

Геше Джампа Тинлей
Осенние учения
Лекция №6
30.11.2024
Москва

Итак, я очень рад вас всех видеть на учении. Для получения учения в первую очередь нужно породить правильную мотивацию. Ее нужно породить и мне, и также вам. Если вы это сделаете, то получение учения для вас станет одной из самых мощных практик Дхармы. Это самая мощная практика – с правильной мотивацией получать учение от подлинного наставника, подлинного мастера, в особенности, если это ваш коренной Духовный Наставник. Это самое благотворное для вас. Проблема состоит в том, что корень наших страданий – это неведение. Пока мы не устраним неведение, наши проблемы не могут быть разрешены, сколько бы мы ни молились, а чтобы устранить неведение, нам нужно взрастить мудрость. Даже шаматха, высокий уровень однонаправленной концентрации необходима не для того, чтобы вы, развив эту концентрацию, наслаждались, получали удовольствие. Это высокое сосредоточение, шаматха необходима для того, чтобы далее развить мудрость, напрямую, познающую пустоту. Это высшая мудрость, которая порождается на базе медитации. Без шаматхи ее обрести невозможно.

Второй уровень мудрости – это мудрость, возникающая на основе размышления. Чтобы обрести мудрость на основе размышлений, вам необходим богатый материал. Поэтому без обретения мудрости на основе слушания учения вы не сможете обрести мудрость на основе размышлений. А без мудрости, возникающей на основе размышлений, даже если вы разовьете шаматху, вы не сможете достичь випашьяны. Поэтому эта мудрость очень-очень важна для обретения випашьяны. Чтобы развить випашьяну, как противоядие от болезни омрачений вашего ума, вам с одной стороны необходима шаматха, а с другой стороны – мудрость на основе размышлений. Для этого мудрость на основе размышлений очень и очень важна. Вам очень важно понимать этот механизм, и тогда вы осознаете, насколько важны эти вещи.

Чтобы обрести мудрость на основе слушания учения, необходимо слушать подлинного Духовного Наставника с правильной мотивацией. В этом случае, после двух часов такого учения вы обретете мудрость на основе слушания учения. На этот счёт в "Ламриме" объясняется, каким образом правильно слушать учение. Его необходимо слушать со свободой от трёх изъёнов сосуда и с шестью осознаниями. Все это инструкции для нашего самосовершенствования. Три изъёна сосуда вы знаете, поэтому повторять я их не буду. Второй, очень важный момент – это получать учение с шестью осознаниями, самое главное из которых это осознание себя больным человеком, страдающим от болезни и омрачений: "Я страдаю под властью омрачений, от болезни омрачений, и до тех пор, пока я рождаюсь под властью омрачений, моим страданиям нет конца. Чтобы исцелиться от этой болезни омрачений, я слушаю учение, я практикую Дхарму". Ну, а если у вас какие-то больные фантазии, что вы станете каким-то сверхъестественным, каким-то особенным человеком, то это неправильная мотивация для получения учения. Это не выдуманное учение, все это преподавал Будда. В сутрах Будда говорил: "Получайте учение с осознанием себя больным человеком, с осознанием Учителя Будды как достоверного существа, как подлинного врача, а Дхармы как лекарства. Слушайте учение с искренним желанием применять это учение для своего развития".

Вы получаете учение не для того, чтобы потом рассказывать другим людям, что вы знаете то-то и то-то. Каждый раз, когда вы слушаете учение, вы должны приоткрывать для себя, что вот такой-то аспект моей практики слабый, и вот сейчас благодаря этим наставлениям я смогу укрепить тот или иной аспект практики. И шестое осознание – это когда вы получаете учение для того, чтобы учение Будды длительное время сохранялось в нашем мире.

Итак, сохраняйте эти осознания, а также получайте учение с мотивацией избежать перерождения в низших мирах, обрести высшее перерождение, с мотивацией освобождения от сансары и с мотивацией достижения состояния будды во благо всех живых существ. Тогда по истечении этих двух часов вы достигнете реализации мудрости, возникающей на основе слушания учения. Это называется реализацией. Вы думаете, что реализация – это умение летать в небе или умение погружаться на дно океана. Но на самом деле это не так. Если вы получаете учение от вашего Духовного Наставника с правильной мотивацией, в этом случае, благодаря двум часам получения такого учения, вы обнаружите, что в вашем уме зародилась невероятная мудрость на основе слушания учения. И постепенно, накапливая эту мудрость капля за каплей, вы сможете накопить целый океан мудрости. Если вам кто-то говорит, что слушать учение не важно, а самое главное – медитировать, это означает, что этот человек не знает учения Будды. Если бы наша практика сводилась только к такой медитации, когда мы сидим, не думая о прошлом, не думая о будущем, находимся в настоящем моменте, зачем тогда Будда передал восемьдесят четыре тысячи наставлений?

Для развития однонаправленного сосредоточения вполне нормально, что вы не думаете о прошлом, не думаете о будущем, а стараетесь как можно дольше оставаться в настоящем моменте времени, но при этом, если вы все время находитесь в таком состоянии безмыслия, однонаправленной концентрации, то это очень глупое состояние. Например, вы приходите в спортзал, и тренер вам дает какое-то конкретное упражнение – например, сгибать руку с таким-то весом. Вы возьмете килограммовую гантель и будете вот так сгибать руку. Но это предназначено для конкретной мышцы, и если вы каждый раз, приходя в спортзал, будете повторять одно и то же упражнение, это будет глупо. Тогда в результате у вас одна рука будет накачана, а другая нет. Для конкретной причины полезно сгибать руку, но если вы всё время будете выполнять одно и то же упражнение, это очень глупо. С точки зрения здравого смысла я могу предполагать, что опытный тренер даст вам такой совет – что для полного развития вашего тела вам необходимо выполнять упражнения на все аспекты. Он не скажет так, что вы специалист в области рук, поэтому тренируйте только руки, или вы специалист по ногам, поэтому тренируйте только ноги.

