

Итак, я очень рад вас всех здесь видеть. Как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией достичь состояния будды на благо всех живых существ и также с пониманием причины, зачем вам необходимо укрощение ума, это очень важно.

Причина, по которой нам необходимо укротить свой ум, состоит в том, что мы хотим быть счастливыми и не хотим страдать. Каким образом укрощение ума сможет принести нам счастье и полностью устранить наши страдания? Если говорить о нашем мирском образе мышления, то зачастую мы думаем, что станем счастливыми, если обретем больше богатства, какого-либо имущества, или, если прославимся, обретем хорошую репутацию. Но вам нужно понимать, что эти вещи всех наших проблем не устранят. Это все может принести какой-то уровень счастья, но вместе с этим приносит и какие-то другие страдания. Буддийский шахматный способ решения проблем и обретения счастья таков: все великие мастера очень длительное время проводили анализ, и, в конце концов, единогласно сделали вывод, что единственный способ полного избавления от всех страданий и обретения счастья – это укрощение ума. Это утверждалось не просто теоретически, на основе теории эти мастера на практике действительно приходили к подлинному укрощению ума и достигали совершенного счастья.

Что такое медитация? Медитация предназначена для укрощения ума, а не для того чтобы стать каким-то сверхъестественным человеком. В буддизме используется главная техника и посредством медитации достигается результат полного укрощения ума. Также вам необходимо понимать, для чего предназначена любая религия, любое мирское образование. Все это предназначено для решения проблем и для обретения счастья. С точки зрения современного образования есть представление о том, что проблема – это, например, бедность. Большинство философов в нашем мире раньше думали, что страдание – это когда не хватает денег. Бедность, есть нечего – это страдание, на основе этого был разработан метод заработка денег, создания всевозможных материальных благ. Это и представляло метод решения проблем и обретения счастья.

Но во всех религиях единодушно существует мнение, что посредством одного материального развития счастье обрести невозможно. Для счастья необходимо развивать свой ум. О том, каким образом развивать свой ум, в различных религиях существуют разные подходы. Я не изучал других религиозных систем и поэтому не могу утверждать, являются ли они в этом отношении хорошими или плохими, но я изучал буддийскую систему и могу сказать, что здесь существует метод полного решения всех проблем и обретения безупречного счастья.

Вам необходимо понимать, что для укрощения ума нам нужно медитировать. Что говорил Будда в краткой форме? Этот момент понять очень важно, в этом случае вы поймете самую суть буддизма.

Какие бы области я ни изучал, всегда вначале меня интересовал самый сущностный механизм, и только после этого появлялось желание изучать подробности, и никогда не было такого, чтобы с самого начала я уходил в детали. Иногда в современном образовании бывает так, что рассматривается большое множество различных деталей и совершенно не говорится о сущностном механизме. Когда я получал образование, бывало так, что учителя давали очень пространные, обширные объяснения и не давали самой сути. Тогда я думал: «Ну, зачем же произносить все эти слова, когда можно было сказать это в сжатой форме?» Это относится не только к современному образованию, но также и к буддийскому образованию. Когда я обучался в университете, я тоже зачастую задавался вопросом: «Почему различные темы объясняются так обширно, если то же самое можно было выразить

в сжатой форме, гораздо короче?» Что касается примеров, которые приводились, то зачастую они были очень и очень старыми, может быть, им уже пятьсот лет. Иногда для меня понять примеры было сложнее, чем сам смысл.

Итак, очень важен механизм. Сейчас здесь я передаю вам учение в очень сжатой форме. Далее изучайте «Ламрим», читайте мои комментарии к «Четырем благородным истинам» и другие книги. Так вы намного легче сможете понять смысл. Когда вы придете к пониманию, то результат будет состоять в том, что ваш образ мышления станет богаче, и вы сразу же станете богатыми. Богатство в вашей жизни возникает не в силу материальных обретений и не в силу чего-то другого, а только в силу вашего богатого образа мышления. Если у вас будут богатые мысли, то даже если при этом не будет высоких реализаций, возникших на основе медитации, я все равно могу сказать, что в Москве вы будете одними из самых счастливых людей.

Вам не нужно сразу же, с самого начала задумываться о достижении реализаций на основе медитации, поскольку вы можете достичь большого количества других реализаций, не возникающих на основе медитации. В буддизме не говорится только об одной медитации. Говорится о том, что развитие ума достигается посредством слушания, размышления, медитации – вот этих трех этапов. Вначале самый эффективный способ достижения реализаций – это посредством слушания учения. Бывает, что люди с самого начала допускают такую ошибку, что приступают к практике не со слушания, а сразу же переходят к медитации. Это большая стратегическая ошибка, поскольку в результате они ничего не достигнут. С другой стороны, если вы всю свою жизнь получаете учение и вообще не медитируете, это тоже ошибка.

Поэтому вы должны понимать, что с самого начала вашей стратегией должен быть следующий подход – вы бóльший упор делаете на слушание учения, но одновременно с этим также размышляете и медитируете. То учение, которое вы получили, обдумывайте и старайтесь прийти к собственной убежденности, возникшей посредством вашего собственного анализа, а не в силу моих слов. Если у вас появляется собственная убежденность с вашей стороны, тогда это настоящее понимание, это ваши знания. Но если вы о чем-то говорите, потому что об этом говорится в какой-то книге или потому что об этом рассказал ваш Духовный Наставник, то все это остается чужими знаниями, не вашими. Если вы знаете какое-либо учение, то далее вы можете над ним размышлять и приходите к собственной убежденности и это также будет реализацией. Критический анализ полученного учения – это врата к пониманию глубины наставлений, а слепое принятие всего, что написано в книге – это враг для открытий.

Таким образом, в буддизме очень важен критический анализ. Духовный Наставник дает такой совет своим ученикам: «Сохраняйте открытое состояние ума, анализируйте и пытайтесь прийти к собственной убежденности. Не принимайте что-либо просто потому, что этому учил Будда». Я не знаю насчет других религий, но в буддизме Будда сам говорил: «Не принимайте мое учение только лишь на том основании, что его передал я. Сами проводите критический анализ, и в этом случае вы сможете понять глубину учения».

Так же и в моем случае, я изучал буддийскую философию не как буддист, а как простой человек. У меня буддийской шапки раньше не было, сейчас нет и в будущем никогда не будет. Зачем мне нужна буддийская шапка? Посмотрите со своей стороны, с точки зрения человека: слова Будды – это правда или неправда? Даже научные книги я изучаю не как ученый. Я проверяю: правильная в них информация или неправильная? Иногда я не согласен с научными открытиями. Иногда и о буддийских вещах я говорю: «Еще рано с

этим соглашаться». Я не говорю, что они неправильные, но я еще не вижу там тонкого механизма, и потому не могу сразу согласиться.

В этом случае вы не превратитесь во врага для совершения открытий. Наоборот, вы станете очень хорошим другом для совершения открытий, для открытия всей глубины учения Будды.

