

Геше Джампа Тинлей
Весенний цикл учений
Лекция № 1
23.04.2025г.
г. Элиста

Я очень рад видеть всех вас, жителей Калмыкии, после долгого перерыва. Как обычно, для того чтобы получить драгоценное учение, Дхарму, породите правильную мотивацию. Если вы будете получать учение с правильной мотивацией, то есть породите три необходимых уровня мотивации, тогда само слушание учения для вас станет практикой очень высокого уровня. Вы можете подумать, что достижение реализаций возможно только благодаря медитации, но на самом деле это не так. Многие ученики Будды Шакьямуни достигали реализаций, слушая его учение. Возможно, вы думаете, что реализации — это умение летать или погружаться под землю, но и это не так. Кхедруб Ринпоче говорил, что, когда в вашем уме на одно благое состояние становится больше и на одно негативное состояние становится меньше, это и есть реализация. Чтобы породить первый уровень мотивации, думайте так: рано или поздно мы умрём, максимум, нам осталось жить здесь лет пятьдесят, но и такой гарантии у нас нет, смерть может наступить в любой момент. И на сто процентов есть жизнь после смерти, верите вы в это или нет — ум всегда продолжает существовать.

Место нашего следующего рождения никто не определяет, это не в руках бога. Было бы прекрасно, если бы это решал бог. Он любит всех живых существ, поэтому отправил бы всех в рай. Буддийский бог не сказал бы, что о христианах он заботиться не будет, не отправит их в рай. В действительности нет такого понятия, как буддийский бог или христианский бог. Бог существует, но в буддизме наши боги имеют имена, а в христианстве или исламе имени для бога нет. В индуизме тоже есть бог, и у него есть имя. Во всех религиях есть вера в бога, а в чём состоят различия? В том, верят ли люди в бога как в творца или не как в творца. Хотя разница здесь не такая уж и большая. Если кто-то полагает, что бог является творцом всего сущего, это некоторое преувеличение, но всё равно он считает бога очень добрым существом, и это хорошо. В буддизме говорится, что наше перерождение не находится в руках бога. Бог добр, он может нам помогать, но наше перерождение зависит от нашей кармы. При этом отпечатков негативной кармы у нас больше, чем отпечатков позитивной кармы, поэтому мы имеем больше шансов родиться в низших мирах.

Чего стоит бояться, так это рождения после смерти в низших мирах. Такой страх — мудрый. В буддизме есть наставление: не бойтесь смерти, но бойтесь после смерти родиться в низших мирах, и это мудрый страх. Проверив, что становится причиной рождения в низших мирах, вы установите, что это негативная карма. Тогда вы будете бояться создавать негативную карму. Из страха перед низшими мирами вы не будете создавать новой негативной кармы, а уже созданную негативную карму будете очищать, и это очень хорошо. Итак, страх перед низшими перерождениями и вера в Будду, Дхарму и Сангху — причины буддийского Прибежища.

Итак, чтобы не родиться в низших мирах, чтобы обрести высшее перерождение, слушайте учение, и это будет первым уровнем мотивации. Второй уровень мотивации — даже если я обрету высшее перерождение, но мой ум будет по-прежнему страдать от болезни омрачений, со мной останется та же самая природа страдания. При этом не будет гарантии, что я снова не

обрету рождения в низших мирах; рано или поздно я вновь окажусь там. Итак, если вы получаете учение, чтобы полностью освободить свой ум от болезни омрачений, это второй уровень мотивации. Далее породите третий уровень мотивации, думая так: даже если я полностью освобожу свой ум от болезни омрачений, но если мои добрые матери живые существа будут продолжать страдать, какой смысл в счастье одного существа? Чтобы избавить всех живых существ от страданий и привести их к безупречному счастью, да смогу я достичь состояния будды, и для этого я получаю учение. Это здоровая мотивация, которую вам нужно породить. Важную роль в достижении успеха в жизни играет мотивация. Породив её, никогда не сдавайтесь. В буддизме очень важно породить три уровня мотивации, и поскольку эти цели реалистичны, никогда не сдавайтесь, продолжайте трудиться жизнь за жизнью.

