

**Геше Джампа Тинлей**

**Общее учение**

**Лекция № 16**

**08.12.2022 г.**

**г. Москва**

В первую очередь для получения драгоценного учения Дхармы очень важно породить правильную мотивацию, как с моей стороны, так же и с вашей стороны. Поэтому я прошу вас породить правильную мотивацию. Получайте учение с мотивацией укротить свой ум, с мотивацией достичь состояния будды во благо всех живых существ. Далее также мотивируйте себя таким образом: все то учение, которое я сегодня получу, далее я буду стараться искренне применять в моей повседневной жизни и буду стараться становиться лучше, чем я был до этого. Если вы не будете использовать эти знания, не будете себя подталкивать, в этом случае, даже если вы обладаете большим количеством знаний Дхармы, они останутся для вас пустыми, это всё равно, что большое количество разнообразных лекарств иметь у себя в руках и не принимать их. Таким образом лекарства вам не помогут.

Итак, мотивируйте себя применять далее то учение, которое вы получите, в вашей повседневной жизни, и делать себя более хорошим человеком, чем вы были раньше, а для этого очень важно сохранять осознанность. Если вы будете жить без осознанности, в этом случае, если у вас в жизни не будет возникать каких-либо больших проблем, или если вы добьетесь какого-то небольшого временного мирского успеха, то вы можете подумать, что в вашей жизни всё течёт прекрасно, вы полностью расслабитесь и потеряете жизнь впустую. Это очень опасно! Поэтому мастера традиции Кадампа говорили, что лучше иметь временные проблемы, чем достичь временного успеха.

Потому что благодаря временному успеху вы будете думать, что в вашей жизни всё в порядке. Вы расслабитесь, будете носить то, что вы называете розовыми очками, и растратите свою жизнь впустую. Но одно это не так страшно, благодаря временному успеху также может появиться чувство соперничества с другими людьми, и вы захотите становиться более успешными, более властными, чем другие люди, более известными. Вот это уже очень опасно! Тогда у вас будет множество негативных эмоций, вы будете накапливать негативную карму, и тогда ваша драгоценная человеческая жизнь для вас будет не источником счастья, а наоборот превратится в создателя ваших проблем. Поэтому все время сохраняйте осознанность, слегка себя подталкивайте, старайтесь применять получаемое учение и становиться лучше.

Итак, как я говорил вам до этого, всю буддийскую практику можно разделить на три категории – это практика поведения, практика воззрения и практика медитации. И главное – это практика поведения тела, речи и ума. Потому что поведение наших тела, речи и ума – это творец нашего счастья и это также творец наших страданий. А что касается состояния будды, к которому мы стремимся, то здесь тоже можно сказать, что когда мы полностью избавились от всех, даже самых малейших недостатков, ошибок в поведении тела, речи и ума, и когда реализовали весь потенциал тела, речи и ума, это и есть состояние будды. Это также то, что возникает благодаря изменению поведения тела, речи и ума.

Достичь изменения поведения тела, речи и ума не так просто, как отдать какую-либо команду своим телу, речи и уму, чтобы они тут же изменились, в особенности ум. Сколько бы вы таким образом ни приказывали своему уму: “Нет, не размышляй негативным образом, сохранять позитивный настрой”, но до тех пор, пока у вас в уме вы не измените установку вашего ума, у вас будет проявляться старая дурная привычка к негативным мыслям. Поэтому, чтобы эффективно менять поведение тела, речи и ума, нам нужно обладать воззрением. Существует большое количество факторов для проявления омрачений и очень мало факторов для развития позитивных эмоций. Поэтому негативные эмоции, омрачения у вас проявляются спонтанно, а позитивные эмоции породить очень трудно, даже хотя вы можете добиваетесь этого, приложив определенные усилия, но потом они очень быстро пропадают. Поэтому философское воззрение является очень-очень важным. В особенности открыть для себя четыре благородные истины – это в жизни очень-очень важно.

Если на основе четырех благородных истин вы начнете действовать, благодаря этому ваши действия будут более мудрыми. Я уже говорил вам, что когда Будда впервые передал свое учение, это было учение по четырем благородным истинам. И такое происходило не однажды. Довольно часто в процессе передачи учения, где-то в середине Будда мог рассмотреть четыре благородные истины с разнообразных точек зрения. Поэтому мы говорим о том, что Будда передавал четыре благородные истины с трёх главных точек зрения: с точки зрения их сущности, с точки зрения их функции, с точки зрения их функции и результата.

Это очень интересно. Я это вам уже объяснял, и сейчас мы подошли к рассмотрению четырех благородных истин с точки зрения сущности. Эта тема объясняется в “Абхисамаяланкаре”. Сейчас для вас я рассматриваю ее более подробно, чтобы вы смогли обрести в своем уме очень ясное представление о том, что такое четыре благородные истины на основе их определений. Причина, по которой я передаю учение по четырём благородным истинам, не используя никаких книг, заключается в том, что я получал эти наставления по четырем благородным истинам с точки зрения их сущности, анализировал их, также изучал их очень подробно на основе определений четырех благородных истин. И теперь я имею очень ясное представление о том, что такое благородная истина страдания, что такое благородная истина источника страдания, что такое благородная истина пресечения и что такое благородная истина пути.

Когда я был студентом, и наш учитель по физике объяснял нам, например, тему элементарных частиц, что такое электрон, протон, нейтрон, для меня это не имело большого смысла. Теперь у меня появилось определённое представление об этом, но всё равно ещё не очень точное, я знаю, что каждый атом состоит из трех частиц: электрона, протона, нейтрона. Если они есть, то появляется атом. Электрон – это такая частица, которая находится на поверхности в непрерывном движении, имеет отрицательный заряд. Благодаря движению электронов появляются такие явления как электричество. Если бы ученые не открыли того факта, что атом можно разделить на три частицы: электрон, протон и нейтрон, то электричество у нас бы не возникло. Тем не менее, есть еще больше подробностей по поводу того, что представляют собой электрон, протон, нейтрон, и как мы можем, обладая этими знаниями, использовать их для материального развития. Подробностей в этом отношении я не знаю, ученые знают эти темы намного лучше, чем я.

