

Итак, я очень рад всех вас видеть здесь, на учении. Очень важно вначале напомнить и вам, и также мне самому, что очень важно породить правильную мотивацию. Итак, нам следует получать учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией достичь состояния будды на благо всех живых существ. В этом случае мы заботимся не только о собственном индивидуальном счастье, но и о счастье многих живых существ.

Вам не нужно думать, что эта наша жизнь единственная. Наша жизнь существует с безначальных времен и также будет существовать бесконечно. Понимать это очень важно. Когда люди начинают лучше понимать устройство материи, то приходят к выводу, что эта вселенная возникла из предыдущей вселенной, а та вселенная возникла из предшествующей, и таким образом у вселенных нет начала, у материи нет начала. Это закон сохранения массы и энергии. Кроме этого, материя в какой-то момент также не может закончиться. Каждая материальная частица всегда продолжает свое существование, прервать их поток невозможно. Например, если человек не обладает научными знаниями, и перед ним я разобью эту чашку, причем измельчу ее так, что он перестанет ее видеть, то этот человек подумает, что чашка исчезла.

Но тем не менее каждая мельчайшая частица этой чашки все равно продолжает существование и невозможно его прервать. Что касается наших грубых состояний ума, грубых эмоций, – это может быть гнев, зависть или любовь, – это состояния, которые приходят и уходят. Но если говорить о тонком состоянии ума, то оно существует всегда и существует с безначальных времен. У ясного и осознанного состояния ума, как говорится в буддизме, нет начала и также нет конца. Прервать поток этого состояния ума невозможно, так же, как и поток материальных частиц. Если вы знаете, что у нашей жизни нет начала и также не будет конца, то возникает вопрос по поводу нашего будущего: кто его определяет? И в буддизме говорится, что не существует какого-либо бога, который определял бы наше будущее. Если бы во власти бога было принести нам счастливое будущее, то он просто щелкнул бы пальцами, и оно бы у нас появились, поскольку бог нас очень любит. Будда говорил, что бог существует, божества существуют, но при этом сила закона кармы превосходит могущество божеств.

В нашей стране говорится, что нет никого, кто стоял бы над законом. И точно также в буддизме говорится, что нет ничего, что стояло бы выше закона кармы. О законах страны можно произносить красивые фразы, но тем не менее их можно менять, можно также и как-то обходить, но если говорить о естественных законах, законах природы, о законе кармы, то их обойти невозможно. Будда говорил: «Если в темной комнате вы выпили яд, вытерли свой рот и затем рассказываете другим, что яда не принимали, поможет это вам или нет?» И точно также втайне нарушать закон кармы, создавать негативную карму и вести себя так, как будто вы этого не делали, это глупо. Здесь избежать последствий невозможно и убедиться в этом очень важно.

С того момента, как у вас появляется настоящая вера в закон кармы, вы приступаете к подлинной буддийской практике. В моем случае, когда у меня зарождается сильная убежденность в законе кармы, то сразу же, чем бы я ни занимался, я могу спать или я могу с кем-то разговаривать или смотрю телевизор, я понимаю, что в этот момент начинается настоящая практика Дхармы. И вам нужно понимать, что с сильной верой в закон кармы сам ваш образ жизни становится практикой Дхармы. Вам не нужно думать, что буддийская практика обязательно означает, что нужно закрыть все окна и двери, сесть в строгую позу и длительное время в ней пребывать. Это может относиться к формальной практике, но тем не менее самая главная практика – это не нарушать закона кармы, жить в соответствии с законом кармы, и тогда в этой жизни вы будете счастливы и жизнь за жизнью вы будете счастливы, если живете в соответствии с законом кармы. Если на основе веры в закон кармы

у вас появляется все больше и больше знаний о законе кармы, то для вас эта тема становится очень интересной, и вы постепенно начинаете понимать, как же по-настоящему практиковать Дхарму. Итак, я говорю о нашей жизни. Это очень важный момент.

Если вы мне верите, то это будет полезным для вас. Это также является полезным и для меня. Мы думаем, что богатство – это деньги, но на самом деле это не так. Деньги – это просто бумага, которая полезна как-то во временном отношении. Как эта бумага к вам приходит, точно так же вскоре она от вас и уходит и не является вашим настоящим богатством, а настоящее богатство – это отпечатки позитивной кармы в вашем уме. Они называются «заслугами». Сам наш ум является хранилищем такого богатства. Наш ум – это настоящий банк. Например, если бы человек обладал высокими реализациями, то глядя на всех вас он бы совершенно точно видел, у кого какие заслуги.

Например, есть такие истории из прошлого, когда определенные мудрецы при рождении того или иного ребенка могли взглянуть на него и сказать, что сегодня в этом мире родился невероятно добродетельный человек. Когда родился Будда, один из мудрецов увидел особые знаки того, что в нашем мире родился невероятный, очень добродетельный человек, и мудрец специально пришел встретиться с этим новорожденным ребенком. Но с самого начала у Будды не было больших заслуг, вначале он был таким же обычным, как и мы. Но когда вы развиваете больше позитивных состояний ума и уменьшаете ваши негативные состояния ума, то автоматически начинаете накапливать больше заслуг, создаете меньше отпечатков негативной кармы, и это приводит к накоплению богатства в вашей жизни.

Врачи провели исследования и пришли к выводу, что, какую бы пищу вы ни приняли, она не исчезает бесследно, не оставив определенной информации у вас в теле на клеточном уровне. И это естественный, природный закон. Даже если говорить о нашем теле, то наше будущее, здоровье нашего будущего очень сильно зависит от того, какой пищей мы питаемся в настоящем. Это грубый причинно-следственный механизм и нельзя сказать, что он всегда работает на все сто процентов, но тем не менее на семьдесят-восемьдесят процентов он действительно работает подобным образом, а когда дело доходит до ментального уровня, поскольку это очень прочная основа, то здесь механизм работает на сто процентов.

Будда говорил, что, какую бы мысль вы ни зародили, какое бы действие вы ни совершили, невозможно, чтобы эта мысль или действие исчезли, не оставив определенного отпечатка в вашем уме, совершенно каждая мысль, каждое действие оставляет отпечаток, который называется «кармическим отпечатком». Карма – это действия тела, речи и ума, и действия наших тела, речи и ума очень сильно зависят от образа нашего мышления. Если у нас плохой, бедный образ мышления, то у нас больше негативных мыслей, и тем самым мы совершаем больше негативных действий. Богатство нашей жизни определяется не тем, каким количеством денег мы обладаем, не тем, каким имуществом владеем, богатство нашей жизни зависит от богатства нашего образа мышлений.

