

Итак, я очень рад всех вас сегодня видеть здесь на учении по Дхарме. Когда вы получаете учение, очень важно слушать учение с шестью осознаниями и со свободой от трех изъядов сосуда. Тогда учение, которое вы получаете, станет для вас очень значимым, очень полезным. Если также этим знаниями вы поделитесь с другими людьми, то они принесут пользу и другим. Многие люди в течение многих лет слушают учение, но эти знания, которые они получают, не приносят пользу ни им, ни другим людям. Причина этого состоит в том, что они неправильным образом слушали учение, – с ошибками сосуда. Сколько бы вы ни получали нектара учения в загрязненный сосуд вашего ума, все бесполезно, и нектар Дхармы тоже загрязняется. Поэтому каждый раз, когда вы получаете учение, ваша мотивация должна быть чистой, без каких-либо мирских забот. Вы получаете учение только для того чтобы укротить свой ум, чтобы достичь состояния будды на благо всех живых существ.

Я также не обладаю большим количеством информации по Дхарме, но ту информацию, которую я получал, я вливал в чистый сосуд своего ума и поэтому эти знания приносят мне пользу. Это для меня также не просто информация. Каждый раз, когда я получал те или иные знания, я старался понять механизм, – а каким образом они работают. И это понимание Дхармы. А если вы не понимаете механизма получаемого учения, оно останется для вас просто информацией. Чтобы понять механизм получаемых учений, в первую очередь, вам нужно постараться применить те наставления, которые вы получаете. Посмотреть, каким образом они работают. И тогда, далее, вы сможете раскрыть механизм Дхармы.

Например, также в области компьютерного программирования, если вы никогда не открывали компьютер, не пытались написать какую-либо программу, если просто читали книгу, то так вы не сможете создать хорошие программы. У вас нет знаний, вы не понимаете механизм инструкции и это просто сухие знания. Человек, который только читает о компьютерных программах, ничего полезного не получает. Кто-то читает, изучает какой-то вопрос, а потом посмотрит, и скажет себе: «Ага, этого я не понял». Потом, если вы понимаете механизм инструкции, то сразу ваша программа станет лучше. Также и с тем, что касается наставлений Будды. Те инструкции, которые вы получаете, старайтесь применять в повседневной жизни. Тогда вы сможете раскрыть механизм работы этих учений. Если возникают какие-то трудности, сразу же постарайтесь применить учение, посмотрите, каким образом оно работает.

Можно привести такой пример – однажды один практик медитировал в горах, и ему встретился текст, написанный пятым Далай-ламой, – это «Ламрим». «Ламрим Сершунма». Пятый Далай-лама в этом тексте давал такую инструкцию: «Когда вы медитируете на страдания низших миров, то в этот момент не надо представлять, что есть ад, в котором страдают какие-то другие живые существа. А вы должны думать о том, что, например, завтра вы умерли, у вас проявилась какая-то негативная карма, вы сами переродились в аду. И представьте все эти страдания применительно к вам. Сможете ли вы их вытерпеть или нет?» И этот практик начал так медитировать. Так у него сразу же появились совершенно другие чувства, в сердце зародилось сильное прибежище, и он подумал: «Почему же я не встретился с этим наставлением раньше?» Это называется «сущностное наставление». И это называется «пониманием учения как механизма развития ума».

Я в окружении большого количества других людей получаю учение от Его Святейшества Далай-ламы. Но бывает так, что Его Святейшество затронет какой-то момент, и я не могу сдержать своих слез. И это происходит потому, что Его Святейшество в той или иной инструкции раскрывает новый механизм для моего ума. Благодаря тому, что Его Святейшество подчеркнет какой-то момент, тот механизм в своем уме, который я создавал,

у меня как бы благодаря этой инструкции объединяется вместе. То есть, знания становятся такими очень сжатыми, объединенными.

Итак, становится ли инструкция вашего Духовного Наставника для вас сущностным наставлением или нет, зависит от того, хорошо вы подготовлены или нет. Во времена Будды многие ученики, когда слушали наставления от Будды, весь их ум содрогался, наставления глубоко их трогали. Прямо вовремя получения учения они также принимались медитировать, приходили к пониманию механизма и достигали реализаций.

У Маудгальяны был один ученик. Какие бы наставления Маудгальяна ему ни давал, они просто влетали у него в одно ухо, вылетали из другого, и его сердце не трогали. И Маудгальяна задумался: «Почему же так происходит? Я даю ему такие глубинные учения, такие сущностные инструкции, а это никак не может тронуть его ум?» И он понял, что здесь необходимо создать определенную, особенную ситуацию, для того чтобы тот смог усвоить учение. Что само учение правильно, и в нем нет ничего дурного. Интерес у ученика тоже есть, просто не хватает правильных обстоятельств. Он смог это понять с помощью ясновидения.

Итак, используя чудотворные силы, Маудгальянапутра перенес этого ученика на берег океана. И в том месте лежал огромный скелет мертвой рыбы. И ученик спросил: «Что это такое?» И Маудгальяна ответил: «Это тело твоей прошлой жизни». Итак, заметьте, что когда пятый Далай-лама сказал: «Представьте, что вы страдаете в низших мирах, в аду», то вот это на самом деле трогает. И точно также, когда Маудгальяна сказал ученику: «Это тело твоей прошлой жизни», для него это тоже было чем-то очень трогательным. И вот тут ученик заинтересовался: «А как же так произошло? До этого я был такой большой рыбой, а теперь обрел тело человека, каков здесь механизм? Кто это определяет?» И после этого Маудгальянапутра передал ему наставления по двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. И объяснил, что этого никто не определяет, а все это – результат закон кармы.

Итак, посредством механизма двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения мы вращаемся в сансаре с безначальных времен и до сих пор. И если не разрушим этого механизма, то по этой схеме будем вращаться в сансаре и впредь, и нашим страданиям не будет конца. И так он получил эти инструкции, далее сел внутрь этого скелета мертвой рыбы, – своего прошлого тела, – и начал медитировать на тему двенадцатизвенной цепи и достиг реализации. И поэтому старайтесь поступать так, чтобы, когда вы получаете учение, ваш ум был хорошо подготовлен, а так же старайтесь, чтобы ситуация была соответствующая, подходящая. Кроме этого старайтесь извлекать самую суть тех наставлений, которые вы получаете, и старайтесь менять свою жизнь. Пытайтесь менять свой образ мышления. И вместо того, чтобы сохранять свой старый, мирской образ мышления, старайтесь менять его на образ мышления Дхармы. Тогда вы будете становиться все более и более счастливым. Тогда у вас останется только один страх, – вы будете бояться только своих негативных эмоций, негативных состояний ума, а не кого-то другого, никаких людей вы бояться не будете.

