

Геше Джампа Тинлей
Ретрит по практике “Лоджонг”
Лекция №1
18.04.2025г.
Пансионат “Ершово”

Я очень рад всех вас сегодня видеть, всех, кто приехал из разных частей России, в особенности тех, кто приехал издалека. В первую очередь я передаю вам тибетское приветствие: «Таши Делег». Поскольку вы сюда приехали, то ваша цель заключается не в том, чтобы стать каким-то необычным, сверхъестественным человеком, ваша цель состоит в том, чтобы стать полноценным человеком. Часто люди говорят, что хотят встретить свою половинку – спутника жизни, как будто сами по себе они неполноценные, а если встречают спутника жизни, то становятся полноценными. Но это неправда. Даже если вы поженитесь, даже если у вас будет два мужа или две жены, вы все равно будете неполноценными. А когда вы становитесь полноценными? Когда порождаете бодхичитту. Если у вас есть такое чувство, что в вашей жизни чего-то не хватает, из-за чего вы несчастны, то это что-то – это бодхичитта. Это на сто процентов правда. В прошлом, когда кто-либо порождал бодхичитту, их жизнь становилась полноценной, и далее они восходили от счастья к еще большему счастью, как говорил Шантидева. Шантидева в «Бодхичарья-аватаре» говорил: «Благодаря отбрасыванию негативной кармы не остается страданий, благодаря накоплению больших заслуг обретается постоянное счастье, благодаря мудрости ум всегда пребывает в покое, и на коне бодхичитты он восходит от счастья к еще большему счастью. Как же такой человек может лениться?»

Так, наши желания не исполняются, мы чаще всего страдаем, и главная на то причина – это отсутствие бодхичитты. Лама Цонкапа также говорил, что вначале, вместо того чтобы большое количество времени посвящать разнообразным ретритам, сделайте упор на порождение отречения и бодхичитты. Как только вы разовьете определенный уровень отречения и определенный уровень бодхичитты, ваши ретриты станут очень мощными. Если вы хотите очищаться от негативной кармы и накапливать заслуги, то без бодхичитты ваше очищение будет лишь очень незначительным, и заслуг также будет очень мало. В “Руководстве к пути бодхисаттвы” Шантидева говорит, что с точки зрения накопления заслуг нет более мощного метода, чем порождение бодхичитты. С точки зрения очищения от негативной кармы также нет более могущественного метода, чем порождение бодхичитты. Здесь, подобно огню конца кальпы, бодхичитта сжигает кальпы и кальпы негативной кармы за краткие мгновения.

Поскольку мы последователи Махаяны, то наша сущностная практика – это бодхичитта, а бодхичитта рождается из доброты. Если говорить о мирской доброте, то это эмоциональная доброта, не глубокая. На основе мирской доброты вы не сможете породить бодхичитту, это невозможно. Вам необходимы глубинные любовь и сострадание, более глубокие, чем мирские. Здесь любовь – это желание другим счастья. Это определение любви. А что такое мирские любовь и сострадание? Когда вам кто-то нравится, то вы думаете: я люблю этого человека, но это не так. Состояние, когда вам кто-то нравится – это не любовь, а любовь – это желание другим счастья. А если вам кто-то нравится из-за привязанности, то это даже опасно. Это не любовь. Итак, даже мирская любовь – это желание другим счастья, и при этом, что касается счастья, то нужно сказать, что это такое неглубокое, поверхностное пожелание счастья. Такая любовь появляется на основе вашего понимания того, что такое счастье и что такое

страдание. Для тех, кто не понимает четырех благородных истин, для них счастье – это, например, добиться каких-то временных целей, временного успеха, разбогатеть и тому подобное. Вы думаете, что это счастье, и поэтому вы желаете этого своим близким людям, в особенности своим детям. Чего вы желаете своим детям? Это добиться успеха, жениться или выйти замуж, завести детей и много денег. На основе такой любви бодхичитту породить невозможно. И ваше сострадание – это, например, если кто-то сломал себе ногу, или у кого-то проблемы со здоровьем, или кто-то потерпел неудачу, тогда вы испытываете сострадание. Но это тоже мирское сострадание. Того, что вы считаете проблемой, вот таких проблем вы не желаете другим, и ваше понимание проблем и страданий – это такой поверхностный уровень проблем. Но это то, что известно даже животным.

Что касается определения страданий в буддизме, то их различают три вида, первый из которых – это страдание страданий. Панчен-лама говорил, что оно известно даже животным. Второй уровень страданий – это страдание перемен, о них знают, например, индуистские йогины. Обывателям такое неизвестно, обыватели страдание перемен считают счастьем и гонятся за ним. Что такое страдание перемен? В буддийской философии говорится, что все то, что мы, обыватели, мирские существа, считаем счастьем – все это в действительности страдание перемен. Например, если человек пьет водку, то он считает водку объектом счастья и желает другим такого-же счастья на основе употребления водки. Те, кто пьет водку, совершенно не испытывают никакой скупости в отношении водки, готовы ею делиться, потому что считают ее счастьем. Все то, что мы, обыватели, считаем счастьем, на самом деле таковым не является. Здесь мне очень нравится такое русское словосочетание: “розовые очки”. Вы носите розовые очки, если считаете себя счастливым человеком в сансаре. Кто-то говорит: я самый счастливый, но все это розовые очки. Если бы такие люди действительно были счастливы, то я за них был бы очень рад. Например, сегодня этот человек выпьет водки и говорит, что он самый счастливый человек, а на следующий день у него водки уже не будет, и он назовет себя самым несчастным. Сегодня какой-то мужчина подарит вам кольцо с бриллиантом и позовет замуж, и вы будете на седьмом небе от счастья, но завтра утром вы уже не будете настолько счастливы. С точки зрения буддийской философии, страдание перемен, которое обыватели считают счастьем, в действительности не является счастьем, а является страданием. Поэтому индуистские йогины понимают, что мирское удовольствие не является настоящим счастьем, что оно подобно соленой воде, поэтому они от него отказываются, отбрасывают его и развивают шаматху.