Таким образом, очень важен критический анализ, но без цинизма. Очень важен скептицизм, а для скептического подхода очень важна логика. Если вы не владеете сильной логикой, как вы сможете оценить, что правильно, а что неправильно?

Дигнага, создав текст по логике «Праманаварттика», обратил внимание на то, что уже существует большое количество других текстов по логике и задался вопросом: «Зачем нужен мой текст, когда есть много других хороших текстов?» Он прочел другие книги и подумал: «Когда есть такие хорошие книги, зачем надо было мне писать мою книгу? В этом нет пользы», и он швырнул свою книгу вверх, просто в воздух, сказав: «Я не буду издавать этот труд». Раньше великие мастера писали тексты ради блага людей и когда видели, что другие книги лучше, они говорили: «Зачем нужна моя книга? Уже есть очень хорошие книги!» Поэтому Дигнага подбросил написанный текст со словами: «Печатать не буду!» Бросил, а рукопись не падает вниз. Он швырнул свою книгу в воздух, а она не упала на землю. Тогда он взглянул вверх, чтобы понять, что же произошло с его книгой? И увидел, что вверху ее держит Тара. И Тара сказала: «Да-да, существует большое количество текстов по логике, но именно твой труд, твоя книга станет особенно полезной для многих поколений в будущем. Для будущих поколений она станет глазами для понимания Дхармы».

Логика – это глаз мудрости, с помощью которого вы можете понять глубину учения Будды и оценить, что верно в философии, а что неверно. В наши дни распространяется множество ложной философии. Не владея логикой, вы тоже не сможете понять, что из этого верно, а что неверно. Если некто является тибетским мастером и носит монашескую одежду, это еще не означает, что он дает безошибочное философское учение.

Тара сказала: «Поскольку ты написал этот труд с очень сильными любовью и состраданием, поэтому для будущих поколений практикующих он станет глазами». Я своими собственными глазами вижу, что слова Тары – это совершенная правда. Когда я изучал логику через «Праманаварттику», у меня открылся определенный глаз мудрости, с помощью которого теперь я могу оценивать, что правильно, а что неправильно. Это настоящие глаза: на основе собственного понимания, собственной убежденности вы можете прийти к выводу, что именно вам необходимо делать.

Когда у вас появляется такая хорошая логика, хорошее знание философии, то далее вы приступаете к медитации. Тогда для вас процесс медитации становится настоящим счастьем. Вам нужно понимать, что медитировать сложнее, чем управлять самолетом. Чтобы полететь на самолете, чтобы управлять им, вам необходим очень хороший фундамент, основа. Просто посмотреть, как управляют самолетом, и сразу же сесть за штурвал, пытаться взлететь – это совершенно бесполезно. Точно также и в медитации.

В наши дни многие люди, когда медитируют, ведут себя, как в примере с одной обезьяной в видеоролике, который я видел на Youtube. Эта обезьяна мыла тарелки. Я подумал: «О, какая молодец!» Но меня заинтересовало, что она сделает с тарелкой дальше. Обезьяна мыла тарелку, затем бросала ее и разбивала, мыла следующую – опять бросала и разбивала. Цель, смысл мытья тарелки – чтобы тарелка была чистая, чтобы завтра из нее еще можно было поесть, а обезьяна просто увидела, как человек делает, и тоже научилась мыть. Но она

не знает, зачем моют тарелки! Обезьяна не знает, что надо делать, чтобы завтра из этой тарелки можно было поесть. Она просто увидела, как другие делают, и повторяет, а потом разбивает тарелку.

В нашем мире многие люди медитируют таким же образом, они думают: «Зачем медитировать? А, потому что Учитель сказал медитировать!» Или: «Мой друг в медитации!» «О, у меня восхитительное ощущение идет от медитации! У меня волосы дыбом встают!» – все это обезьяньи мысли. Они занимаются медитацией так же, как обезьяна моет тарелки.

Если вы на самом деле хотите медитировать и медитировать эффективно, то не торопитесь. Не торопитесь! Пилоты сразу, с первого курса летать не будут. Они говорят, что сначала нужно учиться, а потом, когда выучат теорию, начинают практиковать. Точно так же нужно поступать и вам. Не торопитесь медитировать.

В наши дни сама медитация стала очень популярной в Европе, в Америке, а также в России. Везде, кроме Азии, люди торопятся приступить к медитации, а в Азии, когда заговаривают о медитации, люди боятся, потому что уже устали медитировать. Я спрашиваю моих друзей-геше: «Почему вы не медитируете?» Они говорят: «О, медитация – это очень сложно!» Они знают, что это очень сложно, поэтому говорят: «Потом, потом...». Я думаю: «Интересно, те, кто знает медитацию, говорят, что потом, потом, а в России, в Европе говорят: «О, медитация! Хочу сразу медитировать!» Я думаю: «Ага!» И я понял, что это явление имеет место – те люди, которые по-настоящему знают философию, знают, что такое медитация, не торопятся ею заниматься, потому что медитировать совершенно нелегко, и вот они ленятся, все время говорят: «Потом, потом...». А где-то на Западе люди торопятся, потому что на самом деле не знают, насколько эта область сложна. В России, если я скажу людям: «Завтра мы все уходим в медитацию», – все скажут: «О! Как мы рады!»

Итак, в любом деле очень важна своевременность. Время! В бизнес-сфере очень важно время для удачного инвестирования. В развитии ума также важно время. Сейчас для вас подходящее время, чтобы слушать учение и размышлять, а когда придет время, я скажу вам: «Вот сейчас настал момент для медитации». И я знаю, что вы мне на это ответите: «Геше Ла, я хотел бы заняться потом. Пока у меня одно дело не закончено, и другие дела еще есть... потом...» Когда для практики приходит подходящий момент времени, все сразу же отступают назад. Это очень странно. Когда время еще не пришло, все толкаются, все бегут, а когда время пришло – все уходят подальше. И вот это одна из причин, по которой мы до сих пор находимся в сансаре. Мы не используем вещей в подходящий момент времени и не совершаем правильных действий в подходящий момент, и это наша большая ошибка!

Во-первых, из-за недостатка информации мы не знаем, какое время является подходящим. В любой области очень важна своевременность, и чтобы ее правильно определять, нужно владеть информацией. Второй очень важный момент – в подходящий момент времени прикладывать усилия, чем-то жертвовать. Жертвовать ради будущего блага, но мы этого не умеем. Посредством этих двух моментов, я раскрыл вам сущностный механизм, каким образом вы можете изменить вашу жизнь. И это не просто нечто, что я прочитал в одной из книг. Я даю эти объяснения, исходя из собственного опыта. Об этом также упоминается в книгах, в текстах. Я могу сказать на основе анализа и собственного опыта, что это действительно работает.

Итак, если вы слушаете учение, что вы обретаете? Вы достигаете мудрости, возникающей на основе слушания. Далее вы переходите к размышлению, и на основе размышления вы обретаете более устойчивую и более глубокую мудрость, возникающую на основе

размышления. Далее, на основе медитации вы придете к випашьяне – это уникальная мудрость, возникающая на основе медитации.

