы полностью и ясно поймете учение Шантидевы, изложенное в «Бодхичарья-аватаре», оно полностью закроет рот вашим омрачениям.

Если я вас сейчас спрошу, почему вы на этого человека злитесь, вы скажете: «Геше Ла, у меня есть на это пять причин». Кто-то скажет, что у него есть десять, чтобы завидовать и гневаться. Я спрошу: «Что это за причины?» Вы начнете перечислять: «Два года назад он это сделал, три года назад он то сделал, четыре года назад вот это сделал». Там не будет ни одного нормального аргумента. Когда вы «Бодхичарья-аватару» хорошо понимаете, вы говорите: «Почему я злюсь? В силу привычки. У меня нет основы для злости, но только из-за привычки из прошлой жизни я злюсь». Но основы нет, это все неправильная основа. Тогда вы понимаете, потому что у вас внутри есть такая философия. Тогда вы омрачениям слова не даете. Когда омрачение возникает, вы говорите: «Да, я злюсь по привычке, причин для злости у меня нет». Такой гнев быстро уйдет. Из привычки пришел, быстро уйдет. Когда вы думаете: «У меня есть причина злиться, пять причин есть, шесть причин есть, десять причин есть», тогда ваш гнев становится все сильнее и сильнее. Даже если пятнадцать лет пройдет, и вы этого человека увидите, то у вас глаза будут красные. Потому что вы кашу создаете. Это натуральный гнев. Весь это механизм вы сами создаете.

Когда ваш внутренний образ мыслей меняется, если сегодня один человек отрубит вам ногу, то завтра вы его простите. Как в случае с Буддой, – Девадатта всю жизнь пытался причинить Будде вред, но в какой-то момент Девадатта пытался навредить Будде, он хотел убить Будду, но при этом сам упал, а Будда, не испытывая никакого гнева, наоборот, пытался помочь Девадатте. И тогда Девадатта сказал: «Пожалуйста, прости меня». А Будда спросил у него: «За что я должен простить тебя? Я не помню, чтобы ты сделал что-либо плохое в мой адрес». Это чистый ум. Девадатта всю жизнь вредил Будде. Будда забыл даже все это. Он все плохое забыл, ничего этого не помнит. «Все хорошее, что ты делал для меня, я все это помню». И вот это очень хорошее, глубокое учение. Мы поступаем наоборот, – то хорошее, что нам люди делают, все забываем. Вы даже добрые дела своих папы и мамы забываете. Мама одним словом вас отругает, вы это не забудете. Двадцать лет прошло и не забыли, как мама вас ругала. «Я не был виноват, а она меня ругала». А то, что всю жизнь мама вас кормила и одевала, все это вы забыли. Один раз она вас отругала, вы это не забыли. Это ненормальный ум, в шестую палату надо этого человека. Доброту всю забыл, а одну маленькую ошибку не забыл. Это из шестой палаты люди. Если вы так поступили, вам повезло, что вы живете в городе, но по-настоящему, это человек из шестой палаты. И

поэтому, как вам нужно поступать? Это не забывать ни одного хорошего действия, которое по отношению к вам совершали другие люди, – всегда помните об этом.

Вспомните доброту людей. Затем, постепенно вы получите учение о том, как живые существа были вашими матерями, какую доброту они по отношению к вам проявляли и в этом случае, ваша любовь и сострадание станут еще сильнее. Потом вы поймете, нет ни одного живого существа, которое не было бы добрым к вам, все были одинаково добрыми. Когда вы это понимаете это, тогда если кто-то говорит: «Ты не должен любить», он не сможет вас остановить. Если он скажет: «Ты не должен развивать сострадание». Невозможно будет вас остановить. Вы скажете ему: «Хорошо, ты можешь убить меня, но я не могу не любить другого, я не могу не чувствовать сострадание к другому, это я не могу, потому что у меня есть хорошая основа. Это самая суть».

Помните о доброте других, прощайте ошибки, которые допускали другие, – в этом состоит ваша практика. Все время помните, что нет ни одного живого существа, которое не было бы добрым по отношению к вам. И так пожелайте: «Я желаю всем живым существам безупречного счастья. Я желаю, чтобы все живые существа были свободны от страдания. И жизнь за жизнью пусть я смогу освободить их от страданий, пусть я веду их к безупречному счастью». Это универсальное учение и буддийское, и христианское, и мусульманское – все одинаковые. Для порождения такой доброты не нужна какая-либо глубокая философия. Теперь, для того чтобы развить мудрость устраняющую неведение, очень важна философия, теория пустоты. Если вы не понимаете теории пустоты, то вы даже можете быть добрым, но эта доброта не будет устойчивой.