С другой стороны, я думаю, что знать это все необязательно, потому что меня не интересует материальное развитие. Что меня здесь интересует – это просто общее представление о том, как все это функционирует, для того чтобы приводить примеры в подтверждение устройства нашего ума. Благодаря открытию таких явлений как электроны, протоны и нейтроны, учёные добились больших изменений, большого прогресса в области материального развития. И точно таким же образом, если мы открываем для себя четыре благородные истины – благородную истину страдания, благородную истину источника страдания, благородную истину пресечения и благородную истину пути, то это значительно помогает нам в области развития ума.

Особенно очень важно понять во всех подробностях, что представляют собой благородная истина страдания, благородная истина источника страдания, благородная истина пресечения и благородная истина пути, каковы шестнадцать аспектов этих четырех благородных истин -- это очень полезно для развития ума. Почему? Потому что у нас есть полностью ошибочное представление о благородной истине страдания, о благородной истине источника страдания, о благородной истине пресечения и благородной истине пути. Мы все, даже животные хотим быть счастливыми и не хотим страдать. Если дело касается страданий, то мы все, даже малейшие насекомые не хотим испытывать ни малейших страданий. Вы видите, что даже насекомые пытаются сбежать от малейших страданий, которые у них могут возникнуть. Но при этом у нас нет точного понимания, что такое настоящее страдание.

Например, если говорить о вашей физической составляющей, о вашем теле и, например, о физической болезни туберкулезе, в этом случае вы можете совершенно не понимать, что представляет собой главная проблема этой болезни туберкулез, вы не будете понимать, что самое худшее – это бактерии в ваших легких. Вы будете думать, что главная проблема – это кашель, высокая температура, будете стараться избавляться от этих симптомов, но так не сможете победить туберкулез. Что касается нашего физического здоровья, то многие люди не знают о том, что является главной проблемой физического здоровья.

Если говорить о здоровье нашего ума, то в основном мы не знаем, что представляет собой главная проблема в связи со здоровьем нашего ума, и это наша большая ошибка. Когда мы знаем о том, что наша главная проблема – это рождение под властью омрачений, в этом случае в будущем мы постараемся больше не родиться под властью омрачений. Та дебютная ошибка, которую мы совершили в прошлой жизни и родились под властью омрачений, уже не изменится, мы поменять ее не можем. Но что мы можем – это в будущем уже больше не совершать такой дебютной ошибки: вновь не родиться под властью омрачений.

Первое, чего вам нужно бояться – это перерождения в низших мирах, перерождения в аду, это ужасно, и это относится к установке личности начального уровня. Далее вам необходимо также породить установку личности среднего уровня, когда вы думаете, что также ужасно рождение под властью омрачений. Даже высшие миры, если вы родились под властью омрачений, обладают природой страдания. У вас все начинается со страдания и заканчивается страданием. С такой точки зрения в глубине вашего ума вы подумаете: “Что же мне сделать, чтобы избавиться от такого рождения под властью омрачений?” И у вас появится вопрос: “Что же является причиной рождения под властью омрачений, благородной истины страдания?”

Здесь вы можете понять, что ваши страдания можно разделить на три категории – это всепроникающее страдание, страдание перемен и страдание страданий. Всепроникающее страдание, ваши пять совокупностей, рождающихся под властью омрачений, являются основой для всех страданий. Это как рана на вашем теле и в вашем уме. До тех пор, пока у вас есть такая рана, вы можете встретиться с любыми малейшими условиями, и это сразу же причинит вам боль и страдания. Поскольку наши пять совокупностей родились под властью омрачений, то, как я объяснял вам в прошлый раз, это загрязненные пять совокупностей, можно сказать, что на них есть невидимая рана. Это всепроникающее страдание. Наши пять загрязненных совокупностей – это результат благородной истины источника страдания, и они являются всепроникающим страданием, основой для всех страданий. А источник страданий – это наши омрачения и кармические отпечатки. До тех пор, пока вы не устраните из ума этот источник ваших страданий, вашим страданиям не будет конца. А третья благородная истина говорит о счастье. Когда здесь говорится о счастье, то речь не идет о каком-то приобретении, а речь идет об определенном пресечении – пресечении благородной истины страдания и благородной истины источника страдания, и это настоящее счастье!

Например, с физической точки зрения, если ваше тело избавляется от болезни, которая все время причиняет вам какую-то боль, то вот эта свобода от болезни и будет настоящим счастьем. С физической точки зрения, пока у вас на теле есть такая хроническая болезнь, даже если кто-то делает вам массаж, счастьем это не будет. Кондиционер, например, сплит-система у вас в доме или музыка, все это вас особо не порадует, счастливыми вас не сделает. Пока у вас есть благородная истина страдания, все эти вещи могут немножко отвлекать вас от вашей главной проблемы, из-за этого вы становитесь немного счастливы, но это не счастье.