Иногда мы глупы и не сдаёмся, даже если наши цели нереалистичны, но это пустая трата времени. Вначале убедитесь, что это правильная мотивация, также исследуйте реалистичность, достижимость поставленных целей. И если вы пришли к выводу, что цель действительно правильна, никогда не сдавайтесь. А если без анализа вы скажете: «Геше Тинлей учил никогда не сдаваться» — и будете двигаться, не сдаваясь, в каком-то ошибочном, нереалистичном направлении, это будет глупо. Некоторые калмыцкие мужчины думают, что они храбрые, ничего не боятся. Даже если против него одного будут четыре человека, он скажет: «Я калмыцкий мужчина! Никогда не сдамся», — это будет глупо. Четыре человека всё равно сильнее одного калмыка. В такой ситуации постарайтесь распрощаться с ними, сказав: «Сейчас вас четверо, а я один. Завтра вернусь с друзьями, тогда наши силы будут равны». Не надо думать: «Я калмык, я ни за что не сдамся, назад пути нет» и упираться рогами, как тупой бык. Очень важно анализировать: если вы видите, что цель реалистична, тогда идите только вперёд, словно назад пути нет. Но никогда не пасуйте перед омрачениями: в любой ситуации боритесь с ними, здесь дороги назад действительно нет. Если же вы один против четырёх мужчин, тогда лучше повернуть назад, я разрешаю.

Итак, с тремя уровнями мотивации получайте учение, и тогда оно станет для вас очень полезным. В прошлый раз я давал вам учение о том, как создавать причины счастья в будущей жизни. Как говорил лама Цонкапа, метод обретения счастья в будущей жизни — практика Прибежища и закона кармы. Я вам это объясню. Без понимания четырёх благородных истин вы не будете знать, как полностью освободить свой ум от болезни омрачений. Чтобы бороться с омрачениями, очень важно знать истину, реальность. Все омрачения возникают из-за ошибочных состояний ума, поэтому однажды они сами собой исчезнут. Сколько бы вы ни боролись с омрачениями в глупом состоянии ума, вы никогда не победите, всегда будете проигрывать. Вам кажется, что омрачения настолько сильны, что побороть их невозможно, но в действительности у них есть одна значительная слабость. Если хотите победить какого-то врага, очень важно знать его слабое место.

Мирские враги в буддизме не считаются врагами, они наши добрые матери — живые существа. Внешних врагов не существует, есть только наши добрые матери — живые существа, подобные драгоценностям, исполняющим желания. Может быть, кто-то во внешнем мире считает меня своим врагом, но для меня внешних врагов нет, поэтому я счастливый человек. Люди, которые думают, что я их враг, страдают, но у меня внешних врагов нет, поэтому я спокоен. Мои враги — омрачения. Я могу распознать их сам, мне не нужны шпионы, чтобы следить, чем мои враги занимаются. Я сам шпионю за своими омрачениями и знаю, когда они приходят, когда уходят,

поэтому мне бороться с ними легко. Благодаря получению учения от своего Духовного Наставника я понял, что у меня есть всего один враг, и он находится в моём собственном уме. Благодаря подробному учению о четырёх благородных истинах, которое я получил от Его Святейшества Далай-ламы, я понял, что снаружи у меня врагов нет, а есть только один враг в моём собственном уме. Благодаря тому же учению о четырёх благородных истинах я понял, что не существует внешних объектов счастья, есть только один объект счастья, и он тоже находится во мне. Мою нирвану никто не может украсть и никто не может её мне подарить, только познание теории пустоты поможет мне её достичь. Такое открытие возникает благодаря пониманию учения о четырёх благородных истинах. Это учение не моё, его впервые передал Будда пяти своим ученикам.

Учение о четырёх благородных истинах не является сугубо махаянским, оно общее для Хинаяны и Махаяны. Поэтому, кто бы ни был последователем буддизма, для него учение о четырёх благородных истинах основополагающее. Много лет назад последователи Тхеравады думали, что тибетский буддизм — не настоящий буддизм, они называли его ламаизмом. Однажды, много лет назад, Его Святейшество передал учение о четырёх благородных истинах в том месте, где его слушали последователи Тхеравады. После учения они сказали, что Его Святейшество Далай-лама — не тибетский буддист, а буддист Тхеравады. Он дал учение о четырёх благородных истинах даже подробнее, чем оно излагается в традиции Тхеравады, и это ясно указывает на полноту буддийского учения в тибетской традиции. Поэтому можно найти общие положения у тибетского буддизма и дзэн-буддизма, а также у тибетского буддизма и буддизма Тхеравады. И с любой другой буддийской традицией у тибетского буддизма найдутся точки соприкосновения. Однако, например, между традицией дзен и Тхеравадой точек соприкосновения нет, и это означает, что эти традиции неполны.