Если у вас очень богатый образ мышления, хорошее понимание учения по четырем благородным истинам, по закону кармы, учения по бодхичитте, по теории пустоты, то ровно настолько богатым является ваш ум. В этом случае вы очень редко будете создавать негативную карму. В моем случае, поскольку я длительное время получал учение, то могу отметить, что, когда у меня порождается какая-либо негативная мысль, она возникает не потому, что у нее есть какое-то хорошее основание, а только по привычке из моих прошлых жизней. Так по привычке она возникает, но поскольку ее не поддерживают никакие хорошие основания, то она тут же исчезает, а у некоторых людей негативные мысли остаются на длительный период времени, почему? Потому что они мыслят на низком уровне

и кроме этого думают, что есть какие-то хорошие основания для того, чтобы они испытывали негативное состояние.

Некоторые люди говорят: «Геше Ла, у меня есть хорошие пять причин злиться на этого человека». Я думаю, какие это пять хороших причин? Все это искусственно, это называется «ложными взглядами». Если вы думаете, что у вас есть какая-то хорошая причина, чтобы разозлиться, хорошая причина, чтобы испытывать привязанность, хорошая причина, чтобы завидовать кому-либо, то это на сто процентов ложные взгляды. И не думайте, что ложные взгляды – это всегда те случаи, когда вы, например, не верите в прошлые или в будущие жизни. Каждый раз, когда у вас появляется какая-то негативная эмоция, если вы ее поддерживаете какими-то основаниями, это означает, что это и есть ложный взгляд. Это ложный взгляд. Потому что это то, что делает ваши негативные эмоции очень сильными.

В моем случае благодаря большому количеству Духовных Учителей, благодаря во многом Его Святейшеству Далай-ламе, я могу сказать, что каждый раз при возникновении негативной эмоции я очень точно вижу, что она появляется просто по привычке и для нее нет никакого хорошего основания. В этом случае ваша негативная эмоция сразу же становится беспомощной, потому что ее никак не поддерживает ваш интеллект, в этом случае она будет похожа на надпись на воде, просто будет возникать и тут же исчезать. В вашем случае таким образом у вас возникает позитивная эмоция и подобно надписи на воде в следующий же миг исчезает, а почему? Потому что у вас нет хороших оснований, которые могли бы поддерживать эту позитивную эмоцию. Вы говорите, что, если они будут любить меня, тогда я буду любить их, а иначе как-то очень трудно кого-либо полюбить, но это глупо.

Появляется такая мысль, что, если вы кого-то полюбите, то вы от этого что-то потеряете. Для вас очень важно, чтобы другие любили вас, а, чтобы вы любили других, – для вас это особой ценности не представляет, но это очень глупый образ мышления. Например, очень ясный тому пример – это когда вы размещаете свою фотографию на Facebook. Если кто-то ставит лайк, вам это очень нравится, но, если кто-то другой опубликовал свою фотографию, то вам как-то очень трудно кликнуть на лайк, вы подталкиваете себя, заставляете: «Нажми туда». Но на самом деле, что вы от этого потеряете? Ровным счетом ничего, просто это бедный образ мышления. Если вы немного улучшите свой образ мышления, то придете к выводу, что, любят вас другие или нет, это не является особо важным, а на самом деле важно то, что вы любите друг друга. Невозможно сделать так, чтобы все вокруг полюбили вас, но вы при этом можете любить всех живых существ. В дополнение к этому существует большое количество преимуществ. Если вы любите всех живых существ, то вы сами от этого обретаете благо. Чем больше ваше сердце, чем большего счастья вы желаете другим, всем живым существам, тем больше заслуг вы накапливаете в вашем уме. И это ваше настоящее богатство! Это механизм устройства нашего ума: чего мы желаем другим, то же самое мы обретаем сами. Это механизм закона кармы.

Люди с очень бедным образом мышления основную часть времени испытывают страдания. Почему? Потому что они все время желают страданий другим и поэтому сами более несчастны, а бодхисаттвы все время счастливы, почему? Потому что они все время желают другим настоящего счастья. Я не бодхисаттва, но чаще всего я желаю всем живым существам обретения счастья. Поэтому, что касается моей жизни, то я чувствую себя очень богатым и испытываю удовлетворение. Я ни на что не жалуясь. Если вы сможете прожить двадцать четыре часа без каких-либо жалоб, то вы будете по-настоящему счастливым человеком. Затем вы сможете месяц продержаться без каких-либо жалоб, а затем вообще начнете жить каждый день ни на кого не жалуясь. Это будет по-настоящему счастливая жизнь.

Из-за чего возникает депрессия? Она приходит к вам не откуда-то из космоса, она возникает, когда из мухи вы делаете слона. Вы все время на что-то жалуетесь. Я вижу много разных людей, у некоторых вроде все есть, но ум совершенно ненормальный, голова не в порядке, надо в шестую палату помещать таких людей. Иногда я вижу, что негативные эмоции сводят вас с ума. Бывает так, что человек хотя и проживает человеческую жизнь, но при этом является как бы ненормальным из-за того, что у него очень сильны негативные эмоции, очень много жалоб. А когда вы начинаете ясно понимать закон кармы, вы перестаете на кого-либо жаловаться. Остаются жалобы только на одного человека – на самого себя, говорите себе так: «Ты в прошлой жизни неправильно поступил, поэтому сейчас имеешь проблемы. Ты сам виноват. Ты желал кому-то плохого, поэтому сейчас у тебя проблемы, ты сам их создал. Не проси: «Бог, помоги». Проблемы, которые ты создал, сам и решай. Бог один раз тебе помог, но всегда помогать не будет». Буддийские божества показывают вам путь. Будда сам сказал: «Я не могу помогать вам так, как делают подарки». Будда говорил: «Я не могу подарить вам счастье так же, как вам преподносят подарок, и я не могу избавить вас от страданий подобно тому, как достают занозу у вас из ноги. Все, что я могу – это указать вам путь к счастью, но вам самим нужно пройти по этому пути». Первая ваша практика – это когда вы начинаете продвигаться по белому пути, пути доброты, и на этом пути, с какой бы трудностью вы ни столкнулись, в конце вас ожидает счастье. Некоторые люди могут посчитать вас глупым человеком. Ну и пусть так думают, – в конце, если вы идете по белому пути, то вас будет ждать только хороший результат, а если ваш путь черный, если вы кого-то обманываете, то может быть временно вы можете заработать деньги на том, что обманываете других, но тем не менее в конце вас ждут страдания.