Думайте так: «Если я встречу злого духа, я не испугаюсь, я боюсь только своих омрачений». Миларепа говорил, что злые духи иногда очень преданные существа, если вы подружились с ними, то они намного вернее, чем люди. И Миларепа говорил, что если говорить об учениках-людях, то с самого начала они ведут себя мягко, но при этом не улучшаются, прогресса не достигают. А что касается вредоносных духов, то вначале они ведут себя очень строго, как-то проявляют себя гневно, но как только они дали какое-то обещание, они уже

никогда не нарушают своего слова. Очень верные ученики. Вроде они очень такие злые, но когда они обещают, то очень верные. Очень чисто практикуют. Практикой они занимаются очень чисто. Я не вижу духов, а у Миларепы было большое количество таких учеников-духов, и он говорил об этих качествах духов. Может быть, у меня есть какие-то ученики духи, на Байкале они получают учение, но я их не вижу.

Теперь, что касается учения по четырем благородным истинам. Во время ретрита я подробно рассмотрел для вас четыре благородные истины с точки зрения сущности. А здесь хотел бы представить четыре благородные истины так же в подробностях, с точки зрения функции. И это в большей степени предназначено для практики. Но то, что я объяснял в течение ретрита, это в большей степени наука об уме, но для практики это очень важно. Итак, теперь, для того чтобы начать практиковать те знания, которые вы обрели, очень важно в деталях изучить четыре благородные истины с точки зрения функции. Именно здесь и объясняется применение полученных знаний. Как заниматься практикой учения четырех благородных истин.

И первая практика такая. Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания» – это ваша практика. И если говорить о страдании, то затрагивают тему трех видов страдания, шести видов страданий, восьми видов страданий. Все это вам нужно знать в подробностях, тогда в вашем уме начнут происходить изменения. Итак, что касается трех видов страданий, шести видов страданий, восьми видов страданий. Обычно то, что мы люди считаем проблемами, это просто ничтожно, на самом деле вот эти виды страдания – это проблема. И лама Цонкапа в «Ламриме» подробно рассматривает и три вида страданий, и шесть видов страданий, и восемь видов страданий. И это одна из главных причин для развития сильного прибежища в вашем уме. Если вы подробно рассматриваете все эти виды страданий – три, шесть, восемь видов страданий, то далее, у вас возникает такой вопрос: «А что же сможет меня спасти от этих по-настоящему серьезных страданий, которые являются страданиями моей жизни?»

Из всех этих трех, шести, восьми видов страданий какие-то вы испытываете прямо сейчас, а другие вы будете испытывать в будущем, но точно переживете их все. Тогда в своем уме вы проверите: «А что меня может спасти, защитить от этих страданий?» Далее вы проверяете: «Могу я избавиться от этих страданий или нет, могу я решить эти проблемы или нет?» Если не могу, то здесь ничего не поделаешь, но далее, вы приходите к выводу, что в одиночку с этими проблемами вы не справитесь. И кто вам может помочь в решении этих проблем? Только Будда, Дхарма и Сангха. С их помощью вы решаете эти проблемы. И если вы страдаете от какой-то опасной болезни и приходите к пониманию, что в одиночку с ней вы не справитесь, то тогда возникает вопрос: «А с чьей помощью я смог бы ее победить?» И тогда, если у вас есть подлинный врач, если есть настоящее лекарство, если есть медсестры, то с их помощью, применив, используя их помощь, вы действительно сможете исцелиться.

Итак, что касается трех видов страданий, то в прошлый раз я уже для вас объяснил здесь тему страдания страданий. Панчен-лама говорил о том, что страдание страданий известно даже животным и речь идет о текущих страданиях страданий. Но если говорить о тех страданиях, которые возникнут у вас через год, через два, через три, или через пять лет, то животное об этом ничего не знает. Но даже большинство людей не знают, какие страдания их ждут через три-четыре года. Если вы не знаете причинно-следственного механизма на уровне, скажем, работы вашего тела, то в этом случае вы так же не знаете, какие проблемы вас могут ждать через несколько лет. А как только вы поймете, что именно вас может ждать, то вы скажете: «Готовиться к этому нужно прямо сейчас, пока еще не поздно». И с пониманием ваших будущих страданий, заблаговременно вы можете избавиться от этих

проблем. И это современное мирское образование полезное для решения временных проблем.

Если вы знаете экономику, то понимаете, что если у вас нет хорошего источника дохода, то через два-три года у вас появятся большие проблемы. И это правда. И поэтому маленького ребенка родители с самых ранних его лет заставляют ходить в школу. Даже, если ему трудно по утрам открыть глаза, они все равно подталкивают его, говорят: «Иди, получай знания». Потому что они знают, что если он не обучится тому, каким образом создать карьеру, то в жизни у него будут большие проблемы. То есть, они в общем знают, что из-за отсутствия современного образования могут возникнуть проблемы, но все равно нет полной уверенности. Но здесь тоже нет какой-то строгой причинно-следственной связи.

Но, что касается наступления смерти и перерождения в низших мирах после смерти, то здесь механизм очень точный. В нашем мире многие люди получают очень хорошее образование, а все равно работы у многих нет. А у кого-то сильного образования нет, но он удачлив. Поэтому, в мирской сфере причинно-следственная связь не очень точная. Карма из прошлой жизни работает точно. В законе кармы нет такого явления как удача, здесь все очень точно – какая причина создана, такой результат и появится, и нет каких-то случайных совпадений. Если вы не очистите негативную карму рождения в низших мирах, то рано или поздно она проявится. Например, так же и в механизме вашего тела, если у вас уже накопилось большое количество токсинов, и вы их не выводите из организма, то рано или поздно они активизируются, начнут действовать, и у вас проявятся большие проблемы.

