

Геше Джампа Тинлей  
Осенние учения  
Лекция № 2  
16.11.2023  
г. Москва

Итак, для получения драгоценного учения Дхармы, мне как Духовному Наставнику и вам как ученикам, в первую очередь самое главное – это породить правильную мотивацию. Если я буду даровать вам учение с правильной мотивацией, то для меня это также станет очень мощной практикой Дхармы, даянием Дхармы. Если я дам вам, скажем, даже миллион долларов, то будет сложно сказать, помогу ли я вам этим или причиню вред. Как только вы получите легкие деньги, вы не захотите дальше работать. Вы, русские, ленивы с рождения. Но если я поделюсь с вами мудростью, знанием о том, как сделать свой ум здоровым, это самое лучшее, что я могу вам подарить. Некоторые знания представляют собой просто информацию, не очень полезную, и не имеет особого значения, есть у вас такие знания или нет. Например, размер Юпитера, сколько он весит, насколько он удален от Земли – если вы знаете все это, то хорошо, а если не знаете, не имеет значения. Не настанет такого дня, когда вы скажете: «Геше-ла, из-за того, что у меня нет знаний о Юпитере, в моей жизни разразился кошмар». Поэтому я могу сказать, что многое из того, что мы изучали в школах, университетах просто для сдачи экзаменов, особой пользы в нашей жизни не приносит. Если у вас есть эти знания, то это хорошо, а если нет, то ничего страшного. Но что касается знаний о развитии ума, о том, как укротить свой ум, если нет таких знаний, то это действительно кошмар!

Например, для своего физического здоровья очень важно знать, что вам можно есть, а чего нельзя. Например, какой пищей вам нельзя питаться после сорока пяти лет, это очень важно знать, потому что, если вы не будете этого знать, и будете питаться неправильной едой, то заболеете и воскликнете: «Очень жаль, что я не знал этой информации раньше!» Поэтому для физического здоровья очень важно обладать информацией о поддержании хорошего здоровья. А здоровый ум еще важнее! Поэтому то, о чем вам следует думать, а о чем не следует, это очень важная информация. Если вы следуете за любой возникшей у вас мыслью, это большая ошибка! Например, если вы высадились на другую планету, и едите любые плоды, которые видите вокруг себя, то это может быть очень опасно, вы рискуете потерять свою жизнь. Итак, люди изучают эту область – что есть можно, чего есть нельзя, дают вам эту информацию, и для вас она является своего рода озарением, полезной информацией, чтобы вы могли жить спокойно. Также мудрые люди прошлых времен анализировали, какие состояния ума вам можно использовать в жизни, а какие нельзя, и это как ментальная диета. Вы не будете вести себя как маленькие дети, которые следуют за любой возникшей в уме мыслью. Вы будете анализировать, какая бы мысль ни возникла -- правильная эта мысль или неправильная. Если она правильная, то вы за ней последуете, а если она неправильная, то вы ее отринете. Это называется практикой нравственности, практикой поведения.

Итак, мы с вами рассматриваем воззрение, медитацию и поведение. Я говорил вам, что среди этих трех самое главное – это поведение, и в особенности это поведение ума. Что касается поведения речи и тела, то они не столь важны. Если у вас будет правильное поведение ума, то счастливы от этого станете не только вы, но также и окружающие вас люди. Что касается правильного поведения ума, то вам здесь необходимо следовать тому, чему учили великие мастера прошлых времен, когда говорили: «Не развивайте негативные эмоции, они ядовиты». Что касается позитивных эмоций, то вам их породить очень трудно, тем не менее, нужно прикладывать усилия, чтобы использовать позитивные эмоции, и вы станете счастливее.

В буддийской практике вам очень важно сохранять осознанность. Будда говорил: «У кого есть осознанность, у того появится и все остальное». Я говорил вам, что у вас в уме спонтанно порождаются негативные эмоции, и вам трудно породить позитивные эмоции. На этот счет существует множество причин, но одна из этих причин – это то, что у вас отсутствует осознанность. Если в стране проблемы с экономикой, то обычно это происходит не по какой-то одной причине, а в результате большого количества причин. Если постепенно устранять эти причины, то ситуация с экономикой в государстве станет лучше. Также и проблемы со здоровьем возникают в силу массы разнообразных причин, и если вы будете постепенно заменять эти нехорошие причины хорошими, то ваше здоровье тоже постепенно станет лучше. Некоторые из таких причин вы знаете. Это, например, физические упражнения, правильная диета, но еще одна очень важная причина – это поддерживать позитивное состояние ума. Будда медицины (в контексте тибетской медицины) говорил, что из-за трех коренных негативных эмоций у вас появляются, в том числе, и все физические болезни. Например, врачи говорят, что сердечные проблемы возникают из-за того, что человек часто злится, все время о чем-то переживает, беспокоится. Это приводит к проблемам сердца. Но здесь для меня не нужно проводить исследований, я могу и так сказать, что, если у вас в уме окрепнут позитивные эмоции, а негативных эмоций порождаться не будет, то благодаря этому ваш иммунитет станет очень сильным, ваша жизнь станет спокойной и намного лучше, чем была раньше.

Многие люди думают, что буддийская практика означает, что каждый день вам нужно медитировать по два-три часа. На самом деле это вовсе не обязательно. Тем более, когда о медитации говорят люди из Европы или России, это странная медитация, зачем она нужна? Вы и так достаточно странные, зачем еще заниматься странной медитацией? Поэтому, что нам нужно? Это поддерживать осознанность и не допускать возникновения в уме негативных эмоций. А что касается позитивных эмоций, то все время нужно их поддерживать, укреплять, и благодаря этому ваш ум постепенно будет становиться все более и более нормальным. Что касается осознанности в отношении вашего тела, то это поддержание правильного здоровья в силу сохранения хорошей диеты. Вы понимаете, что следует есть, а чего есть не следует. Это полезно для вашего здоровья. Иногда себя нужно немного заставлять, чтобы заниматься физическими упражнениями. Это тоже хорошо, полезно, это самодисциплина. Это спасет вас от попадания в больницу, от всевозможных операций. Потому что, если это с вами происходит, то уже слишком поздно. Поэтому есть такая английская поговорка: яблоко в день держит докторов на удалении, на дистанции. Это очень хороший совет.