Теперь возникает вопрос: зачем нам нужна мудрость? Каким образом эта мудрость связана с моей жизнью, помогает мне в решении проблем и в обретении счастья? То есть мы спрашиваем о механизме. Если мы имеем дело с какой-то поверхностной проблемой, например, недостатком еды, то такая мудрость не будет для вас особенно эффективной. Когда вы сильно голодны, от полученной мудрости ваш желудок полным не станет. В этот момент, если у вас есть деньги, вы покупаете еду, едите ее и говорите: «Это очень вкусно!» – желудок стал полным. Тогда вы думаете: «Ага! Деньги помогают! До этого мой желудок был пустым, я страдал. Сейчас деньги в кармане есть, я купил вкусную еду, поел, мой желудок наполнился – все, спокойно буду спать», – это временное, очень поверхностное суждение. Даже животные это знают. Они бегают туда-сюда, хлеб найдут, кушают, спокойно спят. В этом нет ничего особенного для человека. Если вы думаете, что найдете кусок хлеба и будете счастливы – это и животные знают. В чем тогда разница между человеком и животным?

Здесь вы приходите к мысли, что должен существовать какой-то более глубокий смысл, потому что наши страдания не ограничиваются простыми физическими страданиями, когда не хватает еды или одежды. Наши страдания имеют более глубокий уровень. И поэтому Будда, когда впервые передавал учение по четырем благородным истинам, сказал: «Распознайте благородную истину страдания». Вот это связано с развитием мудрости. Если наше понимание страданий остается на очень поверхностном уровне, то зачем нам тогда нужна мудрость? Мудрость не нужна. «Какая мудрость? Мудрецы, мудрость – зачем это надо? Нам самое главное – деньги в кармане, купить, что надо», – так думают люди очень низкого уровня. Поэтому Будда говорил, что для правильного осознания ценности мудрости очень важно распознать страдания, которые у вас есть в настоящий момент. У нас у всех есть страдания, но что касается понимания наших страданий, то мы понимаем лишь поверхностный уровень страданий и не понимаем более глубокого уровня, поэтому не можем решить всех своих проблем.

Точно также это относится и к физическим проблемам. Например, если вы не проконсультируетесь с подлинным доктором, то можете думать, что ваши проблемы – это что-то на поверхностном уровне, в то время как на самом деле там нечто более глубокое. Когда я был молодым, я болел туберкулезом и когда пришел на консультацию к врачу, доктор у меня спросил: «В чем ваши проблемы?» У него на руках была вся информация по обследованиям моего тела: анализы, рентген и так далее. Я сказал, что моя проблема – это кашель, высокая температура, и мое тело постепенно становится все слабее и слабее. Это моя главная проблема. На что он мне ответил: «Нет, это вовсе не является вашей главной проблемой». Я сказал ему: «Доктор, но я очень хорошо знаю свое тело. В этом и есть моя главная проблема». Врач мне сказал: «Ну, это вы думаете, что это ваша главная проблема, но это не самое главное». Тогда я спросил, что является моей главной проблемой, на что он мне сказал, что моя главная проблема состоит в том, что в моих легких есть болезнетворные бактерии – туберкулезная палочка.

Я сказал ему, что в своих легких я никакой боли не ощущаю, что у меня там все нормально. «Здесь, в горле, наверное, рана есть, здесь так неудобно», – мы так думаем. Если не учились в этой сфере, вы не понимаете. Он сказал, что это вам кажется так, будто у вас проблема здесь, в горле или где-то в голове. Но на самом деле главная проблема в вашей груди. И далее он объяснил мне механизм. Для меня это было очень полезно, это открыло мои глаза. Тогда я понял, что все мои проблемы – кашель и высокая температура – связаны с

болезнетворными бактериями в моих легких. До тех пор, пока я не устраню эти бактерии, у меня все время будет продолжаться кашель, и будет подниматься температура.

В буддизме говорят об отречении, и вот в этот момент у меня возникло отречение от болезни туберкулез. Хотя на следующий день у меня не было кашля, меня не мучила высокая температура, но я говорил себе: «Не торопись, твоя ситуация еще неустойчивая, поскольку до тех пор, пока в твоих легких еще остаются болезнетворные бактерии, ты еще не выздоровел полностью». Это мне помогало постоянно принимать лекарства, вовремя. Поэтому я еще живой. Все другие мои друзья об этом механизме не слышали.

Когда касается здоровья, надо спрашивать, каков механизм моих болезней. Сначала я критически спросил, и врач объяснил. Сразу я не соглашался. Потом я убедился, что это правда, это факт, своими глазами увидел, что он правильно говорит, что у него в мыслях нет намерения меня обмануть. Когда я понял механизм, даже если кашля не было, температура не поднималась – все равно я постоянно пил лекарство. Поэтому я сейчас жив. Мои друзья этого как следует не понимали, иногда пили лекарства, а когда кашля не было – не пили, поэтому многие из них умерли. Туберкулез – это болезнь очень похожая на болезнь сансары. Если люди постоянно не принимают лекарства, то умирают от этой болезни. Вам в России повезло, здесь нет этой болезни. Это очень коварная болезнь, она очень похожа на болезнь сансары.

Итак, Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания». Я объясню вам, зачем это необходимо и раскрою механизм, каким образом это связано с обретением мудрости. Как в случае с этим врачом, когда он объяснил мне механизм, и я понял самую суть. Мне не нужно было читать множество разнообразных книг.

Я не очень люблю читать книги. Некоторые мои друзья помнят все книги. Мне до их памяти далеко, я даже не хочу читать много книг, я хочу понять суть, а потом применить свой образ мысли, свою интерпретацию, свой логический анализ. Тогда это становится живым. Книги читаешь-читаешь, но потом забываешь, половину прочитал, половину забыл. Потом чужую информацию обсуждаешь и опять забываешь, а свои открытия я никогда не забуду! И в современном образовании и также в монастырях есть такое явление, что многие из тех, кто учатся, превращаются в книжных червей. Это неправильно. Нам нужны книги, но мы не должны полностью теряться в этих книгах. Мы должны извлекать сущностную информацию и использовать ее.

Когда Будда сказал: «Распознайте благородную истину страдания», то первый возникающий вопрос: зачем нам необходимо знать о наших страданиях? Когда Далай-лама передавал нам учение по четырем благородным истинам и процитировал слова Будды: «В первую очередь распознайте благородную истину страдания», здесь у меня возник вопрос: зачем нам вообще нужно знать о наших страданиях? Я знаю, что нам всем известны наши страдания, но эти знания особо нашу жизнь не меняют. У вас и так есть достаточно страданий. Если я еще скажу о такой-то проблеме, что вам в этом полезного? Мы знаем свои проблемы. Кто не знает своих проблем? Мы знаем о проблемах, но от этого наоборот иногда случается депрессия. Некоторые говорят, что не хотят думать о своих проблемах: «Если думаю, еще хуже становится!» Почему же тогда Будда сказал: «Распознайте благородную истину страдания»? Если мы рассматриваем это на поверхностном уровне, то возникают противоречия. В нашем мире большинство людей и так знает о своих проблемах. У них и так много проблем, эти новые знания им ничем не помогают. Возникает логическое противоречие – если смотреть вот так, поверхностно, то лучше вообще не распознавать благородную истину страдания, вообще не знать о большом количестве разных проблем. Это просто приведет вас к депрессии.