Итак, Будда говорил: «Я не создавал закона кармы, это закон природы, я просто его открыл». Также Будда говорил, что каждое действие наших тела, речи и ума играет очень важную роль в нашей будущей жизни. Каждое совершаемое действие не исчезает бесследно, оно оставляет отпечаток в нашем уме, который называется «кармическим отпечатком». Это отпечаток либо позитивной кармы, либо негативной кармы, либо нейтральный отпечаток, и когда такой кармический отпечаток встречается с условиями, то он проявляется, и вы получаете либо хороший, либо плохой результат. Кроме этого Будда говорил, что наш ум является невероятным хранилищем кармических отпечатков, и все эти кармические отпечатки, которые были созданы за миллиарды и миллиарды прошлых жизней, остаются в уме, не перемешиваясь друг с другом. Там все очень точно. Таков механизм нашего ума. А затем, когда кармические отпечатки проявляются, то здесь есть два варианта: это либо проявление в качестве ввергающей кармы, либо в качестве завершающей кармы. Это очень важно. Когда в момент смерти проявляется отпечаток ввергающей кармы, он определяет, где вы далее родитесь. Если это отпечаток позитивной ввергающей кармы, то он далее ввергнет вас в рождение в высших мирах, а если это отпечаток негативной ввергающей кармы, то в силу его проявления вы переродитесь в низших мирах. Это и называется «ввергающей кармой». Поэтому в момент смерти очень важно не разозлиться. Если в момент смерти у вас возникнет гнев, то он станет условием для проявления одного из отпечатков негативной кармы, и в этом случае на сто процентов в следующей жизни вас ждет рождение в низших мирах. Но даже если у вас есть большое количество отпечатков негативной кармы, но в момент смерти вы умираете с добрым состоянием ума, то можете получить хорошее перерождение.

Например, есть история о том, как однажды мать вместе с дочерью упали в реку. Мать думала: «Я уже стара, и если я умру, то ничего страшного. Но моя дочь молода, она только начинает жить». Она хотела спасти свою дочь, прикладывала все усилия. А дочь думала: «Если я умру, это не имеет никакого значения. Моя мать ко мне очень добра», и с такими мыслями, с желанием отблагодарить она пыталась спасти свою мать, и так они обе утонули.

В это время один йогин медитировал в горах и используя свое ясновидение увидел, что произошло. Он обнаружил, что в следующее же мгновение они обе переродились в мире богов. Этот йогин видел, что, хотя и у той, и у другой было большое количество отпечатков негативной кармы, но поскольку в момент смерти они умирали с очень добрым состоянием ума, совершенно бескорыстно пытались друг друга спасти, то благодаря этому проявился позитивный отпечаток ввергающей кармы, и йогин сказал, что сила доброты невероятна.

Человек низкого уровня не видит силу доброты, а человек, который медитирует, видит, что в нашем мире сильнее доброты ничего нет. Вам нужно развивать доброту, этого достаточно. Даже если у вас есть концентрация, высокая концентрация или невысокая концентрация, – это не так важно. Когда есть доброта – это еще лучше. Это важнее, чем медитация. Иногда люди приходят в буддизм, и думают, что медитация – самое главное. Медитация – это не самое главное, главное – доброта. Если в сердце нет доброты, что толку в медитации? Самое главное – это доброта, а вместе с добротой, если у вас есть концентрация, то это отлично! Я не говорю, что концентрация – это нехорошо. Это хорошо, но корень – это доброта, а вместе с добротой, если у вас есть концентрация, то ваша доброта будет еще сильнее, еще крепче.

Итак, я рассказал вам, каким образом проявляется ввергающая карма. А теперь рассмотрим, как проявляется завершающая карма. Что такое завершающая карма? Например, бывает, что собака рождается в доме богатых хозяев, и в этом случае нужно сказать, что ввергающая карма была негативная, потому что это рождение в мире животных, собакой, но завершающая карма была позитивной, потому что хозяева богатые, состоятельные люди. Некоторые такие собаки живут даже лучше, чем люди: у них есть своя кровать, свой стол, даже есть свои слуги. Это положительная завершающая карма. Что касается завершающей кармы в нашей жизни, то, чтобы проявлялась позитивная карма, очень важно все время сохранять позитивный настрой ума. Если у вас возникает гнев, то он становится условием для проявления негативной ввергающей кармы, и кроме этого он сжигает все ваши заслуги. Нет врага хуже вашего собственного гнева.

В своем уме никогда не допускайте гнева. Вам нужно понимать, что это ваш худший враг. Такое понимание называется «знанием». Нужно знать, что вам полезно и что вам вредит. Что вам по-настоящему полезно? Доброе состояние ума. Что вам по-настоящему вредит? Ваш гнев. Вам вредит не плохой сосед, такой сосед наоборот учит вас терпению. Вам от этого только хорошо, скажите ему: «Спасибо за то, что у вас по отношению ко мне проявляется такой тяжелый характер, благодаря этому у меня развивается терпение». Муж или жена с тяжелым характером для вас очень полезны, нужно говорить им «спасибо».

Ваш гнев – это ваш враг. Если вы это понимаете, то даже если у вас нет диплома, вы являетесь по-настоящему образованным человеком. Настоящая образованность зависит не от того, какое количество дипломов у вас есть, а от того, сколько у вас есть здравомыслия. Например, некоторые люди думают, что здравомыслие – это тот случай, когда несколько человек смотрят телевизор, и вы при этом не кричите, громко не разговариваете, но это детское здравомыслие. А что является настоящим здравомыслием? Настоящее здравомыслие – это, что бы люди ни сказали, как бы они ни поступили, вы понимаете, что при ваших подобных действиях другие люди чувствуют то же самое. Вы никому не говорите того, что вам самому не нравится слушать. Вы не делаете другим того, что вам самим не нравится. Вот это здравомыслие – ни одному живому существу не причинять неудобства. Всегда смотрите на них с улыбкой, всегда будьте добрыми, с открытым сердцем. Это здравомыслие.

И также, если вы понимаете закон кармы, то ваше здравомыслие станет еще крепче. В этом случае автоматически вы будете создавать позитивную карму и также автоматически

уменьшите количество создаваемой негативной кармы. Это и будет буддийская практика. Что бы вы ни чувствовали внутри, если другие люди это увидят, то вам не будет стыдно, тогда вы правильно практикуете Дхарму. А если, например, вы о чем-то думаете и при мысли о том, что другой человек может это увидеть, вы думаете: «О, какой кошмар!» – это означает, что вы не занимаетесь правильной Дхармой.