Таким образом, для поддержания физического здоровья очень важно придерживаться правильной самодисциплины. И это также очень и очень важно для здоровья ума. Многие из вас изучали область медицины, вы понимаете, что полезно для здоровья, а что вредно, какой едой можно питаться, а какой нет. Вы знаете, что курение и алкоголь вредны для вашего здоровья. Вы это знаете, но все равно при этом многие из вас курят или пьют. Почему? Из-за отсутствия самодисциплины. А почему нет самодисциплины? Из-за лени. Поэтому, если вы хотите добиться чего-то хорошего в будущем, то лень никогда вам этого не позволит, вам нужно с ней бороться. Поэтому очень важна самодисциплина и упорный труд. Когда у Эйнштейна спросили, в чем секрет успеха, многие думали, что Эйнштейн ответит, что секрет успеха в гениальности. Он сказал не так. Он сказал, что гениальность играет очень незначительную роль, а самое главное – это упорный труд. Он сказал, что добился успеха не потому, что он является гением, а главная причина – это упорный труд. Также он сказал, что для упорного труда очень важно интересоваться той областью, которой вы занимаетесь, это очень важный момент. Он говорил то же самое, что и Шантидева. Интерес возникает, если вы понимаете, что забота о своем ментальном здоровье очень благоприятна для вашего благополучия из жизни в жизнь.

Ментальное развитие – это нечто невероятное! Именно это вас и должно интересовать, а остальные вещи особого интереса у вас вызывать не должны. Почему вас интересуют какие-то неправильные области, сферы? Из-за того, что вы не знаете одной вещи. Вы не знаете одного секрета. Даже если вы его знаете, может быть, вы слышали эти слова, но в глубине вашего сердца убежденности у вас в этом нет. Поскольку я обрел в этом убежденность, то мои интересы полностью отличаются от интересов обывателей. Мои глаза открыты, я эти вещи вижу очень ясно. Если ваш интерес материальный, например, вы думаете, что станете счастливее, если разбогатеете или выстроите хорошую политическую карьеру, станете известными, прославленными людьми, и в этом случае вы будете счастливы -- это все неправильные интересы.

Что касается реальности, то здесь я хочу подчеркнуть для вас, что богатство, имущество, деньги, которыми вы обладаете, даже ваше тело по-настоящему вам принадлежать не могут, это просто невозможно. Это действительно правда. Вы этого не знаете, но на самом деле ваше тело вам не принадлежит, вы его используете лишь временно. И все остальное тоже не может быть вашим, вы лишь какое-то время об этом заботитесь. Так, за тем, что на самом деле вам принадлежать не может, вы гонитесь изо всех сил, и это ваша дебютная ошибка. А что касается того, что вам действительно может принадлежать, и что на самом деле обладает ценностью, этого вы не знаете. Что касается меня, то даже если бы я был Эйнштейном, то без Духовного Наставника я не пришел бы к таким открытиям, это было бы просто невозможно. Эйнштейн был гением, он открыл теорию относительности, но о ней можно сказать то же самое: если вы ее знаете -- это хорошо, а если нет – ничего страшного. Но если вы узнаете о том, что по-настоящему может вам принадлежать, а что вам принадлежать не может, то это изменит направление вашей жизни. Для вашей жизни это очень важная информация.

Когда я услышал это учение от Далай-ламы, у меня открылись глаза. Я подумал о том, как я был глуп до этого, просто как баран. Я получил образование, но этих фактов настоящей реальности я не знал и поэтому гнался за ненадежными вещами. После этого я стал чуть-чуть мудрее. Это был первый шаг к мудрости, благодаря моему Духовному Наставнику. Я понял, что богатство, имущество, даже мое тело по-настоящему мне принадлежать не могут. Поэтому, если они у меня есть – это хорошо, а если нет – ничего страшного. А благие качества ума, большие заслуги, знания действительно мне принадлежат. При этом я могу обрести все возможные благие качества ума, все это достижимо. Поскольку я это знаю, то, сколько бы я ни накопил знаний, сколько бы ни накопил заслуг, я всегда говорю, что мне этого мало. Вы думаете, что если вы узнали какую-то информацию, то вам этого достаточно, вы думаете: все, я это знаю. Но если вы стремитесь к состоянию будды, то вы стремитесь к безграничной мудрости, тогда вам всегда будет мало знаний, которыми вы обладаете. В материальной области то, чем вы обладаете, вам должно быть достаточно. Вы не можете обладать всем богатством даже в Москве, вы можете владеть каким-то маленьким регионом, но всей Москвой вы не овладеете. Как же вы можете желать овладеть всем богатством в мире? Это ненормальный ум. Это невозможно, даже своим телом вы по-настоящему обладать не можете. Поэтому в этой области вам нужно довольствоваться тем, что у вас есть. И это очень важный секрет. Если вы будете знать такой секрет, то, даже увидев человека на очень дорогом автомобиле, с дорогими часами, в дорогом костюме, вы никогда не позавидуете ему, потому что будете понимать, что все это ему не принадлежит. Например, вы не будете завидовать сторожу в дорогом магазине, потому что знаете, что он просто сторож, а не хозяин этого магазина. Также и тот, кто сидит в дорогом автомобиле, думает, что он хозяин этого автомобиля, но он тоже просто сторож. Как же тогда вы можете ему завидовать? Или когда женщина видит другую женщину с более красивой фигурой, как же она может ей завидовать, ведь это тело ей не принадлежит.

Она тоже своего рода сторож. Затем фигура испортится, она располнеет, и у нее возникнут проблемы. Но если с самого начала вы знаете, что все это не ваше, что вы наподобие сторожа, в этом случае, даже если фигура полнеет, вы говорите: не имеет значения, мне это не принадлежит, главное – я живой. Таким образом, одно небольшое открытие в вашем уме – какие перемены в вашей жизни может произвести! Когда вы получаете учение, и в вашем уме что-то приоткрывается, в этом случае невозможно, чтобы в вашей жизни, в вашем образе действий что-то не изменилось. Раньше вы могли завидовать многим людям, но как только вы приоткрываете для себя такой небольшой философский факт, что на самом деле материальные вещи вам принадлежать не могут, после этого вам просто невозможно испытать зависть. А когда вас начинает интересовать область ментального развития, и вы обнаруживаете кого-то с высокими благими качествами ума, вот здесь у вас может проявиться небольшая зависть, белая зависть. Но если у вас белая зависть, это хорошо. Благодаря ней вы достигнете прогресса, ваши интересы изменятся.

Например, иногда, когда я размышляю о духовных качествах Миларепы, о его реализациях, у меня возникает такая небольшая белая зависть. Я думаю: «Почему отречение, бодхичитту, шаматху, випашьяну Миларепа получил так легко? Почему у меня этого нет?» Это такая небольшая белая зависть. Что касается мирской области, то, на какой бы дорогой машине человек ни ехал, каким бы популярным, прославленным он ни был, по отношению к нему у меня не возникает вообще никакой зависти, потому, что я знаю, что все это ему не принадлежит. Вы пришли в этот мир с пустыми руками и уйдете также с пустыми руками, ничего из этой жизни вы с собой забрать не сможете. А что вы можете взять с собой в следующую жизнь? Это большие заслуги, знания, особенно знания Дхармы, мудрость. Вот это называется вашей успешной жизнью.