Но если говорить о бизнесе, то это уже другое дело. Например, если это касается IT, то вы изучаете только IT, но если говорить о тренировке вашего тела или лечения тела, то тут важно уделять внимание всем аспектам. Особенно для развития ума очень важно тренировать все аспекты для безупречного здоровья ума. Поэтому, если вы скажете, что я профессионал, практик дзогчена, или практик махамудры, или практик Ямантаки, практик лоджонга, чода – это будет просто глупо. Вам нужно тренировать все аспекты практики для безупречно развитого ума. Точно так же, как опытный тренер скажет вам, что необходимо выполнять упражнения на все аспекты вашего тела – для безупречно развитого тела.

Это такие очень близкие примеры, касающиеся тела и ума, и эти аналогии очень подходят друг к другу. В буддизме говорится, что не каждая аналогия может быть справедливой, но некоторые действительно очень близко отражают друг друга, а если в каких-то аналогиях есть логические противоречия, то они не подходят друг другу.

Что касается нашего учения, то в прошлом году мы говорили с вами о карме, и я считаю, что это очень важный момент. Некоторые мастера, например, говорят, что буддийская практика начинается с практики кармы, другие говорят, что буддийская практика начинается с прибежища, но если вы исследуете, то обнаружите, что здесь в итоге смысл один и тот же. Например, если говорить о главной Дхарме начального уровня, то она включает практику прибежища и практику кармы, то есть здесь две Дхармы – это непоколебимая вера в Три Драгоценности и непоколебимая вера в закон кармы. Если вы развиваете эти две Дхармы в собственном уме, то освобождаетесь от низших перерождений и закладываете перерождение в высшем мире. Если вы не развиваете Дхарму в собственном уме, а только молитесь чему-то внешнему, то даже Будда не сможет так щелкнуть пальцами и в какой-то момент спасти вас от низших перерождений и гарантировать перерождение в высшем мире. Но когда вы порождаете веру в Будду, Дхарму и Сангху, то они могут создать для вас условия, чтобы вы не переродились в низшем мире, а обрели одно из высших перерождений. С верой в закон кармы вы будете очищаться от отпечатков негативной кармы и накапливать заслуги, и тем самым будете создавать причины для рождения в высших мирах. Так, вера в Будду, Дхарму и Сангху создает условия для проявления благих причин, но главные причины создаются благодаря вере в закон кармы.

Итак, в понедельник и четверг я делаю упор на практике прибежища, а в субботу я хотел бы особый акцент перенести на практику закона кармы, поскольку эти две темы в начале являются очень-очень важными. Грубого представления о карме недостаточно. Вам необходимо изучить закон кармы во всех подробностях, и тогда вы сможете использовать эти знания для того, чтобы устранять большое количество отпечатков негативной кармы и накапливать большие заслуги, а это две из четырех ваших слабостей. Итак, очень важно понимать, что из четырёх слабостей, первую слабость – опору на неправильные объекты, вы устраняете благодаря развитию веры в Будду, Дхарму и Сангху, а остальные три слабости вы устраняете благодаря развитию веры в закон кармы.

Почему вы не можете контролировать негативное поведение тела, речи и ума? Потому что у вас нет глубокой убежденности, веры в закон кармы, и поэтому такое поведение у вас проявляется спонтанно. Если, например, у вас повышен сахар в крови и перед вами кусок вкусного торта, то вы подумаете так, что благодаря какому-то временному удовольствию я не хочу в будущем лишиться органов своего тела и умереть преждевременной смертью. Поэтому у вас пропадет желание его есть. Вам не составит труда отказаться от кусочка торта, если вы обрели в этом убежденность. Что касается детей, то у них не появляется такой убежденности, потому что они не знают всех подробностей, поэтому, если папа и мама отвернулись, они схватят кусок торта. Итак, благодаря подробному пониманию вы сможете с легкостью взять под контроль свои тело, речь и ум, и благодаря такому контролю над телом, речью и умом, вы постепенно будете становиться все счастливее и счастливее. И такого результата вы добьетесь благодаря подробному пониманию закона кармы.

Если вы поймете, насколько тяжелыми являются последствия проявления негативной кармы, тогда вы захотите очищаться от негативной кармы. Вы будете очищаться от негативной кармы, созданной вами в прошлом, больше не будете совершать новой негативной кармы, и далее также захотите наращивать объем тех незначительных отпечатков позитивной кармы, которые у вас есть, увеличивать его. Это будет вашей силой. Для того, чтобы устранить четыре слабости, вам нужно взрастить четыре силы, и эти силы порождаются на основе веры в Будду, Дхарму и Сангху и веры в закон кармы. Чтобы породить прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе, чтобы развить веру, вам необходимо точно понимать, кто есть Будда, что есть Дхарма, кто есть Сангха, почему они являются подходящими объектами для принятия прибежища. В этом случае ваше прибежище будет более научным, и ваша вера в Будду, Дхарму и Сангху будет опираться на ясное понимание. Такой вид веры называется «драгоценная вера». Если вы развиваете веру на основе понимания истины, то эта вера становится непоколебимой.

Например, если вы начинаете разбираться в собственной болезни, такой, как диабет, то в итоге начинаете приходить к такой убежденности, к такой вере, что неразборчивая диета очень вредна, а, наоборот, контроль над диетой и физические упражнения, физкультура являются очень полезными для здоровья. Затем, когда вы получите собственный опыт, благодаря контролю над диетой и благодаря физическим упражнениям, то спустя какое-то время возьмете анализ крови и увидите, что уровень сахара в крови у вас стал меньше. В этом случае вы обретете собственный опыт, и ваша вера, основанная на этом опыте, будет непоколебимой.

То, что ученые говорят о здоровье нашего тела, то же самое в буддизме говорится по поводу здоровья нашего ума. Если вы будете контролировать негативное поведение тела речи и ума, будете очищаться от негативной кармы, будете накапливать большие заслуги, то здесь нет такого, как в случае с сахарным диабетом, когда результат приходит уже на следующий день. Здесь, например, вы берете такой промежуток времени, как год, и вот спустя год вы можете увидеть, что разница в состоянии ума уже очень большая. Но если вы очень чувствительный человек, то сможете заметить определенную разницу уже через месяц, а через год вы совершенно точно заметите большую разницу. Поэтому подробное понимание учения очень важно для вашего развития.