В других текстах по поводу страдания перемен говорится, что если вы сильно замерзли на улице и затем заходите в помещение поближе к огню, то вам кажется, что огонь дарит вам счастье. Но на самом деле огонь никогда не дарил вам счастья, а с первого мгновения он причинял страдание от жары. Но поскольку вы сильно замерзли, то у вас это страдание от холода уменьшалось, и поэтому вы посчитали, что это счастье. Но затем по мере того, как тепло вас наполняет все больше и больше, вы уже отходите подальше от огня. Это можно распространить на любой наш мирской опыт: когда мы переживаем какой-то объект длительное время, то наши переживания превращаются в страдания. Люди, которые об этом знают и не считают это счастьем, а считают страданием перемен, воспринимают это наподобие соленой воды. Они не гонятся за этими объектами, которые дарят мирское счастье, и сохраняют свое время для развития

ума. Когда вы начинаете сходить с ума по внешним объектам, из-за этого начинаются разнообразные конфликты, войны и все подобное. Все конфликты в нашем мире возникают не из-за гонки вооружений, а из-за желаний. Один человек однажды сказал, что если пятьдесят самых главных бизнесменов, которые занимаются торговлей оружием, отправятся на ракете на другую планету, то наш мир, планета Земля станет очень счастливым местом. Но я бы сказал, что это не так. Эти пятьдесят бизнесменов улетят, но им на смену появятся другие пятьдесят бизнесменов, и это из-за желаний. Пока в нашем мире есть желания, то мира не будет. И я как буддист выдвигаю такое буддийское заключение.

Итак, если вы хотите изменить мир, то вы не можете изменить его снаружи. Вначале вам нужно измениться самим. Как вы можете изменить других? У вас нет власти изменить других, но у вас есть власть изменить себя. Вы можете понять, что ваши желания – это главный источник проблем для вас самих и для других. Хотя в буддизме не говорится о том, что все желания являются плохими, но есть негативные желания. Психотерапевты говорят о том, что если у человека не останется никаких желаний, то это может быть опасно, но если у него будут негативные желания, это тоже опасно. Это правда. Все негативные желания называются привязанностью. Почему? Например, какой-то объект не может дать вам настоящего счастья, но вы считаете его объектом настоящего счастья, гонитесь за ним. И вот это называется привязанностью, потому что это ошибка.

Четыре благородные истины пытаются открыть вам глаза. Вы хотите счастья, и это правильно, но вам необходимо подлинное счастье. У вас есть право быть счастливым. Это ваше фундаментальное право. Если некий объект не дарит вам настоящего счастья, а, наоборот, создает больше проблем, но вы желаете его обрести, это и есть привязанность. Индуисты знают, что мирские желания являются источником страданий, поэтому их отбрасывают, поднимаются над ними и далее достигают не концептуального пребывания в мире без форм. Они думают, что это мокша, но в буддизме говорится, что это не мокша. В буддизме говорится, что до тех пор, пока вы не поймете, что ваша главная проблема – это всепроникающее страдание, то вы не захотите обрести ум, полностью свободный от болезни омрачений. Пока вы не поймете, что ваша главная проблема – это ваша ошибка, совершенная в прошлой жизни, что в прошлой жизни вы ничего не делали, поэтому родились под контролем омрачений, и поэтому у вас проблемы. Те, кто не учился в молодости, во взрослом возрасте не могут найти хорошую работу. Потом они понимают, что их ошибка в том, что будучи студентами, они не учились должным образом, и из-за этого они не могут сейчас сделать карьеру. В этом никто не виноват, они виноваты в этом сами. Повзрослев, они стали немного умнее. Когда был шанс учиться, они не учились, ходили туда-сюда, а сейчас у них нет возможности построить карьеру, и зарплата на работе меньше. Нужно понимать свою ошибку. Если вы будете это понимать, то будете меньше жаловаться на других людей. В вашем уме воцарится мир. Вы всегда вините других людей, а не себя, и это глупо. С сегодняшнего дня начинайте думать, что если вы болеете, то в этом виноваты вы сами, потому что раньше неправильно питались, ели

неправильную пищу, физкультурой не занимались. И в этом виноваты только вы сами. Это тоже хороший опыт. После этого вы начнете питаться правильно. Говорят, что люди учатся на своих ошибках. Даже сто советов не так ценны, как если вы путем собственного опыта понимаете, что это ваша ошибка, и из-за этого вы страдаете. Даже в мирских вопросах вы станете мудрыми. Это касается не только вас, но и меня. Наша главная ошибка в том, что в прошлой жизни мы ничего не делали со своими омрачениями, позволяли им возникать, когда угодно, и поэтому родились под властью омрачений. Это очень большая ошибка! В молодости вы пили алкоголь, питались неправильно, но это не так страшно. В прошлых жизнях и сейчас вы постоянно разрешаете своим омрачениям пребывать в вашем уме, и это огромная ваша ошибка!

В прошлой жизни я совершил такую ошибку и поэтому родился под властью омрачений, и сейчас мои совокупности – это загрязненные совокупности. И это называется всепроникающим страданием. Эти пять загрязненных совокупностей находятся под властью омрачений до сих пор и непрерывно создают негативную карму. Поэтому, куда бы вы ни отправились, вы нигде не будете счастливы. Это буддийская математика. Даже если вы с Илоном Маском улетите на Марс на какой-то особенной ракете, там вы встретитесь с теми же самыми проблемами. Даже если вы там постройте дом, и у вас там все будет, вы все равно будете страдать. Если вы думаете, что вашу проблему решит тот случай, что вы подружитесь с Илоном Маском, он вас примет, и на какой-то особенной ракете вы с ним улетите в какую-нибудь другую вселенную и там будете счастливы, тогда вы глупцы. С этими загрязненными совокупностями, где бы вы ни находились, куда бы ни отправились, везде будут страдания. Поэтому поймите, что ваша главная проблема – это не головная боль или какой-то недостаток, а это рождение под властью омрачений. Если вы маленького роста, это не является вашей главной проблемой.