Если вы родились глупыми, но умираете с мудростью, с большими заслугами, то вы успешный человек. А если вы родились тупыми и умираете тупыми, с пустыми руками, тогда вы глупцы. Говорится, что, если вы родились бедными, это не ваша ошибка, но если вы умираете бедными, то это уже ваша ошибка. Но я изменил это в духовном контексте. Это такая мирская, обывательская поговорка: если вы рождаетесь бедными, то это не ваша ошибка, но если вы умираете бедными, то это уже ваша ошибка. Это хорошая поговорка. Но я должен сказать, что на самом деле это неправильно, потому что вы не сможете умереть богатым человеком, вы все равно умрете бедными. Даже свое тело вы не сможете взять с собой в следующую жизнь, о каком богатстве может идти речь? Но если вы обладаете большими заслугами, благими качествами ума, тогда вы умрете богатыми. А если ваше богатство заключается в имуществе, деньгах, то вы не сможете умереть богатыми. Это буддийское учение. Поэтому, если вы хотите умереть богатым человеком, то в этом случае у вас должно быть что-то, что будет полезно в следующей жизни – это благие качества ума, большие заслуги, мудрость.

Далее, некоторые люди говорят, что богатство и имущество вы с собой в следующую жизнь не заберете. Некоторые мастера, буддийские учителя говорят, что богатство и имущество с собой в следующую жизнь вы не заберете. На это я могу сказать, что на самом деле вы можете все это забрать, но вам нужно знать, как это правильно конвертировать. Если вы не знаете, как правильно произвести эту конвертацию, то вы не сможете ничего из имущества забрать с собой, даже если вы миллиардер. О какой конвертации мы говорим? Например, есть такая конвертация, когда русские рубли вы меняете на доллары, и тогда вы можете использовать эти деньги в Америке. На русские деньги вы ничего не можете купить в Америке, но если вы их конвертировали в доллары, то спокойно можете жить на них в Америке. Таким образом, если вы знаете, как конвертировать российские рубли, то можете использовать эти деньги в другой стране.

Точно также, если вы будете знать, как конвертировать свое богатство и имущество, то вы сможете далее забрать их в вашу следующую жизнь. Тогда ваш вопрос: «Геше-ла, как нам это конвертировать?» И здесь вам нужно знать о банковской системе вашего ума. Это такая врожденная, природная система. Эту систему никто не создавал, она на самом деле является такой существующей от природы, естественной системой. Например, когда ученые исследуют устройство нашего тела, они говорят, что некоторые части нашего тела могут вбирать в себя воду, удерживать ее, некоторые части тела могут раздавать эту воду на другие органы. Например, такова кожа, и они проводят определенные манипуляции, чтобы кожа не старела. Это естественная система, ее никто не создавал, это относится к устройству нашего тела. И не только кожа, все другие органы у нас тоже работают безупречно. Искусственно подобный механизм создать невозможно. Он является безупречным и при этом существующим от природы. Это очень тонкий механизм, ученые не в состоянии его создать искусственно. Точно также это имеет отношение к нашему уму, но там устройство еще сложнее. У всех органов нашего тела: сердца, почек, печени – есть свои функции. Если вы это знаете, то сможете правильно пользоваться сердцем, почками, печенью. Но это не так важно, самое важное – это наш ум, какова система нашего ума.

Итак, нужно понимать, что бы мы ни сделали, совершили какое-то хорошее действие или плохое, информация об этих действиях не исчезает, а остается в виде отпечатков в банке нашего ума, и это просто невероятный банк. Это очень важно, и для вас в вашей жизни это очень хорошая новость. Вы обладаете невероятным компьютером ума, в котором все работает безупречно, и при этом нет коррупции. Это очень надежная система. Поэтому я говорю, что в наши дни, во времена упадка нет ничего надежного, на что можно было бы положиться, все ненадежно. Экономическая система ненадежна, банковская система ненадежна, политическая система ненадежна, даже спутник жизни тоже оказывается ненадежным. Но не только спутник жизни, но и ваше тело тоже ненадежно. Нет гарантии, что завтра ваше тело не скажет вам: до свидания! Если ваш спутник жизни нашел кого-то лучше вас, скажите ему: до свидания! Также и тело, когда заканчиваются кармические деньги, говорит вам: до свидания!

Такова наша реальная ситуация. Мы полагаемся на нечто очень хрупкое и ненадежное. Когда я думаю о том, что все в мире ненадежно, мне становится страшно, но потом я вспоминаю о законе кармы, и я понимаю, что вот это надежно. Тогда внутри я сразу становлюсь счастливым. На закон кармы я могу полностью положиться, больше, чем на мое тело. На свое тело я не могу положиться, даже на самых близких друзей я тоже не могу положиться. Они могут быть верными друзьями, но они могут умереть. А закон кармы в ваших руках, он находится в системе вашего ума. Стоит вам создать позитивную карму, после этого могут пройти даже многие кальпы, но невозможно, чтобы она не привела к результату. Существуют ли в нашем мире подобные банки? Например, нет никаких гарантий, вернет ли вам банк ваши деньги через десять лет. Даже нет гарантий, получите ли вы деньги через год. Поэтому бизнесмены, которые хорошо знают, как устроен наш мир, говорят, что не нужно все яйца складывать в одну корзину, потому что, если она упадет, то все яйца разобьются. Поэтому они говорят, что все яйца нужно раскладывать по разным корзинам. Если в какой-то корзине яйца разобьются, то в другой останутся целыми. Поэтому не инвестируйте все ваши деньги во что-то одно, вам нужно распределить их по разным проектам. Если один из них потерпит крах, то другой даст хорошую прибыль. Это хорошо, и намного лучше, чем то, как действуют некоторые обыватели. Но все равно, если я задам один вопрос, то на него не будет ответа. Хорошо, вы говорите, что если в одной корзине яйца разобьются, то в другой останутся целыми. Но у меня вопрос: «Что произойдет, если завтра вы умрете?»