Многие тибетцы боятся ехать к Далай-ламе. Почему? Они думают, что у Далай-ламы есть ясновидение, поэтому они думают: «Что я думаю внутри, это Далай-лама узнает», им очень стыдно, потому что внутри у них нет чистоты. Когда некоторые мои друзья, очень чистые внутри, встречают Далай-ламу, то никакого стыда у них нет, потому что они правильно думают внутри. Они так радостно встречают Далай-ламу, в глаза ему смотрят.

Те, кто думает неправильно, не могут смотреть в глаза, потому что внутри они чувствуют: «Я поступаю неправильно, мне стыдно». Кто вызывает стыд? Сам человек. Потому что он думает неправильно, образ мыслей низкий. Нужно ценить настоящее счастье. Если вы цените только счастье, которое приносят материальные объекты, то это неправильно, это влечет за собой низкие поступки. Откуда возникают низкие поступки? Потому что вы понимаете только грубые объекты счастья. Нужно понимать более высокие объекты счастья. Так, очень важным является учение по четырем благородным истинам. Тогда вы поймете, что является настоящим объектом счастья, поскольку пять видов чувственных объектов не являются подлинными объектами счастья, это объекты страдания перемен.

В четырех благородных истинах Будда говорил о том, что такое подлинное счастье. Только нирвана – это покой. Что такое нирвана? Это не что-то абстрактное. Это отсутствие омрачений, а отсутствие омрачений – это вечный фактор счастья. Нет ни одной другой религии, в которой говорилось бы о вечном факторе счастья. Будда говорил, что если ваше счастье зависит от временных факторов, то оно тоже будет временным. Это теория вероятности. Если ваше счастье зависит от ваших денег, то, пока у вас есть деньги, вы счастливы, но деньги каждый день уменьшаются, и счастье уменьшается. Поэтому все богатые люди боятся, они говорят: «У меня мало денег». Потому что денег становится все меньше и меньше, и потом они чувствуют, что однажды останутся без денег. Тогда будет кошмар. Потому что они зависимы от грубого фактора, от денег. Будда говорил, что это относится даже к нашему солнцу, поскольку его свет зависит от грубых факторов, от горения газа, и однажды этот газ закончится, поэтому солнце также погаснет. Итак, если наше счастье зависит от каких-то временных факторов, то и счастье будет временным, а если счастье зависит от более продолжительных факторов, то и счастье будет более продолжительным.

А что является более продолжительным счастьем? Это благие качества нашего ума. Если ваше счастье будет зависеть от благих качеств вашего ума, то вы будете счастливы более продолжительный период времени, и вам не нужны будут какие-то внешние объекты для того, чтобы испытывать счастье. Вы будете счастливы в силу благих качеств вашего ума. Но что касается этих позитивных эмоций, то они мгновенно исчезают, как только появляются негативные эмоции. Позитивные эмоции не задерживаются на долгое время в вашем уме, потому что их разрушает их худший враг – негативные эмоции. Нет ни одного такого человека в мире, который развил бы сильное чувство любви и сострадания и в какой-то момент сказал бы, что от них устал. Этого не происходит, но как только возникает какое-то негативное состояние ума, то любовь и сострадание, благое состояние ума сразу же исчезает. И до тех пор, пока в нашем уме присутствует негативная эмоция, в нашем уме остается враг. Будда говорил: «До тех пор, пока в нашем уме остаются негативные эмоции, это природа страданий. Это самая худшая болезнь». Как говорил Шантидева, когда люди болевают какими-то временными физическими болезнями, они очень осторожны и

внимательно следуют всем предписаниям врача. Но когда дело касается нашей хронической болезни омрачений, здесь люди совершенно беспечны, и это причина, по которой нашим страданиям нет конца. Поэтому нам необходимо заботиться о нашем физическом теле, но вместе с этим также нужно заботиться и о здоровье нашего ума.

Когда я взглянул на буддийское учение, то обнаружил, что в нем говорится о гигиене нашего ума. Итак, чем больше вы заботитесь об уме, тем счастливее вы становитесь, и чем меньше проявляете заботу об уме, тем становитесь более несчастным. Вам нужно понимать, что буддийская практика – это не тот случай, когда вы начитываете мантры, медитируете, и вдруг из космоса к вам что-то приходит. Буддийская практика – это по-настоящему научный способ заботы о своем уме. Это учение о гигиене нашего ума, о ментальном здоровье. Я изучал буддийское учение, буддийскую философию как вид гигиены нашего ума, способ позаботиться о здоровье своего ума, и если о нем заботиться, то невозможно, чтобы здоровье нашего ума не стало лучше.

А с другой стороны можно говорить об экологии нашего ума. Если мы не будем заботиться о нашей планете, то наша планета потерпит крах. Если вы не заботитесь о собственной комнате, если у вас в комнате бардак, то это просто кошмар! Например, если вы спите на кровати, на которой рассыпан песок, вокруг много мусора, плохой запах, то, кто создает все эти страдания? Вы сами. Если в той же самой комнате вы устраните весь этот беспорядок, смахнете весь песок, устраните неприятный запах, то вам самим станет лучше жить в этой же комнате. Одними лишь молитвами все это никуда не исчезнет, здесь действия говорят громче молитв. Поэтому Будда говорил, что действия важнее молитв. Вам нужно совершать действия и вместе с этим молитесь, молитесь о счастье всех.

А какие именно действия? Эффективные действия. Что является эффективными действиями? Если говорить о физическом здоровье, здоровье тела, то это придерживаться правильной диеты и предпринимать все полезное для здоровья. Для заботы об экологии необходимо устранить все те факторы, которые разрушают экологию в нашем мире и наоборот создавать все благоприятное для хорошей экологии. А что касается нашего ума, то нужно избавиться от всего, что вредно для нашего ума и нужно создавать все полезное для нашего ума – это будут эффективные действия для обретения здорового ума. А чтобы на практике делать все это, совершать подобные действия эффективно, вам необходимо получить подробное учение, техническое учение. Если говорить об уборке в доме, то здесь не требуются какие-то подробные наставления, потому что здесь все очень просто: просто заправить кровать, вынести весь мусор, и через два часа дом будет чистым, но ум так очистить невозможно. Например, за один час вы можете убрать у себя в квартире, но вы не сможете за такой же период времени навести порядок в своем уме. Здесь вам необходимы технические инструкции и далее шаг за шагом, постепенно, понемногу менять состояние своего ума. Если говорить об очищении негативной кармы, то вам необходимы технические учения о том, как очищать негативную карму. Нужно знать, каким образом негативная карма очищается с применением четырех противоядий. В противном случае, например, в индуизме тоже говорят об очищении кармы. В индуизме и в буддизме есть вера и в будущие жизни, и в прошлые жизни, есть вера в закон кармы. И в той, и в другой религии есть вера в очищение негативной кармы, в накопление позитивной кармы. И там, и там говорится о сансаре и о нирване. Но когда дело доходит до практики, то методы сильно отличаются из-за разницы в философии. Есть разница в философии, разница в знаниях.