Некоторые маленькие люди думают: “Моя главная проблема в том, что я маленький, поэтому все смотрят на меня свысока. Если бы я был больше ростом, если бы удлинить мои ноги, то мои проблемы были бы решены”. Нет, это не решит ваших проблем. Все это иллюзия. Если вы думаете, что ваша главная проблема – это узкие глаза, поэтому все русские смотрят на вас сверху вниз – нет, размер глаз ничего не решает. Все это иллюзия. Если вы думаете, что после увеличения размеров ваших глаз вы решите свои проблемы, тогда вы глупый человек. У вас нет проблем из-за узких глаз. Если бы у вас были большие глаза, длинный нос, как у русских, все равно у вас были бы те же самые проблемы. Дело не в этом, а в том, что у вас нет понимания философии. Буддийская математика – это такие рассуждения: “Что такое объект счастья, а что не является объектом счастья? Если я буду и дальше так делать, что будет со мной в будущем?” Это буддийская математика.

Что касается теории вероятности, то ее нельзя назвать каким-то новым научным открытием, поскольку еще до современных ученых эту теорию открыл Будда. Теория вероятности – это зависимость от той причины, которую вы создаете. Если вы спросите у Будды: «Будда, кем я стану в будущем?» – Будда вам ответит: «Судите по тому, что вы делаете в настоящем». Это логика. Если вы спросите у врача: «Какое у меня в

будущем будет здоровье?» – врач ответит, что это зависит от того, как вы заботитесь о своем здоровье в настоящем. Врач не сможет сказать “отлично” или “плохо”, потому что все в ваших руках, это никем не предрешено. Врач не может сказать, что здоровье у вас будет отличное, потому что ваше здоровье зависит только от вас. Как Будда может сказать, что у вас будет все хорошо, если вы делаете все наоборот? Мудрые люди никогда не скажут, что все будет хорошо. Мудрые люди скажут, что все будет в зависимости от того, как вы поступаете. Если студент спросит у профессора: “Как вы думаете, я хорошо сдам экзамен?” – профессор ответит: “Это будет зависеть от тебя. Если ты будешь готовиться хорошо, то и сдашь хорошо, а если не будешь готовиться, то не сдашь”. Это логика. Будь это профессорская логика, будь то буддийская логика, она одинакова.

На основе этого вы поймете, что моя главная проблема – это всепроникающее страдание, эти пять совокупностей, рожденные под властью омрачений, – объект страдания. Если вы родились под властью омрачений, эти пять совокупностей родились под властью омрачений, то у вас в жизни все начинается со страданий и заканчивается страданием. У кого-то чуть меньше, у кого-то чуть больше, но так у всех людей, которые родились под властью омрачений, и это мое стопроцентное предсказание. Ваша жизнь начинается со страданий и заканчивается страданиями, вы не испытываете настоящего счастья ни одного мгновения.

Вы думаете, что вы счастливы, но это не настоящее счастье. Например, вы испытываете маленькое счастье, когда медитируете. В это время омрачений у вас становится немного меньше, ум немного успокаивается. В это время вы испытываете маленькое счастье, но и это не настоящее счастье. Настоящее счастье – это ум, полностью свободный от болезни омрачений. И это действительно настоящее счастье! Когда омрачений становится немного меньше, и вы переживаете определенное умиротворение, это можно назвать подобием нирваны, но этого вы не переживали. Как же вы сможете пережить настоящий покой? Я не переживал настоящего счастья, нирваны, но переживал подобие настоящего счастья, подобие нирваны, и это невероятно! Когда в уме становится меньше омрачений, когда ум спокойный, вам не нужно никуда ехать, вы никому не хотите звонить, даже если вам никто не звонит, вы, наоборот, этому радуетесь. Вы счастливы, потому что ваше счастье не зависит от внешних факторов. Я подумал: “Как хорошо, что мои омрачения спят, потому что они подобны злему духу. Если разбудить этого злого духа, это опасно, потому что тогда я буду несчастным”. Тогда я понял, что настоящий злой дух живет не на кладбище, а это омрачения в нашем уме, это и есть настоящий злой дух. Как только у вас просыпается этот злой дух, он делает несчастными и вас и других.

Если вы видите страдание во всепроникающем страдании, то нужно отметить, что такое способны осознать только буддисты. Итак, вы это рассматриваете как страдание и порождаете желание: «Пусть я освобожусь от страданий и причин страданий». Это всепроникающее страдание и его причины – омрачения, и это является отречением. Вначале вам необходимо такое отречение, что вы желаете себе освободиться от страданий и причин страданий, и далее вы желаете себе обретения счастья и причин

счастья, то есть это четыре благородные истины. Итак, на основе понимания четырех благородных истин в первую очередь вам нужно пожелать себе обретения подлинного счастья и также пожелать себе избавления от настоящего страдания – от рождения под властью омрачений. И такое желание является здоровым желанием. Желание себе избавления от страданий и причин страданий – это первый уровень отречения, а второй уровень отречения – это пожелание себе обретения третьей и четвертой благородных истин. Для этого очень важна философия, и четыре благородные истины нужно изучить во всех деталях.