Что касается страдания перемен – все то, что мы, обыватели считаем счастьем, в буддизме говорится, что оно действительно счастьем не является, а является страданием перемен. Правда в том, что это все-таки лучше, чем страдание страданий, но все равно это то, что обладает природой страдания. Например, если вы проголодались, то когда принимаете какую-то пищу, вы думаете, что эта пища дарит вам счастье. Когда вы, например, сильно замерзли на улице зимой, и затем подходите поближе к огню, вы ощущаете, как будто бы огонь дарит вам счастье, но на самом деле это неправда. Это заблуждение. С самого первого мгновения огонь причинял вам страдание от жары. Почему вы чувствовали себя счастливыми? Потому что страдание от жара немножко уменьшало страдание от холода, и благодаря этому вы чувствовали такое небольшое счастье. Но если бы огонь был настоящим объектом счастья, то, чем дольше бы вы находились рядом с ним, тем счастливее бы становились. Но это невозможно. Даже если у вас есть миллиард долларов и вы купите на них все, что захотите, я могу со стопроцентной уверенностью сказать, что эти вещи счастливыми вас не сделают. Так, вам нужно понять, что все это обладает природой страдания и настоящего счастья вам не принесёт. Это страдание перемен. Вы можете купить даже огромное количество разнообразных объектов, но все, что они принесут, это новые страдания. Если вы это поймете, то ваша привязанность автоматически уменьшится, и это будет очень приятно, тогда вы станете по-настоящему богатыми.

Пока у вас есть алчность, сильная привязанность, вы всегда будете бедными и так умрете бедным человеком. Даже если вы станете миллиардером, внутри вы не будете богаты, внутри вы будете очень бедными, даже беднее бездомных людей. Для нас это может быть чем-то шокирующим, но на самом деле во времена Будды, для того чтобы открыть людям глаза на этот факт, однажды, когда по дороге им встретился кусок золота, Будда сказал: «Сейчас мы отнесем этот кусок золота самому бедному человеку в этом царстве». Шарипутра по дороге встречал очень бедных людей и спрашивал у Будды: «Будда, стоит ли нам отдать этот слиток золота этим людям?» Будда отвечал ему: «Они не так бедны», и они продолжали идти по дороге. И вот, когда они пришли во дворец, Будда сказал: «Шарипутра, теперь возьми этот слиток золота, походи во дворец к царю и отдай его царю». Все очень сильно удивились и подумали так: «Ну, зачем же слиток золота отдавать царю, ведь по дороге нам попадалось большое количество бедных людей, которые намного беднее царя. Почему бы не отдать золото им?» Просто Будда преподносил такое революционное учение, которое полностью переворачивало представления в умах людей. Например, если бы я на улице также нашел слиток золота и захотел бы его отдать самому бедному человеку в России, то я бы попросил людей отдать это золото Абрамовичу. Все бы очень сильно удивились и подумали, что может быть Геше-ла сошел с ума?

То, что делал Будда, это были такие революционные действия, по-настоящему открывающие умы людей. Люди, находящиеся на низком уровне, даже не могут помыслить такого, а когда вы способны мыслить на таком уровне, то царь для вас – это объект сострадания. В этом случае вы никогда не будете завидовать царю и другим богатым людям. Но поскольку вы находитесь на низком уровне, то хотя и не хотите завидовать другим, но на самом деле вы испытываете зависть даже по отношению к своим близким друзьям. В тайне вы испытываете зависть, потому что ваш уровень очень низкий. Благодаря тому, что вы начнете всё глубже и глубже понимать четыре благородные истины, вы совершенно перестанете завидовать обывателям, никогда им не будете завидовать, а будете их воспринимать как объекты любви и сострадания. Если вы воспринимаете всех живых существ как объекты любви и сострадания, и для вас нет ни единого объекта гнева, ни единого объекта зависти, ни единого объекта привязанности, тогда вы действительно понимаете четыре благородные истины. Тогда вы понимаете четыре благородные истины так, что в вашем уме создан определенный механизм, и произошел прогресс, прогресс вашего ума.

В моем случае, чем глубже я понимаю четыре благородные истины, тем в большей степени меняется мой образ мышления. Поэтому, что касается того, о чем говорил Будда, для меня все эти наставления не являются шокирующими, это действительно правда. Шарипутра тоже был поражен, но Будда сказал: «Не переживай, просто ступай во дворец, отдай это золото царю, затем вернись и расскажи, как царь отреагировал». Итак, Шарипутра вошел во дворец, подошел к царю и рассказал ему: «Мы с Буддой по дороге нашли слиток золота, и Будда мне поручил передать этот слиток вам». Царь взял слиток золота, повертел в руках, положил рядом и спросил: «А у вас есть еще?» Он ответил: «Нет» – «Тогда ступай». Шарипутра вернулся, рассказал Будде о реакции царя, и Будда сказал: «Вот поэтому я и говорил, что царь является самым бедным человеком в этом царстве. Хотя все считают его богатым человеком, но на самом деле он самый бедный».

Будда говорил, что богатство определяется не тем количеством имущества, которым вы обладаете, оно зависит от вашего чувства удовлетворенности. С того момента, как у вас в уме появляется удовлетворенность, вы становитесь самым богатым человеком. Это настоящее богатство. Если я назову себя в Москве самым богатым человеком, то, наверное, надо мной многие посмеются, тут же придет налоговый инспектор и спросит: “Откуда у вас такие миллиарды долларов?” Они думают, что богатство возникает благодаря наличию миллиардов долларов. Но это не так, оно возникает в силу удовлетворенности. Налоговый инспектор спросит меня: “Как вы разбогатели?” Я ему отвечу: “Благодаря чувству удовлетворенности”. Тогда он полностью запутается и уйдет, или придет на мое учение.