Один очень богатый бизнесмен мне ответил, что он об этом не думал. Я спросил: «Вы не знаете, что умрете?» Он сказал: «Знаю» -- «Тогда почему вы об этом не думаете? Вы

знаете, что после смерти жизнь продолжится, наступит следующая жизнь?» Он сказал: «Я об этом не думал». Тогда вы глупый человек. Если вы знаете, что после смерти жизни не будет, тогда у вас есть одна причина о ней не думать. Но если я вас спрошу: «Почему нет следующей жизни?» -- вы не сможете ответить, но для существования следующей жизни есть очень много причин. Ваш образ мышления такой же, как у этого человека. Поэтому я вам приведу такой пример. Если эту чашку расколоть на мелкие части, то эта чашка как чашка исчезнет. При этом мы думаем, что чашка исчезла, но на самом деле чашка не исчезла – каждая частица, из которой она состояла, продолжает существовать. В форме чашки она перестала существовать, но при этом в нашей вселенной ни на одну частицу не стало меньше и не на одну частицу не стало больше. Это научный закон сохранения массы и энергии. Согласно этому закону вы не можете создать ни одной новой материальной частицы и не можете уничтожить какие-либо материальные частицы.

Это в том числе и буддийский закон. Будда его открыл две с половиной тысячи лет тому назад. Будда сказал, что наш ум невозможно уничтожить и невозможно создать какой-то новый ум. Смерть похожа на то, что разбивается чашка. В этот момент наше грубое тело и грубый ум умирают. Но наш тонкий ум и тонкое энергетическое тело продолжают существовать. И это называется жизнью после смерти. Вы не можете пресечь поток тонкого ума. Это просто невозможно. Вы также не можете сделать так, что прервутся потоки мельчайших материальных частиц, из которых состояла эта чашка. Это тоже невозможно. Итак, что касается вопроса, почему после смерти жизнь продолжается, почему невозможно прервать поток ума, -- Дигнага на это отвечал, что нет таких причин, которые могли бы его пресечь. Также, когда я изучал закон сохранения массы и энергии, и возникал вопрос – почему нельзя прервать поток мельчайших материальных частиц, ответ давался точно такой же – потому что нет той силы, которая могла бы его прервать. Поэтому он продолжит существовать. И хотя они не видны нашим глазам, но эти частицы продолжают существовать.

Мы очень глупы – если чего-то не видим, то сразу же делаем вывод, что всего этого не существует, но это нелогично. С точки зрения буддизма или науки невозможно, чтобы что-то полностью исчезло, оно всегда продолжает существовать. Вам нужно понимать этот момент. Если ученые, которые признают закон сохранения массы и энергии, не верят в будущие жизни, то это глупые люди. Как можно считать, что невозможно уничтожить ни одну материальную частицу и при этом также не соотнести это с сознанием – что тончайшее сознание также невозможно уничтожить? Это очевидно, логика одна и та же, механизм один и тот же. Я это сразу понял. Но у вас ум совсем не гибкий, направлен только на материю. Нужно расширять свой ум. Что касается человеческой психологии, то Эйнштейн произносил такие слова: «Я могу измерить океан, но не могу измерить человеческую тупость».

Ученые также в ходе исследований пришли к выводу, что, хотя мы считаем себя умными, но на самом деле и люди и животные очень тупые. Из-за этого у нас возникают проблемы. Если у вас возникает проблема, и вы спрашиваете, почему она возникла, ответ такой: потому что вы тупые. Если вы спросите: «Геше-ла, почему у меня так много негативных эмоций?» -- мой ответ: «Потому что вы тупые». Вы видите только то, что вам или нравится, или не нравится. Вы не понимаете реальной ситуации. Когда вы понимаете реальность, то омрачения не придут, даже если вы их будете звать. Вы будете приглашать гнев или зависть, но ваш ум скажет: «Нет, у этого нет основы. Я не могу завидовать, не могу злиться, потому что у этого нет основы. Я могу только любить, только сострадать». Тогда вы стали умнее.

Например, я тоже не родился святым человеком, я родился таким же глупым, как вы, может быть, даже был еще большим хулиганом, чем вы. Но потом я стал слушать учение

Его Святейшества Далай-ламы и очень много размышлял над тем, как применять его в жизни. Нужно заставлять свой мозг шевелиться. Вы не заставляете свой мозг шевелиться. Вы просто запоминаете слова. В этом случае у вас не будет прогресса. В тибетском обществе такое тоже часто встречается, люди просто заучивают слова учения и повторяют их. Они, так же как и вы, не заставляют свой мозг шевелиться, не хотят экспериментировать. И это большая ошибка. Эйнштейн говорил, что если вы боитесь новых экспериментов, это значит, что вы трус. Слова Эйнштейна очень похожи на учение Будды. Вам нужны эксперименты, вам нужен скептицизм. Так говорил Будда. Поэтому я не читаю книги других ученых, но книги Эйнштейна я читаю, потому, что он очень хороший логик. Я не знаю насчет математики, но логика у него очень хорошая. Такие великие ученые, как Эйнштейн, Ньютон были очень хорошими логиками. Сейчас ученые не открывают ничего нового, потому что не владеют логикой. Они, как и монахи в монастырях, знают очень много информации, но свой ум не развивают, потому, что не проводят экспериментов со своим умом. Я всегда готов экспериментировать, поэтому мои мозги шевелятся.

Ученые провели такой эксперимент с баранами. Они завели их в ограду круглой формы и заставили их ходить вдоль ограды. Затем они убрали ограду, но бараны продолжали двигаться по кругу. Вы живете подобно баранам: дом, работа, дом. В выходные маршрут немного изменяется, а затем опять тот же самый. Это подобно тому, как бараны ходят по кругу. Как мозг может развиваться? У вас нет новых экспериментов. Вам нужно размышлять немного по-другому, то есть использовать свою творческую способность.

Итак, главное, что я хотел сказать, что самый надежный банк – это банк нашего ума. Поэтому, если вы хотите быть бизнесменами, если хотите куда-то складывать яйца, то складывайте их в банк вашего ума. Тогда вы действительно умные люди. Но вы не можете их напрямую туда сложить. Что вам нужно для этого сделать? Это вначале их конвертировать. С моей стороны это лучшее учение для вас. Сейчас вы можете спросить: «Геше-ла, как мне конвертировать мирское богатство в заслуги для банка моего ума?» Если своим богатством вы практикуете щедрость, то оно накапливается в банке вашего ума. Вы не должны сразу же кому-то давать большую сумму денег, потому что вы, может быть, накопите заслуги, но испортите другого человека. Это опасно. Поэтому думайте так: «Все, что у меня есть, предназначено для других людей». Это будет лучшей инвестицией.