Что такое аналитическая медитация? Для аналитической медитации необязательно сидеть в особой позе. Что для этого нужно? Размышлять над тем, о чем я говорю. Вот, например, сейчас вы обдумываете мои слова, и это аналитическая медитация. Вы умеете заниматься негативной аналитической медитацией. Почему бы вам точно так же не заняться позитивной аналитической медитацией? Например, вы смотрите телевизор. К вам подходит какой-то человек и говорит, что Наташа сказала про тебя то-то и то-то. Затем он добавляет, что и Люба тоже с ней согласна, и тоже сказала про тебя то-то и то-то. Вы перестаете видеть телевизор и начинаете негативную аналитическую медитацию: «Наташа год назад сказала то-то и то-то. А еще два года назад то-то и то-то». В это время дети бегают взад и вперед, и вы не говорите им, чтобы они не мешали вам заниматься медитацией. Вы занимаетесь негативной медитацией, а негативная медитация – это глупый анализ. Анализ бывает здоровым, глубинным и нездоровым, глупым. Если у вас возникают омрачения, тогда это глупый анализ. Из-за такого анализа вы можете сойти с ума, и так вы достигаете реализации: ваше лицо краснеет, голова начинает дымиться. Это негативная аналитическая медитация. Вы способны заниматься такой негативной аналитической медитацией, и никто вам не мешает. Почему вы не способны заниматься позитивной аналитической медитацией?

Когда у вас есть какое-то понимание Дхармы, и вы вот-вот займетесь неправильной аналитической медитацией, вы должны себе сказать: «Стоп-стоп, это нелогично». Итак, если вам кто-то говорит, что Наташа сказала про вас то-то и то-то, и вы уже почти сделали какой-то вывод, вы должны себя остановить и сказать: «Стоп, во-первых, откуда ты знаешь, что Наташа действительно это говорила? Ты точно уверен, что они сказали тебе правду? Во-первых, такой гарантии нет. Во-вторых, даже если Наташа действительно все это сказала, то в нормальном состоянии ума она бы этого не сделала». Может быть, она выпила алкоголя омрачений и была пьяной. Это самый худший алкоголь. Если вы вечером выпили мирской алкоголь, то на утро вы станете уже нормальными. Но если вы приняли алкоголь омрачений, то на утро вы также будете ненормальными. Вы будете пьяными всю жизнь.

Однажды одна женщина сказала мужчине: “Ты алкоголик, пьяница”. На это он ответил: “Сегодня я пьян, но завтра утром я уже могу быть не пьяным. А ты уродлива, и завтра утром ты будешь точно так же уродлива”. Но это не очень логично. Вот, что вам нужно ответить в таком случае: “Это может быть и так, что я сейчас пьян из-за алкоголя, но мы оба пьем алкоголь омрачений, и завтра также из-за этого алкоголя омрачений мы вместе будем пьяны. Я алкоголик не только с точки зрения водки, но и с точки зрения

омрачений, и ты тоже алкоголик относительно омрачений”. Это постоянное пьянство, до тех пор пока вы не освободитесь от сансары, вы всегда будете такими пьяницами. Слышать это неприятно, но это правда, а правда звучит неприятно. Если бы вы сюда приехали, и я произносил бы для вас какие-то приятные слова, как-то радовал вас словами, то это был бы просто нонсенс.

Так, чтобы развить подлинное чувство любви и сострадания к другим, то, что вам нужно – это вначале пожелать подлинного счастья самому себе и также пожелать себе избавления от всепроникающего страдания. Чем больше вы порождаете отречение – желание себе освободиться от болезни омрачений и далее обрести третью и четвертую благородные истины, желание себе освобождения от страданий и причин страданий, то есть от первой и второй благородных истин, тем больше вы сможете пожелать того же самого другим. Так учение о четырех благородных истинах является очень важным для порождения подлинных чувств любви и сострадания к другим, здесь оно является такой фундаментальной основой.

А теперь я научу вас тому, каким образом порождать бодхичитту с помощью метода семи пунктов причины-следствия и метода обмена себя на других. Первый метод – метод семи пунктов причины-следствия основан на нашей эмоциональной любви, эмоциональном сострадании к другим, и старайтесь распространить эти чувства с помощью мудрости на всех живых существ. Для того чтобы пожелать подлинной любви всем живым существам, чтобы развить такую подлинную любовь, вначале вам нужно хотя бы к какой-то группе людей, хотя бы к ним испытать настоящую любовь и сострадание. Чтобы заботиться о других больше, чем о себе, вначале вам нужно почувствовать хотя бы по отношению к какому-то одному близкому человеку, что о нём я забочусь больше, чем о себе.

Когда я встречался со своими друзьями геше, у нас были обсуждения. И вот однажды в этих обсуждениях я им сказал: “Когда я снял монашеские одежды, у меня появилось одно преимущество, которого у вас нет. У вас есть большое количество преимуществ, которых нет у меня, но при этом у меня есть одно преимущество, которого нет у вас, и я вам расскажу о нем”. Они спросили: “О чем идет речь? Что же это такое?” Я им сказал: “Когда я чувствую любовь к своей дочери, я могу ее любить так, что ее счастье для меня становится важнее собственного счастья. Об одном человеке я могу заботиться больше, чем о себе – это о своей дочери”. Вначале я думал, как же мне научиться любить других больше, чем себя? Затем, когда я понял, что могу это чувствовать в отношении своей дочери, я задумался: “Почему же то же самое не испытывать по отношению ко всем другим живым существам?” Я сказал друзьям: “У вас нет детей, и поэтому у вас нет такого одного человека, о котором вы могли бы заботиться больше, чем о себе”. В любых обстоятельствах есть преимущества. Если вы монахи, то у вас масса других преимуществ.