В первую очередь вам необходимо понять по поводу наших проблем, что их существует три уровня – это грубые проблемы, далее тонкие и очень тонкие. Когда Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания», тем самым он указывал на тонкие и очень тонкие страдания. И если вы об этом узнаете, то начнете решать свои проблемы не на поверхностном уровне, а будете стараться решить их в самом их корне и благодаря этому сможете устранить все проблемы.

Итак, очень важно знать, что грубое страдание называется страданием страданий, тонкое страдание – это страдание перемен, а очень тонкое страдание – это всепроникающее страдание. Его открыть очень и очень важно. Если вы обретете в этом убежденность, то действительно до какой-то степени поймете учение по четырем благородным истинам. В особенности, когда у вас появится убежденность в самом тонком страдании, всепроникающем страдании, то это и будет напрямую связано с медитацией. Тогда вы поймете, что цель медитации в том, чтобы исцелить эту самую тонкую болезнь, самые тонкие страдания. Иначе ваша медитация будет просто тусовкой. Далее, когда вы доходите до еще более высокой цели медитации, то рассматриваете не только себя, но и всех живых существ и говорите, что хотели бы не только сами освободиться от всепроникающего страдания, но и помочь всем живым существам также от него избавиться. В этом состоит высшая цель медитации. Эта мотивация – сила, стоящая за вашей медитацией, это самый важный момент. Это называется «кармой». Карма – это намерение, которое подталкивает вас к определенным действиям, и вам нужно понимать, что это очень важный фактор, который проистекает из четырех благородных истин.

Теперь мы рассмотрим грубый уровень страданий, который очень хорошо всем нам известен. Его знают даже животные. Но тем не менее, если вы проанализируете, то увидите, что у нас все равно нет очень хорошего понимания этого уровня страдания. Когда я проанализировал этот момент, то обнаружил, что, хотя нам всем очень хорошо известен грубый уровень страдания, мы знаем его не полностью. Панчен-лама говорил, что грубые страдания известны даже животным, тонкие страдания знают йогины-индуисты. А что касается самых тонких страданий – это уникальное понимание буддийской философии. Но когда я исследовал этот вопрос, то пришел к выводу, что даже грубые страдания известны не всем. То есть люди знают лишь какую-то часть грубых страданий.

Некоторые люди думают, что они пришли сюда ради счастья, а геше Тинлей говорит о страдании. Но если вы хотите быть счастливыми, то посредством решения проблемы избавления от страданий вы сможете обрести подлинное счастье. Если вы хотите счастья, тогда вы должны сначала изучить, что есть страдание. Полностью нужно знать страдания, и тогда вы сможете стать счастливыми. Если вы хотите иметь здоровое тело, то вам нужно знать, какие болезни у вас есть. «Я пришел к врачу за здоровым телом, но врач мне говорит о болезни...» – правильно! Если вы хотите иметь здоровое тело, то вы должны знать свой диагноз: какие у вас болезни, какие проблемы. Потом, излечив их, вы будете иметь здоровое тело. Поэтому, если вы хотите быть счастливыми, то я вам больше расскажу о страдании. Если бы я хотел, чтобы вы страдали, то я больше говорил бы о счастье. В этом случае вы полностью потерялись бы в какой-то «радуге». Это правда. Настоящий тренер своим ученикам не говорит: «Вы такие молодцы...» Наоборот, он говорит: «Ты этого не знаешь и этого не знаешь...». Почему? Потому что он их любит. Он хочет, чтобы этот человек стал сильным, поэтому он не хвалит, а наоборот, ругает. Это надо знать!

Теперь вернемся к нашей теме. Итак, что касается грубых страданий – страдания страданий, то это такие страдания, как, например, головная боль, какая-то депрессия, физическая боль, любые физические страдания. Вы можете подумать: «Мне известны все эти грубые

страдания», но это не так. Вы знаете о грубых страданиях, которые у вас были в прошлом, но даже не обо всех, а только о тех, которые помните. И вы знаете, какие у вас в настоящий момент есть грубые страдания, но при этом не знаете большого количества грубых страданий, которые вас могут ждать в будущем, вот это мы не знаем! Например, я – врач. Если вы не соблюдаете правильную диету, если неправильно питаетесь, то я знаю, как врач, что через два-три года у вас точно возникнет такая-то и такая-то проблема. Это грубое страдание, но врач заранее знает будущую проблему через поступки больного. Например, вы знаете о том, что, если вы не будете заботиться о здоровье своего тела и будете питаться чем попало, то через два-три года вас ожидают какие-то большие проблемы. Это знание помогает вам начать придерживаться хорошей диеты. Мудрые в мирском отношении люди знают, какие проблемы их могут ждать через три года или через пять лет и заблаговременно стараются предотвратить эти возможные проблемы. Это мудрые обыватели. Мудрые политики точно так же знают, что, если в текущей ситуации не поменять что-либо в текущей политической системе, то через несколько лет в стране могут возникнуть большие трудности, и поэтому заблаговременное понимание наших будущих проблем помогает нам заранее с помощью средств профилактики их предотвратить.

То, о чем я только что вам сказал, в буддизме особо не рассматривается. Это мирские страдания, мирские грубые страдания в будущем. Это полезно, но не настолько полезно. По поводу грубых страданий в буддизме говорится, что рано или поздно наступит смерть. Этого не избежать никому. Далее, в буддизме логически доказывается, что смерть – это не конец жизни, это начало новой жизни. Далее возникает вопрос: где именно вы перерождаетесь после смерти, кто это определяет? Во многих других религиях говорится, что это определяет бог. Поэтому чаще надо ездить в храм, читать молитвы, бог будет рад, и потом после смерти попадешь в рай. Если в храм не ездил, молитвы не читал, бога не слушал – попадешь в ад. Это тоже хорошо, потому что, если говорить о том, что советует бог, то бог советует только хорошее.

Но если вы подвергнете это критическому анализу, то будут противоречия. Вот такое представление, что люди могут допустить какие-либо ошибки, нарушить десять заповедей или, как у нас говорят, создавать негативную карму, и есть бог где-то там, сверху, который за подобные ошибки наказывает, отправляя в ад. Или, наоборот, того, кто совершает добродетели, бог отправляет в рай – это несовершенная система. У меня это вызывает скептицизм. Там наверху бог видит, что кто-то создает негативную карму и решает: «Все, вы пойдете в ад!» А тот, кто немного ходил в храм услышит: «О! Ты попадешь в рай!» Здесь немного непонятно. Для некоторых людей подобные знания полезны, помогают, и это хорошо, но я усматриваю здесь некоторые логические противоречия. Я знаю, например, что если бы я сам был богом, то никого бы не отправлял в ад. Я старался бы обучить живых существ и сделать их более добрыми. Например, если бы мама своих детей за одну ошибку отправляла в ад, что бы было? Мама так делать не будет. Мама говорит: «Дети, больше так не делайте! Учитесь!» – глаза им открывает. Зачем отправлять их в ад? «Потом в рай перенесу...» – зачем так поступать? Это логически непонятно.

