

Геше Джампа Тинлей
Весеннее учение
Лекция № 6
10.04.2025г.
г. Москва

Итак, для того чтобы получить драгоценное учение, Дхарму, в первую очередь и с моей стороны, и также с вашей стороны очень важный, ключевой момент – это породить правильную мотивацию. Наша мотивация должна быть связана с укрощением ума и также с развитием ума. Лучший способ оказать себе услугу – это не накопить денег, не обрести славу, репутацию. Это все подобно радуге исчезает очень быстро. Лучший способ оказать себе услугу – это развивать свой ум. Нам нужны деньги для выживания, но при этом они не должны быть самым главным, поскольку есть нечто более важное, чем деньги. Например, это наше физическое здоровье, здоровье нашего тела, а здоровье ума является еще более важным. Благодаря развитию ума ваш ум становится здоровым. И тогда для счастья вам уже не нужно будет приобретать какие-либо объекты. Благодаря тому, что в вашем уме будут отсутствовать беспокоящие факторы, где бы вы ни находились, куда бы ни отправились, вы везде будете очень счастливы и умиротворены.

А теперь, что касается четырех благородных истин с точки зрения сущности. Первой строкой Будда произнёс: “Вот благородная истина арьев о страдании”. Следующая, вторая строка: “Вот благородная истина арьев об источнике страданий”. Третья строка: “Вот благородная истина арьев о пресечении”. И четвертая: “Вот благородная истина арьев о пути”. В этих четырех строках заключается очень глубокое учение, и поскольку его получили первые пять учеников Будды, которые обладали очень большими, богатыми отпечатками с прошлых жизней, благодаря тому, что они услышали эти слова, они смогли достичь реализации, то есть реализация состояла именно в познании этих четырех благородных истин. В прошлом, во времена Будды большинство учеников Будды достигали реализации во время слушания учений.

Если вы думаете так, что когда я слушаю учение, это просто накопление информации, а реализации я достигну позже, когда буду медитировать, это большое недопонимание. Вы можете обратить внимание на историю, во времена Будды большинство учеников Будды достигали реализации именно во время слушания учения, в их умах что-то приоткрывалось, их образ мышления выходил на более высокий уровень. Если ваш уровень мышления не становится выше, остается на том же уровне, что и был до этого, остается таким очень узким, приземленным, с заботой только об этой жизни, то это означает, что у вас вообще нет понимания Дхармы. Далее, благодаря тому, что вы слушаете учение, ваш ум может переходить на более высокий уровень, когда вы открываете для себя более далекую перспективу, понимание того, что есть жизнь после смерти, и тот факт, что ваш ум страдает от болезни омрачений, это природа страданий. Ум, свободный от болезни омрачений – это подлинное счастье, и я хотел бы достичь такого счастья.

Итак, если вы понимаете, в чем причины вашего счастья и причины ваших страданий, в этом случае вы понимаете четыре благородные истины. Когда вы понимаете четыре благородные истины, то осознаете, что ваша главная проблема заключается в том, что ваши пять совокупностей рождены под властью омрачений. И это благородная истина страдания. Будда произнес: «Вот благородная истина арьев о страдании», и слово «вот» указывает на ваши загрязненные пять совокупностей, рожденные под властью омрачения. Это ваша главная проблема. Арьи видят то, что в этом и заключается ваша главная проблема, а все остальное не относится к главной проблеме. Вы же считаете своей главной проблемой что-то другое, что на деле является лишь симптомами главной проблемы.

Если вы не знаете, что такое болезнь туберкулез, то посчитаете, что болезнь туберкулез – это то, что на деле является ее симптомами, это, например, кашель и высокая температура, потому что они напрямую причиняют вам дискомфорт. Вы думаете, что это ваша главная проблема, и из-за этого вы не можете исцелиться от туберкулеза. Если же вы поймете, что главная ваша проблема состоит в наличии бактерий в ваших легких, и хотя напрямую они боли вам не причиняют, но в этом и состоит главная проблема, в этом случае вы сможете излечиться от туберкулеза. Точно так же, всё то, что вы считаете своей главной проблемой, в действительности таковой не является. Это лишь симптомы. Это то, что приходит и уходит, а затем на смену приходит что-то другое. А настоящая проблема – это болезнь омрачений, рождение под властью омрачений. Если говорить об этих ваших совокупностях, которые рождены под властью омрачений, что вы с ними можете сделать? С ними, в действительности, вы ничего уже поделать не можете, но что вы можете, это удостовериться, что в следующем рождении не родитесь под властью омрачений. И как это будет возможно? Это будет возможно в том случае, если вы устраните болезнь омрачений, и тем самым обретете истинную свободу, свободу родиться не под властью омрачений. Это наше фундаментальное право. Люди говорят, что очень важны права человека, и я спрашиваю: в чем они состоят? Они говорят, что, например, это свобода слова. И здесь я думаю о том, что же такого особенного в свободе слова? У вас у всех есть свобода слова. Что это меняет в вашей жизни? Из-за слишком широкой свободы слова вы создаете много негативных комментариев. Политики часто говорят о правах человека, о свободе слова, как будто бы это что-то очень важное, но в действительности в вашей жизни это особой роли не играет.

В Америке любят говорить о свободе слова. Что от этой свободы у вас может поменяться? Я иногда думаю, что если бы не было свободы слова, то это, наоборот, было бы хорошо. Вы бы вели себя тише и меньше создавали негативной кармы. Все это не так важно, а по-настоящему, то, что является важным, что является правом любого человека и любого живого существа – это родиться не под властью омрачений, а по собственному выбору. Если вы сможете родиться по собственному выбору, то обретете невероятную свободу в вашей жизни, это будет огромным благом. А как вы сможете родиться по собственному выбору? Это в том случае, если полностью устраните болезнь омрачений.