Далай-лама VII говорил: «Миларепа жил в горах, а я живу во дворце. Люди считают меня человеком, обладающим огромным имуществом. Но на самом деле у меня нет ничего, как и у Миларепы». Далай-лама VII говорил: «Я посвящаю свое тело, и даже свои заслуги всем живым существам. Мне самому ничего из этого не принадлежит. Когда я пользуюсь вещами во дворце Поталы, я мысленно прошу разрешения у народа Тибета и благодарю народ Тибета. Все это принадлежит народу Тибета, мне ничего не принадлежит». Итак, самый лучший способ, каким вы можете инвестировать свое материальное богатство, и даже свое тело в богатство в банке вашего ума – это посвящать все, чем вы обладаете, счастьем всех живых существ. Если вы видите, что кому-то не хватает какого-то имущества, или кому-то что-то нужно, в этот момент помогите этому человеку, дайте ему то, что ему нужно. Это будет лучшим способом ему помочь. Что касается помощи другим, если вы не знаете, как это делать правильно, то можете испортить других людей. Поэтому нужно уметь это делать. Какое бы хорошее действие на уровне тела, речи и ума вы ни совершили, информация о нем автоматически окажется в банке вашего ума. Вам даже не надо проверять, поступила она туда или нет, она автоматически там оказывается.

И если вы совершаете какое-то вредоносное действие на уровне тела, речи и ума, информация о нем так же автоматически оказывается в банке вашего ума. Например, если рассматривать интернет, вы можете думать, что сделали перевод, но из-за того, что связь

по интернету оборвалась, перевод не прошел. Или ваши деньги могут попасть к мошенникам, хакерам. Сейчас в нашем мире все ненадежно. Искусственные системы ненадежны. Например, какую бы пищу вы ни съели, полезную или вредную, невозможно, чтобы информация о ней не поступила в ваше тело из-за обрыва информации или чего-то подобного. Автоматически эта информация остается у вас в теле на клеточном уровне. Это естественный механизм. Если сравнивать естественные, природные механизмы и искусственные механизмы, то разница окажется очень большой. Природные механизмы очень высоко развиты. Если вы съели какую-то полезную пищу, никакой хакер не сможет украсть информацию о ней из вашего тела. Также, если вы накопили много духовных заслуг, то никакой хакер, даже мастер медитации в горах не сможет их украсть из вашего ума. Поэтому я говорю, что в природных, натуральных механизмах обман невозможен. Поэтому, если вы совершаете какое-то хорошее действие, вы должны иметь уверенность в этот момент, что информация о благих заслугах от этого действия поступила в банк вашего ума, и рано или поздно это приведет к хорошему результату. Такова реальность.

Что касается инвестиций, то я расскажу вам о шести видах инвестиций. В «Ламриме» говорится о шести совершенствах. Это знать очень важно. В теме шести совершенств говорится о шести инвестициях в вашей жизни. Первое – совершенство щедрости. Так говорил Будда, так же говорится в «Ламриме». Если вы хотите быть богатыми жизнь за жизнью, вам нужно инвестировать. Без инвестиций, без создания причин даже в этой жизни вы разбогатеть не сможете. Если вы хотите быть богатыми жизнь за жизнью, в будущей жизни быть богатым с самых ранних лет, родиться миллиардером, то вам необходимо создать причины. Далее, если вы думаете о шести совершенствах, то они предназначены не для эгоистичных людей. Это практика бодхисаттв. Бодхисаттвы жизнь за жизнью хотят быть богатыми, поскольку их цель – помогать всем живым существам. Если вы рождаетесь бедным, как вы сможете помогать другим? Если вы не можете помочь сами себе, то, как вы сможете помогать другим? Поэтому бодхисаттвы хотят из жизни в жизнь быть богатыми ради того, чтобы помогать всем живым существам. «Мне нужен потенциал, чтобы помогать другим. Я хочу всех накормить, всех спасти, всем указать правильный путь», -- это их цель. С такой целью вы хотите быть богатыми из жизни в жизнь, чтобы помогать другим, и для этого вам необходима практика совершенства щедрости.

В «Ламриме» говорится о четырех видах щедрости. Вы можете думать, что высший вид щедрости – это даяние материальных вещей, но на самом деле это низший вид щедрости. Второе, то, что лучше даяния материальных вещей – это даяние любви. Третье – это даяние сострадания, спасение жизни других живых существ. Это даже лучше, чем даяние любви, если вы спасаете жизни другим живым существам. Например, врачи могут спасать других людей от смерти. Если вы видите, что кто-то упал и находится в опасности, помочь этому существу, спасти его – это спасение жизни. Я видел на ютубе ролик, где изображали падение человека среди других людей, и никто даже не обращал на это внимания, никто не помог. Сейчас у людей стал очень сухой ум, хуже, чем раньше. Итак, это тоже вид щедрости – если кому-то нужна помощь, и вы помогаете, спасаете жизнь, или помогаете спасти карьеру, это тоже вид щедрости. А высший вид щедрости – это даяние мудрости. Это даяние учения Дхармы, когда своими знаниями, своей мудростью вы делитесь с другими. Это лучший способ им помочь. Если вы практикуете такую щедрость, то это становится причиной вашего счастья из жизни в жизнь. Это те объяснения, которые давал сам Будда.

Следующее, второе совершенство – это совершенство нравственности. Таким образом, если вы хотите высшего перерождения, в особенности, родиться человеком, не создав причины, в силу одних молитв такое невозможно. Специальная причина для рождения в



высшем мире человеком – это практика нравственности. Что касается нравственности, например, если вы кому-то что-то пообещали и не нарушили этого обещания, то это тоже становится причиной рождения человеком. Если вы что-то обещаете, держите свои обещания, это очень большие заслуги. Особенно, когда вы принимаете обет прибежища или обет бодхичитты, если далее вы их чисто соблюдаете, то это становится причиной рождения в высших мирах. Обет не вредить другим, обет отказа от десяти не благих деяний, если вы их соблюдаете, то все это становится причинами рождения в высших мирах. Это инвестиция. Поэтому, если вы хотите чего-то конкретного, то вам нужно делать специфическую инвестицию, а не просто так: «Пусть я буду счастлив жизнь за жизнью». Нужна конкретная инвестиция. Это как строительство дома. Начать нужно с фундамента, с подвала, такого, как я хочу. Далее сделать стены такие, как я хочу, окна тоже – как я хочу. Нужно создать множество специфических причин. Невозможно построить какой-то абстрактный дом, «дом вообще». Это как наука – какую причину вы создадите, такой результат вы и получите. Никто не преподнесет вам желаемого в качестве подарка.