Если говорить о причинно-следственном механизме на уровне ума, то он очень точный. Если рассматривать причинно-следственные связи на уровне физического тела, то здесь механизм тоже довольно точный, но не настолько. Не очень точный. В нашем мире, кто-то вообще не курит, не пьет, но все равно болеет и умирает. Кто-то всю жизнь курил, всю жизнь пил, а прожил уже семьдесят лет. Поэтому на биологическом уровне, я посмотрел, механизм еще не точный. Потом мирское образование. У кого-то есть очень хорошее мирское образование, но при этом нет гарантий, что человек получит хорошую работу, что у него будет счастливая жизнь. Поэтому в мирских вещах нет слишком сильного причинно-следственного результата.

Когда я закон кармы посмотрел, там все очень точно. Если один правильный кармический поступок совершите, рано или поздно на сто процентов вы получите гарантированный результат. В мирских делах мне интересна бизнес-система. Я ее учил и я ее знаю. Я посмотрел, в любом деле, у кого удачно все получается, это происходит не потому, что человек очень умный. На семьдесят процентов это зависит от плана, на тридцать процентов – от удачи. Там нет стопроцентной гарантии, ничего такого нет в мире. И я исследовал все эти сферы и могу прийти к выводу, что самый надежный механизм – это причина и следствие закона кармы. Если человек, занимающийся бизнесом, знает, что какой-то механизм бизнеса может с вероятностью семьдесят процентов принести прибыль, то день и ночь без усталости он будет работать для получения результата.

А что касается закона кармы, то он работает на все сто процентов. Если такой же человек узнает, если он точно убедится в том, каков закон кармы, то он все время – день и ночь тоже будет очищаться от негативной кармы. Будет накапливать заслуги. Поэтому очень важно знать четыре характеристики кармы. Если вы все лучше и лучше понимаете четыре характеристики кармы, то у вас появляется понимание механизма закона кармы. Многие мастера прошлого говорили, что первый шаг в практике Дхармы – это понимание закона кармы. Это означает – совершать действия на основе закона кармы. Это ваш первый шаг в

практике Дхармы. Для практики Дхармы нет строгой необходимости сидеть в особой позе. Вы можете прийти к тому, что на сто процентов понимаете закон кармы и далее говорите, что теперь в своей жизни я буду полностью, очень точно следовать закону кармы. И тогда с этого момента в вашей жизни начинается настоящая практика Дхармы.

Одна из причин состоит в том, что если вы вредите другим, то косвенно вредите самим себе. Второе, если помогаете другим, косвенно помогаете самим себе. Это понимание основано на законе кармы. И далее, если из сострадания вы не вредите другим, из сострадания помогаете другим, то это приносит еще большую пользу. Во-первых, на основе понимания закона кармы вы приходите к тому, что если вредите другим, то косвенно вредите себе, и поэтому вы перестаете им вредить. Если помогаете другим, то косвенно помогаете себе, и на этой основе старайтесь другим помогать. И кроме этого, поступайте так же, как говорил Шантидева в «Бодхичарья-аватаре». Действуйте на основе понимания учения «Бодхичарья-аватара».

Что Шантидева говорил в «Бодхичарья-аватаре»? Если у вас к ноге прицепилась колючка, появилась какая-то заноза, ваша рука сразу же помогает ноге – вынимает занозу. Но это на самом деле не проблема руки, это проблема ноги. Однако вы не говорите, что вот это проблема ноги, поэтому рука помогать не должна, вы сразу же вынимаете эту занозу. Почему? Потому что, и руки, и ноги – все это части одного тела. И поскольку это части одного тела, они взаимосвязаны. То есть, например, удобное положение руки помогает ноге, нога каким-то образом также может помочь руке. Они взаимосвязаны. Итак, благодаря пониманию такой взаимозависимости ваша рука сразу же устраняет занозу. И точно так же Шантидева говорил о нашей взаимозависимости со всеми живыми существами. Наше счастье зависит от них. И в своем страдании мы так же зависим от других.

Эта взаимозависимость очень важна. Вы не понимаете это. Говорите: «Я один, я ни от кого не завишу». Если во всей Москве все люди страдают, то вы один человек счастливым быть не сможете. Даже если у вас есть миллиард долларов, если все люди в Москве болеют, если у вас, у одного человека есть много денег, то что из этого? Никто работать не может, все болеют. Все кашляют. Потом, даже если они придут, то вы тоже будете кашлять. Косвенно вы сами себе вредите. Вы закрываетесь от вируса. Насколько долго вы сможете закрываться? Поэтому болезнь, если ее допустить у других, потом вернется к вам. Сейчас таких случаев много, – я слушаю, иногда медицинские лекции, таким делом заниматься полезно. Если кто-то использует болезни людей для бизнеса, то он хуже делает для себя. Это мы очень явно видим.

Например, если вы думаете, что хотели бы совершить какое то вредоносное действие, потому что оно приносит какое-то временное преимущество, то это означает, что вы не понимаете долгосрочного вреда, которое оно причинит. А с таким пониманием вы никогда не захотите вредить другим. Итак, с таким пониманием не вредите другим.

Далее, Шантидева говорил: «Так же используйте здравомыслие». Вы не хотите ни малейших страданий. И, какое бы счастье вы ни обрели, вам его не хватает. И другие испытывают точно такие же чувства. Если вы не желаете ни малейших страданий, то и другие тоже их не хотят. Поэтому, если вы не можете помочь им избавиться от страданий, как же вы можете заставлять их страдать еще больше? И на основе такого более глубокого здравомыслия сострадание возникает намного легче. А более глубокое здравомыслие возникает благодаря чуткости к чувствам других людей. И это очень важно. Вы проявляете особую большую чуткость к своему эго. У вас такое эго, что вы чувствуете себя центром вселенной. Например, даже если кто-то сделает вам комплимент, скажет: «У вас красивое лицо», вы

подумаете: «А как же насчет моего тела?» Он сказал, что мое лицо красивое – это значит, что мое тело некрасивое. Вот такое чувство у вас возникает. Потом, вроде, человек хочет вам счастье подарить, а у вас сразу лицо становится красным. Это из-за слишком высокой чуткости к своему эго. В обществе вы не можете нормально двигаться. Думаете, что все на вас смотрят. «Все злыми глазами на меня смотрят, потом я чувствую, что-то спина у меня горит».