Итак, главная цель метода семи пунктов причины-следствия состоит в том, чтобы усилить вашу любовь и сострадание. И здесь вы желаете другим не просто обретения какого-либо временного счастья, вы желаете всем живым существам обретения

благородной истины пресечения и ее причины – благородной истины пути, и это подлинное счастье. Пусть все живые существа обретут именно это – благородную истину пресечения и благородную истину пути. И для того, чтобы этого добиться, в первую очередь по отношению к самим себе, вам нужно почувствовать, что это является для вас главным счастьем. Так, что, например, вы закроете глаза, и я спрошу вас: «Скажите, что для вас является настоящим счастьем?» и вы тут же ответите: «Ум, свободный от болезни омрачений». В настоящий момент, если я спрошу вас: «Какого счастья вы хотите для себя?» – вы закроете глаза и представите для себя счастье как золото, деньги, дорогие машины, красивые девушки или красивые мужчины. Вы до сих пор надеваете розовые очки, вы пьяны, и еще пьете водку. Вы и так с рождения пьяные, но продолжаете употреблять алкоголь. Вдвойне быть пьяным – это очень опасно!

Итак, если вы встретите джинна, и он скажет: “Загадайте желание, и я его исполню”, то вы, перво-наперво, загадаете какое-то мирское желание из-за розовых очков омрачений. Джинн вам на это скажет: “Хорошо, вы обретете то, что загадали, но ваш враг получит то же самое, только в два раза больше”. Тогда вы скажете: «Нет, нет, я хочу изменить свое желание» – “Хорошо, чего же вы хотите?” И если вы совершенно не знаете философии, то все загадаете примерно одно и то же, например, вы скажете: “Я хочу потерять один глаз”. Джинн спросит вас: “Зачем?” Вы ответите: “Потому что, если я останусь без одного глаза, то мой враг останется без обоих глаз”. Вы будете радоваться: “Как хорошо, что мой враг лишится глаз!” Тогда вы сошли с ума. Сейчас весь мир живет подобным образом. Европа совершает действия, от которых им самим плохо, но они идут на это, думая, что при этом России будет в два раза хуже. Но в итоге России от этих действий стало только лучше. Все санкции подобны истории с джином: они хотели ухудшить ситуацию других, но, наоборот, сделали хуже себе. Вы тоже не лучше европейцев, вы с легкостью видите ошибки европейцев, но допускаете такие же ошибки. Мы, россияне, тоже не святые, мы тоже совершаем ошибки. Если мы говорим, что мы, россияне, – самые лучшие, то это неправильно, потому что мы тоже допускаем ошибки из-за того, что не знаем философии. По сравнению с европейцами, может быть, мы делаем меньше ошибок, но всё равно допускаем такие же ошибки из-за недостатка философии.

Итак, если вы встретите джинна, и он вам скажет: «Загадайте одно желание», то вы ответите ему: «Я не хочу загадывать желание». Джинн спросит: «Почему?» Вы ему скажете: «Потому что вы не сможете его исполнить. Даже Будда не сможет исполнить такого желания. Его осуществить могу только я сам». Тогда вы знаете философию. Если джинн спросит вас: «Какое это желание, что я не в силах его выполнить?» – вы ответите, что это нирвана. Это состояние нирваны. Будда говорил: «Нирвану никто подарить вам не сможет, и никто не держит вашу нирвану. Только вы, посредством устранения омрачений из своего ума, сможете достичь нирваны». Это невероятная наука! Если джинн меня спросит: «Геше Тинлей, какое у вас есть желание?» – то я откажусь его загадывать, потому что джинн не способен выполнить мое желание, и джинн со мной согласится, что он не сможет выполнить мое желание – чтобы я достиг нирваны. Это правда. Вы читаете мантры в надежде, что однажды божество появится

около вас. Я никогда не читаю мантры для того, чтобы Тара пришла ко мне, и я бы просил у нее исполнения желаний. Все это детские желания. Я прошу Тару благословить меня на то, чтобы я смог стать как божество Тара – источником счастья для всех живых существ, а увижу я Тару или нет, для меня нет никакой разницы: “Тара, пожалуйста, благословите меня, чтобы я, как и вы, смог стать источником счастья для всех живых существ!” Тогда, даже если вы не будете просить божеств благословить вас, они все равно вас благословят. И это настоящее понимание философии.

Вас никогда не будет интересовать такая встреча с джином или что-либо подобное, даже если перед вами появится божество, вы ему скажете: «Пожалуйста, благословите меня, пожалуйста, указывайте мне путь, будьте моим Духовным Наставником жизнь за жизнью, для меня это самое главное». Сейчас я нахожусь в России, я даю вам учение, что еще вам нужно? Это полное учение всей сутры и тантры, я объясняю, каким образом его применять, и это подходящее для вас учение на вашем уровне. Теперь все зависит от ваших усилий, но вы искренне не практикуете. Говорится, что, каков духовный наставник, таковы и ученики, и если духовный наставник ленив, то ленивыми будут и ученики.

Есть история об одном ламе. Когда однажды умер настоятель монастыря, к этому ламе обратились с просьбой: “Пожалуйста, станьте руководителем этого монастыря!” Когда он взял на себя такую ответственность, оказалось, что монахи не слушаются его советов, ведут себя плохо, неправильно. Постепенно ситуация становилась все хуже и хуже, и этот лама не обвинял в этом никого из других людей, а обвинял самого себя. Он сказал: “У меня очень мало заслуг, теоретические учения я знаю, но практического опыта не имею, поэтому мое учение не эффективно. Поэтому ситуация лучше не становится. И самое лучшее, что я могу сделать – это перестать давать учения, перестать пребывать в монастыре и отправиться в уединенный ретрит на семь лет”. Он сказал людям, что это не их ошибка: “Это моя ошибка, поскольку у меня нет хорошего опыта и заслуг очень мало, и, если человек не укоротил свой собственный ум, как же он сможет укоротить других? Поэтому я ухожу в строгий семилетний ретрит. Пожалуйста, кто-нибудь, примите ответственность за монастырь”. И все монахи очень сильно расстроились из-за того, что он решил уйти. А затем, спустя семь лет, когда он начал давать учение, оно оказалось очень полезным. Мне очень нравится эта история. Винить некого, обвинять можно только себя самого. Даже если ты не можешь помочь большому количеству учеников, причина в том, что твое учение неэффективно, а неэффективно оно, потому что ты не укротил собственный ум. Как же ты сможешь укротить других? И в будущем также, если вы не будете становиться лучше, то я могу уйти в строгий ретрит.