Учение о четырёх благородных истинах очень важно для того, чтобы мы смогли открыть четыре истины, которых мы не знаем. Благодаря пониманию четырёх благородных истин вы сможете понять слабое место омрачений. Вместо того чтобы бояться омрачений, вы будете с радостью бороться с ними, потому что будете знать их слабое место. Итак, чтобы бороться с омрачениями, важно понять учение о четырёх благородных истинах. Учение о четырёх благородных истинах обширно и глубинно, поэтому Будда представил его в трёх видах. Чтобы люди смогли полностью понять это учение, Будда преподал его с трёх разных точек зрения.

Будда впервые совершил поворот Колеса Учения в Варанаси, в Сарнатхе, там он раскрыл четыре благородные истины с точки зрения сущности. После того как люди поняли четыре благородные истины с точки зрения сущности, чтобы они смогли это учение практиковать, Будда представил истины с точки зрения функции. Ученики узнали, каким образом его практиковать, а затем, чтобы они могли усовершенствовать свою практику, Будда в третий раз передал учение о четырёх благородных истинах с точки зрения функции и результата.

Учение о четырёх благородных истинах с точки зрения сущности — это анализ четырёх благородных истин. Затем, чтобы подробнее разобраться в четырёх благородных истинах и практиковать их, Будда рассмотрел четыре благородные истины с точки зрения функции. Здесь он раскрыл механизм, благодаря которому вы сможете понять, как применять четыре благородные истины в вашей повседневной жизни.

Что вам необходимо делать с благородной истиной страдания? Что нужно делать с благородной истиной источника страдания? Что делать с благородной истиной пресечения? И что делать с благородной истиной пути?

Итак, в буддизме есть Дхарма. Ваша Дхарма на первом уровне — быть добрыми людьми, это настоящая Дхарма. Если вы добры, вы занимаетесь практикой Дхармы, если же вы не добры, то не практикуете. Дхарма следующего, более высокого уровня — это четыре благородные истины. Вам нужно не просто знать их, но и применять в своей повседневной жизни. Вы, калмыки, думаете, что Дхарма означает начитывание мантр или зажигание масляных светильников, но это вторичная Дхарма, не настоящая. Сколько бы вы ни начитывали мантр, если ваш ум в этот момент не добрый, это не становится практикой Дхармы. Сколько бы вы ни начитывали мантр, без знания четырёх благородных истин вы даже не понимаете цели вашего начитывания. Зачем вам Дхарма? Потому что бабушка посоветовала вам читать мантры, чтобы у вас в жизни не было препятствий или чтобы появилось больше денег. Если хотите больше денег, зачем читать мантры? Занимайтесь бизнесом!

Цель практики Дхармы не в этом. Даже мотивации читать мантры, чтобы освободить свой ум от болезни омрачений, всё равно недостаточно. Мантры берут начало в тантре, а тантра — самое сущностное учение Махаяны. Без мотивации бодхичитты начитывание мантр не будет иметь эффекта. Бодхичитта, в свою очередь, невозможна без отречения. А отречение может породиться в вашем уме только благодаря пониманию четырёх благородных истин.

Я вкратце объяснил вам механизм, а теперь прокомментирую следующий момент: Будда, впервые передавая учение о четырёх благородных истинах в Варанаси, рассмотрел их с точки зрения сущности. Четыре строки, которые являются коренным текстом, позже Будда Майтрея подробно прокомментировал в «Абхисамаяаламкаре». Четыре благородные истины с точки зрения сущности подробно рассмотрены в «Абхисамаяаламкаре», и Асанга их прокомментировал, а затем и многие высокие мастера, тибетские и индийские, давали комментарии к этим строкам.

Итак, Будда произнёс: «Вот благородная истина арьев о страдании» — это первая строка. Вторая строка учения Будды: «Вот благородная истина арьев об источнике страдания». Третья строка: «Вот благородная истина арьев о пресечении». И четвёртой строкой стали слова Будды: «Вот благородная истина арьев о пути».