Ничего у вас не горит, – это ваш дурацкий ум думает, что все на меня смотрят, потому что они злые, они зла мне хотят, поэтому что-то у меня горит спина. Очень горит. Что-то мне плохо. Все это называется «предрассудками» на сто процентов. На сто процентов. Ваши враги вас не любят. Вы думаете, что ваши враги вас не любят, все время только о вас и думают. Нет, это не так. У них нет времени думать о вас. «О, мой враг, что-то там такое обо мне думает». У него любви к вам нет, он только о себе думает, вы забыты совсем. Вы думаете: «Мой враг меня так любит, всегда обо мне думает плохо». А у него даже времени нет, чтобы о вас думать. Это ваши предрассудки. А если вместо чуткости к своему эго у вас появится особая чувствительность к чувствам других существ, это очень полезно. Это я из своего опыта говорю. Я очень такой чувствительный ко всем вокруг меня все – мои друзья. Поэтому, как это приятно, это счастье. К себе очень сильного такого чувства нет. Все вокруг сидят, всем надо, чтобы они были счастливы, чтобы всем было удобно. Когда я слишком улетаю, я чуть-чуть меньше так думаю, и опускаюсь на землю.

Я могу рассказать одну историю о своем друге в Варанаси. У него был очень красивый почерк. Он что-то написал. Я посмотрел на это, и сказал: «О, у тебя очень красивый почерк, я не могу писать настолько красиво». Потом, каждый раз, когда он меня видел, он показывал что-то написанное от руки, и говорил: «Наверное, мой почерк не очень красивый», и все ждал, что я сделаю комплимент. Так в какой-то момент я сказал: «Да-да, что-то не очень красивый». Поэтому, иногда, хорошо сделать комплимент, но если человек взлетает, очень хорошо опустить его на землю, то есть, важно иметь здравомыслие. В буддизме не говорится, что нужно всегда хвалить, когда человек падает духом, вот в этот момент хвалить надо. Когда человек летает, наоборот, надо его немного покритиковать ради его блага. В буддизме нет такого, что всегда надо хвалить людей или всегда надо говорить правду. Такого нет. Даже правду в некоторых ситуациях говорить надо, а в некоторых ситуациях ваша правда не поможет, а, наоборот, навредит. Вот в это время правду говорить не надо.

Например, вы увидели мужа вашей соседки с другой девушкой. Потом жена спросит: «Ты видел моего мужа?» Вы ответите: «Да». И подумаете, что я буддист, я должен правду говорить. «Да, я видел твоего мужа вместе с другой девушкой. Они кофе пили, смеялись». Если вы так поступаете, то вы тупой буддист. Итак, всегда говорите правду и никогда не вводите людей в заблуждение, ради того чтобы как-то поддержать свою репутацию. Но иногда вы можете сказать неправду, для того чтобы спасти кого-то от проблем.

Итак, мы рассматривали три вида страданий. Я уже объяснил для вас страдание страданий, а так же страдание перемен. И теперь, третий вид страданий – называется «всепроникающим страданием». Теперь, что такое всепроникающее страдание? Всепроникающее страдание – это основа для всех других видов страдания. Для вас очень важно открыть свое всепроникающее страдание, поскольку все проблемы людей возникают на основе этого всепроникающего страдания. Например, если вы страдаете от туберкулеза и у вас высокая температура, кашель, тело день за днем становится все слабее и слабее, то опытный врач вам скажет, что устранение одних лишь симптомов проблему не решит и что у вас главное – это бактерии туберкулеза в легких. И если вы сможете избавиться от этих бактерий, то только тогда выздоровеете. А иначе, сколько бы лекарств вы ни принимали, скажем, от уменьшения

кашля, ваш кашель немного стихнет, но затем появится снова, потому что это только симптом. Но этот очень хороший пример с болезнью туберкулеза, потому что туберкулез сам по себе не причиняет боли, но из-за него возникает масса других проблем.

Вначале, когда врач сказал: «У тебя здесь есть болезнь», я подумал, что у меня здесь ничего не болит, мне вот здесь больно, а потом появился кашель, температура. Здесь у меня легкие, я не чувствую в них болезни. Врач сказал: «Нет, вы еще не поняли, что главная причина болезни находится в легких. В ваших легких находятся бактерии туберкулеза». «Какие бактерии?» Он говорит: «Они очень тонкие, их сразу не видно». Потом объяснил, как четыре благородные истины, потом я понял механизм. Вроде, здесь не болит, но из-за этой бактерии все эти симптомы проявляются. Когда я это понял, то, что возникло? Это как отречение, – стремление к здоровому телу. И благодаря такому отречению от болезни туберкулеза я регулярно принимал лекарства, и исцелился от туберкулеза.

Многие мои друзья так же страдали от туберкулеза, но у них не было такого отречения от туберкулеза, и, поскольку сама болезнь боли не причиняла, иногда они лекарства принимали, иногда переставали, и вот так постепенно их здоровье ухудшалось все больше и больше, и многие из них уже умерли. Далее, когда стадия заболевания становится все выше и выше, в какой-то момент лекарства уже не могут помочь. На этом примере я понял, что когда Будда говорил об отречении, то он имел в виду вот такое отречение. Из благодарности отречение. Болезнь туберкулеза я вылечил. Если вы хотите вылечить болезнь омрачения, сансарную болезнь вылечить, то отречение обязательно должно быть. Если в вашем уме отречения не будет, то будет как у моих друзей – чуть-чуть практикой занимались, а потом забыли. И тогда в какой-то день у вас в уме появится невосприимчивость к Дхарме, тогда учение уже не будет особо эффективным.

Когда люди впервые приходят послушать Дхарму, учение для них становится очень эффективным, потому что в уме нет невосприимчивости. У своих старших учеников я вижу, что учение для них становится все менее и менее эффективным, потому что в уме проявляется, постепенно возникает невосприимчивость из-за отсутствия искренней практики учения. Так не со всеми учениками происходит, а только с некоторыми старшими учениками. Чем больше они получают учение, тем более оно эффективно, а у других эффективность постепенно снижается из-за возникновения невосприимчивости. Обвинять в этом нужно только вас самих и никого другого.