В буддизме говорится, что то место, где вы окажетесь после смерти, никто не определяет. Это все полностью определяется только вашими действиями, и это называется «кармой». Очень похожи механизмы устройства нашего тела и устройства нашего ума. Например, на физическом уровне, какую бы вы пищу ни принимали, информация о ней не исчезает бесследно, а остается в теле на клеточном уровне. Вся информация! Даже чипсы съели – информация в клетках осталась. А потом, когда происходят изменения, из-за этой информации получается определенный эффект. Иногда эффекта не получается, значит повезло. Все, кто съел чипсы, не умирают. Но из-за этой маленькой ошибки неправильного питания, питания в неправильное время, есть вероятность заболеть. Точно так же карма: в



нашей жизни любой поступок, который вы совершили, добрый или злой, оставляет информацию на уровне самого тонкого ума.

Это никто не придумал, это закон природы. Еда, которую мы едим, на клеточном уровне оставляет всю информацию. Точно так же происходит в нашем уме. Будда говорит: «Закон кармы я не создавал, закон кармы – это закон природы, просто я его открыл». Это наука. Когда я это слушаю, то думаю: «Да, это правильно!» Никто нас так ни снизу, ни сверху не забирает, потому что это невозможно. То, куда мы попадем, зависит от наших поступков. Если бы так было возможно, Будда, божества, множество святых – все сделали бы так, чтобы наших страданий не было. Они бы вот так пальцами щелкнули, и все стали бы божествами. И тогда я не жалею, что они мне не помогают. Я прихожу к выводу, что все является результатом созданной кармы, и все находится в моих руках. И мое будущее в моих руках, а не в руках божеств. Если бы все это находилось, например, в руках бога, тогда было бы нормально, что мы молимся, а они щелкают пальцами, и у нас что-то происходит.

Наш ум является невероятным хранилищем кармической информации. Все, что мы создали на протяжении миллиардов и миллиардов прошлых жизней, не исчезает, а остается и хранится в нашем уме. И при этом отпечатки не смешиваются друг с другом. Пример из наших дней – это компакт диск: если вы записываете на него информацию, то от большего количества информации он не становится толще. Компакт-диск – это хороший пример. Точно так же в нашем уме невероятно много информации. Кармические отпечатки на сто процентов есть, и далее, когда вы встречаетесь с условиями, карма проявляется. И вот теперь, когда дело доходит до условий, то с их созданием могут помочь бог и божества. Буддизм в этом не похож на атеизм, здесь не говорится, что все целиком и полностью находится в ваших руках. Создание основной причины действительно зависит от вас, а что касается создания условий для проявления кармических причин, то с этим могут помочь божества. Если у вас с ними есть хорошая связь, то благодаря этой положительной связи намного легче появятся условия для проявления вашей позитивной кармы. Например, если ваш мобильный телефон подключен к сети Wi-Fi, то вы обретаете преимущества. Ну а если вы атеисты, то у вас как бы нет связи с этой сетью Wi-Fi, вы и не получаете никакой информации, даже если роутер находится прямо перед вами. Но ваш мобильный телефон не подключен, и у вас нет никакой информации.

Итак, здесь вы обретаете очень гибкий взгляд, когда думаете, что с точки зрения главной причины всё находится в моих руках, а что касается условий для ее проявления, то здесь я завишу от бога, и не только от него, но также от моих друзей, от родственников, от всех вокруг. Это правда: мы все друг от друга зависим. Вы зависите от вашего окружения: доброе, хорошее окружение влияет на отпечатки позитивной кармы, а когда ваше окружение злое, не верит в божество, гневается, это тоже на вас влияет. Итак, все взаимозависимо, и нет таких явлений, с которыми вы ни были бы связаны. Вы так или иначе связаны со всеми явлениями. И вот этот момент меня в буддизме по-настоящему интересует.

Принятие прибежища в Будде, Дхарме и Сангхе – это все равно, что подключение мобильного телефона вашего ума к сети Wi-Fi Будды, Дхармы и Сангхи. Это бесплатная связь, и если вы сохраняете эту связь, сохраняете подключение, то невозможно, чтобы вы не обрели благо от этого. Чем сильнее ваша вера, тем сильнее становится такая связь, и тогда становятся возможными даже чудеса. Раньше такие чудеса бывали в истории, это правда, а сейчас почему их не бывает? Потому что сейчас нет такой веры, как раньше, такой чистой связи с божествами – сейчас этого нет. Поэтому сейчас нет чудес. Мы не можем говорить, что чудес вообще нет, я с этим тоже не согласен, но я не верю таким лобсанг-рампадским чудесам, в такое я не верю. (Лобсанг Рампа – псевдоним английского эзотерика - прим. ред.) Настоящие чудеса на сто процентов существуют.

Но с точки зрения механизма кармы это тоже нельзя назвать чудесами. Это определенные вещи, которые имеют некоторую причинно-следственную взаимосвязь. Это очень тонкие связи причин и следствий, которые выходят за пределы нашего понимания, поэтому мы называем их «чудесами». Если мы думаем о таких чудесах, которые вообще не связаны с причинно-следственным механизмом, то таких чудес не существует, а если говорить о чудесах, которые просто выходят за пределы нашего понимания, то такое существует, и это нечто, связанное с тонким причинно-следственным механизмом.

Итак, что касается создания условий, то, что бы вы ни переживали в вашей жизни, все это является результатом проявления или позитивной, или негативной кармы. Что мы можем делать – это с одной стороны очищаться от отпечатков негативной кармы, так, чтобы наши проблемы исчезали, ослабевали, а с другой стороны посредством молитв можно создать условия для проявления вместо той негативной кармы, уже нового отпечатка позитивной кармы, и в вашей жизни откроется новая глава. Когда в нашей жизни много глав страданий, если ничего не делать, то главы страданий будут продолжаться. Нужно очищать негативную карму, заниматься практикой прибежища, читать молитвы, и все это делать вместе, – так возникнет одна новая позитивная карма. И когда начнет проявляться новый отпечаток позитивной кармы, это будет открытием новой главы в вашей жизни. Ваша ситуация с этого момента будет становиться все лучше и лучше. Хотя в буддийских текстах об этом не говорится, я даю эти объяснения, потому что они полезны. В буддизме больше делается упор на будущие жизни, а об этой жизни во множестве коренных текстов вообще ничего не говорят. Я немного говорю вам об этом, потому что это тоже вам нужно. Я говорю об этом, поскольку провел определенный анализ, и поскольку это полезно в вашей жизни.