Далее, если жизнь за жизнью вы хотите быть красивыми, для чего? Чтобы помогать другим. Если у вас уродливое тело, вам будет трудно помогать другим. А если вы очень красивы, то вам будет легко помогать другим. Если бы у меня было такое красивое женское тело, как у Тары, наверное, здесь на учении сидели бы одни мужчины. Поэтому красота, физическая привлекательность тоже становятся хорошим условием для помощи другим людям. Его Святейшество Далай-лама однажды сказал в шутку: «В будущем я не обязательно получу рождение мужчиной. Я могу родиться женщиной, но очень красивой женщиной». Потому что бодхисатвы думают только о благе живых существ. Если бы сейчас на моем месте советы давала очень красивая женщина, все мужчины с энтузиазмом согласились бы с ней. Поэтому я думаю, что действительно в будущем лучше родиться красивой женщиной, тогда русских мужчин будет легко взять под контроль. То, что говорил Далай-лама, это не было просто шуткой. Для этого была определенная причина. Итак, ваша цель – приносить благо живым существам. Чтобы помогать другим, вам нужно хорошо выглядеть, и причина этого – совершенство терпения. Когда Будда был бодхисаттвой, он всегда выглядел очень красиво и мог приносить благо большому количеству людей. Когда есть сочетание внешней и внутренней красоты, тогда можно легко помогать другим. Итак, что касается причины вашей красоты, и не в одной жизни, а на период из жизни в жизнь, и далее, когда вы достигаете состояния будды, вы обретаете невероятно красивое тело, которое обладает тридцатью двумя главными знаками отличия и восьмьюдесятью вторичными, -- все это является результатом практики совершенства терпения. Теперь вы понимаете, как вам выгодно терпение – из жизни в жизнь вы будете красивыми. А в этой жизни терпение делает ваш ум сильнее. Если вы это понимаете, тогда, если вас кто-то ругает, вы думаете: «Как хорошо, он помогает мне делать мой ум сильнее и также быть красивым из жизни в жизнь».

Вы этого не понимаете. Когда вас кто-то ругает, вы думаете об этом человеке, какой он плохой, какой он тупой. Поэтому в буддийской философии говорится, что среди живых существ нет ни одного, кто был бы вашим врагом. Даже если он критикует вас, даже если отрезает вам ноги, он не ваш враг, а ваш лучший помощник для развития вашего ума. Он помогает вам обрести красоту на период из жизни в жизнь. А кто является вашим врагом? Это не кто-то из внешних живых существ, а ваши омрачения, вот они действительно ваши враги. Это демоны. Чаще всего вы одержимы этими демонами. Плохих людей не бывает, чаще всего люди одержимы демонами. В этот момент вы становитесь как бы оракулом демона. Ваше доброе состояние ума спит, и в это время приходит «чужой», «пришелец». Все омрачения являются «пришельцами», а все благие качества вашего ума действительно являются гражданами государства вашего ума. Это очень большое открытие! Все хорошие качества вашего ума – это граждане вашего ума, а гнев, зависть, привязанность – все это

«чужие», это не ваши граждане. Кто же контролирует царство вашего ума? Чужие, пришельцы. Гнев, зависть, привязанность, эгоистичное состояние ума – именно они контролируют ваш ум, а все благие качества сидят в тюрьме. Настоящий царь – мудрость, познающая пустоту, слеп, и его у вас в настоящий момент просто нет. Поэтому в качестве царя неведение, а премьер-министр эгоистичное состояние ума. Что вам нужно сделать – это свергнуть их, произвести революцию. Слово «революция» происходит из буддийского учения.

Итак, в вашем уме неведение нужно заменить на мудрость, познающую пустоту, то есть очень важны знания. Эгоистичный ум нужно заменить на ум, заботящийся о других, который думает о счастье всех живых существ, а не об одном своем индивидуальном счастье. Гнев нужно заменить на любовь. Привязанность нужно заменить на не привязанность. У вас не должно быть привязанности к чему бы то ни было. Зависть нужно заменить на сорадование. Если вы видите в ком-то любые хорошие качества, вам нужно думать: «Как хорошо! Но эти внешние качества очень ненадежны, пусть у них будут хорошие внутренние качества, они надежны. Пусть их хорошие внутренние качества развиваются жизнь за жизнью». Вместо зависти просто им сорадуйтесь. Это называется буддийской практикой. Теперь вы поняли, что такое буддийская практика. Это революция, вы меняете систему в царстве вашего ума, делая ее более позитивной. Поэтому вам нужно понимать, что терпение не только сделает ваш ум сильным, но также сделает вас красивыми из жизни в жизнь.

Следующее – совершенство энтузиазма. В «Ламриме» и во множестве других текстов говорится о том, что вам нужно, если жизнь за жизнью вы хотите быть успешными людьми. Также у Эйнштейна спросили, в чем секрет успеха, и он назвал не гениальность, а упорный труд. А в «Ламриме» говорится – энтузиазм. В «Ламриме» говорится, что одного упорного труда недостаточно. Все буддийские мастера говорят, что слишком упорный труд, когда вы все время, день и ночь что-то делаете, не обязательно принесет вам удачу. Вам не нужно слишком упорно трудиться, а что вам нужно делать – это трудиться искусным образом. Такой искусный, умелый труд возникает благодаря знаниям. Если у вас много знаний, то ваш труд будет эффективным и не займет много времени. А если знаний у вас нет, вы можете трудиться изо всех сил день и ночь, но безуспешно. Поэтому в больших компаниях ценят знающих людей, профессионалов. Они не смотрят на то, какие у них мускулы. Они смотрят на то, какие у них знания, профессиональные навыки и тогда дают им большую зарплату. Поэтому говорится, что слишком упорный труд не так важен, не обязателен, а самое главное – трудиться умело, искусно, а для этого очень важны знания. Работать день и ночь не так важно. Вам необходимо знать, когда работать, а когда отдыхать. Очень важна своевременность, но лишь немногие знают, что такое своевременность -- подходящий момент времени для инвестирования, подходящий момент, чтобы снять свою прибыль. Для того чтобы правильно действовать -- не слишком поздно и не слишком рано, а своевременно, для этого очень важно иметь знания. В буддийской философии говорится, что когда вы обладаете драгоценной человеческой жизнью, это нужный момент времени, правильное время. В бизнесе знать правильное время, когда покупать или продавать акции – это очень незначительное знание по сравнению с буддизмом, где эти знания касаются бесконечных прошлых и будущих жизней. И в этом бесконечном количестве жизней момент своевременности, правильное время – это драгоценная человеческая жизнь.