И откуда возникает такая проблема? Она проистекает от какой-то дебютной ошибки. Например, если в шахматах в середине партии у вас трудная ситуация и вы спросите у тренера, откуда это все возникло, то он скажет, что проблема появилась, когда ты создал дебютную ошибку. Из-за этой ошибки вот такая проблема появилась. Вместо того чтобы сходить пешкой, вы очень рано пошли ферзем. Из-за этого у вас проблема. Правильно, слишком рано ферзем пошли. Если бы у вас было немного терпения, то вы использовали бы хорошую стратегию – открыть пешку и тогда бы такой проблемы не было. И то же самое в данном случае, – если вы спросите, откуда возникают эти проблемы, то я скажу, что дебютной ошибкой было отсутствие понимания того, как правильно слушать учение. Вы не получали учение со свободой от трех изъятий сосуда и с шестью осознаниями – и в этом была ваша ошибка. Даже, хотя вы об этом знали, но во время получения учения не использовали шесть осознаний.

Даже в тибетском обществе многие получают учения, но, если в какой-то момент среди лекции вы спросите: «Назовите мне шесть осознаний», то большинство их не перечислит. Наверное, геше тоже их забыли. Они это учили. «Да, шесть осознаний я знаю, я знаю».

Если попросить их назвать, то он скажет, что забыл. Кхедруп Ринпоче говорил, что если вы что-то забыли, то это означает, что вы этого не знаете, поскольку забывание и знание – это противоречие. То есть, вы не можете так себя оправдывать, что я это знаю, но забыл, если вы забыли, то вы должны сказать, что я не знаю. Вы раньше знали, а сейчас не знаете. Итак, это важные моменты, я подчеркиваю их для вас, поскольку вам нужно об этом вспоминать. В этом случае каждое учение, которое вы получите, станет для вас очень полезным. Так же, если вы вспоминаете, размышляете об этом, то не забудете этой темы.

Итак, если говорить о всепроникающем страдании, то врачи говорят, что есть болезнь туберкулез и это основа для возникновения большого количества других проблем, других симптомов. И в буддизме так же подобием туберкулеза считается всепроникающее страдание – это как буддийский туберкулез. Что такое всепроникающее страдание? Всепроникающее страдание – это наши пять совокупностей, рожденные под властью омрачения. Если говорить более точно, то всепроникающее страдание – это поток загрязненных совокупностей, рождающихся под властью омрачения – это всепроникающее страдание. Если вы скажете, что всепроникающее страдание – это пять совокупностей под властью омрачений, то в этом случае, даже когда вы становитесь архатом, у вас все еще есть скандхи, возникшие под властью омрачений. Тогда вам нужно будет признать, что у вас остается всепроникающее страдание. Как только всепроникающее страдание останавливается, пресекается, так же пресекается и сансара. Поэтому определение сансары Кхедруба Ринпоче здесь очень полезно. И если его рассматривать, то, поскольку мы говорим о потоке, когда поток пяти совокупностей под властью омрачений пресекается, то пресекается сансара. И так же всепроникающее страдание, – если пресекается всепроникающее страдание, то так же пресекается и сансара – это взаимозависимые вещи.

У Кхедруба Тендерва утверждение следующее, что человеческое тело без сознания – это не человек, это просто человеческое тело. Точно так же, когда у вас пресекается поток, то даже, если есть пять совокупностей – это не сансара, это не всепроникающее страдание. У архата перед смертью все еще есть пять загрязненных совокупностей, рожденных под властью омрачений. Большинство мастеров говорит, что всепроникающее страдание – это пять совокупностей, рожденных под властью омрачений. Но тогда вы можете спросить: «Если существо полностью избавляется от омрачений, достигает состояния архата, то у него так же все еще есть пять совокупностей, рожденных под властью омрачений. Тогда, есть у него всепроникающее страдание или нет?» То есть, у него есть пять загрязненных совокупностей рожденных под властью омрачений. Тогда спрашивается, есть ли у него всепроникающее страдание? На это трудно ответить. Если ответ будет: «Да, у него есть всепроникающее страдание», тогда у него должна быть основа и для других видов страданий. То есть, должны проявляться и страдание перемен, и всепроникающее страдание, и страдание страданий. Тогда архат не свободен от страданий. Это буддийская логика.

Очень важный момент – кто бы ни выдвигал какие-либо определения, они не должны противоречить логике. Поэтому, если вы поймете всепроникающее страдание на основе этого определения, – что это поток пяти загрязненных совокупностей под властью омрачений, то тогда не возникнет никаких логических противоречий. Вначале у вас может появиться вопрос: «А что вообще такое, этот поток?» Но когда вы изучите работу двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, поймете, как из неведения возникают все последующие звенья, то вы поймете, что пока эта цепь циркулирует, существует этот поток, как только неведение пресекается, и поток тоже пресекается. Поэтому поток – это не что-то абстрактное, поток – это продолжительность или поток циркуляции двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения.

Поэтому Пабонка Ринпоче очень высоко отзывался об определениях Кхедруба Тендерва по поводу сансары, по поводу всепроникающего страдания. Они действительно очень глубокие. Когда вы это поймете, то вас заинтересует, каким образом пресечь этот поток циркуляции двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения и каков вообще, ваш механизм вращения в сансаре. И поэтому лама Цонкапа сказал, что если вы не поймете, какова ваша эволюция вращения в сансаре, то вы не сможете избавиться от сансары. Для того чтобы освободиться от сансары, очень важно знать, какова эволюция, каково ваше вращение в сансаре. Также лама Цонкапа здесь давал отсылку к потоку, к циркуляции, к вращению двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. И для развития отречения совершенно необходимым является понимание двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения.

В этой теме двенадцатизвенной цепи рассматривается два варианта – это омрачающая двенадцатизвенная цепь взаимозависимого возникновения и очищающая двенадцатизвенная цепь. Если говорить об омрачающей двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, то ее можно рассматривать в прямой последовательности и в обратной. Когда вы рассматриваете эту двенадцатизвенную цепь в прямой последовательности, то тем самым вы рассматриваете благородную истину источника страдания. И когда рассматриваете эту двенадцатизвенную цепь в обратной последовательности, – это благородная истина страдания. Когда вы рассматриваете очищающую двенадцатизвенную цепь, то в прямой последовательности – это благородная истина пресечения, в обратной последовательности – благородная истина пути. Нет. В прямой последовательности – это благородная истина пути, а в обратной последовательности – это благородная истина пресечения.