Некоторые люди говорят, что иметь мало знаний опасно. На это я говорю, что малое количество знаний не представляет опасности, а опасны половинные знания. Это касается не только науки, но и буддизма. Например, если вы читаете книги так, что из каждой берете по чуть-чуть, немножко отсюда, немножко оттуда, то в итоге это может стать очень опасным. Вы все будете знать по чуть-чуть, но ни одну область не будете понимать полностью, во всех деталях, и вот это опасно. Также и в области бизнеса, если в разных направлениях бизнеса вы разбираетесь по чуть-чуть, но целиком и полностью не освоили ни одного из направлений, тогда для бизнеса это кошмар. Поэтому, даже если у вас мало знаний, очень важно, чтобы эти знания были целостными, это намного важнее, чем иметь много знаний, но не полных. Так, если это тема прибежища, то нужно во всех подробностях изучить прибежище, если это тема кармы, то нужно во всех деталях изучить закон кармы, и тогда вы станете профессионалом.

Если дело доходит до подробного понимания, то это может быть неинтересно, потому что это трудно изучать, но если это какая-то общая информация, то она может быть интересной, но пользы не представляет. Поэтому, если вы хотите, чтобы учение было полезным для вас, не думайте о том, что будет интересно. Интересно вам или не интересно, это неважно. Я не думаю о том, будет вам интересно или не будет, меня это не интересует. Люди, которые заинтересованы в большом количестве учеников, думают о том, что надо говорить этим ученикам, чтобы поддержать их интерес. Но в этом случае они обманывают друг друга. Поэтому учителям никогда не нужно давать то учение, которое большинству учеников будет интересно. Если вам интересно слушать о махамудре, то давать махамудру, если вам интересна тема медитации, то давать учение по медитации. Зачем это нужно? Вы не должны приходить сюда с такой мыслью, что вот Геше-ла передаст мне учение, которое будет для меня интересным. На самом деле я должен давать вам учение, которое, самым главным образом, будет вам полезно.

Когда Атиша прибыл в Тибет, многие люди начали обращаться к нему с просьбой передать учения по махамудре, по шести йогам Наропы. Атиша не отвечал, и тогда эти просьбы начали озвучивать все громче и громче. Атиша на это сказал: «У меня есть уши, я могу это слышать. Но для того, чтобы практиковать Дхарму, чтобы практиковать шесть йог Наропы, махамудру, в первую очередь очень важна вера». Атиша говорил о вере в Будду, Дхарму и Сангху и вере в закон кармы – это самое основополагающее, это два вида Дхармы. Они думали так, что на самом деле вера у них есть, что они все верующие люди, но в действительности подлинной веры у них не было. Они думали, что у них есть вера, но это была слепая вера. У них не было настоящей веры, их вера была похожа на суеверие. Если бы вы спросили у них, почему вы верите в то-то и то-то, у них не нашлось бы ни одного хорошего обоснования. Почему это так? Потому что они не учились.

На самом деле, если изучать тему прибежища, то это очень обширная тема, и тема закона кармы тоже очень обширна, например, в “Абхидхарме” ей полностью посвящена четвертая глава. Эта глава в “Абхидхарме” начинается с таких слов, что из кармы возникли все вселенные, все планеты. Это означает, что и планеты, и вселенные были созданы не Богом-творцом, а возникли в силу закона кармы, и далее подробно рассматривается, что такое карма. Здесь рассматриваются планеты, вселенные и существа, которые обитают в этих вселенных, и, например, какие-то ужасные миры, где испытываются невероятно суровые страдания, и также рассматриваются очень красивые планеты, где люди живут с очень высоким уровнем жизни. Всё это порождается в силу закона кармы, а не благодаря творению Бога.

Если бы Бог являлся творцом всего сущего, в этом случае невозможно ответить на большое количество вопросов, будут появляться логические противоречия. Например, зачем Бог создал такие опасные болезни, которыми заболевают маленькие дети? Чем они провинились? Почему Бог не направляет болезни на тех людей, которые причиняют огромный вред нашей планете, разрушают ее? Те, кто должен страдать, не страдают, но при этом страдают те, кто не должен страдать. Почему это так? Что вы на это ответите? Логического ответа на это не будет. В христианстве, исламе на это ответа не будет. Если говорить об индуизме, то они придерживаются такой точки зрения, что вначале все было сотворено Богом, а потом уже все подчиняется закону кармы. Так они возвращаются к буддизму.

Вначале в индуизме не было такого представления о законе кармы, но когда обнаружилось большое количество логических противоречий во время диспутов между буддистами и индуистами, то они усовершенствовали свои доктрины, и в итоге остались такого мнения, что вначале все было сотворено Богом, а затем все начало существовать в рамках закона кармы. С буддийской точки зрения, если вы придерживаетесь представления о Боге-творце, то вы не можете установить функционирование закона кармы. Или, если вы придерживаетесь того мнения, что все сотворено кармой, подчиняется закону кармы, то это уже не сочетается с представлением о Боге-творце. То есть и то, и другое вместе не сосуществует. Например, если вы на сто процентов принимаете закон сохранения массы и энергии, то вы также не сможете придерживаться представления о Боге-творце, поскольку будут противоречия. Потому что, опираясь на закон сохранения массы и энергии, можно сказать, что совершенно невозможно создать какой-либо новой материальной частицы, чтобы из ничего вдруг появилась какая-то новая частица – это совершенно невозможно, в науке и в буддизме это утверждается одинаково. Невозможно, чтобы Бог щелкнул пальцами, и из ничего появилась какая-то новая частица. Поэтому и в буддизме, и в законе сохранения массы энергии говорится, что у материальных частиц нет начала, и если нет начала, то как можно что-то создать? Это логическое противоречие.

Итак, это нужно знать и изучать эти вещи с окончательными заключениями. Мы сейчас только что говорили о заключениях, и в этом случае вы не будете смешивать разные философские взгляды. Если вы, например, придерживаетесь представления о Боге-творце, то вам придется оставить мысль о законе кармы, или, если вы придерживаетесь закона кармы, то не может быть Бога-творца. То есть вы не должны быть ни рыбой, ни мясом. Вы должны быть либо рыбой, либо мясом.