Мы говорим в этом контексте, например, о высоких ламах, которые рождаются по собственному выбору. И это наивысшая свобода. Это свобода. Например, сейчас у вас нет такого выбора, когда вам умереть, и далее, где вам родиться, в какой именно стране, вы этого не выбираете, но это очень важное, основополагающее право. Вы думаете, что, например, право участвовать в выборах президента очень важно, но это тоже не столь значимо. Ваш единственный голос там ничего особо не изменит. Так, вам нужно понимать, что такая свобода, как способность определять, где и когда вам умереть, и далее, где вам родиться, это по-настоящему очень важная, основополагающая свобода. Это то, что мы называем освобождением. При этом многие люди думают, что вообще-то такое невозможно – обрести свободу выбирать, когда вам умереть, где вам родиться. Они думают, что такое вообще невозможно, потому что они не понимают механизма. Как у живых существ, у вас с рождения есть такое право, но вы его не используете.

Однажды я написал одно сообщение своему другу в Америку, который раньше был монахом. Это были такие слова: “У всех нас есть свобода выбора, но мы не свободны из-за нашего ошибочного выбора в прошлом”. На это он мне ответил: “Да, я понял смысл этих слов”. Я спросил у него: “А что же именно ты понял?” Он сказал: “У нас у всех есть свобода выбрать себе жену. И я не свободен, потому что выбрал неправильную жену”. Я ему сказал, что если у вас есть проблемы в семье, то действительно это может быть одной из причин, но когда я писал эти слова, то имел в виду более широкую область. У нас у всех есть выбор – родиться под властью омрачений или не под властью омрачений. И этот выбор очень важен. Речь идет не о жене, не о карьере. Это и есть самый важный выбор. Итак, это выбор родиться под властью омрачений или выбор родиться не под властью омрачений. У нас у всех он есть. Но мы не свободны, потому что мы все выбрали рождение под властью омрачений, и это наша ошибка. Мы ничего не сделали для устранения омрачений из собственного ума в прошлой жизни, мы ничего не сделали для собственного блага, и поэтому сейчас мы являемся не свободными существами. Какая бы проблема у вас в жизни ни возникла, вы не можете обвинять в ней ни бога, ни кого-либо другого. Все это из-за того, что в прошлой жизни вы не сделали ничего важного для себя. Поскольку вы родились под властью омрачений, вы подвержены страданию от рождения, страданию от болезни, страданию от старения и страданию от умирания. Вот эти четыре для вас неизбежны. Если вы просто родились, затем состарились и умерли, это не обязательно должно быть страданием, но если вы рождены под властью омрачений, тогда и рождение, и болезнь, и старение, и умирание – все это будет страданием. Когда ваш ум свободен от болезни омрачений, и вы рождаетесь по собственному выбору, то даже если кто-то вонзит нож в ваше тело, боли вы не почувствуете. Это просто какое-то чудо! И это возможно, такое бывает.

Итак, очень важно понять четыре благородные истины, и в этом случае вы сможете понять задачу буддийской практики. Зная четыре благородные истины, вы начинаете понимать задачу медитации, иначе ваша медитация остается просто детской. Почему вы медитируете? Потому что медитируют мои друзья, потому что я хочу каких-то

особенных ощущений, но это глупость. Итак, Будда произнес: «Вот благородная истина арьев о страдании», и в этот момент думайте о себе, о своих пяти совокупностях, рожденных под властью омрачений, думайте, что это и есть природа страданий. Поскольку мы родились под властью омрачений, то наша жизнь начинается со страданий и заканчивается также страданиями. Это мое предсказание. Это правда.

Например, если это профессиональный врач, и у вас есть проблема с повышенным сахаром в крови, то врач вам скажет, что если вы не будете контролировать свою диету и уровень сахара, то в этом случае через год или два у вас возникнут проблемы с глазами, у вас будет разрушена печень и другие органы вашего организма. И для такого предсказания ему не нужно проводить гадания. Он осознает это на основе причинно-следственных взаимосвязей. Это логика, а логика точнее ясновидения. Ясновидение иногда может ошибаться.

Жили два монаха, у одного было ясновидение, а другой был мастером логики. Однажды их пригласили в гости в одну семью, накормили, они прочитали молитву, а затем хозяин дома спросил: «У нас есть беременная корова, она скоро отелится. Скажите, каким будет теленок?» Монах с ясновидением, используя ясновидение, взглянул и сказал, что это будет самка, и все ее тело будет черным, а на лбу будет белое пятно. Затем спросили у второго монаха, мастера логики: «Какое предсказание сделаете вы?» Он взглянул на мать, у матери не было белого пятна на лбу, но кончик хвоста был белым. Он подумал: «У него же есть ясновидение, как же он мог так ошибиться?» Потом он понял: «В утробе эта телка лежит свернувшись, так, что кончик хвоста ей попадает на лоб. И поэтому он подумал, что на лбу будет белое пятно». Что касается причины и следствия, то они должны быть подобны друг другу. И если у матери нет белого пятна на лбу, то, как же оно может появиться у теленка? Он сказал, что родится телка, но что касается окраса, у то у нее не будет белого пятна на лбу, а будет белым кончик хвоста. Ясновидящий монах сказал: «Нет, нет, я точно вижу, что именно на лбу будет белое пятно». На это мастер логики сказал: «Ну, это ваше видение, а моя логика очень точно говорит, что кончик хвоста будет белым, хотя напрямую я этого не вижу». Они поспорили. Это было такое пари: кто проигрывает, тот устраивает праздник. И когда теленок родился, то действительно это оказалась телка, и при этом у нее не было белого пятна на лбу, а был белым кончик хвоста. Ясновидящий монах сказал: «Но как же так, ведь я все точно видел, как же я мог сделать такую ошибку?» На это второй монах сказал: «Просто хвост загнулся и попал кончиком ей на лоб, поэтому ты подумал, что будет белый лоб».