В текстах, в буддийских книгах об улучшении ситуации в этой жизни особо ничего не упоминается, в основном идет речь о решении проблем будущей жизни. В буддизме говорится, что если человек заинтересован только в одной этой жизни, то он вообще не является духовным практиком. Если вас интересует будущая жизнь, но, скажем, только сансарическое счастье, то в этом случае вы практик начального уровня. Если вас интересуют будущие жизни, но при этом не интересует сансарическое счастье, когда вы понимаете, что любая жизнь в одном из высших миров: в мире богов или людей – это все равно сансарическое существование, то вас начинает интересовать обретение ума, полностью свободного от омрачений, и тогда вы практики среднего уровня. Если с такой мотивацией вы практикуете Дхарму, то являетесь практиками среднего уровня. Если вы практикуете ради будущей жизни, чтобы не обрести низкого перерождения, а родиться в высших мирах, тогда вы практики начального уровня, а если практикуете только для того, чтобы в этой жизни у вас была хорошая карьера, чтобы вы не болели, тогда вы вообще не являетесь духовными практикующими. Вы практики мирской дхармы. Когда с сильными любовью и состраданием вы думаете: «Пусть никто из живых существ не страдает, пусть все обретут счастье, пусть ради их блага я достигну состояния будды», – в этом случае вы становитесь практиком высшего уровня.

Теперь вернемся к теме. Итак, мы пришли к убежденности, что, где мы переродимся в следующей жизни, обретем высокое или низкое перерождение, зависит от нашей кармы. А как нам узнать, где мы переродимся? В буддизме говорится, что это можно оценить с точки зрения теории вероятности. Теории вероятности Будда обучал еще две с половиной тысячи лет тому назад, это не является какой-то новой теорией. Будда говорил: «Кем вы были в прошлом, оценивайте по тому, кем являетесь сейчас, а кем будете в будущем, можете судить по вашим действиям в настоящем», – это самое главное в теории вероятности. Где вы переродитесь в следующей жизни – обретете высокое перерождение или родитесь в низших мирах – оценивайте по состоянию вашего ума в настоящий момент времени: сколько у вас

там отпечатков позитивной кармы и сколько отпечатков негативной. Это подлинная ваша ситуация в настоящий момент времени в этой вашей жизни. Вам нужно постараться это понять.

Каким образом вам узнать, сколько у вас в уме отпечатков позитивной кармы или сколько отпечатков негативной кармы? У вас нет какого-то специального глаза, который мог бы это видеть, но вы можете оценить это с помощью логики. Каким образом? Вы можете оценить, каким является ваше состояние ума в течение целого дня: проверить, сколько обычно появляется у вас позитивных мыслей, сколько негативных мыслей, и сделать вывод на этой основе. Мастера традиции Кадампа раньше всегда имели при себе маленькие черные и белые камни, и когда в их уме возникала негативная мысль, они откладывали черный камень, а если мысль была позитивной – откладывали белый. Поначалу черных камней было больше, чем белых, но затем постепенно черных становилось все меньше и меньше. У мастеров Кадампы в прошлые времена существовала такая традиция по поводу подсчета своих позитивных и негативных мыслей, и это является очень важным открытием в отношении самого себя. Например, бизнесмены хотят очень точно понимать свою реальную ситуацию, и благодаря этому они смогут эффективно заниматься бизнесом. Умный бизнесмен, если ему кто-то скажет: «О, молодец!» – уши закрывает: «Мне похвала неинтересна, я хочу знать настоящую ситуацию». Если вам кто-то говорит: «Ты такой крутой, ты все можешь!» – и вы поверите, потом все потеряете. Поэтому умный бизнесмен говорит: «Нет, я не хочу слушать. Я хочу знать правду». Когда он знает настоящий потенциал, он говорит: «Все, я могу».

В любом бизнесе, в любой ситуации настоящие знания – это очень хорошо. Вы не будете летать. В развитии ума тоже нужно знать настоящую ситуацию. Если я скажу вам: «У вас у всех есть природа будды, значит, вы все будды, просто об этом не знаете», – это все обман! «Вы все особенные люди, с кармической связью», – это как один бизнесмен нахваливает другого бизнесмена, и, если тот начинает летать, то будет еще хуже.

Итак, если вы будете проводить такое исследование, то обнаружите, что у вас в уме появляется очень много негативных мыслей, это происходит спонтанно, а позитивные мысли зарождаются с большим трудом, еле-еле. Так обстоит дело не только с вами, но и со всеми в сансаре. Это потому, что с безначальных времен вы очень сильно привыкли к негативному образу мышления. При этом у вас очень слабая привычка к позитивным мыслям. Такова реальная ситуация. Благодаря тому, что у вас более спонтанно проявляются негативные эмоции, вы создаете негативную карму, а под влиянием позитивных эмоций создаете позитивную карму. Вечером проводите исследование, подсчет и видите, что, в силу такого спонтанного проявления негативных эмоций вы создали, например, восемьдесят процентов отпечатков негативной кармы и лишь двадцать процентов отпечатков позитивной кармы под влиянием позитивных эмоций. Значит такая же вероятность существует и в отношении вашего будущего. Вот такие математические расчеты в отношении вашей жизни.

Математику вы используете, только когда деньги считаете. Это самая главная математика: «Ага! У меня в жизни много отпечатков негативной кармы». Это математика! Я спросил одного профессора математики, что такое математика? Он ответил, что цифры, вычисления – это все примеры, это не настоящая математика. Настоящая математика – это внутренние расчеты. Я ему на это сказал, что буддийская философия – это настоящая математика! Так же и в вашей жизни: если две машины едут навстречу друг к другу, то они выглядят далекими друг от друга, но обе идут на большой скорости. Поэтому, если я неверно сделаю расчет, то есть большая вероятность попасть в аварию. Это тоже математика. Правильно!

Итак, когда вы начинаете использовать такую математику, то приходите к выводу, что у вас есть большая вероятность рождения в низших мирах и очень небольшая вероятность рождения в высшем мире. Если с этого момента я не изменю свое поведение и буду продолжать действовать точно так же, как поступал всегда раньше, то на восемьдесят процентов это мой билет в низшие миры. Распознавание своих будущих страданий заранее – это именно то, о чем говорил Будда, когда произнес: «Распознайте благородную истину страдания». Даже если говорить о грубых страданиях, зачем вам знать свои текущие грубые страдания, зачем об этом думать? А что касается прошлых страданий, то они уже закончились, зачем об этом размышлять? Мы сидим на прошлых страданиях: «Он мне так сказал, они мне так сказали». В этом нет никакого смысла, прошлое страдание ушло! Прошлые страдания – это уже закрытая глава книги вашей жизни. Они обратно не придут, зачем о них думать? Будущие страдания скоро придут, а прошлое ушло, оно больше не придет. Зачем думать об этом? «Он мне так сказал», – все думает, думает, глупый человек!