Поэтому, что касается учения Будды, то для обывателей оно полностью выходит за рамки их понимания. Например, когда я смотрю, какие ходы в шахматах совершает кандидат в мастера спорта, мне они кажутся очень глубинными, я думаю: это очень глубинные ходы! Затем, когда я смотрю на ход гроссмейстера, я думаю, что это глупый ход. Зачем он сходил так, ведь это очень пассивный ход, вот кандидат в мастера спорта действительно сходил очень хорошо, очень активно. Но затем, когда я проведу анализ, то обнаружу, что в ходах кандидата в мастера спорта было очень много ошибок, потому что он хотел поскорее закончить партию. А гроссмейстер никуда не торопился и делал ходы, которые позволяли ему обеспечить себе очень хорошую защиту и в дополнение к этому также готовился к мощной будущей атаке. Поэтому, если вот так на первый взгляд, без анализа я посмотрю на ходы гроссмейстера, то обнаружу, что все они для меня просто поразительно шокирующие. Любые ходы гроссмейстера для меня шокирующие, потому что мой уровень игры в шахматы хуже, гораздо ниже, чем у него, очень низкого уровня. Поэтому я подумаю, что ходы кандидата в мастера спорта по-настоящему блестящие. А если гроссмейстер взглянет на ходы кандидата в мастера спорта, он просто посмеется над этими ходами. Он скажет, что это человек, который хочет закончить партию побыстрее, он скажет: “Куда вы так торопитесь?”

Итак, вернемся к нашей теме. Учение, которое давал Будда, поистине гроссмейстерское. Что касается индуизма и других религий, то я на них смотрю как на пример кандидата в мастера спорта, это тоже хорошие наставления, но в сравнении с гроссмейстерскими они очень низкого уровня. Если вы посмотрите на советы, которые даются в индуизме, то на первый взгляд они покажутся очень интересными, но затем, если вы взглянете на советы Будды, то обнаружите, что они намного глубже. Я приведу вам один пример. Кришна – великий индуистский мастер, его советы очень хороши, но иногда эти советы похожи на ходы кандидата в мастера спорта, а не ходы Будды. В “Махабхарате” говорится, что когда одно царство не хотело вести мирные переговоры, Кришна сказал пяти братьям, Арджуне и другим: “Если кто-то не соглашается с мирным решением, сколько бы вы ни старались, тогда подарите им войну, о которой они просили”. Многие индуисты думают, что это очень хороший способ решения проблем, правильный способ. Но в этом случае Будда никогда не скажет: “Подарите им войну, которую они хотели”. Например, если вы предлагаете вашему ребенку что-то лекарственное, но ребенок от этого отказывается и просит водки, и тогда вы даете ему водки, которой он желает, – это было бы неправильно. Сколько бы ваш ребенок ни хотел чего-то вредного, вы этого ему не дадите. Вы предлагаете ему что-то хорошее, но он не соглашается, и тогда вы какое-то время вообще ничего не делаете – это совет Будды.

Если люди не соглашаются на мирные переговоры, не нужно дарить им войну, которой они просят, просто какое-то время нужно перестать с ними разговаривать. Будда говорил, что в некоторых случаях отсутствие ответа – это лучший ответ. Поэтому вы можете увидеть, что уровни этих советов сильно отличаются. Когда вы посмотрите на советы Будды, то обратите внимание на то, что они берут начало в любви и сострадании. Даже врагу Будда не предложит самого худшего. Постарайтесь решить проблему, и если они не послушают, то какое-то время просто ничего не делайте, потому что в этом нет смысла. Если они не слушают, не принимают ваших мирных предложений, и если подарить им войну, в этом случае они тоже ответят войной. И в этом случае победителей не будет, обе стороны будут проигравшими. Будда говорил: “На поле боя нет победителей, обе стороны проигравшие”. В этом разница между советами Кришны и Будды.

В индуизме большое количество проблем разрешается в том случае, если вы молитесь богу, благодаря этому. Что касается буддизма, то здесь не дается такого совета – молиться богу, здесь говорится, что все проблемы разрешаются благодаря любви, любви ко всем живым существам. Это намного важнее, чем все время молиться богу. Шантидева говорил: “И Будда, и живые существа одинаково к нам добры в нашем достижении состояния будды. Как же можно уважать Будду и не уважать живых существ?” Это по-настоящему революционный совет. С точки зрения качеств действительно правда то, что Будда обладает большими качествами, но если говорить с точки зрения доброты, то и Будда, и живые существа добры к нам одинаково. С точки зрения чувств точно так же все одинаково хотят быть счастливыми, одинаково не хотят страдать, поэтому очень-очень важно уважать чувства всех. Итак, очень важно уважать чувства всех, поскольку все одинаково хотят быть счастливыми, одинаково не хотят страдать, нужно с уважением относиться даже к чувствам малейшего насекомого. В этом заключается сущностное буддийское учение.

А теперь вернемся к нашей теме. Благородная истина пресечения говорит нам о пресечении страданий и причин страданий, и это высшее счастье. Это вечное счастье. Это то, чего вы достигаете посредством определенных потерь. Буддизм – это единственная религия, которая учит нас, как достичь высшего успеха через потерю. Когда Девадатта, встретив Будду после медитации, спросил: “Что же тебе дала шестилетняя медитация, что ты приобрел?” Будда ответил: “Я ничего не приобрел”. Он спросил: “Какой же тогда был смысл медитировать все эти шесть лет?” Будда ответил: “Это было очень полезно”. Девадатта был поражен и спросил: “В чем же польза?” Будда ответил: “Я многое потерял”. Для Девадатты это было чем-то совершенно новым – что посредством потерь достигается высшее счастье. В шахматах это называется гамбитом, посредством какой-то потери выигрывается партия. В буддизме такой гамбит – это посредством полной утраты или потери своих омрачений вы достигаете высшего счастья.

Когда Девадатта спросил у Будды: “Что же именно ты потерял?” – Будда ответил: “Гнев, зависть, привязанность, потерял сомнения, высокомерие, эго. У меня не осталось ни единого беспокоящего фактора в уме, поэтому мой ум непрерывно находится в умиротворении”. И это называется благородной истиной пресечения. Понять это могут только взрослые люди, детям этого не понять. Чтобы сделать счастливыми детей, вам нужно дать им что-то, потому что отсутствие чего-либо для них – это страдание, потому что их уровень очень низкий. Большинство людей в нашем мире таковы, что отсутствие

тех или иных объектов для них – это просто кошмар. Если вы что-то им дадите, тогда это может их порадовать, может быть, на один день, а на следующий день они захотят еще, еще больше. И это очень интересная философия.