Итак, очень важны все аспекты учения, важно использовать их в повседневной жизни. А теперь, что касается учения по четырем благородным истинам. Поскольку оно является очень важным, впервые, когда Будда передавал учение, темой были как раз четыре благородные истины. Когда в «Праманаварттике» Дигнага возносил хвалу Будде, он произнес следующие слова: «Ставший достоверным существом». Это означает, что вначале вы не являетесь достоверным существом, вначале, вы обычное существо, но затем, становитесь достоверным. А как вы становитесь достоверным существом? Об этом говорится во второй строке: «Приносящий благо живым существам». Это означает, что это происходит посредством развития любви и сострадания, доброты. Это аспект метода.

Но с помощью одного лишь этого вы не сможете стать достоверным существом, потому что, хотя вы и будете добрым, но будет оставаться неведение. В нашем мире много добрых людей стало жертвой обмана, потому что им не хватает мудрости. Если вы просто добрый человек и у вас нет никакой мудрости, то вас легко можно будет обмануть, ввести в заблуждение. Поэтому очень важно чтобы у вас были и доброта, и мудрость, поскольку если с добротой вы так же будете обладать мудростью, вы будете более полезными существами для других.

Один маленький пример. Тупая мама и мудрая мама. Они обе одинаково любят своих детей. Но тупая мама говорит своим детям: «Да, да, да, я тебя так люблю, делай что хочешь». Так ведет себя тупая мама. Мудрая мама точно также любит своего ребенка, наверное, даже, еще сильнее, но мама говорит строго: «Нет, это неправильно». Когда ребенок неправильно поступит, она говорит: «Нет, ты должен вот так делать», дисциплинирует ребенка. Это мудрая мама. Точно также, мы должны быть добрыми, но строгость тоже важна. Когда люди далеко за границы уйдут, их надо останавливать, ради их блага, не только ради себя, а ради их блага. Если они переходят границы, нужно с ними обходиться строго, как строгая мама. Поэтому, когда многие буддисты говорят: «Мы буддисты. Что они делают, пусть делают, нас не касается», – это ошибка.

Тибетцы слишком добрыми были, и сейчас китайцы у них на голове сидят, сейчас тибетцы дышать не могут. Когда молитву читают, спрашивают у китайцев: «Можем мы молитву почитать?» «Нет, нельзя», китайцы отвечают. «Фото Далай-ламы держать дома нельзя, остальных можно». Это тупость. Тибетцы сами ошибку сделали, не надо было китайцев в свою страну пускать. Плохих людей с самого начала не надо пускать. С самого начала плохих людей не бывает. Под влиянием омрачений они так поступают. Однажды, омрачения уйдут, тогда можно их пустить. Когда сильные омрачения у кого-то проявляются, важно держать дистанцию, останавливать надо.

Далее, что касается третьей строки, то в ней говорилось: «Приносящий благо живым существам», и далее: «Учитель». И кто является учителем? Здесь есть два смысла у слова «учитель», – существует внутренний учитель и внешний учитель. Я являюсь вашим внешним учителем. Я помогаю вам пробудить вашего внутреннего учителя. А ваш внутренний учитель – это ваша мудрость, познающая пустоту. Это настоящий учитель. Таким образом, слово «учитель» указывает на вашего внутреннего учителя и это мудрость, познающая пустоту.

Далее говорится так: «Учитель, ушедший за пределы печали». Что это означает? Будда вначале являлся обычным существом, но с помощью метода и мудрости он вышел за пределы печали. «Ушедший за пределы печали» – означает «полностью отринувший все страдания и причины страданий». То есть, это означает «достигший состояния Будды». И последнее слово – «Защитник». Что оно означает? Здесь говорится о том, что вы ушли за пределы печали, то есть, достигли состояния просветления, и при этом, не пребываете в полном индивидуальном умиротворении. Вы спонтанно, одновременно, приносите благо всем живым существам, защищаете всех живых существ. И Дигнага говорил о том, как Будда защищает живых существ, достигнув состояния будды. Дигнага говорил, что Будда, даруя учение по четырем благородным истинам, защищает живых существ. Будда говорил: «Я не могу очистить вас от негативной кармы, поливая водой ваше тело. Я не могу, как подарок, передать вам свои реализации. Но указывая вам путь к счастью, я могу освободить вас от страданий».