Почему же Будда сказал: «Вот благородная истина арьев о страдании»? Почему именно арьев? Потому что арьи способны видеть её как истину, а обычные существа её как истину не воспринимают. Арьи видят это как истину, а обычные существа без объяснения не способны это понять. Поэтому это учение называется истиной арьев (арьи — высшие существа, обладающие прямым познанием пустоты).

Когда Будда произнёс: «Вот благородная истина арьев о страдании», на что указывало первое слово «вот»? Оно указывало на наши загрязнённые пять совокупностей, а также на все внешние объекты, которые являются результатом загрязнённой кармы. Всё, что возникает из благородной истины источника страдания, то есть из омрачений и отпечатков загрязнённой кармы, имеет природу страдания. Арьи видят это совершенно ясно, а обычные люди, наоборот, считают такие вещи объектами счастья.

Ваши пять совокупностей, например, ваше тело, вы считаете объектом счастья и очень о нём заботитесь. Располнев немного, вы говорите: «Какой кошмар! Как мне дальше жить?» Но если говорить о внутреннем мире, когда толстым становится ваше эго, вы об этом вообще не сожалеете. Сейчас ваше эго очень толстое. Фигуры у вас разные: кто-то худой, кто-то немного полноват. Но у всех огромное и толстое эго, и вы не считаете, что это уродливо.

Вы думаете, что самое главное — иметь красивое тело. Если оно полнеет, для вас это кошмар, но если толще становится ваше эго, вы не считаете это кошмаром, потому что не знаете истину. То, что действительно важно, важным вы не считаете, а не имеющее особого значения, наоборот, ставите во главу угла. Это причина, по которой все живые существа вращаются в сансаре. Если вы спросите меня: «Геше-ла, почему же моим страданиям нет конца?», я отвечу: основная причина в том, что вы не воспринимаете всерьёз действительно важное, но слишком серьёзно относитесь к незначительному, поэтому страдания не заканчиваются. И не только у вас, но и у всех живых существ в сансаре ситуация точно такая же.

Если вы спросите меня, почему так происходит не только у вас, но и у всех живых существ (что-то неважное они переоценивают, а поистине значимое всерьёз не воспринимают), я скажу: потому что они не знают четырёх благородных истин. Многие из вас слышали учение о четырёх благородных истинах, но, по-хорошему, всё равно его не поняли, поэтому изменений не произошло. Сейчас, получая учение, помолитесь так: «Пусть я по-настоящему смогу понять смысл учения о четырёх благородных истинах. Пусть мои глаза раскроются». Если раскроются ваши глаза, особенно глаз мудрости, вы сможете распознать врага — свои омрачения. Тогда вы сможете побороть омрачения, излечить эту болезнь.

Если же ваш глаз мудрости слеп, то вы не сможете даже при всех стараниях побороть врага омрачений. Поэтому лучший способ справиться с болезнью омрачений — получать учение и стараться раскрыть свой глаз мудрости, который находится не где-то в межбровье, а в вашем уме. Итак, снова и снова получайте учение о четырёх благородных истинах, и внутри, в вашем уме, раскроется глаз мудрости — понимание этого учения, и это будет реализацией.

Вначале мы рассматриваем эту тему в общем, а затем перейдём к подробностям. Наши пять совокупностей и все загрязнённые объекты имеют природу страдания. От них невозможно добиться настоящего счастья. Понимая это хотя бы немного, вы не будете искать счастья где-то снаружи, добиваться его от своего тела, от своей фигуры.

Невозможно стать счастливым, улучшая своё тело хирургически. Майкл Джексон сейчас был бы жив, если бы осознал это вовремя. Он сделал операцию один раз, потом второй, третий... и с каждым разом ему становилось всё хуже. Он потратил на это все деньги и в итоге умер. Я видел фотографии Майкла Джексона до и после операции. До операции он был намного красивее, и его красота была естественной. После операции он стал хуже, но решил, что ещё одна операция уж точно сделает его счастливее. Это иллюзия. Русские называют это «розовые очки». Люди надевают розовые очки и чувствуют себя на седьмом небе в своих галлюцинациях, они не видят реальности. Не видя реальности, они не могут стать счастливыми даже в мирской жизни. Не говоря о чём-то надмирском, Джексон не смог добиться даже мирского счастья. Мирские люди, ум которых немного спокойнее и счастливее, обходятся без операций: они зарабатывают деньги, немного помогают бедным и становятся счастливыми в мирской жизни. А уж если у тебя

огромные деньги с концертной деятельности, ты можешь помогать людям, вместо того чтобы делать себе операции, жить спокойно и быть немного счастливее других.