И поэтому четыре благородные истины и двенадцатизвенная цепь взаимозависимого возникновения – эти две темы очень тесно взаимосвязаны. Если вы в повседневной жизни размышляете об этих темах, то это очень полезно для вашего ментального развития. Не нужно садиться, принимать особую позу, – просто, когда вы куда-либо идете, размышляйте на эту тему и откройте для себя свою эволюцию. Итак, какова цель распознавания благородной истины страдания? Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания». Какую пользу это вам принесет? Например, если вы приходите к пониманию первого страдания, – страдания страданий, что это вам дает?

Например, что вам даст понимание страдание страданий, которые могут возникнуть через два года? Например, это даст вам то, что вы можете с помощью средств профилактики предотвратить эти страдания. Если вы знаете о проблемах еще до того, как они наступили, если вы решаете их, избавляетесь от этих проблем, то сможете сделать это намного легче. Намного легче, намного эффективнее. Поэтому все врачи одинаково говорят, – когда вы до начала болезни занимаетесь профилактикой, вы сможете вылечиться очень легко. Когда заболели, то уже поздно. Можно лечить, но это будет трудно. Быть осторожным до того, как сломал руку, это очень хорошо. Когда уже руку сломал, можно ее вылечить. Но этого будет недостаточно. В будущем, если вы чуть-чуть ударитесь, сломать снова руку будет очень легко.

И мы говорим о страданиях страданий, которые вы поймете через два года, то есть, которые могут наступить через два года или через три. Но если далее вы также распознаете страдания страданий, которые могут наступить в следующей жизни, то тем самым сможете предотвратить очень большую проблему. Я могу сказать всем вам, что в настоящий момент для вас вероятность рождения в низших мирах – это восемьдесят процентов и даже при этом я мягок с вами. Врач посмотрел вашу кровь, и говорит: «В вашей крови очень много жира,

поэтому ваши сосуды понемногу закрываются. Если вы срочно не очистите вашу кровь, то на сто процентов через два года, три года у вас будет инсульт». Это правильный ответ. Потому что врачи знают механизм.

Точно так же я не являюсь профессионалом во врачебной сфере, но я профессионал в области закона кармы. В области ума я знаю, какова наша эволюция, каков ум, как он устроен, каковы виды ума. И первичный и вторичный вид ума. Как ум существует с безначальных времен, так он будет существовать и впредь. И где вы родитесь, никто не определяет, – это механизм кармических отпечатков, кармы. Что говорил Васубандху? Чем больше у вас отпечатков негативной кармы, тем больше вероятности перерождения в низших мирах. Что касается того, какая карма, скорее всего, проявится в момент смерти, то говорится о том, что это та карма, к которой вы в большей степени привыкли. Чем больше вы ее создавали в этой жизни, тем с большей вероятностью она проявится в момент смерти.

Васубандху говорил о том, что наш мир называется «Дзамбулинг» – это наша Земля и это мир быстрого проявления кармы. Если в ранний период вашей жизни вы совершаете определенные действия, то карма, последствие этих действий проявятся к концу этой жизни, то есть, в более поздний период вашей жизни. Это для вас полезно, потому что, если вы будете знать все это, то вы придете к тому, что в момент смерти сможете умирать спокойно и не бояться своего перерождения. Ничего не надо бояться. Если вы неправильно готовились, тогда бояться надо. Даже, если вы будете бояться, что от этого изменится? Васубандху говорил, что если у вас есть большое количество отпечатков негативной кармы, то есть и большая вероятность рождения в низших мирах. А если мало отпечатков позитивной кармы, то мало и шансов переродиться в высших мирах.

Далее, он говорил, но даже, если ситуация такова, что очень много отпечатков негативной кармы и мало отпечатков позитивной кармы, но если в момент смерти у вас проявится позитивное состояние ума, это станет условием хорошего перерождения. Если в момент смерти у вас появится какое-либо позитивное состояние ума, вы пожалеете о том, что создали в своей жизни, если это будет вера в Дхарму и, если проявятся прибежище, любовь и сострадание, то много негативной кармы очистится.

Даже мой самый плохой ученик, который создал много негативной кармы, когда в момент смерти посмотрит на свою жизнь и скажет: «Да, я неправильно поступал. То, что Учитель говорил, я не делал. Из-за своего эго, из-за моей привычки к негативной карме очень много негативной кармы создал, я зря так поступал». Потом появится сожаление внутри. «Да, я очень неправильно поступал, извините, простите меня, я очень сожалею. Больше так не буду». И умирает. Мирские вещи, богатство, сколько у меня их есть, ничего не поможет. Когда есть сожаление, то очень много негативной кармы очищается. А потом развивайте мысли о том, что не только я так поступал, много есть тупых людей. Своего Учителя ученик не ценит. Живет ради своего эго. Таких людей тоже жалко, они тоже окажутся в таком неблагоприятном перерождении. Их тоже надо жалеть. Потом с сильным любовью и состраданием обратитесь: «Пожалуйста, Будда, Дхарма и Сангха, защитите меня. Учитель, простите меня». Не обязательно говорить это вслух. Внутри себя так думайте, потому что в нашем уме существует много омрачений, иногда мы можем нарушать преданность Учителю.

Но с сожалением просите: «Простите меня за то, что я это сделал. Я полностью на вас полагаюсь». Если в момент смерти вы так сделаете, то на сто процентов хорошо переродитесь – или в мире богов, или в чистой земле. Зависит от того, насколько сильную любовь и сострадание разовьете. Это секрет, который вам обязательно нужно знать в