Драгоценная человеческая жизнь – это как пик, подъем, она долго не продлится, и это самое лучшее время для инвестиций. Вам нужно использовать эту драгоценную человеческую жизнь, потому что в любой момент может наступить падение. Таким образом, своевременный момент для ментального развития – это когда я обладаю драгоценной человеческой жизнью. Это такой золотой шанс, я могу полностью исцелиться

от болезни омрачений и достичь состояния будды ради блага всех живых существ – когда я обладаю драгоценной человеческой жизнью. Это для вас становится таким озаряющим фактом. Если у вас впустую проходит хотя бы один день драгоценной человеческой жизни – как жалко! Если вы этого не понимаете, то вы глупы. Если один день проходит впустую – это очень жалко! Итак, когда вы понимаете буддийскую философию, вы понимаете, что когда вы обладаете драгоценной человеческой жизнью, это правильное время для развития ума. Это такой своевременный момент для того, чтобы освободиться из тюрьмы сансары. Этого вы не знаете. С безначальных времен и до сих пор, а также и в будущем вы являетесь заключенными в тюрьму сансары. Как же вы можете быть счастливыми? Если вы меня спросите: «Геше-ла, почему у меня так много проблем, одна уходит, а другая приходит?» Я отвечу: «Потому что вы в тюрьме сансары». Кто вас посадил в эту тюрьму? Вы сами. Бог этого не делал. Вы сами своими глупыми мыслями это создали. Вы следуете за любыми своими мыслями, не думаете – надо это вам или не надо, правильные это мысли или неправильные. Поэтому вы попали в тюрьму сансары.

Понимание этого и есть отречение: «Я нахожусь в тюрьме сансары. У меня нет свободы, я не могу определять, сколько мне прожить, когда мне умереть, где мне переродиться. У меня нет такого фундаментального права. Я хочу быть добрым, но омрачения этого не допускают». Все в этом мире хотят быть добрыми, но у вас нет права на это, потому что вам диктуют омрачения. Когда говорят о человеческих правах, о свободе слова, это просто мелочи. Что касается свободы слова, то она не имеет значения, поскольку самая главная свобода – это свобода определять, когда мне умереть и где родиться. Это очень важная свобода! Сейчас у всех есть свобода слова, все могут говорить, что хотят, но что это дает? Даже лучше, когда нет свободы слова, люди будут тише себя вести. От этой свободы слова распространяется очень много интриг, лучше, когда люди тише сидят. Раньше люди думали, что свобода слова – это главное, но это не главное. Итак, самая главная свобода – это свобода определять, когда мне умереть и где мне родиться. Этой свободы у вас нет. Вы можете спросить: «Геше-ла, а можем ли мы вообще обладать такой свободой?» Я отвечу: «Да, вы можете обладать такой свободой. У вас есть такое право с рождения, у всех есть природа будды». Это как право наследного принца или принцессы, и оно есть у всех живых существ, но вы об этом не думаете, потому, что не видите дальше своего носа.

Если вы будете изучать двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, то поймете, что являетесь очень бедными существами, не имеющими никакой свободы. И тогда в своем всепроникающем страдании и рождении под властью омрачений вы будете видеть свою главную проблему. Это ваша главная проблема – рождение под властью омрачений и далее смерть, умирание под властью омрачений. Если вы умираете под властью омрачений, то далее снова рождаетесь под властью омрачений, то есть, свободы нет. Когда ваш ум полностью освобождается от болезни омрачений, то далее вы умираете по собственному выбору, вы умираете из сострадания и далее перерождаетесь также из сострадания. Это в вашей жизни очень важный момент! Не красивый костюм, красивые украшения, красивая машина или статус – важна свобода родиться и свобода умирать. У нас у всех есть свобода выбора, но мы не свободны из-за ошибочного выбора в прошлом. В прошлом мы совершили такую ошибку, как рождение под властью омрачений. Это дебютная ошибка.

Далее, если вы снова родитесь под властью омрачений, то у вас вновь будут те же самые проблемы. Именно в этом вам нужно видеть свою главную проблему – это рождение под властью омрачений и умирание под властью омрачений. Например, если вы заболели туберкулезом, у вас высокая температура, кашель, то это не является вашей главной проблемой. Ваша главная проблема в том, что легкие страдают от болезнетворных бактерий. Но в легких вы проблемы не чувствуете, а чувствуете проблему где-то в горле, или боль в голове, жар в теле от высокой температуры. Но там, где вы видите проблему,

там ее нет. Все видимые проблемы связаны с главной проблемой – бактериями в легких, но они не видны глазу. Это видят ученые, которые в результате исследований определили, что главная проблема – это не высокая температура, не кашель, а бактерии в ваших легких. Это научный факт. Также и в жизни, если я вас спрошу, в чем ваша главная проблема, вы скажете, что это или работа, или сосед, муж или жена, но это не главные проблемы. Если вы скажете, что все знаете о своей жизни, я скажу, что вы плохо знаете свою жизнь. Вы имеете очень плохое представление о своей жизни. Тогда вы спросите: «Геше-ла, а в чем же моя главная проблема?» На это я скажу вам, что ваша главная проблема в том, что у вас нет свободы определять свое рождение и смерть. Вы рождаетесь и умираете под властью омрачений. Почему? Потому что подобный легким ваш ум страдает от болезни омрачений. Пока у вас есть такая болезнь омрачений, одна проблема будет уходить, но на ее место будет приходить другая проблема, и это факт.

Если внутри своего ума вы обретете убежденность, что это правда, это факт, тогда вам не нужны будут толстые книги, у вас глаза уже будут открыты. Вы будете понимать: «Все те проблемы в жизни, которые я считал главными – это не главные проблемы. Главная проблема в моей жизни – это болезнь омрачений. Это как бактерии в легких моего ума. Пока в моем уме будут бактерии омрачений, конца проблемам не будет. Когда бактерии омрачений полностью уйдут из моего ума, это будет нирвана». Это называется освобождением, освобождением от болезни омрачений. И по поводу этой свободы Будда говорил, что все живые существа обладают таким правом. Это основополагающее право для всех живых существ. Раньше люди были убеждены, что им нужно бороться за человеческие права, за свободу слова. Но почему важны только человеческие права? Важны права всех живых существ. Ваше право и право всех живых существ – это право обладать умом, полностью свободным от болезни омрачений. Это ваше основополагающее право. Что касается счастья нирваны, то все живые существа имеют право этим наслаждаться.