Ясновидение – это определенное видение, а видение может быть ошибочным. Но что касается логики, то здесь ошибки быть не может. У вас, у русских, хороший, острый ум, и вы с помощью логики способны видеть нечто такое, что невозможно увидеть двумя своими большими глазами, и это очень хорошо. У вас, русских, нет таланта к однонаправленной концентрации, такого рода медитации, но при этом есть талант к анализу. И этот анализ может быть более важным, чем однонаправленная концентрация. Когда такой анализ у вас становится все более и более точным, и ваше понимание философии также становится все глубже и глубже, когда

вы доходите до такого высокого уровня, тогда развить сосредоточение вам будет уже намного легче. Вам нужно практиковать Дхарму в соответствии с вашими талантами, а у вас есть талант к анализу. Если я попрошу вас просто сесть и медитировать, то можно сказать, что вы и так достаточно глупы, а при такой практике вы станете еще более глупыми. То есть вы полностью заблокируете мышление, анализ. Особенно такое учение: не думайте о прошлом, не думайте о будущем, оставайтесь в настоящем моменте – это опасное учение, оно вам не подходит. Это одна маленькая техника, которая используется конкретно в тот момент, когда вы развиваете однонаправленную концентрацию, но в остальных случаях в повседневной жизни такого быть не должно. Знать историю очень важно. Если говорить о том, что не надо думать о прошлом, это значит, что не надо изучать историю. Но на самом деле, если вы изучаете то, что происходило в прошлом, то можете поучиться тому, каких ошибок вам не следует повторять. Из истории вы поймете, как люди ошибались в прошлом, а если вы этого не знаете, то будете повторять эти ошибки. Говорится, что глупец учится на своих ошибках, а мудрый на ошибках других. Так вы можете понять, какие ваши действия будут ошибочными, а какие правильными.

Далее, в «Абхисамаяаланкаре» дается определение благородной истины страдания, и это очень важно. Это следующее определение: то, что возникает из благородной истины источника страдания, и характеризуется непостоянством, страданием, пустотой и бессамостью – это благородная истина страдания. Определение становится сложным. Так вы сможете очень точно определить благородную истину страдания, не только относящуюся к вашим пяти совокупностям, но и ко всем другим объектам. Все, что возникает из благородной истины источника страдания, все имеет природу страдания, и имеет четыре характеристики, первая из которых – непостоянство, вторая – природа страдания, третья – природа пустоты. Пустота от независимого субстанционального существования – это грубая пустота. Далее, пустота от истинного существования – это тонкая пустота.

Так, если говорить о воззрении Прасангики Мадхьямики, то здесь представление о непостоянстве и о страдательной природе одинаковы, а когда говорится о пустоте, то речь идет о пустоте пяти совокупностей от самобытия. А что касается бессамости, то это пустота обозначения этих пяти совокупностей в качестве «я», пустота этого «я» от самобытия.

Это очень важно для устранения своих проблем, потому что, если вы хотите полностью решить свои проблемы, то в первую очередь вам нужно поставить себе полный диагноз. Итак, здесь речь идет о вас и любых других объектах, которые возникают из благородной истины источника страдания. А что относится к благородной истине источника страдания? Это омрачения и загрязненная карма. И весь наш мир, например, даже вот эта чашка, все это возникает вследствие проявления отпечатков загрязненной кармы. Поэтому и Москва, и любые другие объекты с буддийской точки зрения являются проявлением отпечатков загрязненной кармы, и поэтому это не объекты счастья, это объекты страдания.

Например, если вы сильно замерзли и подходите поближе к огню, то у вас появляется ощущение, что огонь дарит вам счастье. Но на самом деле огонь никогда не приносил вам настоящего счастья. То, что он делал, это устранял страдания от крайнего холода, и поэтому вам казалось, будто бы огонь дарит счастье. Затем, если вы дольше остаетесь рядом с огнем, то у вас уже пропадает представление, такое ощущение, что огонь дарит счастье, потому что вам становится все жарче и жарче, и в какой-то момент вы уже хотите отойти.

Известно, например, что во время коронавируса многие пары развелись, потому что вначале они считали друг друга объектами счастья, потому что они редко встречались, но во время коронавируса им пришлось вместе пробыть достаточно долго, может быть, неделю, месяц или даже дольше. И в итоге, в конце концов, они приходили к такому выводу, что, наверное, лучше умереть, чем жить вместе. Одному итальянцу сказали, если вам предложить два варианта на выбор: первый вариант – это всю жизнь прожить со своей женой, но он даже не стал дослушивать, сказал: второе, второе, второе. Он подумал, о чем бы ни шла речь, не может быть хуже этого первого варианта. Он сказал: второй, второй, второй. И что это демонстрирует? Вначале такой человек говорит, что я умру, если не женюсь на этой женщине. Она моя мечта, она для меня все. Если меня кто-то остановит, я себя убью, или я убью того человека. Затем они долгое время проводят вместе, и он уже приходит к тому, что я готов выбрать все, что угодно, но только не вот это время вместе. Что это демонстрирует? То, что говорил Будда, это правда: любой объект, который возникает из благородной истины источника страдания, имеет природу страдания. И благодаря этому у вас не будет завышенных ожиданий. Если у вас нет завышенных ожиданий от жены, то в этом случае вы сможете спокойно прожить с ней всю жизнь. Вы поймете, что она тоже является объектом страдания, она для меня хороший тренер, это очень полезно для меня. Когда вы думаете, что она ваш тренер, тогда вы не захотите ее никому отдавать. Это мой единственный, самый лучший тренер!

У Атиши был помощник с таким очень тяжелым характером, очень грубый человек. Иногда бывало так, что он приносил Атише еду, Атиша в это время медитировал и не следил за временем. Спустя какое-то время помощник говорил: «Ты глупый, не знаешь, когда медитировать, и теперь ешь холодную еду». Всем ученикам Атиши это не нравилось, и они просили: «Атиша, замените, пожалуйста, этого помощника, мы будем ухаживать за вами вместо него». Атиша говорил: «Нет, нет, нет, я обыскал всю Индию и нашел именно этого человека, для меня это лучший тренер. Я специально искал его. Вы меня испортите, а он делает меня сильнее». Подобно Атише и вы можете выбрать женщину, у любой женщины может быть тяжелый характер, поэтому вы можете выбрать в жены любую женщину. Раньше я думал, что тибетские женщины лучше. Но мои друзья тибетцы сказали, что это неправда, все женщины одинаковы, у них у всех одинаково тяжелый характер. И у мужчин точно так же тяжелый характер, разницы нет. Когда я сказал про женщин, мужчины сразу обрадовались. Потому что у вас одинаковая болезнь омрачений, разницы нет.