Итак, что касается семи пунктов причин и следствия, то среди них первые три – это причины. Благодаря ним вы порождаете подлинную любовь, подлинное сострадание и сверх намерение. Первые три являются причинами любви, сострадания и сверх намерения. Если говорить о любви и сострадании, то даже у архатов Хинаяны есть подлинная любовь и сострадание ко всем живым существам. Но при этом у них нет бодхичитты, потому что у них нет сверх намерения – шестого пункта. Сверх намерение

– это принятие на себя ответственности за всех живых существ. Например, дядя и тетя могут любить ваших детей и желают им счастья и свободы от страданий, но ответственности на себя не принимают. Это не их ответственность. У них ответственность за их собственных детей. Например, у вас есть единственный ребенок, и у вас нет мужа, вы думаете так: “Если я не приму на себя ответственность за него, то кто же за него примет ответственность?” Здесь, когда говорится о сверх намерении, то речь идет не об одном ребенке, а обо всех живых существах. Вы берете на себя ответственность за всех живых существ, и это невероятно: “Я избавлю всех живых существ от страданий и принимаю на себя такую ответственность. Я приведу всех живых существ к безупречному счастью, к состоянию освобождения. Это моя ответственность и это моя цель. Я живу ради этого”. Мать говорит: “Я живу ради дочери”. Когда вы порождаете сверх намерение, то вы говорите: “Я живу ради счастья всех живых существ и ради избавления всех живых существ от страданий. Это моя цель”.

Если таково ваше желание, то как же на деле его осуществить? Итак, говорится о любви и сострадании, созерцающих всех живых существ. И сверх намерение точно также созерцает всех живых существ, а мудрость созерцает состояние просветления. Итак, ваши любовь и сострадание не созерцают состояния будды, не думают об этом, а ваши любовь и сострадание желают всем живым существам счастья и свободы от страданий. Ваши любовь и сострадание думают только о благе всех живых существ. Ваши любовь и сострадание не созерцают состояния будды. Наши любовь и сострадание должны думать только о благе всех живых существ. Если даже я стану самым последним буддой, а все живые существа станут буддой раньше, я готов к этому, потому что моя цель – чтобы все живые существа стали буддами.

Когда Авалокитешвара породил бодхичитту, то различают три вида бодхичитты, и первая из них – это бодхичитта, подобная пастуху. Авалокитешвара породил ее, и это то, что известно как самые могущественные чистые любовь и сострадание. Итак, первая – это бодхичитта, подобная пастуху, вторая – это бодхичитта, подобная лодке, и третья – это царская бодхичитта или бодхичитта, подобная царю. Всего три вида.

Итак, бодхичитта, подобная пастуху – это ваша первая бодхичитта, это настолько сильное чувство любви и сострадания, что вы думаете так, что если бы я мог в начале всех живых существ привести к состоянию будды, то я бы сделал именно это, а сам бы стал буддой последним. Итак, когда впервые Авалокитешвара породил бодхичитту, то она была такой, подобной пастуху, но затем впоследствии он породил бодхичитту, подобную царю, потому что первый вид бодхичитты нереалистичный, а бодхичитта, подобная царю, реалистична, но она кажется немножко эгоистичной. Вначале вы сами становитесь буддой и затем приводите всех других к состоянию будды. Но с практической точки зрения может сработать только это, другие варианты не работают. Например, стюардесса в самолете объявляет, что во время разгерметизации, когда выпадет кислородная маска, то вначале нужно надеть маску на себя и уже затем надеть на ребёнка. Почему она так говорит? Потому что этот способ более реалистичен. Вы должны сначала спасти себя, а потом помочь другим.

Если вы не можете спасти себя, то, как вы сможете спасти других? Это не эгоизм, это реальность. Итак, чтобы всех живых существ привести к безупречному счастью и избавить от страданий, не достигнув состояния будды, вам этого добиться будет невозможно. А бодхичитта, подобная лодке, – это когда вы думаете, что я и все живые существа вместе достигнем состояния будды, как бы приплыв к этому на одной лодке. Но это тоже нереалистично.

Итак, когда вы проводите такой анализ с помощью мудрости, то вы при этом развиваете очень сильные, подлинные любовь и сострадание ко всем живым существам, и далее, когда думаете, каким же образом на деле это осуществить, то приходите к выводу, что этого можно достичь, только самому достигнув состояния будды. А по-другому это нереалистично. Ваша аналитическая мудрость понимает, что только достигнув состояния будды, вам будет реалистично принести благо всем живым существам. Чтобы материализовать это ваше желание, вы понимаете, что всех живых существ избавить от страданий и привести к состоянию будды можно лишь в том случае, если вы сами достигнете состояния будды. И поэтому ваша мудрость начинает созерцать достижение состояния будды.

Итак, это то, к чему нужно прийти в конце, а не с самого начала. А в начале ваши любовь и сострадание должны созерцать всех живых существ. В Европе многие люди, и тибетцы также, хотят сразу же стать буддой, а что касается созерцания живых существ с помощью любви и сострадания, то они даже не знают точного определения любви и сострадания, как же для них это возможно?