Итак, благородная истина пресечения страданий, третья благородная истина – это высшее счастье, за которым вам нужно гнаться, и которого вы заслуживаете. Посредством полной утраты всех омрачений из нашего ума мы достигаем благородной истины пресечения. В этом состоит цель медитации. Зачем вы медитируете? Не для того, чтобы приобрести какие-то сверхспособности, умение летать, ясновидение и так далее. Для вас самая главная цель – это утрата омрачений вашего ума, тогда вы по-настоящему понимаете цель медитации. И тогда четвертая благородная истина, как говорил Будда: медитируйте на благородную истину пути. Будда об этом говорил не с самого начала, а только в конце. Когда вы понимаете цель медитации, тогда медитируйте на благородную истину пути, а это медитация на абсолютную природу феноменов. Когда ваш ум напрямую познает пустоту с помощью шаматхи, у вас появляется противоядие от всех омрачений, и совершенно точно рано или поздно ваш ум избавится от всех этих омрачений.

Как я говорил вам, “я” – это название, которое дается вашим пяти совокупностям, и в настоящий момент ваши пять совокупностей рождаются под властью омрачений, поэтому это сансарическое “я”. В будущем, когда благодаря медитации на благородную истину пути вы достигнете благородной истины пресечения, тогда ваши пять совокупностей уже не будут рождаться под властью омрачений. Они будут рождаться и умирать по собственному выбору, и поэтому эти пять совокупностей будут называться не загрязненными совокупностями, и “я”, которое является названием, данным этим пяти совокупностям, будет также являться не загрязненным “я” – либо арьей, либо архатом.

Когда вы медитируете на благородную истину пути и обрели прямое познание пустоты, то ваше “я” – это арья, потому что “я” – это название, данное пяти совокупностям. Когда ваше ментальное сознание напрямую познает пустоту, то для вас подходящее название – это “арья”. Ваше “я” – название, данное этой ментальной совокупности, которая напрямую познает пустоту, и тогда “я” – это существо арья. Когда этот арья полностью устранит все омрачения из своего ума, то он будет называться уже не арьей, а архатом – победителем врага, и вы сможете увидеть, что для вас это возможно. Посредством практики четырех благородных истин такое состояние арьи и архата достижимо.

Таким образом, учение по четырём благородным истинам является позвоночником учения Будды не только для Хинаяны, но также для Махаяны, для Ваджраяны. Практика Ваджраяны без хорошего фундамента четырех благородных истин является просто такими звуками ХУМ и ПЭ. А что касается практиков Махаяны, то без понимания четырех благородных истин их любовь и сострадание будут всего лишь эмоциональными. Например, если они увидят, что кто-то сломал себе ногу, то они заплачут, увидев это. А если кто-то добился небольшого успеха, если тот же человек, к которому они испытывали сострадание, далее в жизни добьется успеха, у этих людей начнется к нему зависть. То есть они – дети. Хотя это любовь, хотя это доброта, но это детская любовь, детская доброта. Они называют себя практиками Махаяны и стараются быть добрыми, но затем, когда в ответ доброты не встречают, а получают что-то обратное, они говорят: “Я больше не хочу быть добрым”. Почему такое происходит? Из-за отсутствия фундамента учения о четырех благородных истинах.



Любовь – это желание другим счастья, но если мы не знаем, что представляет собой настоящее счастье, как же мы можем пожелать счастья другим? Без понимания четырех благородных истин, когда вы желаете счастья другим, вы желаете им такого счастья, о котором думаете сами. Например, если для вас счастье – это обрести мужа, и вы будете желать такого же счастья другим, то для кого-то другого это может превратиться во что-то кошмарное. Поэтому то, что вы считаете счастьем, не является счастьем для всех, для кого-то это может стать худшим страданием. Некоторые люди любят слушать очень громкую рок-музыку, такую тяжелую музыку, а для кого-то это просто кошмар. Если вы пожелаете такого счастья другим, это будет нечестно. С точки зрения четырех благородных истин настоящее счастье – это свобода от болезни омрачений, совершенно здоровое состояние ума. Кто же этого не хочет? Даже атеисты хотят обладать таким здоровым умом. Они не верят в бога, но если вы будете говорить о доброте, о здоровом состоянии ума, они согласятся с этим и скажут: «Мы тоже этого хотим». Поэтому я вижу, что среди атеистов некоторые люди намного лучше, чем некоторые религиозные люди. Поэтому учение по четырем благородным истинам является позвоночником буддийской философии не только для Хинаяны, но также является таким же позвоночником и для Махаяны, в особенности для Ваджраяны.

А теперь мы вернемся к рассмотрению определения благородной истины страдания. Мы его с вами рассматривали до этого – то, чему учил Джамьян Шепа. Это определение несложное, вы с легкостью сможете его запомнить. И если вы запомните, как оно звучит, то в нем заключен очень глубокий смысл, и для вас оно станет чем-то наподобие палки. Говорится, что старику смысла необходимо вставить, опираясь на палку слов. Без моего комментария это определение может не иметь для вас большого смысла, но после получения комментария оно станет для вас по-настоящему значимым.

Итак, что касается определения благородной истины страдания, которое давал Джамьян Шепа, то он говорил следующим образом: “Это то, что возникает из благородной истины источника страдания и характеризуется четырьмя аспектами: непостоянством, страданием, пустотой и бессамостью”. Это определение благородной истины страдания. Если вы скажете об этом, произнесете такое определение профессору в университете, то он скажет: “Это не имеет никакого смысла. Вы сошли с ума”. То, что возникает из благородной истины источника страдания и характеризуется четырьмя аспектами: непостоянством, страданием, пустотой и бессамостью – это определение благородной истины страдания. Если вы способны без комментария Духовного Учителя просто рассмотреть определение и сразу же понять весь его смысл, то у вас есть очень большие отпечатки четырех благородных истин с прошлой жизни.