Два омраченных человека живут вместе, вас беспокоят и ваши омрачения, а затем начинают донимать и омрачения другого человека, поэтому вместе быть нелегко. Но с пониманием того, что это тренировка, что это очень полезная ментальная сауна, постепенно вы научитесь получать удовольствие от такой сауны. Это бесплатная ментальная сауна, и такие сауны у нас везде вокруг. Если вы научитесь получать удовольствие от них, то вам везде будет хорошо. Вначале, когда я зашел в сауну, то я подумал, что здесь находиться очень тяжело. Один американец однажды сказал: «То, что является худшим наказанием, в России называют отличным отдыхом. Однажды мой друг привел меня в сауну, и для меня это стало худшим наказанием. Вначале меня посадили в очень жаркую кабинку, сауну, где я не мог нормально дышать. Но этим все не ограничилось, меня начали бить вениками. Я начал кричать, а они говорили: «О, замечательно!» и били меня еще сильнее. И тут я подумал, что всё, с меня достаточно, и в этот момент они меня взяли и бросили в холодную воду. Это самое худшее наказание. Человек такое не может даже вообразить, а в России это считают удовольствием».

И вначале, когда я начал посещать сауну, мне тоже там было тяжело, но затем мне объяснили, что это полезно для здоровья, что такой контраст температуры укрепляет мое тело. Я это понял, и затем постепенно начал получать удовольствие от сауны. Когда вы понимаете, что это полезно для вашего здоровья, вы получаете удовольствие. Точно так же, когда вы понимаете, что кто бы ни смотрел на вас свысока, кто бы ни говорил что-либо плохое о вас, если это для вас полезно, если это укрепляет ваш ум, то в этом случае вы начинаете получать удовольствие. В любой плохой ситуации, когда на вас смотрят свысока, когда говорят что-то плохое, вы думаете, что это отличная тренировка, и этот человек мой ментальный тренер, он укрепляет мой ум. Тогда эти слова у вас будут влетать в одно ухо, вылетать из другого уха, и ум будет оставаться спокойным.

А как поступаем мы? Когда кто-то произносит какое-либо неприятное слово, то само слово нам не вредит, но наша неправильная интерпретация задевает наше эго, у нас просыпаются омрачения, и вот это доставляет нам беспокойство. Что бы люди ни говорили, как бы они надменно, свысока на вас не смотрели, все это не является главной проблемой. А главная проблема – это как вы реагируете. Это вопрос того, какова ваша реакция, и если вы глупы и реагируете негативно, тогда это становится вашей проблемой. Всю ночь вы не можете спать из-за того, что вы так себя терзаете, думаете: “Вот, как же мог этот человек сказать обо мне такие плохие слова в кругу людей, он меня унизил, он также оскорбил мою нацию. Если бы он только про меня сказал оскорбительные вещи, это ладно, но он оскорбил мою нацию. Этого я уже не потерплю”. Так ваше эго находит причину злиться. Если вы по-настоящему очень гордитесь своей нацией, то, что вы сделали хорошего для нации? Но когда вам говорят, что калмыки такие-то, тувинцы такие-то, то вы сразу начинаете злиться. Что вы сделали хорошего, например, для тувинского народа? Когда вы думаете про нацию, то омрачений возникает больше. Здесь эго начинает вами манипулировать, так, что у вас порождается гнев с еще большей силой.

Здесь уже как будто бы причина относится не к вам индивидуально, а уже к целой нации, с которой вы себя отождествляете, и так у вас просыпается еще более сильное эго. Или, например, если дело касается религии, тогда это еще больше и больше гнев. Когда говорят, то ваша религия буддизм или ислам такая-то, тогда гнев становится еще сильнее. Некоторые люди могут вытерпеть многое, но, когда дело касается религии, они говорят: “Вот этого я терпеть уже не могу, поскольку он плохо отозвался о моей религии, он должен умереть”. Это как оправдание. Я убью его не потому, что он задел меня лично, а потому, что он задел мою религию. И это очень опасно! “Буддизм ради блага людей, но если кто-то говорит плохо о буддизме, то я его убью”, – это позор. Ислам, христианство – все религии одинаковы, святые люди создали религии ради блага людей. Если вы убиваете во имя религии, то это позор. Если вы, например, скажете, что я не могу этого терпеть из-за религии или из-за нации, то это неправильно, вы должны быть способны терпеть по любым причинам. Или если кто-то говорит, что я не смогу вытерпеть, если начнут критиковать мою дочь – это тоже глупая причина. Таким образом, для гнева нет ни одной хорошей причины, все причины глупые. Когда вы не находите ни одной хорошей причины для гнева, то вы и не гневаетесь, не реагируете негативно. Если вы находите причину, например, когда о вас говорят что-то плохое, тогда появляется негативная реакция. Тогда вначале она лишает покоя ума вас, а затем также разрушает спокойствие всех вокруг.

Итак, нет ни одной хорошей причины для гнева, даже если кто-то будет критиковать Будду или буддизм, будет критиковать Аллаха или ислам, все это не является причиной для гнева. Это все из-за их непонимания, из-за глупости их ум узок, они говорят что-то подобное, и вам нужно чувствовать сострадание. Как я могу злиться на него, ведь он глупец. Он вредит себе самому. А в мой адрес такие грубые слова становятся условиями для укрепления моего ума. Если я правильно воспользуюсь этим, это для меня золотой шанс. Этот человек предоставляет мне золотой шанс для развития моего ума, но при этом для себя он создает причину страдания. Мне нужно испытывать сострадание. Вот такие мысли должны у вас возникать, когда на вас смотрят свысока, когда о вас плохо говорят. При этом вы должны понимать, что этот человек таким образом дает вам золотой шанс для того, чтобы вы смогли сделать свой ум сильнее. Если вы больше привязаны к себе, то вы будете злиться, если вы больше привязаны к религии, то вы будете злиться, если вы больше привязаны к нации, то вы будете злиться. Поэтому сначала вам нужно уменьшить привязанность, тогда вы и злиться будете меньше.