Итак, в индуизме говорится об очищении негативной кармы, но, что касается метода ее очищения, то он очень примитивный. Например, индуисты говорят, что от негативной кармы можно очиститься, если совершить омовение в реке Ганг. Тогда для русских это очень трудно, нужно ехать в Индию, чтобы очиститься от негативной кармы. Ну а для тех,

кто родился на другой планете, очищение от негативной кармы вообще невозможно, потому что там нет реки Ганг. Тогда нужно с другой планеты прилетать на Землю, отправляться в Индию, купаться в реке Ганг и улетать на свою планету.

В буддийской философии говорится, что негативная карма – это не пыль на нашем теле. Даже вода реки Ганг ее не смывает. Даже буддийский нектар не может очистить от отпечатков негативной кармы. Если какой-то лама говорит, что проведет определенный ритуал, побрызгает на вас нектаром из бумпы и очистит вас тем самым от негативной кармы, то в этом случае это ложь. Потому что эти слова расходятся с учением Будды. Будда говорил, что для очищения негативной кармы вам самим нужно проводить это очищение и при этом правильным образом. Вода негативную карму не смывает, даже буддийский нектар из сосуда тоже негативную карму не очистит. С другой стороны, буддийская логика говорит, что если бы вода реки Ганг очищала от негативной кармы, то в этом случае рыба, которая всю жизнь проводит в этой реке, к этому моменту должна была бы уже полностью очиститься от всей негативной кармы. Итак, купаясь в реке Ганг, очиститься от отпечатков негативной кармы невозможно. В буддизме говорится, что, каким образом вы создаете негативную карму, как закладываете отпечатки, таким же образом нужно их и удалять. Например, если мы рассмотрим компакт-диск, как вы записываете туда информацию, точно теми же средствами вам нужно ее и удалять. Если вы просто помоете компакт-диск водой, так вы не удалите информацию. Например, если вы берете компакт-диск, начинаете мыть водой и говорите: «Я смываю всю негативную информацию», – это просто глупо. Так вы ее не удалите. Как вы записываете информацию на этот диск, точно так же нужно ее и удалять, и что касается современных технологий, созданных в нашем обществе, то они являются очень хорошим примером для очищения негативной кармы.

Итак, если говорить о создании негативной кармы, то в первую очередь речь идет об объекте, второй фактор – мотивация, третий – действие, и четвертый – завершение. В буддизме говорится, что это те четыре фактора, которые делают карму либо более весомой, либо менее весомой. Если говорить о негативной карме, скажем, карме убийства, если объект – это человек, то это весомый объект. При этом мотивация – это сильный гнев. Далее само действие – это когда вы не просто убиваете, а используете пытки, как-то истязаете человека, и с мучениями убиваете. И четвертый фактор, завершение – это когда вы радуетесь этому действию убийства, в этом случае негативная карма убийства считается очень тяжелой. Это завершенная карма.

Есть такие термины, как «накопленная карма» и «завершенная карма». Вот в данном случае эта карма будет и накопленной, и завершенной. Если карма является одновременно и накопленной, и завершенной, что это означает? Это означает, что она очень быстро проявится. Например, доктора могут сказать по поводу нашего тела, что определенная болезнь, если вы встретитесь с такими-то и такими-то условиями, проявится очень быстро. Это информация по поводу здоровья нашего тела.

Что касается такой кармы, где не присутствуют все четыре фактора, например, в конце вместо того, чтобы порадоваться совершенному действию, вы наоборот пожалели о том, что совершили, то в этом случае карма не будет завершенной. Это все равно, что какое-то испорченное семя. Это отпечаток негативной кармы, но он не является целым, свежим. Он как бы испорченный, испорченное семя. Поэтому каждый раз, когда вы совершаете какое-либо негативное действие, в конце никогда ему не радуйтесь, наоборот, жалеите о содеянном. Тогда это будет незавершенная карма.

Если вы кому-то сделали подарок, то в конце никогда об этом не жалеите, иначе это превратится в неопределенную карму. Что вам необходимо, это наоборот, порадоваться, что вы все-таки подарили эту вещь. Бывает, что человек сделал кому-то подарок, а потом

говорит: «Зря я такой подарок сделал, это было слишком дорого». В это время возникают сильные эмоции. Это неправильно. Если вы сделали что-либо хорошее, то наоборот в конце скажите: «Как хорошо, у меня был шанс поднести такой подарок».

В прошлые времена люди мыслили немного по-другому. Если приходили гости, они им очень радовались. Раньше у людей образ мыслей был высоким, сейчас он стал ниже. Раньше гости приезжали, и люди думали: «Как хорошо», чай подавали, молоко, все самое лучшее. Вы, русские – открытая душа, все хорошее отдаете. Потом гости уходили, и вы думали: «Как хорошо, мои друзья пришли, родственники пришли, я отдал им все самое лучшее, как хорошо!» Так вы думали раньше, а сейчас, когда гости уходят, вы думаете: «Все мое молоко выпили, весь сыр съели, всю колбасу съели, зачем приходили? Когда в следующий раз они придут, я им не открою дверь, пусть думают, что меня нет дома».

Это очень бедный, очень низкий образ мышления. Вы никогда не будете счастливы, если будете размышлять подобным образом. Чем больше вы отдаете другим, тем больше у вас будет, больше счастья к вам придет. Верьте в это, это называется «закон кармы». Через простое сидение в какой-то позе человек никогда не будет счастлив. Если бы жадность делала нас богатыми, то вы можете спросить у бабушек, у дедушек, с чем они в итоге остались, и окажется, что в конце жизни у них не осталось ничего.

Наше экономическое образование очень низкого уровня, это детская экономика, она говорит: «Два плюс два – четыре, четыре плюс четыре – восемь. Если ничего никому не давать, крепко держать, то вы будете богаты». Это неправильная экономика, которую мы преподаем в наших школах. Современное образование не помогает, делает ваш ум, образ мыслей хуже. Уровень мышления становится ниже.