Итак, Будда говорил: «Вот благородная истина арьев о страдании» — и тем самым указывал на то, что наши пять совокупностей и все загрязнённые объекты обладают природой страдания. Не ищите в них счастья, потому что это объекты страдания, — это очень важно. Позже я объясню вам тему подробно. В общем поймите, что от своего тела и от внешних объектов счастья вы не добьётесь. Такого общего понимания будет достаточно. Это природа страдания. Вам нужно сделать что-то со своими пятью совокупностями, иначе конца страданиям не будет.

Ваша настоящая проблема — рождение под властью омрачений. Из-за того, что в прошлой жизни вы ничего не сделали для следующей жизни, из-за того, что вы не боролись со своими омрачениями, вы умерли под властью омрачений и затем родились снова под властью омрачений, и это ваша проблема, настоящая наша проблема.

Западные мыслители говорят: если вы родились бедными, это не ваша ошибка, но если вы бедными умираете — ошибка уже ваша. Они говорят: «Если вы родились бедными, с этим ничего не поделать, просто у вас была бедная семья, это не ваша ошибка. Но умирать в бедности — ваша ошибка, потому что это означает, что в жизни вы ничего не делали». Почему они так говорят? Потому что они смотрят на проблему только с точки зрения этой жизни.

В буддизме же говорится, что рождение в бедности — тоже ваша ошибка, потому что в прошлой жизни вы не практиковали щедрость. И все проблемы этой жизни, с которыми вы сталкиваетесь, — ваша ошибка, потому что и в этой, и в прошлых жизнях вы создавали негативную карму. Когда вы понимаете закон кармы и эволюцию вашей жизни, вы не можете обвинять в ваших проблемах кого-то другого, винить вы можете только себя самих.

Если я спрошу вас, в чём ваша главная проблема, вы назовёте своей проблемой что-то глупое. Когда я заболел туберкулёзом, врач исследовал моё тело и спросил меня: «В чём ваша главная проблема?» Я ему ответил, что моя главная проблема — кашель и высокая температура. И на это он мне сказал: «Нет, эта проблема у вас не самая главная». Я ему возразил: «Доктор, я своё тело хорошо знаю, именно кашель и высокая температура и есть моя главная проблема». Ответ был такой: «Если вы считаете это вашей главной проблемой, значит, вы очень плохо понимаете своё тело». «А в чём же моя главная проблема, о которой я не знаю?» — удивился я. И он объяснил: «Ваш кашель и высокая температура — просто симптомы. Это не главная ваша проблема. А главная проблема — бактерии туберкулёза в ваших лёгких. Пока они не будут устранены из лёгких, симптомам не будет конца».

Будда говорил о похожем механизме: до тех пор, пока наш ум, подобный лёгким, не свободен от болезни омрачений, нашим страданиям не будет конца. И все те проблемы, о которых мы думаем, — лишь симптомы. Голова болит, спина болит, ум в депрессии, ваши желания не исполняются, зато вы постоянно сталкиваетесь с нежелательным: дети непослушные, муж-хулиган, жена ленивая — всё это маленькие проблемы. Родственники ругаются друг с другом, вместо того чтобы друг другу помогать — всё это симптомы. Откуда они возникают? Такое случается из-за того, что лёгкие вашего ума страдают от болезни омрачений. Возбудителей туберкулёза я глазами не вижу, но учёные открыли, что есть такие бактерии. Будда открыл такую же невидимую причину нашей болезни — омрачения, подобные бактериям. И это самое страшное. Вирус омрачений — самое страшное, и он даже не имеет формы. У

коронавируса есть форма, очень тонкая и опасная, благодаря которой он распространился по всему миру. Но вирус (или бактерии) омрачений невозможно увидеть, у них нет формы, но они самые страшные, самые опасные. И это правда.

Если вы скажете: «Геше-ла, у меня такая-то и такая главная проблема», я вам отвечу, что вы ошибаетесь. Ваша главная проблема — страдание вашего ума от болезни омрачений. Лёгкие вашего ума страдают от бактерий омрачений. С этой точки зрения мы с безначальных времён и до сих пор страдаем туберкулёзом ума. Это ваша старая болезнь, которую вы сегодня открыли, самая хроническая болезнь. Другие болезни на самом деле не столь существенны, второстепенны. Если вы умрёте от какой-то другой болезни, то потом переродитесь, и у вас уже этой болезни не будет. Туберкулёз, болезни сердца, спины, мозга — все они, когда я умру, прекратятся и в новом теле не продолжатся. Поэтому Шантидева сказал, что болезни тела временные.