Так, чтобы не реагировать негативно, в особенности с гневом, вначале нужно уменьшить привязанность. А как вы можете уменьшить привязанность? С пониманием, что рождение заканчивается смертью, – это первая причина непостоянства. Это первый аспект благородной истины страдания. Я рожден под властью омрачений, и любой другой объект рожден под властью омрачений, и поскольку мы зависим от причин, то каждый миг мы разрушаемся. Хотя мы своими грубыми глазами не видим этого ежемоментного разрушения, но тем не менее, все подобные объекты разрушаются каждый миг и ни на секунду не задерживаются в статичном состоянии.

Буддийские ученые еще две с половиной тысячи лет тому назад знали о том, что вот такая, например, чашка разрушается каждый миг, хотя у них не было микроскопов, чтобы это наблюдать. Сейчас ученые в ходе анализов, используя микроскопы, действительно видят, что чашка разрушается каждый миг. В буддизме две с половиной тысячи лет назад говорили то же самое, не потому, что использовали микроскопы, а просто на основе использования логики. Они говорили, что, поскольку такая чашка зависит от причины, то та причина, которая создает эту чашку, сама же является и причиной ее разрушения. Поэтому ей не нужно зависеть от какой-то другой причины для разрушения. Сама та причина, которая сотворяет эту чашку, является и причиной ее разрушения. Поэтому она разрушается каждый миг. Причина, которая создала чашку, в этот же миг ее и разрушает, в следующее мгновение вновь создается причина, и вновь происходит разрушение, и так непрерывно. Так происходит со всем материальным, с безначальных времен и до сих пор, и всегда будет в будущем, это ежемоментное разрушение.

Ежемоментное разрушение – это тонкое непостоянство, а что касается грубого непостоянства, то это такая мысль, что в конце концов я умру, и когда именно придет моя смерть, неизвестно. Привязанность возникает из-за концепции постоянства, что я проживу очень долго, и все те объекты, которые меня окружают, будут оставаться со мною надолго, так появляется привязанность. Когда вы устраните привязанность, то автоматически станете другим человеком. Вы сможете устранить свою привязанность, открывая для себя истину, правду о непостоянстве. Очень важно для себя открыть глаза на непостоянство и смерть. Это ваша реальная ситуация.

Одна пожилая женщина жила в доме, и первое реальное обстоятельство состояло в том, что этот дом ей не принадлежал. Второе реальное обстоятельство состоит в том, что хозяин этого дома очень эгоистичен и может выгнать ее в любой момент. Поскольку дом ей не принадлежит, то совершенно точно он может ее прогнать, и это может случиться в любой момент. Что касается третьего реального обстоятельства, то оно состоит в том, что вся та работа, которую она проводит по дому: уборка и садоводство, ничего из этого она с собой забрать не сможет, это полностью бесполезно. А что ей действительно может оказаться полезным, это если она накопит денег, на которые затем купит себе новый дом. Из-за того, что эта бабушка не знала этих трёх реальных обстоятельств своей жизни, она всегда очень сильно злилась, если дети срывали цветы в её саду, или если, например, видела, что у соседки в саду цветов больше, она испытывала зависть. Однажды к ней пришел один мудрый человек и сказал: «Я хочу рассказать вам о трех реальных обстоятельствах вашей жизни. Если вы действительно их поймете, это изменит вашу жизнь. Это реалии вашей жизни». И она сказала: «Пожалуйста, расскажите мне, в чем же состоят реалии моей жизни? Я хочу знать истинную ситуацию моей жизни». Эта истина о непостоянстве – одна маленькая истина о четырех благородных истинах. А четыре благородные истины – это очень большие истины о нашей жизни. Среди четырех благородных истин есть очень много маленьких истин. Когда вы их открываете, то вы становитесь мудрым. Это называется знанием, мудростью.

Мудрец объяснил вот эти три обстоятельства этой женщине, он сказал: “Во-первых, этот дом вам не принадлежит, поскольку у вас нет на него никаких документов. Во-вторых, хозяин является очень эгоистичным и сейчас вы для него как бы бесплатный сторож, поэтому он позволяет вам здесь жить. Но как только кто-то захочет купить этот дом, то совершенно точно он вас выгонит, и это на сто процентов произойдет, и может случиться в любой момент. В-третьих, вы очень много усилий прикладываете к заботе об этом доме, к уборке, но с собой вы это забрать не сможете. Вы выращиваете цветы, занимаетесь садом и эту работу тоже с собой не заберете. А что касается того, что вы действительно могли бы с собой забрать, в этом отношении вы ничего не накапливаете. Подумайте об этом”. Затем этот мудрец ушел, а она осталась размышлять о том, что он ей сказал, и в ее уме что-то приоткрылось. На следующий день, когда дети снова начали срывать цветы в ее саду, она лишь улыбалась и говорила им: «Сорвите еще». Она стала совсем другим человеком. До этого, когда она видела цветы у соседской бабушки, она начинала ей завидовать, и ночью от этого не могла уснуть. Теперь же она сострадала ей, понимая, что та бабушка тоже ничего не сможет унести с собой из того, над чем она все время трудилась. Она совершала работу, от которой не было особой пользы. Поэтому вместо зависти она чувствовала сострадание. Когда вы испытываете сострадание, ваш ум успокаивается. И затем она поняла, что единственное, что ей может помочь, это если она накопит какую-то сумму денег, на которую сможет приобрести еще более хороший дом.

Это аналогия, а настоящий смысл в том, что наше тело – это наш дом. Учителя указывали именно на то, что вот этот дом нам не принадлежит. Какие у вас есть документы на то, что он вам принадлежит? У вас нет на этот дом никаких документов, вы просто слепо верите в то, что это ваш дом, но это не ваш дом. Вы его арендуете на кармические деньги. Как только деньги кармы закончатся, это тело скажет вам «до свидания», и вы не сможете сказать ему: «Я твой хозяин. Ты моё тело. Ты должно оставаться со мной». Так вы не сделаете. И это первая истина. Вы думаете, что это ваше тело, вы все время говорите «я, я, я», но в действительности это не «я» – это дом, в котором находится ваш ум, и это вам не принадлежит.