Однажды Десмонд Туту спросил Его Святейшество Далай-ламу: “Что такое теория пустоты?” На это Его Святейшество сказал: “Даже не задумывайтесь о теории пустоты, вы верите в Бога-творца. Просто верьте в Бога, становитесь лучше, и это тоже будет хорошо. Слушайте того, что говорит Бог, что Он советовал в Библии, и старайтесь становиться более хорошим человеком, и это тоже будет очень хорошо, очень полезно”.

Это поможет обрести высшее перерождение, но освободиться от сансары таким образом будет невозможно. Для этого вам необходимо будет изучать теорию пустоты. Без теории пустоты только в силу молитв Богу освободиться от сансары невозможно. Это универсальный факт. Поэтому я не говорю, что христианство – плохая религия. Я считаю, что христианство – хорошая религия, она помогает большому количеству людей. Я действительно очень уважаю эту религию. Но если вы меня спросите, а можно ли в христианстве освободиться от сансары, то я скажу, что нет, этого нельзя сделать. Это просто факт.

Например, если говорить о европейской медицине, то не существует таких лекарств, которые могли бы полностью излечить пациента от диабета, потому что нет таких веществ, которые могли бы укрепить органы в нашем организме. Европейские врачи прописывают такие лекарства, таблетки, которые контролируют уровень сахара. Из-за чего у нас в крови может подняться уровень сахара? Из-за того, что наши органы, такие как печень и почки, функционируют неправильно. В тибетской медицине есть такие лекарства, которые способны укрепить работу почек, работу печени, и если это

происходит, то уровень сахара в крови автоматически уменьшается. Вам не нужно контролировать кровь. Благодаря укреплению работы почек и печени автоматически уровень сахара в крови уменьшается. Это факт. Я не говорю, что европейская медицина плохая, но тем не менее, в ней нет таких лекарств, которые могут полностью излечить от диабета. А что касается тибетской медицины, то там есть такие лекарства, которые укрепляют работу печени и почек, благодаря чему восстанавливается нормальный уровень сахара в крови, и вы излечиваетесь от диабета. И это доказано, это говорю не только я, но я тоже являюсь доказательством того, что тибетская медицина действительно работает таким образом, уменьшает сахар в крови.

Точно также учение не только в области здоровья тела, но и в области здоровья ума должно быть очень научным. Впервые, когда Будда появился в нашем мире, первая наука, которая возникла в нашем мире, была наука об уме, а позже появилась материальная наука. У меня возник такой вопрос: «Почему?» Ведь ментальная наука должна бы появиться после материальной науки? Почему она появилась первой? Я исследовал этот вопрос и пришел к выводу, что в то время большее количество людей интересовались здоровьем ума. Большинство людей были заинтересованы именно в развитии благих качеств ума. Они даже могли не знать подробностей учения, но хотели развивать шаматху, придерживаться хорошей нравственной дисциплины, этики. Випашьяны в то время не было, но они развивали какой-то уровень сосредоточения и придерживались хорошей нравственности. В то время высоко ценили и уважали таких людей, которые обладали высокой нравственностью, высокими принципами, а также большими знаниями. Их уважали, как Илона Маска. В настоящие дни проявляют уважение к таким людям, как Илон Маск или Билл Гейтс, в зависимости от количества долларов, которыми они обладают. Итак, поскольку людей больше всего интересовало развитие ума, Будда представил им науку об уме. По поводу индуизма тоже нужно сказать, что это не какая-то одна система знаний, здесь существует очень много разнообразных направлений, разных догм. Среди всех индуистских теорий школа Санкхья представляла очень интересную философскую систему, похожую на буддийскую, но не полностью. Я не знаю на самом деле, каковы подробности в этом вопросе, поэтому не хотел бы больше говорить.

Итак, Будда был первым ученым в нашем мире, который представил науку об уме. Будда передал очень ясное представление, и это была подлинная теория. Будда говорил, что не следует принимать эту теорию слепо, важно применять ее на практике, экспериментировать. Даже если это подлинная теория, необходимо провести эксперименты и убедиться в том, что она работает, и если вы действительно обнаруживаете, что она дает результат, тогда ее принимайте. Такая наука об уме появилась в нашем мире две с половиной тысячи лет тому назад. Позже эта ментальная наука начала деградировать, и все большую силу набирала материальная наука. Почему? Потому что в области науки об уме на достижение результатов требуется время. Люди обычно не хотят ждать долго, они хотят быстрых результатов. Материальная наука приносила более быстрые результаты, поэтому она начала развиваться быстрее. Даже монахи, которые обучаются в монастырях, например, если видят айфон, их это поражает, и они видят, что это просто невероятное устройство. Были такие случаи, что некоторые монахи после получения образования уезжали в Америку, снимали монашеские обеты и в итоге говорили, что в жизни допустили только одну ошибку – это с выбором образования,

потому что с помощью философии денег не заработать. Если бы они изучали какую-то другую область, то смогли бы сейчас больше зарабатывать. Это правда. Зачем изучать философию, если вас интересует заработок денег? Если вы заинтересованы в деньгах, не изучайте философию, отправляйтесь в какую-то другую область, изучайте ее и там зарабатывайте. Философия предназначена не для денег, а для развития ума, но если сравнивать материальное развитие и развитие ума, то ментальное развитие важнее.

А теперь, что касается кармы. Итак, Васубандху говорил о том, что все берет начало в карме. И далее вопрос: «Что такое карма?» Здесь Васубандху рассмотрел четыре характеристики кармы. Очень важно понимать четыре характеристики кармы. Первая характеристика – карма определена. В "Ламриме" четыре характеристики кармы также рассматриваются очень подробно. Эту тему понимать очень важно, и чтобы во всех подробностях понять закон кармы, в первую очередь нужно понять, что такое карма. Вам необходимо такое системное изучение этого вопроса, и первый вопрос, который мы задаем: «Что такое карма?» Ответ на него: «Карма – это действие».