В прошлые времена, например, моя мама не могла читать, но у нее был высокий образ мыслей. Сейчас люди заканчивают университеты, они специалисты в такой-то области экономики, а когда разговаривают, понятно, что у них очень низкий образ мыслей, как у маленьких детей. Поэтому у меня есть некоторые сомнения по поводу нашего современного образования, является оно на самом деле хорошим или нет. Потому что, если бы оно было хорошим, то образ мышления благодаря нему должен был бы улучшаться. В прошлые времена были высокообразованные мастера, и они действительно являлись подлинными мастерами. Ну а что касается вас, то в настоящее время у вас у многих есть дипломы, вы мастера, у большинства из вас есть соответствующие степени, но образ мышления совсем не мастерский.

Итак, когда мы говорим о четырех факторах, если дело касается создания отпечатков позитивной кармы, то благодаря наличию всех четырех факторов эта карма становится очень мощной. Поэтому, когда каждый день вы занимаетесь практикой, первое, объект вашей практики – это Поле заслуг. Вы перед собой визуализируете Поле заслуг, всех божеств, все необходимые объекты и далее накапливаете заслуги. Второе – намерение, очень сильные любовь и сострадание. При этом вы визуализируете, что вокруг вас пребывают все живые существа, и вы накапливаете заслуги ради счастья всех живых существ. Далее – непосредственно сама практика. Это называется «действие». В этот момент вы не позволяете уму отклоняться, блуждать по сторонам, и это называется «медитация». Например, когда вы выполняете практику «Ламы Чопы», вы наизусть знаете все слова текста и визуализируете согласно тексту Поле заслуг. Далее вы начитываете мантры, визуализируете свет и нектар, которые очищают вас, благословляют и так далее. Это целая система практики, здесь нет такого, что вы просто садитесь и ни о чем не думаете. Это была бы не медитация. Это не медитация. Например, некоторые люди говорят, что медитация – это бездействие тела, речи и ума. Но это глупо, это не медитация. Русские люди

и так бездействуют телом, речью и умом. Зачем еще нужна медитация? Русские и так ничего не делают, отдыхают-отдыхают, ничего им не надо, и еще говорят, что медитация – это бездействие. Русские рады: «О, как хорошо, ничего не надо делать, просто сидеть» И что же будет дальше? Но, например, в глубоком сне вы тоже ничего не делаете. Каждый день по восемь часов вы пребываете в состоянии бездействия. Восемь часов бездействуют ваши тело, речь и ум. Тогда во сне вы пребываете в медитации. Надо рассуждать логически. Кто-то, даже именитый тибетский лама, сидит на троне и сообщает: «Медитация – это бездействие». Садятся мастера, принимают особую высокую позу и говорят, что бездействие тела, речи и ума – это медитация. И все сразу складывают руки, думают: «О, это какое-то особенное учение». Это глупо, это означает, что у вас нет логики.

Потом они говорят, что махамудра – это нечто за пределами каких-либо мыслей, нечто невыразимое: «Просто оставайтесь в состоянии за пределами каких-либо мыслей, и это махамудра». Но это глупо. Это очень абстрактное учение. Не довольствуйтесь таким учением, это очень опасно. Буддийское учение является невероятно техническим. Существуют особые техники, благодаря которым вы сможете очень точно увидеть результат. Некоторые люди при этом также говорят, что, если вы используете какие-либо техники, то это низкое учение, а вот махамудра и дзогчен не требуют никаких техник, вы напрямую как-то становитесь буддой. Это очень опасно. В махамудре и дзогчене существует большое количество таких технических наставлений, которые мастера передают только исключительным ученикам. Техника – это как достичь этого состояния. Например, без технических инструкций невозможно выработать атомную энергию. Необходима очень конкретная, очень точная инструкция о том, каким же образом получить атомную энергию. Человек, у которого есть немного знаний об атомной энергии, если ему сказать, что можно добыть атомную энергию из двух камней, будет смеяться. Так невозможно получить атомную энергию. Точно также те, кто знает очень детально, что такое медитация на ясный свет, не поверят, что это просто так сидеть и ничего не думать: «Прошлое ушло, будущее еще не пришло, сидите в настоящем времени, и это махамудра». Это смешно, это маленькие дети знают, тогда зачем я учу буддийскую философию?

Буддийская философия не так проста. Что прошлого нет, это даже дети знают. Будущее не пришло, настоящее – это один миг. Кто этого не знает? Если это буддийская философия, тогда зачем мне нужна буддийская философия? В махамудре и дзогчене говорится о том, каким образом использовать наитончайшее состояние ума, и здесь даже если не говорить о самом наитончайшем состоянии, если ум просто становится немного тоньше, то он уже становится невероятно мощным.

Когда ум через технику, а в тантре описано очень много техник, когда через одну маленькую технику ум становится немного тоньше, ваша концентрация сразу становится лучше. Ум становится очень острым. Вы помните, что было пять лет назад, когда вы родились, что делали, вы и это помните. Потому что ум, когда утончается, становится острее, у него очень хорошая память. А когда он становится еще тоньше, то и концентрация улучшается, и вы вспоминаете ваши прошлые жизни. Поэтому есть индусские йогины, которые говорят, что существует пять прошлых жизней. Почему? Через свой опыт они вспоминают пять прошлых жизней. Они говорят: «Я вижу пять прошлых жизней, до этого я не мог сказать, есть они или нет. Может быть, есть и больше. Но пять прошлых жизней я точно знаю. Поэтому пять прошлых жизней есть». Некоторые индуистские йогины благодаря медитации вспоминают десять прошлых жизней. Вот так в Индии было раньше, благодаря очень хорошим техникам буддизма они видели бесконечные прошлые жизни. Будда это открыл, потом его ученики медитировали и тоже поняли, что нашим жизням в прошлом нет конца и в будущем им тоже нет конца. Итак, на основе опыта возникает вся эта философия. Если говорить о практиках махамудры и дзогчена, то не пытайтесь сразу же

перепрыгнуть к этим высоким практикам. Вначале заложите хороший фундамент четырех благородных истин, далее – двух истин, учения о бодхичитте, мудрости, познающей пустоту, и после этого переходите к махамудре, к дзогчену, и это будет очень полезная практика.

Само действие – это когда ваш ум не отвлекается, однонаправленно сосредоточен, и вы визуализируете все в точном соответствии с текстом. Вот это будет являться медитацией. Например, в тантре Ямантаки, когда вы выполняете садхану и привносите три кайи на путь, это и является медитацией, – это практика стадии порождения.