Во-вторых, по этой аналогии можно сказать, что хозяин этого дома очень эгоистичен и в любой момент может сказать вам “до свидания”. Это вторая реальная ситуация. Может быть завтра, может быть через месяц или через год, ваше тело скажет вам “до свидания”, возможно все что угодно. Это вторая реалья.

Третье реальное обстоятельство состоит в том, что с того самого момента, как вы просыпаетесь утром, вы сразу же куда-то бежите, начинаете что-то делать, а что из этого вы сможете забрать с собой? Делаете ли вы что-либо полезное, чтобы вы могли с гордостью забрать с собой в следующую жизнь? Большинство ваших дел – это полностью бессмысленная деятельность. Может быть, некоторые мои ученики занимаются практикой, но это не очень чистая практика. Мотивация такая: “Я не должен нарушить обязательства, поэтому я делаю эту практику. Я занимаюсь этой практикой, чтобы у меня в жизни было меньше препятствий, чтобы я прожил подольше”. Но это не хорошая мотивация для практики.

Тогда даже практика Дхармы становится мирской дхармой. А делаете ли вы хотя бы одно такое действие за целый день, которое вы могли бы забрать с собой в следующую жизнь, с уверенностью в том, что это станет причиной вашего счастья? Итак, однажды я уйду, и в этот момент значима будет только практика Дхармы. Накопление заслуг, очищение от негативной кармы, уменьшение омрачений, увеличение позитивных состояний ума, накопление мудрости, развитие сосредоточения, развитие випашьяны, практика тантры, в особенности йога божества – все это вы сможете забрать с собой в следующую жизнь. Отречение, бодхичитту, мудрость, познающего пустоту – всё это вы сможете взять с собой в следующую жизнь. И всем сердцем принятие прибежища в Будде, Дхарме и Сангхе – для вас это будет лучшей защитой жизнь за жизнью. Вот это полезные вещи. Занимаетесь вы ими или нет? Чтобы всем этим заниматься, нужно знать, каким образом это делается. Поэтому изучить все эти темы во всех подробностях очень важно.

Итак, эти пять совокупностей, рожденные под властью омрачений, характеризуются четырьмя свойствами, первое из которых – непостоянство. Второе – это природа страдания. Главным образом, эти пять совокупностей и также другие объекты, которые возникают в силу благородной истины источника страдания, имеют природу страдания. Первая характеристика – это непостоянство, они все непостоянны, потому что они зависят от причин. Поскольку они зависят от причин, а причина – это источник страдания, поэтому это природа страданий. В сансаре все возникает из благородной истины источника страдания, к которой относятся омрачения и отпечатки загрязненной кармы. И из-за этого результат – это природа страдания. То, что возникает из благородной истины источника страдания, счастьем быть не может, и это стопроцентная логика.

Итак, куда бы вы ни взглянули, о какой бы стране ни шла речь, как бы ее ни восхваляли, вам нужно понимать, что она является результатом благородной истины источника страдания, и поэтому счастья там нет, а на сто процентов есть страдание. Если вы, например, думаете о том, что, когда называют имя царя, или, например, очень богатого человека, Илона Маска или Билла Гейтса, что это такие счастливики, то они вас вдохновляют. Например, вы думаете, если бы я разбогател так же, как Илон Маск, как бы это было замечательно! Спросите у него, как он спит? Он спит очень плохо из-за постоянного страха потерять деньги. У вас нет больших денег, поэтому вы можете ночью спать спокойно.

Или вы можете подумать, что Трамп очень счастливый человек, или Владимир Путин очень счастливый человек, но они также несчастливы. Они рождены под властью омрачений, но если они делают что-то полезное для общества, то они смогут забрать эти дела с собой в следующую жизнь, а если они живут только эгоистичными мыслями, то только вредят себе, и в этом случае с большими долгами отправятся в следующую жизнь. Вы думаете о том, что долг – это обязательно какая-то задолженность перед банком или перед другими людьми, но это очень маленькие долги. И кроме этого, от них также можно уклониться. Например, если вы умерли, этот долг исчезает. Если вы умираете, то банк прощает вам ваши долги. Но есть другие долги, и даже если

вы умрете, они у вас не исчезнут. Американская налоговая инспекция говорит, что вы не можете в жизни избежать двух вещей: смерти и налогов. Но если вы умерли, то можно сказать, что вы избежали уплаты налогов. Они говорят, что невозможно избежать смерти и налогов, но если человек умер, то как можно взыскать с него налоги? На самом деле, хотя кажется, что это очень умные слова, но они противоречат логике, поэтому глупы, и потом другие глупые люди верят в то, что в Америке нельзя избежать налогов. Но сколько людей избежали налогов? Илон Маск сам избежал налогов. Что они могли с этим поделать? Человек, который контролировал налоги, сам избежал уплаты налогов. Они обманывают друг друга, потому что у них нет знаний о законе кармы, а от законов страны можно уклониться.

Буддизм говорит, что худшие долги – это отпечатки негативной кармы. От них вы уклониться не сможете. Отпечатки негативной кармы и смерть – вот эти два обстоятельства, от которых уклониться совершенно невозможно. Однажды вам обязательно придется умереть, избежать смерти невозможно. Говорят, что от налогов убежать не получится, но от уплаты налогов сбежать легко, а многим ли удалось избежать смерти? В буддизме говорится, что невозможно избежать смерти. В буддизме также говорится об отпечатках негативной кармы – ментальных долгах, от них тоже никак не уклониться. Это вторая характеристика кармы. Какой бы долгий временной период ни прошел, эти отпечатки негативной кармы все равно рано или поздно проявятся и приведут к результату. Избежать вы этого не сможете.