Будда говорил, что, какое бы действие вы ни совершили на уровне тела, на уровне речи или на уровне ума, информация об этих действиях не исчезает бесследно, а оставляет у вас в уме отпечатки, которые называются кармическими отпечатками. Если говорить о физическом уровне, что здесь представляет собой закон кармы? Это, например, прием пищи. Если вы питаетесь какой-то вредной едой, то информация о ней остается у вас в теле на клеточном уровне. Или, если вы кушаете что-то хорошее, полезное для здоровья, то информация об этих продуктах тоже останется в теле на клеточном уровне. Буддизм не исследует тело. Буддизм занимается умом. Область буддизма – это ум. Но что касается ученых, то они в ходе своих исследований начали говорить то же самое, что и в буддизме. Они говорят, что в отношении еды, какую бы пищу мы ни принимали, информация о ней не исчезает, а остается у нас в теле на клеточном уровне. В итоге таких исследований ученые приходят к заключениям, что наше тело является следствием того, что мы едим, и это очень интересно. Это наука, вам нужно ее использовать для здоровья своего тела.

Не говорите так, что я профессионал в области IT и буду изучать только IT. Поскольку вы обладаете телом, то вам также необходимы знания о здоровье своего тела. Я тоже, например, интересуюсь такими знаниями. Настоящие ученые, когда исследуют эту тему, приходят к выводу, что настоящее лекарство – это не таблетки, а настоящее лекарство – это здоровая еда, которой вы питаетесь. Я слышал мнение одних ученых на YouTube, они говорили о том, что на самом деле в аптеках нужно продавать не лекарства, а здоровую еду. Это настоящее лекарство. Это действительно хороший момент. На это есть хорошие причины. Но те, кто занимается фармакологическим бизнесом, не хотят, чтобы люди понимали эти вещи, потому что в этом случае никто не будет покупать их лекарства. Поэтому для них, чем больше люди находятся в неведении, тем больше их бизнес будет процветать. В области физического здоровья нам очень важно питаться здоровой едой, не пить, не курить, не делать ничего, что могло бы навредить нашему телу. Это будет лучшим лекарством. Даже не обязательно выполнять слишком много разнообразных упражнений, немного физкультуры каждый день – этого достаточно. Например, у себя дома, когда вы наводите порядок, сортируете вещи, то это само по себе самое лучшее упражнение. Об этом также говорят ученые. Что касается других упражнений, например, в спортзале, где вы нагружаете себя большим весом, то все это, в конце концов,

в долгосрочной перспективе не полезно, будет иметь побочные следствия. А если вы убираетесь дома, например, вытираете пыль, то вы можете произносить буддийскую мантру: «Убирая пыль, убираю омрачения». Итак, наши тело и ум очень похожи, и поэтому наука в области нашего ума и в области нашего тела также имеют много параллелей.

Итак, вам нужно понимать, что карма – это действие, это действие тела, речи и ума. Здесь вам нужно понимать, что главная карма – это ментальная карма, ментальные действия, а действия тела и речи – это пути кармы. Если вы в большей степени углубитесь в изучение ума, что такое ум, то в уме присутствует большое количество разнообразных ментальных факторов. Так какой же из ментальных факторов называется кармой? Это намерение. В буддизме говорится, что намерение – это главная карма. Например, если совершено убийство, то в суде при рассмотрении этого дела не будут просто выносить такое постановление, что поскольку он убил человека, он должен десять лет провести в тюрьме. Вначале спросят, по каким причинам, с каким намерением он совершил убийство. Если, например, намерением была самооборона, то здесь не будет такого десятилетнего срока. А если намерение заключалось в том, чтобы спасти большое количество людей, то решение суда будет совсем другим. Например, это был террорист, который хотел взорвать бомбу где-нибудь в торговом центре, и у вас не было выбора, вы не хотели, чтобы погибла тысяча человек, и поэтому пришлось его застрелить. В этом случае вас не посадят в тюрьму, а наоборот, наградят за это. Итак, разница заключается в намерении. В кодексе, в своде законов все это записано на основе опыта.

Также, в правилах дорожного движения прописано очень много правил. Вначале я думал: кто придумал все эти правила? Но их никто не придумывал, они были созданы в связи с возникновением различных ситуаций на дорогах. Исследовали различные происшествия на дорогах, и те причины, из-за которых возникли аварии, прописывали как запрещающие маневры. Например, движение в особых случаях в тех или иных направлениях запрещается, потому что видимость ограничена. Это все установили и прописали, ссылаясь на многочисленный опыт на дорогах. И когда в правилах дорожного движения маневры прописывали как запрещающие, то соблюдение их водителями приводило к уменьшению аварий на дорогах. Вначале я думал: зачем столько правил, которые усложняют вождение на дорогах? Но потом я понял, что все правила написаны согласно опыта, и соблюдая правила дорожного движения, на дорогах у людей меньше проблем.

Итак, что касается законов страны, то здесь также все оценивается по намерению. Что именно применить к этому человеку в результате, например, совершенного убийства – награду, или, может быть, какой-то короткий срок, или, может быть, длинный срок. Всё это по намерению, и за этим стоит очень хорошее основание. То есть, если нечто является убийством, то не обязательно это что-то совершенно ужасное, поскольку возможны разные варианты, разные намерения.

Точно также и в буддизме говорится о важности намерения. То, что говорится в законах страны, очень похоже на то, что говорится в буддизме. Например, если вы совершаете убийство из-за самообороны, то это меньшая негативная карма. Если вы кого-то убиваете с сильным гневом, то это очень тяжелая негативная карма. А если вы кого-то убиваете с состраданием, например, для того чтобы спасти большое количество других людей,

то само это действие не является хорошим, но, тем не менее, благодаря вот такому намерению, вы создадите больше позитивной кармы, чем негативной. Когда я увидел подобные правила, подобные записи в законах государства, оказалось, что они не взяты из буддизма, а составлены на основе опыта. Длительные эксперименты, собственные эксперименты привели к тому, что в итоге появились такие законы.

Итак, карма – это намерение. С негативным намерением, что бы вы ни сделали на уровне тела, на уровне речи или на уровне ума, это будет являться негативной кармой. А с позитивным намерением, всё, что вы совершите на вербальном уровне или на физическом уровне, будет являться позитивной кармой, потому что такие ваши действия, как слова и физические действия вашего тела, побуждаемы благим намерением. Если ваше намерение – это помочь ребенку, а ваше вербальное действие – вы его ругаете, и физически вы можете его даже шлепнуть, но при этом намерение у вас позитивное – помочь ребенку, то это будет позитивной кармой. Итак, что бы вы ни делали, важно проверять, каким является ваше намерение, потому что главная карма – это намерение. Вам нужно понимать, что главная карма – это намерение.