Когда ваш ум избавляется от беспокоящих факторов, омрачений, когда в нем не остается ни единого беспокоящего фактора, то для ума это состояние невероятного удовольствия, блаженства безмятежности. Это называется нирваной. Когда в вашем уме нет ни единой капли беспокоящих эмоций, ум излечен от всех омрачений, это такое счастье! Вам не нужно искать каких-то материальных вещей, чтобы обрести счастье. Когда ваш ум свободен от всех омрачений, в нем естественно, автоматически присутствует счастье безмятежности. Поэтому вам не нужно гнаться за счастьем, а нужно устранить все беспокоящие факторы вашего ума, и тогда это счастье, безмятежность проявится в вашем уме автоматически. Это буддийское учение. Это называется вечным счастьем. Я сейчас рассуждаю не с религиозной, какой-то догматической точки зрения, а с точки зрения науки. Это универсальный факт: если ваше счастье зависит от временных факторов, то и ваше счастье тоже будет временным. Это логика. Если ваше счастье зависит от продолжительных факторов, то и ваше счастье тоже будет продолжительным. А наш подход к счастью детский, мы думаем, что станем счастливы, если что-то приобретем. Это временный фактор счастья. Что бы вы ни обрели во внешнем мире, это временный фактор, который долго у вас не продлится. Даже солнце однажды погаснет, когда прогорит весь газ.

В буддизме говорится, что существует вечный фактор счастья, и это является новым открытием. Вы не можете как-то приобрести такой фактор, но он может стать вашим посредством потерь. Вы не можете как-то погнаться за этим фактором, где-то его найти, обрести. Вы сможете его достичь только через потери. Вы можете сказать: «Геше-ла, но терять очень легко, почему у нас до сих пор его нет?» И здесь вы вновь думаете как маленькие дети. Некоторые потери действительно даются очень легко. Например, не составляет труда проиграть в какой-то игре, или потерять ключи от автомобиля, телефон

или кошелек. Это действительно очень просто, на один миг забылся – и все, потерял. Я говорю не о таких потерях. Есть другой уровень потерь, который дается с большим трудом -- это, например, потерять свой вес. В буддизме говорится, что если потеря не составляет никакого труда, то и никакой ценности в ней тоже не будет. Ценность потери определяется тем трудом, с которым эта потеря дается. Я говорю сейчас про полных людей, которым трудно похудеть, и если они достигнут потери веса, то обретут соответствующие большие преимущества. Например, если вы страдаете от недержания или болеете, в этом случае похудеть очень легко, а в противном случае похудение дается с большим трудом. Полным людям похудеть трудно. Там, где есть трудность, там больше выгоды, если от этого зависит здоровье.

Но это не самое главное, потерять омрачения в своем уме – вот это действительно очень трудно. Например, утрата какой-то болезни вашего тела – это тоже достигается с большим трудом. Необходимо принимать массу антибиотиков. Недавно была пандемия коронавируса, и потерять его было очень нелегко. Чем тоньше проблема, тем труднее от нее избавиться. Вирусы еще тоньше, чем бактерии, от них тяжелее избавиться. Но омрачения еще тоньше, чем коронавирус. Вирус можно увидеть в микроскоп, а омрачения вообще невозможно увидеть. Он разрушает наш ум, но не виден глазу. Это наука. Если вы зададите мне вопрос: «Геше-ла, почему мне так важно потерять все омрачения моего ума?» Я отвечу: «Потому что ваши нежеланные страдания возникают из-за этих омрачений. Пока в вашем уме остаются эти вирусы или бактерии омрачений, вашим проблемам не будет конца». Такая здесь логика. Это буддийская наука. Когда вы уберете из своего ума все беспокоящие эмоции, омрачения, кто сможет побеспокоить ваш ум? Никто не сможет побеспокоить. Ваш ум будет постоянно спокоен и счастлив. Это называется нирваной. Поэтому не нужно искать покоя ума, нужно убирать беспокоящие факторы, и тогда придет маленький покой ума. Когда вы делаете свой грубый гнев чуть-чуть меньше, сразу приходит покой ума, когда делаете чуть-чуть меньше грубую привязанность, сразу становится приятно. Когда вы делаете свое огромное эго чуть-чуть меньше, говорите себе: «Я не самый главный, все одинаково важно», сразу беспокоящие факторы в вашем уме становятся тоньше. Ваш ум становится более стройным. Сейчас у вас толстое эго, толстый гнев, толстая привязанность, толстая зависть. Как вы можете быть счастливыми? Вам нужно ментально похудеть, чтобы у вашего ума стала красивая фигура.

Это ваша практика, начинайте эту практику с сегодняшнего дня. Это настоящая буддийская практика, настоящая наука об уме. Если вы будете заниматься такой практикой, если уменьшите количество своих омрачений, вы будете буддийским ученым, потому что вы над собой проводите эксперимент. Сделайте свои омрачения меньше и посмотрите – меняется что-то в вашей жизни или нет? Вы все ученые, и для этого не нужно иметь диплом. Главное – понять смысл учения и провести эксперимент со своим умом, не бояться этого и получить свой опыт. Через свой опыт вы поймете – да, это так и есть, теперь я понял. Раньше вы ничего не понимали, потому, что просто повторяли чужие слова, но не применяли их на своем опыте. Я хотел бы, чтобы вы стали такими живыми буддийскими учеными. Вы начинаете такую буддийскую науку на первом уровне. Чем больший опыт вы будете приобретать, тем более высоким буддийским ученым вы будете становиться, или более высоким йогиним. Йогин – это не тот, кто просто изучал тексты, но тот, кто ставил эксперименты и достиг определенного прогресса. Йогин – это ученый, который ставит эксперимент. Поэтому Эйнштейн сказал, что тот, кто не экспериментирует, тот трус. Я хочу, чтобы вы не были трусами, чтобы были храбрыми. Делайте эксперименты и смотрите – это факт или неправда? Если это правда, тогда занимайтесь еще глубже. И тогда далее вам будут полезны шаматха и випашьяна. Сейчас вам рано заниматься шаматхой и випашьяной, для вас главное – это производить эксперименты со

своим умом – делать свои омрачения тоньше, а хорошие качества ума – наоборот толще, больше. Это ваша практика.

Итак, начиная с сегодняшнего дня, проводите эксперименты, практикуйте и смотрите – работают мои советы или нет? Если они будут работать, тогда получайте больше учений и больше занимайтесь практикой. Это научная система. В тибетской медицине тоже так принято. Сначала вам дают лекарство на одну неделю, и вы проверяете – помогает вам это лекарство или нет. Если лекарство чуть-чуть помогает, это хорошо, значит, вам нужно продолжать его принимать. Значит, эффект есть, и далее вы будете чувствовать себя все лучше и лучше. Если лекарство не помогает, тогда нет смысла его принимать, нужно поменять лекарство. Мои советы – это невидимые лекарства. Я их не придумал, это советы великих мастеров прошлых времен. Если вы будете правильно им следовать, то невозможно, чтобы они не помогли вам в вашей жизни. Это невозможно! Раньше эти советы помогали живым существам, сейчас помогают живым существам, и в будущем только эти советы будут помогать живым существам.