Постоянные, хронические болезни — это болезни омрачений, от которых страдает ваш ум. Поэтому, если вы поняли, что страдаете болезнью омрачений, смотрите на Будду как на врача, на Дхарму как на лекарство и на Сангху как на медсестёр. Это правильный объект Прибежища. Вы не рассматриваете Будду как некое могущественное существо, которому вы молитесь, и он за это исполняет ваши желания, щёлкнув пальцами. Будда — как врач, вы исполняете его предписания и воздерживаетесь от того, что он велел вам не делать. Так принимают Прибежище в Будде как во врача.

Дхарма — лекарство, которое нужно принимать постоянно, тогда болезнь омрачений будет постепенно ослабевать. Полное выздоровление ума называется нирваной. Так, если вы хотя бы немного поймёте четыре благородные истины, практику Прибежища вы сможете понять намного легче. Я сейчас даю лишь общее учение, а подробности мы рассмотрим позже. Когда вам передаётся общее учение и вы его понимаете на этом уровне, потом после подробного учения вы обретёте невероятное понимание.

Второй строкой Будда сказал: «Вот благородная истина арьев об источнике страдания». Слово «вот» указывает на омрачения и загрязнённую карму. Эти омрачения и отпечатки загрязнённой кармы — ваш источник страдания и ничто иное. И с таким пониманием вы не будете ни в чём обвинять никого другого, только самих себя. До тех пор, пока вы обвиняете кого-то снаружи, вы не понимаете, в чём состоит источник ваших проблем, вы думаете, что какой-то человек — источник ваших проблем. Значит, вы не понимаете благородную истину источника страдания. Поэтому вы думаете, что какой-то человек является источником ваших страданий, и говорите: «Я не остановлюсь до тех пор, пока не отомщу этому человеку». Тогда вы самый глупый человек. «Я не успокоюсь, пока не возьму реванш», — это значит, что вы глупец. Вы десять или двадцать лет держите обиду, то есть наказываете сами себя. Вы сумасшедший! Так происходит из-за непонимания благородной истины источника страдания. Источник страдания находится не где-то снаружи, а в вашем собственном уме, — это омрачения и отпечатки загрязнённой кармы.

Мой Духовный Наставник задавал мне такой вопрос: «Если ты идёшь по улице и не совершаешь никаких ошибок, вдруг к тебе кто-то подходит и бьёт тебя по носу, чья это ошибка?» Здесь я размышлял таким образом: я ничего плохого не делал, этот человек просто подошёл ко мне, стукнул меня по носу, как же это может быть моей ошибкой? Конечно, это его ошибка! Мы все так думаем, потому что наше видение одинаковое. В то время я не знал

четырёх благородных истин. Мой Духовный Наставник объяснил: «Если ты рассуждаешь только с точки зрения этой жизни, ты прав. Но было и множество предыдущих жизней. Почему он ударил тебя? Почему из тысяч людей он выбрал именно тебя? Это не случайность. Если бы в прошлой жизни ты его не ударил, в этой жизни, даже если б он захотел ударить тебя, он бы не смог. Из-за твоей собственной кармы (когда ты его ударил в прошлой жизни), в этой жизни он тебя встретил и ударил по носу. Таков механизм кармы».

Итак, Наставник снова спросил меня, кого в этом нужно винить? Я сказал: «Меня, потому что в прошлой жизни я его ударил, и таким образом, в этой жизни пожинаю результат того, что создал в прошлом». Поэтому мудрый человек, попав в такую ситуацию (например, его кто-то ударил), думает так: «Мой кармический долг на этом исчерпан», и это очень мудро. «Спасибо, в прошлой жизни я тебя ударил, сейчас ты ударил меня. Теперь наша карма исчерпалась, и мы можем стать друзьями, из жизни в жизнь помогать друг другу. Я хочу остановить этот цикл причинения друг другу вреда. Я хочу, наоборот, установить такую связь, чтобы помогать друг другу». Тогда мы сможем из жизни в жизнь друг другу помогать. Таков механизм. Цикл взаимного причинения вреда нужно остановить, а цикл взаимной помощи развивать и расширять. Из-за этого, где бы вы ни родились, вы будете видеть только помощь от других. Все будут спрашивать: «Чем я могу вам помочь?», потому что вы помогали другим в прошлой жизни.