Когда Атиша прибыл в Тибет, люди в Тибете говорили о бодхичитте. Атиша сказал: “Очень странно, в Тибете люди даже не знают точных определений любви и сострадания, как породить подлинные любовь и сострадание, в качестве основы не владеют учением по четырём благородным истинам, но при этом говорят о достижении состояния будды во благо всех живых существ”. Он сказал: “Это очень странная ситуация. И не только это, они также говорят и о тантре, причем сразу же о самой высшей тантре”. Однажды кто-то обратился к Атише с просьбой: «Атиша, пожалуйста, передайте шесть йог Наропы». Атиша ничего не ответил. Далее человек повторил свою просьбу второй раз громко: «Атиша, передайте учение по шести йогам Наропы». Атиша сказал: «Не нужно повышать голос, я слышу, что вы говорите. Чтобы практиковать шесть йог Наропы, вначале нужно зародить веру». Атиша говорил не о слепой вере, а о вере в Три Драгоценности. Это первая Дхарма начального уровня – вера в Три Драгоценности и вера в закон кармы.

Итак, это в краткой форме семь пунктов причин и следствия, а сейчас я объясню вам это более подробно. Чтобы породить безмерную любовь и сострадание ко всем живым существам и также породить сверх намерение, первые три пункта являются очень важными. Без этих трёх пунктов, даже если вы породите какие-то любовь и сострадание, они будут просто детскими. Это будет предвзятая любовь. Это будет эмоциональная любовь. Например, сейчас вы считаете себя добрым человеком, но это не настоящая доброта, это эмоциональная, временная доброта. Но если вы породите

любовь и сострадание на основе этих трех пунктов, а эти три пункта, в свою очередь, должны быть основаны на учении по четырем благородным истинам и непостоянстве и смерти, тогда, если вы на этой основе породите любовь и сострадание, то вы станете подлинно добрым человеком, с таким постоянным состоянием, каждый день одинаковым по отношению ко всем живым существам. Как бы они ни действовали, что бы они о вас ни говорили, ваши любовь и сострадание к ним всегда будут одинаковы. У вас для этого будут очень хорошие основания, и даже если они будут вас критиковать, даже если они вас ударят, ваши любовь и сострадание к ним останутся такими же, как были раньше. Вы можете подумать, что это невозможно. Но это возможно на сто процентов. Если вы развиваете любовь и сострадание на основе этого, то никакие мирские причины на сто процентов не изменят вашего отношения к людям. Из-за такой техники. Даже если вас будут хвалить, говорить что-то приятное, ваша любовь к ним не возрастет. Она уже распространена и выше возраста не может. И как бы плохо они о вас ни говорили, как бы ни критиковали, ваша любовь не станет к ним меньше, такая будет устойчивость. Это критерий порождения ко всем живым существам подлинных любви и сострадания. Если ваши любовь и сострадание к ним возрастают, когда они начинают делать для вас что-то хорошее, это означает, что ваша любовь к ним на самом деле очень мала. Если они говорят о вас что-то плохое, и вы начинаете думать так, что вот, какой неблагодарный человек, и начинаете даже его ненавидеть, это значит, что у вас такая очень слабая любовь. Ваша любовь основана на их временных поступках, на том, как они ведут себя по отношению к вам, что они делают и что говорят. Это детская любовь. В любой ситуации, даже если они вам вредят, все равно у вас должна быть ко всем одинаковая любовь. Любовь при этом меньше не становится. Тогда вы к ним породили подлинную любовь.

И вот так я проверяю, каковы моя любовь и сострадание к другим. Если они говорят обо мне что-то плохое или начинают мне вредить, уменьшается ли у меня к ним любовь и сострадание? И если я замечаю, что они не уменьшаются, это означает, что это подлинная любовь и сострадание.

Вначале было так, что вот-вот подкатывал гнев, но я его останавливал. Затем любовь немножко уменьшалась, и я ее усиливал. В итоге я пришел к тому, что моя любовь совершенно не угасала. Не всегда, а иногда. Когда один раз у меня это получилось, я подумал, что это чудо. Я был так рад! Это результат. Независимо от их любви ко мне, независимо от того, как они со мной разговаривают, даже если они мне вредят, все равно я всех люблю одинаково. Это чудо! Человеческий ум способен на такие вещи. Если я это могу, то почему вы этого не можете? И это чудеса! Если я думаю таким образом, то мои любовь и сострадание меньше не станут. Кому от этого выгодно? Мне выгодно, не им. Вы думаете так: «Ладно, я тебя люблю, но больше так не делай». Вы делаете ему одолжение тем, что любите его, но говорите, что если ты будешь поступать таким же образом, то больше я тебя любить не буду. Вы тем самым сами себе назначаете санкции. Вам нужно говорить: «Спасибо большое, что вы разрешаете вас любить». Если вы любите других, то они от этого ничего не обретают. Что им дает ваша любовь?

Бодхисаттвы вас любят все время, и благодаря этому обретают невероятные преимущества. Вы же еле-еле испытываете любовь к нескольким людям, даже к вашим родителям, вы их любите наполовину. Родители также любят своих детей, может быть, на восемьдесят процентов, не на сто. Но даже это, наверное, много. Сейчас есть очень много таких эгоистичных матерей, которые не заботятся о своих детях. Это очень жалко! Своих родных детей они не умеют любить, бросают своих детей и уезжают с другими мужчинами. Таких историй очень много, и это очень жалко!

Итак, четыре великие печати – это буддийская доктрина, она очень важна, и на ее основе вам нужно заниматься практикой. Учение по четырем благородным истинам, бодхичитте и другие наставления входят в эти четыре великие печати. Кто признаёт эти четыре великие печати, тот является буддийским философом, а кто не признаёт этих четырёх великих печатей, тот не является буддийским философом. Если вы по-настоящему хотите практиковать буддизм, то вы должны понимать, что, не зная буддийской философии, вы не сможете практиковать буддизм эффективно. Это будет просто какой-то практикой со слепой верой. Со слепой верой вы будете принимать прибежище, и в этом случае я не могу сказать, что вы не будете буддистом, поскольку вы принимаете прибежище, но, тем не менее, ваша практика будет очень слабой. Итак, вам нужно понять, что врата в буддизм – это принятие прибежища в Будде, Дхарме и Сангхе, и с того момента, как вы приняли прибежище в Трёх Драгоценностях, вы стали буддистом, и, слепая это вера или нет, это не имеет значения. Без понимания четырех великих печатей, если вы принимаете прибежище или начитываете мантры, вы называете себя буддистом, при этом вы также занимаетесь практикой, но она будет очень слабой практикой.