момент смерти. Когда я медитировал в горах, у меня был друг-созерцатель и был период, когда я не видел его в течение двух дней, а затем, когда он появился, я спросил у него: «Где ты был?» И он ответил мне, что помогал умирающему другу и благодаря тому, что он сделал, сейчас его друг переродился в высших мирах – в чистой земле. Это подобие пховы. Я сказал ему: «Будь осторожен, ты монах». А он сказал, что нет-нет, я имею в виду не буквально. Я его попросил: «Тогда расскажи мне, что случилось? Как это произошло?» И он мне сказал: «Мой друг умирал, и я ему сказал: «Посмотри, перед тобой находится Далай-лама. Также здесь присутствуют божества вокруг тебя. Ты каждый день занимался практикой прибежища, и сейчас для тебя по-настоящему пришло время принять прибежище, это твой золотой шанс перерождения в высших мирах, в чистой земле, не упusti этот шанс». И он мне сказал, что его друг до этого очень много жаловался. Гневался: «Этот человек так сказал, другой так сказал». Друг подумал, как я могу его остановить? Как ему тяжело, как же я могу ему помочь? Если он с таким состоянием ума умрет, то на сто процентов попадет в низшие миры». Он говорит: «Здесь присутствует Далай-лама». Сразу его друг другим стал, – здесь все божества есть. Он тихо сидит, молитву читает. Итак, он с таким позитивным состоянием ума умер и благодаря этому он, конечно, переродился в высших мирах, в чистой земле. И это произошло не так, что он щелкнул пальцем и крикнул «пхэ» и так далее. И после этого он переродился в чистой земле. Ну а я ему сказал: «Ты чистый монах, я это точно знаю».

Также мы рассматриваем условия и даже, если всю свою жизнь вы занимались практикой, а затем в момент смерти у вас проявился сильный гнев, то в этом случае, это очень опасно, поскольку проявится негативная карма, и вы переродитесь в низших мирах. Здесь вы никого в этом не можете винить, все это происходит из-за механизма, в силу обстоятельств. Момент смерти очень похож на момент сдачи экзамена. Это поворотный момент. Сдача экзамена – это тоже такая поворотная точка, если в это время вы не учитесь, а просто спите, даже вы могли учиться весь год, но если в момент экзамена вы спите, проспали его, вы его не сдадите. А некоторые ученики-хулиганы весь год ничего не учат, во время экзамена хорошо выучили, хорошо написали, отлично получили. Есть такие поворотные точки, например, сдача экзамена, момент смерти так же является поворотной точкой, если говорим о фермерстве, то есть такое понятие как сезон. В любом бизнесе тоже есть понятие сезона, сейчас сезон, сейчас нет.

Для вас, когда вы близки к Духовному Наставнику, для вас это очень важное время, время сезона. Потому что ваш Духовный Наставник не всегда будет с вами. И пока он с вами, вы должны думать, что для вас это очень важное время, это сезон. Это сезон. Это золотой час. Сезон. Пользуйтесь этим, не упустите этого момента, не используйте его превратно, неправильно. Мудрые люди знают о том, что это поворотная точка и поэтому правильно пользуются этим моментом и получают очень большой результат. Знание страдания страданий поможет вам не переродиться в низших мирах. Цель состоит в том, что благодаря этому вы так же сможете развить сильное прибежище в своем сердце. Благодаря пониманию страдания страданий вы так же знаете, что все это возникает в силу проявления негативной кармы, и вы остановите совершение негативной кармы. На уровне тела, речи и ума вы будете придерживаться чистой нравственности. Таким образом, понимание страдания страданий поможет вам вовлечься в практику нравственности. Поможет развить чистое прибежище в вашем сердце.

Далее, страдание перемен. Когда вы ясно поймете страдание перемен, как я объяснял его раньше, вы перестанете искать счастье во внешнем мире. Вы поймете, что внешние объекты не обладают счастьем, как же они могут подарить вам счастье? Даже если у них есть счастье, как у будд, у божеств, но даже и в этом случае они не смогут подарить его вам.

Итак, вы приходите к тому, что у большинства объектов счастья нет, но даже если у каких-то объектов счастье есть, они не могут мне его подарить. Тогда где же мне искать счастье? И тогда, в своем уме, посредством развития однонаправленной концентрации я могу создать счастье. Даже если говорить о физическом здоровье, вам его подарить никто не может. Даже если у кого-то есть физическое здоровье, он все равно вам его не передаст, вам нужно самим создавать здоровье. Вам нужно самим создавать свое физическое здоровье.

Так же вам нужно создавать здоровье своего ума, ментальное умиротворение, счастье, – это вам никто не подарит. Когда вы голодны, я могу дать вам хлеба, но это не дарует вам счастье, это то, что уменьшит ваше крайнее страдание от голода, но это не счастье. Если вы подумаете что хлеб – это объект счастья, вам так покажется в этот момент, после этого я дам вам, скажем, десять буханок, то потом, после пяти буханок вы скажете: «Пожалуйста, не надо». «Нет-нет, ты сказал, что это объект счастья, теперь кушай». «Пожалуйста, можно мне не кушать?» То есть, очень ясно, что это не объект счастья, никто не может подарить вам счастье. Итак, хлеб, когда уменьшает ваше страдание, с одной стороны, он дарит счастье, с другой стороны он увеличивает ваши страдания от перенасыщения. Когда вы проголодались, если я дам вам хлеб, вам покажется, что это объект счастья, потому что он уменьшает страдания от голода. Но далее, по мере того, как вы кушаете его все дальше и дальше, когда ваш желудок уже полон, то далее, ваш желудок начинает страдать, если вы продолжаете есть хлеб. Желудок страдает от перенасыщения. Поэтому очень ясно, что хлеб не является объектом счастья, он просто уменьшает одно страдание, но при этом приносит другое страдание.

Как с этим хлебом, так же обстоят дела со всеми другими сансарическими объектами. И тогда вы скажете, что, если они у меня есть – хорошо, а если нет – ничего страшного. Тогда вы скажете: «Я не хочу искать счастье во внешнем мире, а хотел бы искать счастье посредством развития сосредоточения, шаматхи. Когда посредством шаматхи я обрету безмятежность, то, сколько я бы ни переживал это состояние безмятежности, я буду становиться все счастливее и счастливее». Все ваше тело и ум будут пребывать в невероятном умиротворении. Это безмятежность тела и безмятежность ума и нет ни одного такого мирского примера, такого счастья, которое могло продемонстрировать эту безмятежность. И на основе понимания страдания перемен у вас появится интерес к развитию однонаправленной концентрации – шаматхи. И это мы рассмотрели второй вид страданий. Посредством развития однонаправленного сосредоточения вы достигаете настоящего подлинного счастья.