Когда я был молодым, мне было 17-18 лет, я учился в Варанаси и однажды прочитал труд Джамьяна Шепы. Это очень краткий текст по четырем буддийским философским школам. Когда я прочитал этот текст, я не мог сдержать слез. Я рассказал об этом своему Учителю, поистине великому геше из монастыря Гоман, геше Цульtrimу. Он сказал: “О, это свидетельство больших отпечатков. Я слышал, что люди плакали, когда читали учение по лоджонгу. Так бывает, что люди плачут, когда читают учение по лоджонгу или учение Ламрим, но, что касается учения по философским школам, такой краткий трактат, ты прочитал коренной текст, ты прочитал и заплакал, это означает, что у тебя очень большие отпечатки с прошлой жизни”. Я чувствую, что у меня есть отпечатки с прошлых жизней,

благодаря чему мне не требовалось слишком долго учиться в университете, в монастыре и проводить длительные диспуты с монахами. Я учился достаточно быстро благодаря отпечаткам с прошлой жизни. Это означает, что в прошлых жизнях я учился.

Есть история об одном монгольском геше, на тот момент Его Святейшеству Далай-ламе XIV было четырнадцать лет. Однажды он давал учение, и у монгольского геше спросили: “Пойдете ли вы на это учение?” Он сказал: “Ну, если я не пойду, люди скажут, что я высокомерный, а если я пойду туда, то, чему же я смогу научиться у четырнадцатилетнего мальчика?” Это было первое учение, которое передавал Его Святейшество Далай-лама XIV, когда ему было четырнадцать лет. Затем после этого учения другие геше спросили у него: “Наверное, вам было скучно?” Он ответил: “Не говорите так, я большой глупец. Я учился только одну жизнь, а этот мальчик учился не одну жизнь. Он учился в течение многих кальп. Он настоящий Авалокитешвара в человеческом теле, потому что никто не может передавать такое точное учение, какое дает он. Два часа он непрерывно давал учение без единого логического противоречия, не было ни одного, даже малейшего логического противоречия. Такое просто невозможно! Если я буду давать учение в течение одного часа, то у меня появятся маленькие логические противоречия, которые защитить мне будет очень трудно, появится несколько таких ошибок, а его учение безупречно! Нам невероятно повезло, что у нас есть живой Авалокитешвара в человеческом теле. Если бы этот четырнадцатилетний мальчик проявил чудеса, например, полетел бы, всё равно для меня оставалось бы сомнение, что он является Авалокитешварой в человеческом теле. Это не доказательство того, что он Авалокитешвара. Но по его учению, безупречному учению, основанному на его опыте, я могу сказать, что такое учение может давать только Будда”. Он сказал, что нам очень повезло, что у нас есть Его Святейшество Далай-лама, Авалокитешвара в человеческом теле. После этого он все время спрашивал, в каком направлении сейчас пребывает Его Святейшество, ему указывали направление, он всегда делал простираание в эту сторону и ложился спать головой в этом направлении. Вот таков настоящий геше, не все геше поступают так, это настоящий геше. Он не поверил сразу же, вначале исследовал, а затем, когда убедился, вера у него появилась непоколебимая.

Итак, теперь я дам вам комментарий к этому определению. “То, что возникает из благородной истины источника страдания”, – что это значит? Слово *то* указывает на ваши загрязненные пять совокупностей. Откуда возникают эти пять загрязненных совокупностей? Из благородной истины источника страдания. А что такое источник страданий? Это омрачения и кармические отпечатки. Мы говорим не просто о кармических отпечатках, а об отпечатках загрязненной кармы, и все, что возникает в силу омрачений и отпечатков загрязненной кармы, обладает природой страдания. Город Москва, например, тоже возник в силу проявления отпечатков загрязненной кармы, то есть это природа страдания. А чистая земля не возникает в силу проявления отпечатков загрязненной кармы, поэтому это не природа страдания. Если говорить про рай, мирской рай, то такие миры также возникают в силу проявления отпечатков загрязненной кармы. Поэтому это тоже природа страдания.

Есть три вопроса: что вращается, где вращается и посредством чего вращается? Это три очень важных вопроса. А теперь: что вращается? Это “я” – и как название, данное пяти совокупностям, и сами эти пять совокупностей – это то, что вращается. Где они вращаются? По шести мирам. Иногда они оказываются в мире ада, иногда в мире

голодных духов, иногда в мире животных, могут оказаться в мире людей, в мире полубогов или в мире богов. Это – где происходит вращение. Все эти места, где они рождаются, имеют природу страдания. Поэтому чашка, одежда и все остальные вещи имеют природу страдания. Это то, что возникает из благородной истины источника страдания. Из омрачений возникают отпечатки загрязненной кармы, в силу проявления отпечатков загрязненной кармы появляется и весь мир, окружающий нас, и также наши совокупности. Все это сансара, природа страдания.

Весь этот мир – Америка, Европа, Россия, Южная Африка и так далее, все это природа страдания. Может быть в каких-то местах страданий меньше, но все равно все это природа страдания. Раньше Европа была меньше природой страдания по сравнению с Россией, но теперь Россия меньше природой страданий, чем Европа, потому что зимой мы живем в тепле. Всё это постоянно меняется. Время может пройти, измениться может всё что угодно. Россия может стать, например, самым худшим местом или не самым худшим, Америка может стать самым худшим местом, то есть возможно всё что угодно. Политические аналитики говорят примерно то же самое, что Будда говорил две с половиной тысяч лет тому назад. Давно-давно, две тысячи пятьсот лет назад Будда сказал: “Нет ни одной страны, которая не менялась бы. Все страны меняются, все – объекты страдания”. Если раньше я сказал бы русским людям, что Америка – это объект страдания, они сказали бы: “Ты что, сошел с ума? Америка – моя мечта, я хочу туда поехать. Мы там не были”. Но там тоже такое же страдание, там нет русских страданий, но там есть свои американские проблемы, страдания. Потому что все это результат благородной истины источника страдания. Тогда вы спросите: “А какое же место не возникает из благородной истины источника страдания?” и получите ответ: “Чистая земля”. И вы скажете: “А, тогда я хотел бы переродиться в чистой земле”, и вы будете по-настоящему умным человеком.