А что может быть исключением? Это очищение. Если вы их очистили, то в этом случае это является исключением, вы не испытаете результата, а в противном случае последствий избежать невозможно. Например, если у вас в теле скопилось большое количество токсинов, то существует только один вариант избежать тяжелых последствий, – это если вы от них очиститесь, а в противном случае, рано или поздно, они активизируются и приведут к плохому результату. Это одна маленькая истина в рамках первой благородной истины – благородной истины страдания. Итак, если вы не очиститесь от этих долгов, и если они начнут проявляться, то вы будете страдать жизнь за жизнь. Когда вы практикуете Дхарму, то первое, самое важное – это защитная практика. Например, в шахматной игре, если вы попытаетесь сразу же напасть на своего противника, вы тут же проиграете. Первая очень важная стратегия в шахматах – это построение защиты. В шахматах вы большой упор делаете на защиту, но также и нападаете, а в духовной практике самое главное – это защитная практика, и здесь никакой такой нападательной, наступательной практики быть не может.

Итак, в качестве подготовки займитесь очистительной практикой, накоплением больших заслуг, накоплением знаний с хорошим сосредоточением, и когда вы развиваете випашьяну, тогда вы по-настоящему начинаете бороться с омрачениями. Итак, для вас в начале самое главное, самое ключевое – это научиться заниматься очистительной практикой. У вас очень много отпечатков негативной кармы, вы не можете очиститься от них полностью, и когда один из них проявится, это будет очень опасно. Поэтому есть и другая важная практика – это практика прибежища.

Это еще одна маленькая истина. Так, очистительная практика очень важна, но как же вы можете очиститься от всех отпечатков негативной кармы? Все равно может случиться так, что на завтра вы умрете и проявится какой-либо из отпечатков негативной кармы. Это будет очень опасно. Поэтому, каким образом этого не допустить? И здесь мы говорим о второй очень важной защитной практике – практике прибежища. Итак, принятие прибежища в Будде, Дхарме и Сангхе, в особенности, когда вы это делаете в момент смерти – это очень важно, потому что в этом случае это совершенно точно защищает вас от проявления отпечатков негативной кармы. Даже если у вас девяносто процентов отпечатков негативной кармы и десять процентов отпечатков позитивной кармы, благодаря принятию прибежища в момент смерти, проявится один из таких позитивных кармических отпечатков, и вы обретете высшее перерождение. Это просто чудо!

Если говорить с точки зрения теории вероятности, когда у вас девяносто процентов отпечатков негативной кармы и только десять процентов отпечатков позитивной кармы, то в этом случае максимальная вероятность для вас – это переродиться в низших мирах, это с точки зрения науки. Но даже в такой ситуации, когда высок риск перерождения в низших мирах, если вы примите прибежище, то у вас проявится один из позитивных кармических отпечатков, потому что вы создадите условия для проявления одного из позитивных кармических отпечатков, и вы избежите перерождения в низших мирах, обретете высшее перерождение. И это можно назвать чудом. Это по-настоящему можно назвать чудом!

Так, в буддизме говорится о чудесах, но при этом нет таких чудес, о которых обычно думают люди, что вот что-то на пустом месте без какой-либо причины просто взяло и возникло, такие чудеса – это действительно просто фантазия. Не бывает таких чудес. Например, то, что Миларепа ходил по воде, это также связано с тонким причинно-следственным механизмом. Это не происходило без причин. Например, если люди из центральной Африки приедут в Москву и зайдут в торговый центр, перед ними сами собой откроются двери, а затем за ними закроются, они на это посмотрят и подумают, что произошло какое-то чудо, и начнут молиться: «О, Бог сотворил невероятное чудо!» Но это не чудо, а там есть специальный механизм.

Точно так же, когда у вас появляется контроль над четырьмя внутренними элементами, вместе с этим также возникает контроль и над четырьмя внешними элементами. Поэтому вы можете ментально сосредоточиться, например, на воде. Можно сказать, что у любой субстанции есть четыре элемента, из которых она состоит. Вы можете сосредоточиться на элементе земли в воде, и благодаря этому вода станет плотнее, и по ней можно будет идти. Благодаря собственному сосредоточению и определенным свойствам объекта, этому стечению обстоятельств, может возникнуть такая иллюзия, что произошло какое-то чудо. Итак, существует множество чудес, но при этом они также связаны с тонким причинно-следственным механизмом и не возникают без причин.

Например, однажды Миларепа расположился в роге яка, и при этом сам Миларепа не стал меньше, а рог яка не стал больше, но тем не менее, он в нем оказался и запел песню. Это произошло после того, как Речунгпа побывал в Индии и после этого стал немного высокомерным. Миларепа, когда оказался в этом роге яка, запел такую песню: «Речунгпа, если ты обладаешь чудотворными способностями, то присоединяйся ко мне». В прошлые времена такое происходило даже с такими, как Речунгпа. Он отправился в Индию, изучил Дхарму и затем вернулся с большим высокомерием. Если бы Речунгпа вернулся с настоящей Дхармой, то это было бы хорошо, но на самом деле Речунгпа забрал с собой большое количество книг по черной магии. И это была главная причина, почему Миларепе все это не понравилось, и он сжег все эти книги. Речунгпа разозлился, и Миларепа спел такую песню: «Я, Миларепа, не стал меньше, а рог яка не стал больше, но тем не менее, я нахожусь в этом роге яка, и если у тебя, Речунгпа, есть чудотворные способности, то присоединяйся ко мне». Тот попробовал, но ничего не вышло, потому что он не создал причины, чтобы оказаться там внутри. Там есть тонкие причинно-следственные связи. Это объясняется в практике тантры. Когда ваша практика йоги божества становится очень мощной, такое оказывается возможно. Из сферы пустоты вы являетесь божеством, и тогда вы способны сотворять разнообразные чудеса. Все возможно благодаря пустоте.

Например, в математике говорится, что любые цифры: и положительные, и отрицательные возможны благодаря нулю. Если бы нуля не было, то это было бы невозможно, а в буддизме говорится, что все возможно благодаря теории пустоты. Поскольку все пусто от самобытия, то могут происходить невероятно хорошие вещи и также невероятно плохие. Если бы что-то существовало, как независимое субстанциональное, то оно бы не менялось, и каким бы было, таким бы всегда и оставалось, потому что оно независимо, не зависит от причины. Нам может показаться, что такие вещи есть, но это иллюзия. Самобытие, истинное существование, все это меняться не может, и поэтому все пусто от самобытия, пусто от истинного существования. Так, пустота и взаимозависимость должны быть двумя аспектами одной сущности, иначе у вас представление о пустоте и взаимозависимости будет крайностью нигилизма или крайностью этернализма. Если вы думаете, что что-то существует, то для вас это будет крайностью этернализма, а если что-то не существует, то это будет для вас крайностью нигилизма. И это не теория пустоты. Теорию пустоты понять нелегко.