Итак, четыре характеристики кармы. Из них первая – карма определённа. Что имеется в виду под определенностью? Здесь говорится, например, если вы создали позитивную карму, то позитивная карма на сто процентов определённа. Это означает, что на сто процентов она приведет к позитивному результату. Если вы создали негативную карму, то, какие бы хитрые комбинации вы далее ни использовали, она может привести только к негативному результату. И вот это тоже определенность. Например, если вы хотите вырастить сладкий плод, но при этом сажаете семечко острого перца, хотя вы поливаете его сладкой водой с медом, совершенно невозможно будет, чтобы из этого семени острого перца выросло что-то сладкое. Люди, которые не знают закона кармы, то, что они делают, это сажают, например, какое-то семя острого перца и пытаются далее хитрить, придумывают разнообразные комбинации, как бы сделать так, чтобы из этого семени выросло что-то сладкое, начинают поливать его сладкой водой, медом, и так далее. В нашей жизни, когда вы создаете негативную карму и далее думаете, что с помощью каких-то хитрых комбинаций добьетесь от этой причины позитивного результата, это то же самое. Такое невозможно.

Итак, позитивная карма на сто процентов приводит к позитивному, благому результату, а негативная карма на сто процентов дает негативный результат. Далее возникает вопрос: «Почему?» И на этот вопрос в буддизме дается такой ответ: «Это закон природы». Ученые говорят то же самое – что таковы законы природы. Почему, например, из семени острого перца вырастает только растение острого перца? Это такой естественный закон. Потому что в семени перца заключается потенциал для того, чтобы из него выросло полное растение острого перца, и нет потенциала для какого-либо другого растения. Поэтому другой результат невозможен. Итак, почему позитивная карма приводит только к позитивному результату? Говорится, что таков закон природы. Почему негативная карма приводит только к негативному результату? По той же причине, что это закон природы. И он также доказан экспериментально. В прошлом, когда люди совершали позитивную карму, то далее она проявлялась и приводила всегда только к позитивному результату. Позитивная карма в прошлом всегда давала только позитивный результат, в настоящем позитивная карма дает только позитивный результат, и в будущем она всегда будет

приводить только к позитивным результатам. Таков закон природы, и измениться это не может. Если вы создаете причины счастья и устраняете причины страдания, основываясь на законах природы, то это самое надежное. Например, если говорить о каких-то принципах экономики, которые вы можете изучать сейчас, то через десять-двадцать лет они уже не будут применимы. Почему? И те знания экономики, которые изучались десять-двадцать лет тому назад, сейчас тоже не работают. Почему? Не все знания, но некоторые из них, не работают. Почему? Потому что эти знания основаны на той конкретной ситуации, на той конституции, которая существовала в то время, на тех законах, которые были тогда, и также, исходя из геополитики на тот момент времени. Например, в геополитике раньше большое преобладание было за Америкой, а сейчас уже как бы пятьдесят на пятьдесят: половина за Америкой, а половина за Россией и Китаем. В будущем BRICS может стать более преобладающей организацией, геополитика тогда изменится, и экономика станет другой. Итак, почему экономические знания меняются через десять-двадцать лет? Потому что они основаны на какой-то конкретной геополитике, конкретной ситуации в определенный момент времени, поэтому эти знания меняются. Если же говорить о знаниях в области биологии, то они восходят к естественным законам устройства нашего тела, и поэтому те знания, которые передавались пятьдесят лет назад, до сих пор являются актуальными, до сих пор работают. Те знания, которые вы получаете сейчас в этой области, через пятьдесят лет также будут продолжать работать, потому что они основаны на законах тела. Итак, что касается физического здоровья, то, чем лучше вы изучили законы вашего тела, устройство вашего тела, тем более эффективно это для вас будет. Далее, ум. Почему характеристика кармы: карма определена? Потому что закон кармы – это закон природы.

Далее, вторая характеристика: вы не получаете результата, причину которого не создали. Если вы хотите быть счастливыми, вам необходимо создавать причины счастья. С помощью одних молитв невозможно стать счастливым. Об этом говорится в законе кармы. Потому что ваше счастье не находится в руках Бога, а оно в руках тех причин, которые вы создаете. Итак, это очень интересно. Если вы сами не создаете причин, и день и ночь молитесь Богу, то счастья вы не получите, потому что Бог не является его создателем, а ваше счастье создается вашими собственными действиями. Итак, для того чтобы стать счастливым, необходимо создавать причины счастья, создавать позитивную карму.

Для того, чтобы создавать позитивную карму, очень важна вера в Будду, Дхарму и Сангху. Если вы молитесь Будде, Дхарме и Сангхе, то они создадут условия, чтобы эти ваши благие причины проявились намного быстрее. Это факт. Поэтому в буддизме не отрицается важность принятия прибежища в Будде, Дхарме и Сангхе, важность молитв. Здесь говорится, что главные причины создаете вы сами, но для того, чтобы эти причины проявились быстрее, без препятствий, для этого очень важны молитвы. Итак, здесь необходимо сочетание таких факторов: с одной стороны вы создаете необходимые причины, а с другой стороны принимаете прибежища в Будде, Дхарме и Сангхе, молитесь. Все это важно. Если кто-то говорит, что буддисты не верят в бога, то это нонсенс. Буддисты верят в бога. У нас больше богов, чем у не-буддистов. У нас есть мирские боги, надмирские боги. Среди надмирских богов есть большое количество таких божеств, как Тара, Манджушри, Авалокитешвара, Ваджрапани и много других.