Принимать прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе на основе ясного понимания, в особенности на основе понимания четырёх благородных истин, – это будет таким очень устойчивым способом принятия прибежища. Таких учеников называют последователями умозаключений. Есть два вида учеников, два вида последователей – это последователи слепой веры и последователи умозаключений. Итак, с того момента, как у вас появляется некоторая убежденность в этих четырех великих печатях, вы становитесь буддийским философом, и по мере того, как эта убежденность становится все глубже и глубже, вы становитесь все в большей и большей степени буддийским философом. Итак, если говорить о буддийской философии, о чём бы ни шла речь, в конце концов, всё сводится к четырем положениям. Четыре великие печати – это окончательное заключение, нет никаких более глубинных рассуждений. Это конечное открытие. Это не что-то гипотетическое, эта теория полностью открыта, установлена. И кроме этого, она доказана не только теоретически, но и на деле приводит к результату. То есть она доказана также и на основе результатов. Итак, в буддизме есть такие четыре конечных заключения.

Первое – всё производное непостоянно. Здесь указывается на практику начального уровня. Почему всё производное непостоянно? В качестве поддержки у ваших омрачений в первую очередь выступает неведение, далее – представление о природе страдания как о счастье, и в-третьих, если у вас еще добавляется концепция

постоянства, то омрачения становятся еще сильнее. Из-за концепции постоянства вы полностью теряетесь в этой жизни и не задумываетесь о следующей жизни. Мы даже не думаем о том, есть жизнь после смерти или нет. Другие люди умирают, а я буду жить долго – это концепция постоянства. Так, из-за концепции постоянства вы полностью теряетесь в этой жизни и не готовитесь к следующей жизни. Итак, у вас страдания будут не только в этой жизни, но и в следующей жизни вас ждут еще более опасные страдания. Из-за концепции постоянства вы не думаете о том, что смерть может прийти к вам через месяц, или через год, или через два года.

Итак, если вы думаете о том, что смерть может прийти к вам в любой момент, то возникает следующий вопрос: «А есть ли жизнь после смерти?» Так, вначале вы не думаете о прошлой жизни, а первый вопрос, который приходит вам на ум: есть ли жизнь после моей смерти? И если вы приходите к выводу, что жизнь после смерти будет, то возникнет такой вопрос: «Отчего же она будет зависеть?» Итак, я умру, и какой же будет моя жизнь после смерти? В "Парманаварттике" вы найдете очень ясные доказательства того, что есть жизнь после смерти. Это на сто процентов. Если вы думаете, что жизни после смерти нет, то это очень глупо, потому что для этого нет ни единого хорошего обоснования, но при этом есть масса доказательств существования жизни после смерти. Тогда у вас появляется такая мысль, что вероятнее всего есть жизнь после смерти. Это будет результат вашей аналитической медитации, и далее однажды вы скажете с полной уверенностью, что на сто процентов есть жизнь после смерти, и это будет ваш прогресс.

Далее вы зададитесь вопросом: «А кто же определяет мое счастье или страдание в следующей жизни?» Если они в руках Бога, то мне не нужно будет даже молиться, Бог просто щелкнет пальцами, и всё станет отлично. Это логично. Если бы ваше счастье было в моих руках, зачем тогда мне нужно, чтобы вы мне читали молитвы? Если бы я ждал, чтобы вы мне читали молитвы, и только после этого я бы вам помог, то в этом случае, лучше бы я не был Богом. Если я был бы Богом, и ваше счастье было бы в моих руках, я бы сделал вас счастливыми сразу. Даже вы, являясь глупцами, могли бы помочь другим, если бы это было в ваших руках – сделать других счастливыми, то вы бы тоже сказали, что вам не нужны молитвы, я помогу вам просто так. Поэтому не все в руках бога, это на сто процентов.

Тогда, от чего же это зависит? От вашей собственной кармы. Здоровье вашего тела зависит от того, как вы питаетесь и как заботитесь о своем теле. И это также является кармой в области тела. Ваше тело является следствием того, что вы едите, и это также карма. Это карма на физическом уровне. Карма говорит о причинно-следственных взаимосвязях и на физическом уровне, и на ментальном уровне. В буддизме говорится, что ваша жизнь является следствием ваших мыслей. Какую причину вы создадите, такой результат вы и получите, и это называется законом кармы. И когда вы обретете убежденность в законе кармы, то вы зададитесь таким вопросом: «Как же мне очиститься от той негативной кармы, которую я уже накопил в большом количестве, и как же мне накопить богатство заслуг?»

Вы обратитесь к Будде, Дхарме и Сангхе, как к наивысшим объектам накопления заслуг и наивысшим объектам очищения от негативной кармы. Это метод обретения счастья на начальном уровне – практика прибежища и закона кармы. Так вот это учение Ламрима входит в первое положение, в первую великую печать, что все производное непостоянно.

Следующее, второе относится к страданиям. Таким образом, я это все связываю с учением по семи пунктам причины и следствия. И в этом случае, благодаря этим взаимосвязям, в вашем уме начнут происходить перемены. Если вы будете знать, каким образом сжать все буддийское учение, то оно у вас будет собираться в четыре великие печати, три из которых являются причиной, а четвертая – результат.

До свидания!