Точно также, когда вы делаете «Ламу Чопу», согласно садхане вы все визуализируете, и это является медитацией. С одной стороны, вы практикуете сосредоточение, а с другой стороны накапливаете большие заслуги. Далее, в-третьих – вы очищаете негативную карму, и в-четвертых – получаете благословение, огромное благословение. Поэтому вам необходим подлинный мастер, который обучит вас тому, как правильно практиковать Дхарму. Сейчас я говорю о формальной практике. Неформальная практика – это каждый день, когда вы открываете глаза и до момента засыпания, живите в соответствии с законом кармы. Если вы не нарушаете закона кармы, то вам не нужно ничего бояться.

Я живу согласно закону кармы, и внутри у меня нет страха, мирского страха. Но иногда немного страх возникает: вдруг я умру завтра и перерожусь в низших мирах? Вот это кошмар, пока я еще не свободен. «Я все еще не свободен от рождения в низших мирах», – такой страх является здоровым. Он нам необходим. Если говорить о мирских страхах, то они бесполезны, это нездоровые страхи, а здоровые страхи вам нужны, но их у вас нет. В буддизме не говорится, что у вас вообще не должно остаться никаких страхов, в буддизме говорится, что здоровые страхи вам необходимы, а нездоровые страхи, такие как паранойя, – от всего этого нужно избавиться. Если у вас нет никаких страхов, то вы глупый человек, а если у вас паранойя, то и в этом случае вы глупы.

Итак, далее в индуизме говорится по поводу очищения негативной кармы, что если вы каким-то образом мучаете свое тело, то тем самым очищаетесь от негативной кармы. Но в буддизме говорится, что это тоже примитивный метод. Скажем, если вы приняли яд и затем начинаете бить свое тело, но из-за этого яд ваше тело не покинет. Самоистязание, всевозможно аскетичный образ жизни – это неправильный способ очищения негативной кармы. А как вам нужно очищаться? Если вы приняли яд, то нужно принять противоядие и вывести этот яд, точно так же, как он и попал в вашу систему. Итак, вы создаете негативную карму с использованием четырех факторов и поэтому очищаться от этой кармы нужно так же, применяя четыре противоядия.

Итак, объект для очищения негативной кармы – это живые существа, а также Поле заслуг. Например, если вы создаете негативную карму, то вы ее накапливаете либо по отношению к живым существам, либо оскорбляете божеств и по отношению к этим объектам вам нужно проводить очищение. Таким образом, вы перед собой визуализируете Поле заслуг, а вокруг вас – все живые существа, и в этом случае присутствует первый фактор. Итак, объект, опора на Три Драгоценности – это первый фактор.

Второй – сожаление. Это сожаление о негативных действиях, совершенных по отношению ко всем живым существам. Следующий, третий – это основное противоядие. Это начитывание мантр, визуализация света и нектара, которые вас очищают. Это само противоядие. Чем более сильное сожаление вы развиваете, тем более эффективной станет ваша основная практика.

Вы сможете развить сожаление с большей силой в том случае, если лучше понимаете последствия проявления негативной кармы при рождении в низших мирах. И четвертый фактор, четвертое противоядие – это завершение. Это решимость в будущем не совершать больше негативной кармы. Если вы можете пообещать, что вообще не создадите больше негативной кармы, то дайте такое обещание. А если его дать не можете, то как минимум пообещайте, что изо всех сил будете стараться больше такого не делать. Если у вас присутствуют все эти четыре противоядия, то невозможно, чтобы в этом случае вы не очистились от негативной кармы. Каждый день занимайтесь такой очистительной практикой. Если вы эту практику также связываете с таким божеством, как Ваджрасаттва, тогда она становится еще более мощной очистительной практикой. В этом случае это не только закладывание фундамента для хорошего будущего, но также тем самым вы создаете основу для обретения в будущем высоких реализаций.

Если вначале вы не проведете хорошего очищения негативной кармы, то далее, какие бы высокие техники в своей практике вы ни применяли, высоких реализаций достичь будет невозможно. Поэтому очищение негативной кармы играет очень важную роль для достижения реализаций. Поэтому Марпа не передал Миларепа сразу же высоких техник по достижению реализаций в практике. Что сделал Марпа, – это вначале провел Миларепа через такую суровую очистительную практику, через большое количество трудностей. Итак, Марпа передал Миларепа такую очень трудную очистительную практику и после этого даровал наставления, дал технические инструкции, в силу которых Миларепа очень быстро, за одну жизнь достиг высоких реализаций.

До встречи с Марпой Миларепа встретил одного нингмапинского мастера, который практиковал дзогчен, и тот сказал Миларепа: «У меня есть такое драгоценное учение, что, если ты будешь практиковать его днем, станешь буддой днем, а если будешь практиковать ночью, станешь буддой ночью». Миларепа обрадовался и подумал: «О, у меня теперь есть такая особенная Дхарма, что, если я буду медитировать днем, я и буддой тоже стану днем», и он просто расслабился, заснул. Итак, Миларепа расслаблялся и не достигал никаких результатов, никакого прогресса в своей практике. Тогда этот мастер сказал Миларепа: «Мои учения тебе не подходят, отправляйся к Марпе, он является твоим Духовным Наставником в прошлой жизни. Он тебе поможет, а я тебе помочь не могу». И когда Миларепа встретил Марпу, то Марпа вовсе не сказал Миларепа, что у него есть какие-то особенные наставления и, что, если Миларепа будет медитировать днем, то станет буддой тем же днем, а если будет медитировать ночью, то станет буддой ночью. Наоборот, Марпа сказал: «У меня есть наставления, но с легкостью я их тебе не передам, и практика сама совершенно непростая, придется пройти множество трудностей. Если у тебя есть терпение, тогда я дам тебе учение, а если терпения нет, тогда лучше уходи».

Раньше учителям было неинтересно иметь много учеников, они говорили: «Я не хочу много учеников, я хочу учеников хорошего качества». Они сами говорили, когда ученик лучше не становился: «Не приходи на мои учения». Это очень правильно. Сейчас учитель старается иметь больше учеников. Я этого не хочу. Если вы не становитесь лучше, если ваше эго становится все больше и больше, я скажу однажды: «Уходи, не приезжай на мои учения». Для новых учеников – ничего страшного, а старым ученикам нужно быть осторожными, если вы не становитесь лучше, если ваше эго растет, потом я скажу: «Зачем ты приходишь на учение? Поезжай в Турцию отдыхать. Зачем приходите на учение, ведь ты не становишься лучше. Не надо на мое учение приходите». У меня есть право сказать, кому можно приходите, а кому не нужно. Это наша старая тибетская традиция мастеров. Я думаю, что это очень важно, сейчас это нужно. Сейчас многие мастера думают: «Чем больше у меня учеников, тем я круче». Нет, главное – это качество учеников. Даже само

слово «крутой» – глупое, мне оно не нравится, это питает эго. Я не хочу быть крутым, для меня самое главное – качества ученика, тогда я вижу, что мое учение вам полезно.