Что касается каждого отдельного божества, то это проявление Дхармакаи Будды с определенной целью, например, проявление богини Тары – для успеха, Авалокитешвары – для любви и сострадания, Манджушри – для мудрости, Ваджрапани – для силы. Они помогают по этим направлениям. Итак, в буддизме мы верим в большее количество богов, чем в других религиях. Но в чём разница? Разница в том, что мы, буддисты, не верим в бога-творца. Не всё находится в руках бога. Ленивые люди думают, что всё в руках бога, сами ничего не хотят делать и просят бога все сделать за них. Это ленивые люди. Бог существует не для того, чтобы готовить вам еду, он существует для того, чтобы даровать вам мудрость, указывать вам путь к освобождению. Бог не для того, чтобы дарить вам мужа, жену или детей. Если бы я был богом, то я бы не давал вам таких вещей в ответ на ваши просьбы. Например, вы молились бы так: «Геше Тинлей, Вы мой бог, пожалуйста, подарите мне жену». Но даже если бы я подарил вам жену, вы бы начали просить о детях. Я бы подарил вам детей и при этом спросил бы вас: сколько вы хотите детей? Вы бы сказали, что пять. Я подарил бы вам пять детей. А затем вы бы начали жаловаться, что вот у вас теперь пять детей, жена. Зачем вы подарили мне детей? Зачем подарили мне жену? Сначала вы просите, а потом жалеете о том, что бог все это вам дал. Поэтому с самого начала не нужно ничего просить, вам самим нужно создавать причины. Из пустого места, откуда-то из пространства, такие вещи не возникнут. Ваш ум – это невероятно огромное поле, и если в него вы будете сеять семена позитивных кармических отпечатков, то рано или поздно из них вырастут деревья, на которых созреет огромное множество плодов. И это создает не бог, это будет вашим собственным творением, результатом кармы.

Следующая, третья характеристика – невозможно избежать результата той кармы, которая создана. Законы страны вы можете, например, нарушить и при этом уехать из России. Многие люди, например, нарушали законы России и затем переехали куда-то в другую страну, скажем, в Англию, и вот сейчас живут там, а Россия с этим ничего поделать не может. Россия очень могущественная страна, но при этом, если кто-то нарушает закон и затем переезжает, скажем, в Великобританию, то Россия ничего особо сделать не может. А если говорить о Великобритании, тем, кто туда приезжает с большим количеством миллионов долларов, она сразу же предоставляет гражданство. Но что касается закона кармы, если вы нарушите закон кармы, вы можете уехать в Великобританию или в Америку, но вы не сможете избежать последствий этой созданной кармы. Даже если вы улетите куда-то в другую вселенную, ваша карма отправится вместе с вами. Это очень похоже на механизм принятия яда. Если вы в России, например, приняли яд, и затем уезжаете из России куда-то в другую страну, вы не сможете избежать последствий действия яда, это будет невозможно. Он обязательно проявится. Ваш яд поедет вместе с вами в Америку, даже если вы направитесь куда-то в другую вселенную, яд отправится вместе с вами. Даже если вы улетите в черную дыру, яд туда полетит вместе с вами. Вы думаете, что, влетев в черную дыру, затем вы вылетите из какой-то белой дыры, и у вас будет совершенно новое тело. Но на самом деле это не так, пока вы находитесь в вашем теле, яд всегда будет вместе с вами. Поэтому я говорю, что если проводить аналогию с нашей страной, то она не будет справедлива применительно к нашему уму, но если устанавливать параллель между умом и телом, то здесь аналогия сработает. Например, если вы в своем теле не создали причин хорошего здоровья, то в силу одних лишь молитв хорошее здоровье у вас не появится. Если вы хотите иметь здоровое тело, то вам нужно питаться здоровой едой, и тогда совершенно точно ваше тело будет здоровым.

Так, то, что мы говорим о четырех характеристиках кармы, если вы рассмотрите это применительно к карме вашего тела, то параллель здесь найдется, но не на сто процентов. Может быть на семьдесят или восемьдесят процентов аналогия сработает. Например, если вы питаетесь здоровой едой, то результатом должно быть здоровое тело. Но вы можете внезапно умереть, скажем, в автомобильной аварии. Где же тогда результат этого здорового питания? Он исчезает, потому что наше тело не является особо прочным. Закон кармы на уровне тела работает, но не на сто процентов, потому что наше тело очень хрупкое, уязвимое. Например, вы можете питаться здоровой едой, но надолго этого результата может не хватить, он может прерваться в какой-то момент. Но что касается вашего ума, если вы создали позитивную карму, то вам невозможно будет не пережить результат. Сколько бы времени ни прошло, однажды вы встретитесь с результатом, потому что ум всегда продолжает существовать. Так, поскольку ум и тело отличаются с точки зрения прочности, устойчивости, поэтому здесь есть определенная разница с точки зрения закона кармы тела и ума, но не в силу характеристик. Итак, законе кармы говорится, что если вы создали причину, то невозможно будет избежать результата. За одним исключением – это если вы очищаетесь от отпечатков негативной кармы. Во всех остальных случаях вы обязательно получите результат.

Четвертая характеристика – карма приумножается. На счет тела я точно не знаю, может быть, ученые здесь подскажут что-то более конкретное. Но что касается уровня ума, то если вы создали какую-то причину, каждый день эта причина будет разрастаться, увеличиваться. Например, если у вас в теле появилась одна раковая клетка, то затем она начинает делиться. Точно также, если вы создали негативную карму и от нее не очищаетесь, то день за днем она будет приумножаться, и когда далее она приводит к результату, то результат будет в тысячу раз приумноженным. Это очень опасно! Например, если вы кого-то в гневе обозвали собакой, в “Ламриме” говорится, что в этом случае вы создали причину пятьсот раз переродиться собакой. Вы создали одну причину, один раз кого-то обозвали собакой, но далее, если вы от этой негативной кармы не очистились, в какой-то момент она проявится, и в результате вам придется пятьсот раз переродиться собакой. Только после пятисот жизней в качестве собаки эта карма у вас исчезнет. Поэтому карма приумножается. Это четыре характеристики. Когда вы знаете эти четыре характеристики, вы становитесь очень осозанным в отношении кармы.

Далее, четыре фактора, в силу которых карма становится более или менее весомой. В прошлый раз мы с вами обсуждали первый фактор – объект, в силу объекта карма может становиться более или менее весомой. Итак, позитивная это карма или негативная, она создается на основе объекта. Я вам приводил такие примеры – если сравнивать маленькое насекомое и слона, то слон окажется более весомым объектом. Если же сравнивать слона и человека, то более весомым будет человек. Среди людей – родители и те, кто проявлял к вам доброту, являются более весомыми, это с точки зрения доброты.