Так, это была природа страдания. Поскольку эти пять совокупностей и все внешние объекты порождаются из благородной истины источника страдания, то они имеют природу страдания. Следующий, третий аспект – пустота. С точки зрения Прасангики Мадхьямики эти пять совокупностей пусты от истинного существования. Они не существуют такими, какими вам кажутся. И четвертая характеристика – бессамость: то «я», которое является лишь названием для этих пяти совокупностей, тоже пусто от самобытия.

Итак, то, что возникает из благородной истины источника страдания и характеризуется непостоянством, страданием, пустотой и бессамостью – это благородная истина страдания. Все сансарические объекты – это природа страдания, благородная истина страдания. Каким бы красивым вам ни казалось ваше тело в зеркале, в действительности нет ни одного красивого человека. Это скелет, кожа, плоть, кости. И внутри наше тело – это фабрика по производству дерьма. Если пристально посмотреть на нашу кожу под микроскопом, то окажется, что большое количество бактерий там перемещаются вверх и вниз. Вы можете подумать, что мисс Мира очень красива, но тогда проверьте с использованием микроскопа, где же ее красота. Когда она спит, направьте микроскоп на ее кожу, и вы увидите большое количество мелких насекомых, которые перемещаются по коже взад и вперед. Очень ясно, что это иллюзия. То, что создаёт наше тело, это грязные субстанции. Как же возможна красота? То, что создаёт наше тело, возникает из благородной истины источника страдания, как же всё это может быть красивым? Как всё это может оказаться объектом счастья?

Итак, по отношению к своему телу развивайте отречение, и по отношению к телам других людей тоже не привязывайтесь, порождаете отречение. Первый уровень отречения – это непривязанность. Итак, на основе понимания благородной истины страдания и благородной истины источника страдания у вас порождается непривязанность, и это первый уровень отречения. Это не самый высокий уровень, это просто непривязанность, вы не привязаны ни к каким внешним объектам. Такая непривязанность тоже не является каким-то очень высоким состоянием, но из-за этой непривязанности вы не совершаете ошибок. Вы не делаете ничего плохого, но при этом ничего хорошего у вас тоже не получается сделать.

Затем, когда вы начинаете понимать, что благородная истина пресечение страдания – это подлинное счастье, то у вас появляется интерес к ее достижению. И вот такой интерес является настоящим отречением. Ум, свободный от омрачений, – это вечный фактор счастья. Когда я его обрету, вместе с этим я обрету все. Обретая одно – ум, свободный от омрачений, я обрету всё. Что касается мирских вещей, когда вы их приобретаете, то если вы проверите, окажется, что на самом деле вы их не приобрели, они все с вами расстаются. Это как, например, удерживать в руках лед. Когда вы разожмете ладонь, то на ней уже ничего не останется. И это все равно, что держаться за мирское счастье. Мирской способ поиска счастья – такое удерживание льда.

Таким образом, мудрые люди не интересуются всеми этими глупыми вещами. А что их действительно интересует – это ум, свободный от болезни омрачений. Если вы поймете определение благородной истины пресечения, то ваш интерес станет намного сильнее. Когда вы поймете определение благородной истины источника страдания, то вы захотите устранить все виды источников страдания. Когда вы поймете определение благородной истины страдания, то уже не будете привязаны ни к одному сансарическому объекту, и будете понимать, что они имеют природу страдания. Это та же природа страдания.

Одна мать в голодные времена все время кормила своего ребенка таким овощем, который называется “нюма”. Это были голодные времена, она не могла найти ничего другого. Как только она его ни готовила: и варила, и парила, и жарила, но когда подавала ребенку, то он отказывался ее есть. Мать говорила: «Вот сегодня я ее пожарила». Ребенок отвечал: «Все равно это нюма».

Итак, что бы люди ни создали, вы должны говорить, что это все равно сансарический объект, возникающий из благородной истины источника страдания. Это не мой объект счастья, я его лишь использую для выживания. Но это не объект моего счастья. И тогда вы будете принимать пищу для выживания, но не с привязанностью. И это первый уровень отречения.

Затем, постепенно, когда вы поймете, что такое благородная истина пресечения, то у вас появится такое желание: день и ночь стремиться к освобождению, и в этом случае отречение зародится с большой силой, а непривязанность будет возникать автоматически. Когда люди узнают, каким образом зарабатывать деньги, и знают, как достичь этого результата, они готовы работать. Они работают день и ночь, чтобы зарабатывать. Даже во сне они думают о том, как заработать денег, потому что их интересуют деньги.

Когда у вас есть интерес, вы не устаете заниматься этой сферой. Например, в Китае в шаолинских монастырях молодых монахов мне иногда жалко. Они занимаются кунг-фу. Ради такого интереса к кунг-фу дети пяти или шести лет на протяжении трех часов, пяти часов делают очень сложные упражнения. При этом они плачут, но все равно это делают. Почему? Потому что им интересно стать мастером кунг-фу. Но в чем польза стать мастером кунг-фу? Когда у них есть интерес, какие только трудности они не преодолевают! Они не считают, что для них это трудно.

Миларепа интересовала третья благородная истина – благородная истина пресечения, в особенности непребывающая нирвана, состояние будды, и поэтому он медитировал день и ночь, без проблем.

Итак, в субботу, послезавтра здесь состоится последнее наше учение, в воскресенье будет благословение и затем пикник, а 18 апреля начнется ретрит по лоджонгу – по тренировке ума в Подмосковье. Так, пока я здесь, используйте меня. Мои тело, речь и ум я посвящаю вам. Все учения даются бесплатно. Это бесценное учение, которое действительно работает. Именно его я вам и передаю.

До свидания!