Поэтому в “Ламе-Чопе” говорится, что если я не достигну в практике совершенства и умру раньше, то пусть благодаря практике пховы пяти сил, передаваемой Духовным Учителем, я смогу переродиться, перенести своё сознание в чистую землю. Для нас это очень важный выбор. Для рождения в чистой земле вам даже не нужно иметь прямого познания пустоты. Прямое познание пустоты может быть очень хорошей причиной для рождения в чистой земле, но у вас его нет. Следующая возможная причина для того, чтобы там переродиться, – это бодхичитта. Бодхичитты у вас тоже нет, но возможна и третья причина, в силу которой возможно перерождение в чистой земле, – это чистая мольба. Это такая искренняя мольба переродиться в чистой земле.

Вы думаете о том, что ваша подлинная цель – это достичь в чистой земле состояния будды и затем вернуться в наш мир для принесения блага живым существам. Это называется такой полностью самозабвенной, искренней, чистой мольбой, и благодаря вот такой причине вы также можете родиться в чистой земле. Когда вы рождаетесь в чистой земле, как-то однажды я задал своему Учителю вопрос: “В этом случае мы находимся в сансаре или нет?” Он мне сказал: “Когда вы в чистой земле, вы не в сансаре”. Я был поражен и спросил: “А как же мы можем освободиться от сансары, не познав пустоты, не имея прямого познания пустоты?” В чистой земле вы можете родиться с помощью чистой молитвы. Мой Духовный Наставник сказал: “В этом случае вы не в сансаре, но вы и не свободны от сансары”. Как, например, определенный заключенный, который не находится в тюрьме, например, его могут оставить под домашним арестом в силу внесения залога. То

есть он как бы не в тюрьме, но и не свободен от тюрьмы. Поэтому, когда мы находимся в чистой земле, мы не в сансаре, при этом мы не свободны от сансары, но там мы сможем с легкостью освободиться от сансары. Находясь в сансаре, очень трудно освободиться от сансары, а будучи в чистой земле, от сансары освободиться очень легко. Здесь нет никаких противоречий. Например, когда я что-то обсуждал с Духовным Наставником, у нас проходил диспут, и я не соглашался сразу. В этом случае он давал такое объяснение, что я не в сансаре, но и не свободен от сансары, он очень подробно, ясно это объяснил. Это называется точным пониманием Дхармы.

Итак, эти пять загрязненных совокупностей, возникающих из благородной истины источника страдания и характеризующихся непостоянством, страданием, пустотой, бессамостностью, – это определение благородной истины страдания. Благородная истина страдания – это не только ваши пять совокупностей, но это ваши пять загрязненных совокупностей и место, в котором вы сейчас пребываете, все вокруг вас – это тоже благородная истина страдания. Потому что это то, что возникает из благородной истины источника страдания. Место, где вы находитесь, это природа страдания. Ваши пять совокупностей под властью омрачений также являются природой страдания. И если говорить о “я”, которое является названием, данным этим пяти загрязненным совокупностям, то это тоже природа страдания.

Это понимание заставит вас что-то делать, не позволит оставаться в покое, это что-то серьезное. И вдобавок к этому это то, что характеризуется четырьмя аспектами – непостоянством, страданием, пустотой, бессамостностью, и так вы начинаете понимать эти вещи еще глубже. Итак, все это: и вы, ваши пять совокупностей, и место, где вы находитесь, и то, чем вы обладаете – каким-то богатством, имуществом, определенным статусом, положением в обществе и так далее, все это непостоянно, все время меняется. Если вы этого не понимаете, то стоит вам достичь небольшого успеха, и вы становитесь высокомерными. Если появляется небольшая проблема, вы впадаете в депрессию. Вы думаете, что из-за этой проблемы моя жизнь ужасна и не понимаете, что на самом деле ваша жизнь ужасна из-за рождения под властью омрачений. Если все, что вы рассматриваете – эту маленькую причину, какую-то проблему, и думаете, что ваша жизнь ужасна из-за этого, то это очень узкий образ мышления, из-за которого возникает депрессия. А если вы думаете, что ваша жизнь ужасна из-за рождения под властью омрачений, то это очень широкий взгляд, широкая перспектива, которая не приведет вас к депрессии. И для этого есть решение. Если вы уже совершили какую-то ошибку, то как же вы сможете изменить то, что уже совершено? Это приведет только к депрессии. Итак, рождение под властью омрачений – в прошлом я такую ошибку совершил, а в будущем теперь больше её не совершу, для этого есть решение, зачем тогда испытывать депрессию?

Я думаю таким образом, и в уме никогда не испытываю депрессии. Я думаю так, что в прошлом, рождаясь под властью омрачений, каких только страданий я не испытывал! И в будущем, если я ничего не предприму, если буду продолжать рождаться под властью омрачений (в прошлом, каких только страданий я ни испытывал из-за рождения под властью омрачений), если сейчас я не пресеку свои омрачения, ничего не предприму и в будущем продолжу перерождаться под властью омрачений, то моим страданиям не будет конца! Это размышление о страдательной природе сансары.