Далее третье страдание – это всепроникающее страдание. Далее, вы думаете, что даже если разовьете шаматху, но у вас все еще есть поток пяти загрязненных совокупностей под властью омрачения, то это все еще природа страдания, это несчастье. Даже, если вы развили шаматху, шаматха может деградировать и вам может грозить опасность нового рождения в низших мирах. Поэтому, когда вы размышляете с точки зрения всепроникающего страдания, то приходите к тому, что одной шаматхи вам недостаточно, так же нужна випашьяна. Випашьяна – это мудрость познающая пустоту, которая пресекает неведение, является противоядием от неведения, а неведение – это главный фактор, из которого возникает вся двенадцатизвенная цепь взаимозависимого возникновения. Чандракирти говорил о том, что подобно тому, как в случае со всеми органами нашего тела сознание пронизывает их все и таким же образом, если говорить об омрачениях, то они все пронизаны неведением.

Неведение, которое представляет собой полностью неправильное представление о явлениях, является основой всех омрачений. И посредством избавления от неведения вы устраните все омрачения. Когда пресечены все омрачения, то далее, нового создания кармы уже нет. Когда

не происходит создания кармы, то и не остается отпечатков в уме. Когда нет ума с кармическими отпечатками, то далее, не происходит и рождения под властью омрачения, это пресекается. То есть, мы говорим далее о форме, о влечении, о соприкосновении, ощущении, цеплянии. И когда нет омрачения, нет влечения и цепляния, даже если у вас остались какие-то кармические отпечатки с прошлого, если они не встречаются с условиями, они не проявляются. Когда нет неведения, то нет и влечения, цепляния, соответственно, нет тех условий, в силу которых проявляется негативная карма.

И поэтому у архатов даже хотя со многих прошлых жизней еще остаются отпечатки негативной кармы, поскольку нет неведения и нет условия – влечения, цепляния, то не происходит проявления этой негативной кармы. Поэтому они полностью свободны от страдания. И вот таким образом возникает пресечение двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, – с помощью устранения неведения из ума. И когда вы к этому придете, то поймете, что учение по Праджняпарамите является очень важным и даже если ради того чтобы получить это учение вам придется пешком идти три года вы скажете: «Я готов. Главное – получить это учение». Когда у вас очень тяжелая болезнь, если в России вы не нашли лекарство, то будете искать его даже в джунглях. «Болезнь тяжелая, если я не найду лекарство, то, в конце концов, умру». Потом понял: «Ага, в Африке, в джунглях, есть особое лекарство». В джунглях есть опасности, но вы все равно пойдете за лекарством. Но здесь, даже если вы найдете это лекарство в центральной Африке, оно максимум избавит вас от какой-то одной болезни. В данном случае, когда мы говорим о неведении, то вы избавляетесь от всех своих проблем, которые возникают жизнь за жизнью. Поэтому, если ради такого противоядия вам даже придется пожертвовать жизнью, это того стоит.

Итак, мы говорим о мудрости, познающей пустоту. А как вы обретае такую мудрость? В первую очередь, на основе мудрости, возникающей на базе слушания учения. Откуда берется она? От подлинного Духовного Наставника. И от такого Духовного Наставника, который передает знания о теории пустоты не просто в общем, а передает подробные инструкции, основанные на коренных текстах. Сейчас в мире, я посмотрел, существует много тибетских лам или дзенских лам. Любые ламы есть. Я посмотрел, они учение дают очень абстрактно. Очень абстрактная пустота. Но если бы они рассказали хотя бы о воззрении Вайбхашики, я бы уже сказал «большое спасибо». «Спасибо, правильно». Вроде это Вайбхашика, кому это поможет?

Это воззрение Будды. Воззрение Вайбхашики – это воззрение Будды. Это не конечное воззрение. Но все равно, это воззрение Будды. Вы скажете: «Спасибо большое». Но это не Вайбхашика, не Саутрантика, не Читтаматра, не Мадхьямика, не Прасангика. Это каша. Я точно могу сказать, что если вы получите такие знания, то вы станете странными людьми. Очень важно найти подлинного мастера, Духовного Наставника, который длительное время изучал все четыре философские школы и ясно представляет воззрения каждой из школ. И не только это, так же вам нужен тот, кто медитировал на теорию пустоты.

И поэтому лама Цонкапа говорил о наличии десяти качеств подлинного Духовного Наставника. Если рассматривать первые три качества, то первое из них – это укрощенность ума благодаря практике нравственности. Духовный Наставник должен быть нравственным человеком. Если он сам плохо себя ведет, то, как же он сможет научить других людей? Он сам является дурным примером. Если вы не очень хороший, станьте таким ради учеников. Из жалости к ученикам ведите себя более нормально. Я не очень хороший Духовный Наставник, но ради вашего блага я стараюсь не вести себя плохо, неправильно. Я никогда не говорю, что во имя тантры мне можно иметь много жен, пить много водки и так далее. Нужно просто сказать, что это слабое место, это моя слабость. Это моя слабость.

Итак, посредством практики нравственности он должен придерживаться хорошего поведения. Далее, посредством развития однонаправленной концентрации он должен достичь если не шаматхи, то хотя бы какого-то уровня сосредоточения. И посредством практики випашьяны, даже если он не обрел прямого познания пустоты, у него должно быть хорошее концептуальное познание пустоты. С хорошим пониманием теории пустоты. В дополнение к этому лама Цонкапа говорил, что Духовный Наставник должен быть очень добрым человеком. Если он обладает хорошими знаниями, но не добр, он использует вас в своих целях. Потому что, если вы приняли кого-то как Духовного Наставника, то далее, вам нужно делать то, что вам говорит Учитель.

Поэтому очень важно предварительно исследовать, сможете ли вы делать то, о чем он вам говорит, добрый он человек или нет. Далее лама Цонкапа говорил, что если Духовный Наставник просит сделать что-то противоречащее Дхарме, этого не делайте, – это очень ясно.

Следующее качество – энтузиазм. Он должен без усталости давать учение. Каждый раз, когда ученики попросят, он должен даровать учение. Так же он должен обладать очень обширными знаниями Дхармы с цитатами, иначе, если знания будут очень узкими вы особых знаний не подчерпнете. В этом состоят качества Духовного Наставника. Если есть и все остальные, это хорошо, но вот эти качества совершенно необходимы. Эта троичная тренировка очень и очень важна. И она происходит на основе понимания страдания страданий, страдания перемен и всепроникающего страдания. Итак, время закончилось.