Каким образом указывается путь к счастью? Это посредством открытия учения по четырем благородным истинам. И пути истины. Это четыре благородные истины. Поэтому Дигнага говорил, что посредством дарования учения по четырем благородным истинам Будда защищает всех живых существ. Поэтому, когда Будда впервые передал учение, это учение было посвящено четырем благородным истинам. Это было в Варанаси. Будда, даруя учение по четырем благородным истинам, поскольку оно является очень обширным, глубинным, передал его с трех разных точек зрения. И впервые, когда Будда даровал учение по четырем благородным истинам, он раскрыл его с точки зрения сущности. В другой раз Будда даровал учение по четырем благородным истинам с точки зрения их функции. И в третий раз Будда передал учение по четырем благородным истинам с точки зрения их функции и результата.

Учение по четырем благородным истинам с точки зрения сущности является невероятно обширным. Асанга, когда читал эту тему, она не могла изменить его ум. Он говорил: «Я до сих пор не понимаю всех глубин этого учения, поэтому мой ум не меняется». И Асанга принялся медитировать для развития видения Будды Майтреи. И, в конце концов, он обрел видение Будды Майтреи, и Будда Майтрея передал ему подробное учение по четырем благородным истинам с точки зрения сущности, которые позже Асанга изложил «Абхисамаяаламкаре». И в «Абхисамаяаламкаре» четыре благородные истины рассматриваются с точки зрения сущности. В «Ламриме» лама Цонкапа рассмотрел четыре благородные истины с точки зрения их функции, – каким образом применять их в нашей

повседневной жизни. Таким образом, если вы прочтаете учение по четырем благородным истинам, изложенное в «Абхисамаяламкаре» и сравните его с тем, что лама Цонкапа изложил о четырех благородных истинах в «Ламриме», вы обнаружите, что это совершенно разные точки зрения.

В «Ламриме» лама Цонкапа объясняет четыре благородные истины очень сжато, только с точки зрения того, как применять их в жизни, и нет каких-то особых подробностей в этой теме. В «Ламриме» вы не найдете шестнадцати аспектов четырех благородных истин, и всех характеристик четырех благородных истин вы так же не найдете. Определений вы там не найдете. То есть, учение по четырем благородным истинам, данное в «Ламриме» является очень общим. Если говорить о четырех благородных истинах с точки зрения функции и результата, то они становятся, действительно, очень интересной темой. И здесь можно их изложить с точки зрения обычной интерпретации и необычной интерпретации.

Итак, время закончилось. В следующий раз мы продолжим эту тему, и я объясню четыре благородные истины с точки зрения их сущности, с точки зрения функции, а также с точки зрения функции и результата. Что касается результата, то, чем более глубокое понимание вы обретаете, тем более эффективно вам нужно использовать это учение в вашей повседневной жизни. И ваш образ мышления должен меняться на основе учения по четырем благородным истинам. Итак, у вас не должно загораться лицо от того, что вы обрели что-то мирское. В будущем, если вы создали какую-то одну причину счастья и устранили какую-то одну причину страданий, что объясняется в четырех благородных истинах, то вы должны улыбаться от этого, а не из-за чего-то мирского. Не надо вести себя как собака, думая только о куске мяса. Мужчины говорят: «Женщины не видят дальше своего носа», но мужчины также дальше своего носа не видят. Что касается вот этого, что значит, не видеть дальше носа – это значит видеть только временное счастье. Вы думаете только о сегодняшнем дне, а о том, что завтра будет кошмар, вы не думаете. Это называется «дальше носа не видеть». Когда вы дальше носа видите, даже сегодняшним своим счастьем вы можете жертвовать. Радостно жертвовать ради блага всех живых существ. Ради блага из жизни в жизнь. Даже хлебом можете делиться, половину отдаете, половину сами кушаете.

Таким образом должен меняться ваш образ мышления. И это называется «практикой». Если у вас образ мыслей не меняется, тогда нет толка в медитации, а когда образ мыслей меняется, тогда медитировать очень хорошо. Медитировать надо обязательно. Нужно себя немного подталкивать, строгость тоже важна. Но без философии, одна только строгость – это тоже неправильно. Когда человек философию понимает, но ленивый, надо немного толкать. Поэтому мне очень трудно, когда я толкаю, а вы говорите, что это слишком, если я говорю, что не надо толкать, вы вообще с места не двигаетесь. Поэтому я думаю, что мне надо говорить вам? Итак, очень важен срединный путь. Увидимся с вами в четверг.