Это не так, что вы испытываете какое-то маленькое страдание, приближаете его к себе, разглядываете, думаете: какой кошмар – это просто глупо. “Моя ситуация самая худшая, нет никого, кому было бы хуже” – и это из-за маленького страдания. Психологически вы будете чувствовать, как будто бы все другие получают удовольствие, счастливы, а страдаете вы одни – из-за этого и возникает депрессия. А здесь, когда вы думаете с точки зрения всепроникающего страдания, то понимаете, что в прошлом вы страдали из-за рождения под властью омрачений, и сейчас, если не пересечете это, то и в будущем вашим страданиям не будет конца. И эта ситуация относится не только к вам, но и ко всем живым существам. Здесь нет эго. Когда вы думаете: “Я один страдаю”, – тогда больно. “Не только я, все живые существа страдают”, – здесь основой является сострадание.

Далее вы думаете: “Я всего лишь один, а других большинство, поэтому пусть лучше страдаю я, но пусть другие не страдают”, и тогда у вас появляется больше основы для развития сострадания. Тогда ваш ум станет еще сильнее. Мастера Кадампа говорили, что в ходе практики тонглен необходимо принимать все страдания других живых существ на себя и отдавать другим все свое счастье, благодаря этому ваш ум будет становиться все сильнее и сильнее. Шантидева говорил: “Благодаря отбрасыванию негативной кармы, не остается даже временных страданий, а благодаря мудрости не остается несчастливых состояний. На коне бодхичитты, восходя ко все более и более высокому уровню счастья, как такие люди могут лениться?” Это по-настоящему невероятный ход гроссмейстера!

Вы, русские, хорошие шахматисты на доске, но что касается шахматной партии вашей жизни, то здесь вы очень плохие игроки. Если вы можете завидовать, это означает, что в жизни вы очень плохие шахматисты. Если из-за маленькой проблемы у вас сразу же появляется депрессия, это значит, что вы очень плохие шахматисты. Когда вы видите какие-то небольшие атрибуты определенного объекта и очень сильно привязываетесь из-за них, это также значит, что вы плохие шахматисты в жизни. Поэтому с пониманием непостоянства вы знаете, что вы и другие объекты каждый миг непрерывно разрушаются, но продолжают существование. С точки зрения пустоты происходит ежемоментное разрушение, то есть они подобны иллюзии. Когда я смотрю на эту чашку, и когда смотрите на нее вы, она нам кажется статичной. Мы не понимаем науки, не понимаем философии. Если бы вы по-настоящему понимали науку, то знали бы, что частицы, из которых состоит эта чашка, каждый миг разрушаются, хотя вашими глазами вы этого и не видите. Чашка состоит из атомов, атомы в свою очередь из электронов, протонов и нейтронов. И там эти субатомные частицы постоянно меняются. Поэтому с этой точки зрения – каким образом эта чашка существует, и какой она является вам, – это две большие разницы. Эта статичная чашка, которая является вам, – это просто иллюзия, поскольку, если говорить о том, какой она была вчера и какой она является сегодня, и даже о том, как она меняется от минуты к минуте, то это очень большие изменения. Если вы понимаете ежемоментное разрушение, то в этом случае все явления подобны иллюзии, постоянно меняются. И я с самого первого мгновения рождения, с каждым мигот приближаюсь к смерти. Если вы это знаете, то в вашем уме будет пребывать совершенно другой образ мышления.

Однажды один ученик спросил своего духовного наставника: “Духовный наставник, вы все время улыбаетесь, все время очень спокойны, умиротворены, в чем секрет этого вашего спокойствия и умиротворения?” Духовный наставник спросил его: “А почему ты хочешь знать мой секрет? Я расскажу тебе об одном из твоих секретов”. Ему стало

интересно: “Пожалуйста, скажите мне, что это за мой секрет”. Он сказал: “Твой секрет состоит в том, что через неделю ты умрешь”. Это его просто поразило! Учитель сказал ему: “Все, ступай, отправляйся готовиться к смерти”. И после этого дня, после того, когда он узнал, что через неделю он умрет, его образ мышления полностью изменился. Никакой зависти не осталось, ни гнева, ни привязанности также не осталось. Если он встречал какие-то красивые объекты, то вначале небольшая привязанность всё-таки проявлялась из-за привычки, а затем он сразу же понимал, вспоминал, что через неделю он умрет, зачем же привязываться? И так у него было меньше привязанности, меньше гнева, меньше зависти, меньше высокомерия. Благодаря этому его ум оказывался во все более и более спокойном состоянии. Никто не может привести вас к состоянию покоя, вы сами можете создать свое умиротворение посредством уменьшения этих беспокоящих факторов в уме. В последний день он пришел к своему духовному наставнику и сказал: “Завтра утром я умру. Это мой последний день, пожалуйста, благословите меня”. Духовный наставник сказал: “Я тебя уже благословил”. Он спросил: “Когда?” – “Неделю назад, когда ты ко мне пришел и когда я тебе сказал, что через неделю ты умрешь, в этот момент я и подарил тебе свое благословение, настоящее благословение”. Учитель спросил: “Благодаря этому стало ли меньше у тебя омрачений?” Тот ответил: “Да” – “Благодаря тому, что твои омрачения уменьшились, стал ли ты более спокойным, умиротворенным?” Он ответил: “Да”. И тогда духовный наставник сказал: “В этом и состоит мой секрет”.

Итак, подумайте об этом, подумайте о непостоянной природе вашей жизни. Здесь нет никаких гарантий, даже одна неделя – это очень большой срок, нет никаких гарантий, что завтра вы не умрете. Кто может дать вам гарантию, что завтра вы не умрете? Лучший врач в мире не даст вам таких гарантий. Например, он сможет сказать вам, что есть большая вероятность, что завтра вы не умрете, но всё равно вы можете умереть. Если вы посчитаете все факторы, в силу которых может наступить смерть, то я не знаю, если сравнивать вероятность умереть и вероятность остаться в живых, равные ли эти вероятности или нет?

До свидания, заботьтесь о здоровом уме, это буддийская практика.