А теперь вернемся к теме. Итак, механизм кармы. Если говорить об очищении негативной кармы, то существуют технические наставления о том, как правильно проводить очищение с точки зрения накопления заслуг. Также есть технические инструкции по накоплению заслуг. Поэтому очень важно каждый день заниматься формальной практикой минимум по тридцать минут, в которую будут входить все эти наставления.

Если у вас нет инструкций по «Ламе Чопе», то выполняйте вот эту ежедневную молитву, которую мы читаем. Когда дойдете до места начитывания мантр, читайте мантры тех или иных божеств, визуализируйте свет и нектар, которые очищают вас, благословляют, тогда каждый день для вас будет наполнен смыслом. Каждый день по тридцать минут инвестируйте это драгоценное время в счастье вашей будущей жизни. Вам нужно понять, что без инвестиций невозможно добиться светлого будущего. Если вы хотите обладать богатством в этой жизни, то также очень важны инвестиции. Поэтому все бизнесмены очень осторожны в таком вопросе, куда же совершить инвестиции так, чтобы через пять или через десять лет иметь стабильный источник дохода. В буддизме говорится о счастье на длительный период – из жизни в жизнь. И речь идет не о денежных инвестициях, а об инвестициях времени нашей драгоценной человеческой жизни.

Итак, для нас очень важно в своей жизни инвестировать свое время в счастье из жизни в жизнь. В наши дни бизнесмены также приходят к выводу, что правильные инвестиции касаются не только денег. Также очень важно правильно инвестировать свое время. Если вы инвестируете свое время в подходящий момент времени и также инвестируете какие-то деньги, то это даст хороший результат. Это результат в силу причинно-следственной взаимосвязи. Чтобы сегодня вы создали причину и сегодня же получили результат, это невозможно. Чтобы сегодня иметь результат, причину нужно было создать четыре или пять лет тому назад. Например, если возникла какая-то проблема, скажем что-то со здоровьем в настоящий момент времени, то здесь вы уже ничего особо поделать не можете, ну, разве что принять болеутоляющее средство.

Вам нужно устранять главную причину болезни посредством принятия противоядия, а болеутоляющие средства действуют только для уменьшения боли. Что касается нашего ума, то, если вы боретесь с проблемами настоящего момента времени таким образом, что не слишком много о них думаете, а размышляете о чем-то другом, то это как обезболивающее средство. Скажем, вспоминать что-то хорошее, обдумывать хорошие воспоминания вашей жизни – это как болеутоляющее средство, а самое мощное болеутоляющее средство – это сострадание.

Когда вы видите других существ, страдающих больше, чем вы, то вы перестаете чувствовать боль. У одного человека не было денег на обувь, он пришел в храм и начал молиться богу: «Бог, почему же у меня нет денег на то, чтобы купить себе обувь?» Он задавал богу много вопросов, жаловался: «Почему даже на покупку обуви у меня нет денег, а у других людей обувь есть?» Потом он посмотрел по сторонам и увидел одного человека полностью безногого, который улыбался и молился, и этот человек сказал: «Спасибо, я получил ответ».

Когда вы смотрите на людей, которые страдают больше вас, вы получаете ответ. Когда вы спрашиваете: «Почему?» – посмотрите на людей, которые страдают сильнее вас, тогда вы подумаете: «Слава богу, таких проблем у меня нет. Спасибо большое, что вы меня защищали. Сейчас я понял. Вы меня защищали, поэтому у меня нет таких проблем». Если вы не думаете так, то вашим «почему» не будет конца. Это большой ум, голова

ненормальная. Если у вас слишком много жалоб, это значит, что у вас с головой не в порядке.

Далее, следующее – это очищение негативной кармы. Будда говорил, что любая возникающая у нас проблема появляется вследствие проявления негативной кармы. Поэтому очень важно очищаться от негативной кармы. Есть история об одной женщине, которая получала учение по тренировке ума, но не выполняла правильной практики. Когда она умерла, то далее родилась в полу-аду, где люди стояли в очереди и подходили к такому колесу с острыми кинжалами, которое вращалось и срезало им макушку. При этом они испытывали очень сильную боль.

Итак, она тоже встала в эту очередь и подумала: «Когда у меня была драгоценная человеческая жизнь, я не занималась как следует практикой. Теперь пришло время для практики. Все эти живые существа вокруг – невероятно добрые живые существа, и среди них нет ни одного, кто в прошлом не был бы моей матерью. Они не получали учение по тренировке ума, а я получала, и сегодня я буду его практиковать. Пусть все их страдания, пусть вся их негативная карма созреют во мне. Пожалуйста, пусть случится так, что это колесо с острыми кинжалами не будет срезать им головы, в первую очередь пусть оно срежет мою голову, и пусть во мне проявятся все их страдания. Пусть они освободятся от страданий».

С сильным состраданием она приняла на себя все страдания других живых существ вокруг себя, всю их негативную карму и развила также сильную любовь по отношению к ним. И вот, когда это колесо с острыми кинжалами подошло к ее голове, благодаря могуществу очень сильных великих любви и сострадания, полностью бескорыстных чувств, благодаря могуществу этих состояний ума – чистых любви и сострадания, когда это колесо с острыми кинжалами коснулось ее головы, тут же оно разлетелось на мелкие части.

Это на сто процентов так. Вы этого не видите, поэтому вы думаете, что любовь и сострадание – это не сила, это делает людей слабыми. Нет, они невероятно сильные. Нет ничего сильнее, чем любовь и сострадание. Когда вы по-настоящему развиваете чистые любовь и сострадание, не детские любовь и сострадание, а настоящие, бескорыстные, то даже дикие животные будут сидеть у ваших коленей. Они вас даже кусать не будут. Даже самый страшный злой дух станет вашим учеником.

Поэтому очень важно знать о могуществе сильных любви и сострадания. Если вы будете об этом знать, то захотите развить эти чувства. Как говорил Шантидева: «Бодхичитта, сильная любовь и сострадание просто невероятны. Они сами собой принесут большие заслуги, сами собой очистят от негативной кармы. Они порадуют все будд и божеств». В прошлом все будды и божества рождались из великого сострадания, из бодхичитты и в настоящем так же, так же будет в будущем – все будды и божества будут рождаться из великих любви и сострадания.

Итак, увидимся с вами в субботу на учении по Гуру-йоге. До свидания.