С точки зрения качеств – тот, у кого больше благих качеств ума, становится более весомым объектом в создании позитивной или негативной кармы. Например, если сравнивать одного практика, у которого есть отречение, и другого практика, у которого есть бодхичитта, то второй практик, обладающий бодхичиттой, будет более весомым объектом. Это с точки зрения доброты, а с точки зрения мудрости, если кроме бодхичитты у кого-то есть также мудрость, познающая пустоту, то он оказывается арьей-бодхисаттвой и

становится еще более весомым объектом. Если вы создаете по отношению к ним негативную карму, то она будет очень тяжелой негативной кармой, а позитивная карма будет очень мощной позитивной кармой, в силу качеств – не только доброты, но также и мудрости. Если говорить об арья-бодхисаттвах, которые полностью устранили все омрачения из своего ума и находятся на восьмой бхуми, то они еще более весомые объекты. На десятой бхуми они уже устранили препятствия к всеведению, и поэтому оказываются еще более весомыми объектами. Если говорить об увеличении кармы в силу объекта, то здесь невероятное увеличение, в сотни тысяч раз, поскольку это очень высокие объекты. Если сравнивать арья-бодхисаттву на десятой пхуми и будду, то будда окажется намного более весомым объектом, в сотни тысяч раз.

Далее, в “Ламе Чопе” говорится, что если сравнивать всех будд и вашего Духовного Наставника, то ваш Духовный Наставник будет более весомым объектом заслуг. Благодаря доброте, поскольку от других будд вы учение не получали, а ваш Духовный Наставник передает вам учение, и все будды и божества через его тело даруют вам учение, для вас он является представителем всех будд и божеств. Поэтому наивысший объект заслуг – ваш Духовный Наставник. Даже если Духовный Наставник обычный человек, как я, в моем случае для вас я являюсь более весомым объектом заслуг, чем какой-либо другой будда, в силу доброты передачи вам учения. Когда я развивал преданность к своему Духовному Наставнику, то я не задумывался над тем, является ли он настоящим буддой или нет, для меня это не имело значения. Даже если он не настоящий будда, то для меня он добрее всех будд. Если я буду в нем видеть настоящего будду, то получу точно такое же благословение, какое я получил бы от подлинного будды, и поэтому, будда он или нет, для меня это не имеет значения, это все зависит от моей собственной веры. Это то положение, на основе которого вы можете развить преданность Духовному Наставнику.

В “Ламриме” говорится о том, что вам необходимо в Духовном Учителе видеть будду, потому что вы хотите преимуществ. Благословение Духовного Наставника не зависит от того, является ли Духовный Наставник буддой или нет, а зависит от того, как вы на него смотрите. Если я обычный человек, но вы меня видите как будду, то через мое тело вы получите благословение всех будд и божеств. Вам есть выгода от этого, но для меня никакой выгоды в этом нет. Если вы думаете, что геше Тинлей – будда, я от этого буддой не стану. Это выгодно только вам. Что касается преданности Учителю, то это не способ порабощения учеников со стороны Духовного Наставника, мне этого совершенно не нужно. Здесь наоборот есть определенная ловушка для меня. Если все мои ученики будут меня восхвалять и говорить: «Геше Тинлей – это Манджушри», то Манджушри я от этого не стану. Если вы будете говорить, что я Манджушри, и я так немножко запутаюсь и начну думать, что я Манджушри, то для меня это опасно. Если полной девушке говорят, что у нее очень красивая фигура, то она потом может запутаться и думать, что у нее очень красивая фигура, стройное тело. Но когда она посмотрит в зеркало и увидит свое толстое тело, то для нее это обернется кошмаром. Если вы меня будете называть Манджушри, то я тоже запутаюсь, и у меня ум будет работать неправильно. Тогда это будет кошмар. Ваша преданность Учителю приносит пользу только вам, для меня это вообще не представляет пользы. Я говорю вам об этом, потому что это件лезно для вас.

Итак, когда вы изучаете тему весомости кармы, то первый фактор – это объект, и самый весомый объект – это ваш Духовный Наставник. Если вы создадите по отношению к нему малейшую негативную карму, то она будет очень опасной, очень вредной, а если создадите малейшую позитивную карму, то она окажется очень благотворной для вас.

Все Время Плачущий Бодхисаттва имел прямое видение большого количества божеств, но при этом все время говорил, что он всегда хотел встретить своего Духовного Наставника из прошлой жизни – мастера Чопу. Хотя у него была прямая связь с божеством Тарой, он спрашивал у Тары: “Тара, пожалуйста, расскажите, где мне найти моего Духовного Учителя из прошлой жизни Ламу Чопу?” Если бы у вас, например, появилась такая прямая связь с богиней Тарой, вы бы подумали: “Зачем мне нужен геше Тинлей? Ведь у меня есть богиня Тара. Она щелкнет пальцами и решит мои проблемы”. Это означает, что вы неправильно понимаете “Ламрим”. В конце концов, Все Время Плачущий Бодхисаттва нашел то место, где пребывал его Духовный Наставник, и он хотел получить от него учение. Нужно было прийти с подношением, но у него не было никакого имущества, чтобы поднести. Он готов был отсечь себе ногу и продать ее, чтобы из ее кости сделать музыкальный инструмент ганлин. Когда это увидели пять девушек из семьи одного бизнесмена, они спросили: зачем он все это делает? Все Время Плачущий Бодхисаттва объяснил им причины. Тогда они сказали, что не нужно этого делать, они выступят в качестве спонсоров. Они пошли вместе на учение и совершили обширные подношения. После получения учения Все Время Плачущий Бодхисаттва, хотя он не практиковал тантру, а практиковал только сутру, тем не менее, с пути накопления он за одно мгновение перешел на путь видения. Почему? В сутре это практически невозможно. В тантре это возможно, но мой Духовный Наставник отвечал мне, что поскольку он обладал невероятной преданностью Учителю, то достиг реализаций очень быстро. Например, в тексте “Ламы Чопы” приводятся слова: «Достичь состояния будды быстро, быстро». Первое слово «быстро» относится к преданности к Духовному Наставнику, а второе слово «быстро» – к практике тантры.

Итак, я дал вам очень драгоценное учение. Теперь используйте это учение, и вы станете настоящими буддистами.