О будущих страданиях нужно думать: «Ага, у меня есть много отпечатков негативной кармы. Будущая жизнь на сто процентов есть. Если я не изменяю поступки своих тела, речи и ума, не очищаю негативную карму, заслуги не коплю, образ мысли не меняю, – я сам толкаю себя в низшие миры. Я этого не хочу». Страх будущих страданий в низших мирах – это одна из причин прибежища. Это самая святая причина прибежища.

Когда врач мне сказал, что у меня туберкулез, и, если сейчас я не буду принимать вовремя лекарства, то в будущем будет все хуже и хуже, ко мне пришел страх, полезный страх. Не все страхи плохие. Есть глупые, параноидальные страхи – это все глупость, ерунда! Но страх за будущее: если я что-то не сделаю, то в будущем будет хуже, – это полезный страх. Я потеряю мое здоровье, мою драгоценную человеческую жизнь. У меня внутри появился страх, и этот страх меня спасает. Из-за этого страха я вовремя принимал лекарства. Врач сказал, что такую-то и такую-то еду нельзя есть, я не ел. Точно также Будда нас не пугает. Наш страх перед будущим рождением в низших мирах – ад на сто процентов есть – это не ради того, чтобы нас запугать. Если не хотите попасть туда, то нужно быть осторожными с вашими поступками тела, речи и ума.

И далее этот страх поможет вам принять прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе. Тогда вы станете настоящими буддистами. В наши дни подлинные буддисты – это большая редкость. Как же можно быть практиком Махаяны? Последователи Махаяны встречаются еще реже. А в Махаяне внутреннее учение, подобное драгоценности, – это Ваджраяна. Ваджраяна еще реже встречается. В России некоторые говорят: «Я последователь Ваджраяны!» – я над этим смеюсь, потому что еще неизвестно, является ли этот человек буддистом или нет. Этот человек по-настоящему духовный или не духовный? Не то, что буддист или не буддист, духовный человек или не духовный – не знаю. Если он больше заботится о развитии ума, меньше интересуется здоровьем тела, материальными вещами меньше интересуется, больше об уме заботится, ум – это главное для него, тогда он – духовный человек. Не обязательно буддист или христианин. Он духовный человек, я таких людей уважаю.

Мой русский понимаете? Если вы не понимаете, это ваша карма. Мой русский язык, если вы хорошо слушаете, то понимаете. Но я не только учу на русском языке, я учу вас терпению. Вы еле-еле, с усилием слушаете.

Если вы заблаговременно поймете, какие страдания вас будут ждать в будущей жизни, то это поможет вам зародить прибежище в вашем уме. Поэтому Будда говорил: «Распознайте благородную истину страдания».

Далее, тонкое страдание, которое называется «страданием перемен». Например, по поводу всех объектов пяти видов чувственного сознания у нас есть представление, что это объекты счастья. В буддизме говорится, что все это не объекты счастья, а это объекты страдания. Они не могут подарить вам подлинного счастья. Они могут дать какое-то небольшое счастье, но вместе с собой приносят большее страдание. Например, обыватели, если не проведут анализа, то подумают: «Когда я проголодался, еда по-настоящему дарит мне счастье». Я провожу такой диспут: думаю, что еда – это объект счастья. Когда я ем, мне это приносит счастье. Я не просто так думаю, что это счастье: я ем, желудок полный, я получаю энергию, тело становится крепким, я могу бегать – это объект счастья. Вы тоже проводите такой диспут, не просто вслепую соглашайтесь. Я говорю: «Нет, я не согласен с тем, что еда – это не объект счастья. Это объект счастья!»

И тогда мой Учитель спросил у меня: «А как ты рассуждаешь об объекте счастья? Что является объектом счастья?» Он мне сказал: «Ну, вот например, иголка. Иголка – это объект страданий, потому что, чем больше ты ее вонзаешь в свое тело, тем больше испытываешь боль, и никогда не наступит такого момента времени, после которого тебе будет от этого все приятнее и приятнее. Иголка – объект страдания: больше вонзаешь в тело – больше страдание. И таким же образом, как с этой иголкой: если бы еда была объектом счастья, то чем больше бы ты ел, тем счастливее бы становился». Но спустя пять минут вы говорите: «Нет, пожалуйста, больше меня не кормите», – далее начинаются страдания. Еда и другие объекты органов чувств не являются подлинными объектами счастья, потому что, если бы они таковыми являлись, это было бы подобно иголке, вонзая которую вы испытываете все больше боли. В случае с этими объектами вы становились бы все счастливее и счастливее.

Поэтому Будда говорил, что только нирвана – это покой. Это ум, полностью свободный от омрачений. Сколько бы вы ни пребывали с этим состоянием ума, невозможно, чтобы вы в какой-то момент устали от этого, начали испытывать страдание. Наоборот, вы будете становиться все счастливее и счастливее. Потому что это настоящий объект счастья. И именно поэтому Будда говорил, что только нирвана – это покой.

Таким образом, когда мы изучали учение Будды, мы подвергали его критическому анализу. Постепенно понимание становилось все лучше и лучше, тоньше и тоньше. А просто услышать общий рассказ, глаза закрыть, медитировать, ничего не понимая, – ничего полезного в этом не будет. Вы узнали вот такой тонкий анализ. У вас, русских людей, есть хорошая голова, хороший мозг. У вас нет таланта к медитации: если я скажу вам медитировать, ни о чем не думать, то вы не сможете. Думать, анализировать – это ваша способность! Любое трудное учение, даже теорию пустоты, если я объясню, то невозможно, чтобы вы не поняли – у вас такой хороший мозг. В буддизме этот мозг нужен. Даже если при хорошей концентрации нет анализа, какой смысл? Человек сидит в медитации, омрачений у него становится немного меньше, но дальше этого не пойдет. В буддизме самый главный талант – не концентрация, самое главное – способность к пониманию, к глубокому анализу. Нужно уметь не только с одной стороны анализировать, а со всех сторон применять анализ, тогда вы придете к убежденности – все, другого хода нет, только этот! Как в шахматах. Такой мозг есть только у человека. Человеческий мозг особый, у животных такого нет. Поэтому в буддизме говорится о драгоценной человеческой жизни. Не потому, что наше тело очень особенное, а потому, что у нас есть такой мозг, невероятно хороший мозг. Из-за этого наша жизнь называется «драгоценной человеческой жизнью». У русских лучший мозг, но вы не используете свой мозг. Даже если вы его используете, то по каким-то глупым причинам. Какой в этом смысл?

Теперь вернемся к нашей теме. Таким образом вы приходите к пониманию, что, когда я гонюсь за объектами пяти видов чувственного восприятия, я подобен ночному мотыльку,

который летит на пламя светильника. Кажется, что это объекты счастья, но на самом деле это не объекты счастья, они вас сжигают.

Тогда, что происходит с вашим умом? Возникает озарение: вы перестаете искать счастье во внешнем мире с пониманием того, что там его обнаружить невозможно. Ваш ум оборачивается внутрь, на поиск внутреннего счастья, и вы становитесь по-настоящему духовными личностями. Затем посредством развития шаматхи, однонаправленного сосредоточения вы обретаете настоящее счастье.

На основе понимания страдания перемен как страдания в вашем уме зарождается желание развить шаматху. Например, я тоже проанализировал: пять объектов чувственного восприятия счастья не приносят. В конце концов они принесут еще больше страдания. Тогда я задумался: где можно найти счастье? Вокруг, во внешних объектах его нет. Значит, оно только внутри моего ума, нужно развивать концентрацию. Ум спокойно пребывает в однонаправленном сосредоточении – какое это счастье! Скандалов нет, сплетен нет, внутри ум пребывает в покое. Там, в уме, я сам себе царь. Мой ум – это моя территория. Тогда это счастье, покой, страха нет. Посредством обретения в этом убежденности у вас в уме зарождается сильное желание развить высокий уровень однонаправленного сосредоточения, шаматху и на основе шаматхи далее также прийти к випашьяне.

Третий уровень страдания – это всепроникающее страдание, самое тонкое. Оно существует с момента нашего рождения, мы все рождены под властью омрачений. Наша стратегическая ошибка – это рождение под властью омрачений. Это страдательная природа. У нас у всех есть свобода выбора, но мы не свободны. Почему? Потому что делаем неправильный выбор. Какой неправильный выбор? Это рождение под властью омрачений. Если бы мы сделали правильный выбор, то есть не родились бы под властью омрачений, то обладали бы свободой. Это относится также и к ситуации в стране: например, если во время выборов вы выбираете правильного президента, то в стране больше хорошего и меньше проблем. А если выбрали неправильного президента, то проблемы неизбежны.

Я как-то произнес подобные слова, сказал об этом моему другу. Он со мной согласился, сказал, что это действительно правда, но интерпретировал их с точки зрения выбора жены. Я ему сказал, что у нас у всех есть свобода выбора, но при этом мы не свободны по той причине, что сделали неправильный выбор. Здесь он со мной согласился, сказал: «Да-да, действительно, я допустил ошибку, неправильно выбрал жену». Это понимание очень низкого уровня, но тем не менее, это тоже правда: если вы выберете неправильную жену, то у вас не будет свободы. Это действительно так. Так же и с мужем: если вы допустите ошибку с выбором мужа, то у вас не будет свободы. Муж все время будет вам звонить: «Ты где? Когда придешь?» Если мужчина по вечеринкам гуляет, ничего страшного, а жена не пришла: «О, это кошмар! Как так можно – женщина домой не пришла? Женщина должна дома сидеть, готовить!» – это тоже неправильно.

Итак, если у вас проблемы, то виноваты в этом только вы сами, потому что сделали неправильный выбор. Бог не виноват. Когда у вас проблемы, вы говорите: «Бог, почему у меня проблемы?» Бог тут ни при чем, это вы сами сделали неправильный выбор. Хорошие качества ума вы не выбрали. Вы всегда выбираете негативные состояния ума, и из-за этого создали негативную карму. Из-за этого другие люди страдают, и вы сами страдаете – вот это сансара! Если вы сделали правильный выбор – позитивные состояния ума, то вы сами счастливы, и другие тоже счастливы, и дальше будете становиться все счастливее и счастливее – это ваш выбор.

Вашему уму никто не будет говорить, что он должен выбирать негативные состояния ума: «Позитивные состояния не выбирай, я тебя в тюрьму посажу!» Какое у вас состояние ума, позитивное или негативное, – никто вам приказывать не может. Даже президент России этого не может. Ваш ум выбирает, что хочет. Никто не может вам приказать. Даже тибетцам, которые сидят в китайской тюрьме, китайцы говорят: «Молитвы не читать!» Хорошо, они молитвы не читают, но выбирать позитивные состояния ума им никто не может запретить.

Таким образом, всепроникающее страдание – это рождение под контролем омрачений. Это является главной проблемой. Это как легкие с болезнью туберкулеза. До тех пор, пока остается туберкулез, страданиям не будет конца. До тех пор, пока остается болезнь омрачений, всепроникающее страдание также будет оставаться. Когда вы начинаете это понимать, у вас появляется такой интерес: как же освободиться от контроля омрачений? Из-за чего возникает вся эта болезнь омрачений? Что является главным фактором, главной причиной, производящей омрачения?

Если вы исследуете эти вопросы с опорой на подлинные тексты, то увидите, что в этих текстах говорится, что главная причина омрачений – это неведение. Так, в ходе своего анализа вы придете к выводу, что действительно это правда. Поэтому вы должны анализировать, основываясь на хороших, подлинных книгах. Читая книги, нужно анализировать прочитанное, а не соглашаться сразу. Как может неведение способствовать омрачениям? Проанализируете: «Ага, правильно, способствует. Интересно!» Еще думаете, и становится еще интереснее.

По поводу научных открытий я сначала думал, как это возможно? Но когда я анализирую эти открытия – да, все правильно. Еще пример: когда в шахматах гроссмейстер говорит, что определенный ход будет эффективным, сначала думаешь, как это возможно? Я думаю, что совсем другой ход лучше. Потом я анализирую, анализирую – да, это супер-безошибочный, очень тонкий ход! Да, это правильно! В будущем, если такая ситуация сложится, я, как гроссмейстер, именно такой ход сделаю. Это безошибочный ход. Так ваш уровень в шахматах становится лучше.

Вот так же нужно изучать буддийскую философию. Такой подход для вашей головы полезен. Постепенно ваш уровень, как в шахматах, улучшается. В шахматах нашей жизни, если вы изучали философию, вы говорите: «В будущем в самой трудной ситуации я не выберу негативные состояния ума. Я буду выбирать позитивные состояния», – тогда вы хороший буддийский шахматист!

Так вы придете к пониманию, что для того, чтобы избавиться от всепроникающего страдания, для устранения неведения необходима такая мудрость, которая была бы противоречием с этим неведением. Эта мудрость называется «випашьяна» – мудрость, напрямую познающая пустоту. На основе понимания всепроникающего страдания в вашем уме появится очень сильное желание: «Я хотел бы обрести мудрость, познающую пустоту, – випашьяну!» И это намного лучше, чем, если бы я вам передал какое-то учение по ясному свету, и вы принялись бы медитировать – так вы ни к чему бы не пришли. Какое будущее вас тогда ждет? А вот если вы приходите к пониманию полного механизма, тем самым сегодня вы сотрясли корень сансары. Самый корень сансары!

Ваше эго, когда я говорю о тантре, о ясном свете, иллюзорном теле, радуется: «Да-да! Это очень интересно слушать!» – потому что знает, что в этом для него ничего опасного нет. А когда я раскрываю механизм устранения неведения, ваше эго шевелится: «Не слушай, не слушай!» Почему? «Это очень опасно!» Это очень тонкий гроссмейстерский ход. Эго

понимает, что если вы так будете думать, так будете слушать, тогда ему места здесь не будет. Оно должно будет уйти.

Итак, увидимся с вами в четверг. У вас есть два дня на размышления, на улучшение своего образа мысли. И это прогресс! Если ваш образ мышления станет лучше, то и действия тела, речи и ума автоматически изменятся.