Калмыки иногда думают: «Почему моему соседу все чуть что приходят на помощь или дарят подарки, а мне никто ничего не дарит?» Вы сами виноваты: в этой жизни вы никому ничего не дарите и в прошлой тоже не дарили. Поэтому, кто вам будет дарить подарки? Думайте так: «Как хорошо: мой сосед и сейчас щедр и всем дарит подарки и в прошлых жизнях он был таким щедрым, что в этой жизни его постоянно одаривают! У него много друзей, он многим нравится. Я сорадуюсь, что он создал такой цикл». Тогда механизм изменится. Даже маленький подарок дарите с радостным умом. Подарок не обязательно должен быть большим. Не менее дорог маленький подарок, который люди дают вам от чистого сердца. Подарок необязательно большой, вы можете с чистым сердцем подарить людям маленький подарок.

Я вспоминаю мою маму: она всегда носила в кармане шоколадные конфеты или печенье и дарила их всякому, кто к нам приходил. В будущей жизни ей будут дарить очень много подарков, потому что она создала причину. Итак, получая учение, вы поймёте, что вот это и есть практика. Для практики не обязательно садиться в позу медитации, закрывать все окна и двери, выключать телевизор и говорить всем: «Не шумите, я занимаюсь медитацией». Вы занимаетесь такой дурацкой медитацией: читаете мантры, просите Будду вас благословить, но в итоге сходите с ума.

Настоящая практика — в повседневной жизни менять отношение к людям, открывать глаза на реальность, пребывать в добром состоянии ума, улыбаться, даже если вас ударили по носу, думая: «Я отдал свой кармический долг, теперь мы будем друзьями. В прошлой жизни я создал негативную карму, ударив вас, поэтому у вас не было выбора, кроме как ударить меня. Всё, мы закончили кармическую цепь негативных поступков друг к другу. С сегодняшнего дня я буду создавать хороший кармический цикл, который нам обоим принесёт пользу. Мне нужна ваша поддержка, а вам — моя. Так почему мы не можем жить в гармонии?»

В нашем мире так же: Россия нуждается в Европе, а Европа — в России. Почему мы не можем жить в гармонии? Сейчас Европа страдает без газа, закрывает заводы. Европейцы накладывают санкции на Россию, но экономика России из-за них только становится лучше. Итак, вводя санкции против других, вы вредите сами себе. Никогда не говорите: «Я не буду вас любить» — это тоже санкция, дурацкая санкция, от которой хуже только вам. «Что бы вы ни делали, я всегда буду вас любить» — это правильно. Я люблю вас, потому что мне это выгодно. Любить вас мне выгодно, даже если вы меня ненавидите. Ваша ненависть ко мне причинит вред вам, а моя любовь выгодна мне.

Гнев других людей вам не вредит, он вредит им самим. Если вы любите других, вы думаете, что делаете благо им, но нет — вы делаете благо себе. Поэтому глупо говорить: «Ладно, в последний раз прощаю. Если сделаешь так ещё раз, больше не буду тебя любить». Что бы вы ни делали, я всегда, постоянно, жизнь за жизнью буду вас любить — такая нужна решимость. Если вы так думаете, вы настоящие калмыки, ведь ваши предки жили именно так. Это философия доброты, которая учит нас, как быть добрым в жизни, как в любой ситуации не терять доброты. Жить с любовью, умереть с любовью и родиться вновь с любовью — это учение, которое я услышал от Его Святейшества Далай-ламы. Итак, каждый раз, когда вы получаете учение, в нём заключается определённая практика. Вот эта практика неформальная. Ваш образ мышления меняется, ваш образ поведения меняется — это практика.

Самое главное — ваша реакция. Что о вас люди говорят, что они думают — неважно. А что самое главное? Как вы реагируете. Если рассуждать о том, что говорят другие люди, что они думают, — остановить вы их не можете. Если бы ваша жизнь зависела от того, кто что сказал или подумал, был бы кошмар. Вы полагаете, что чьи-то мысли и разговоры влияют на вас, — это глупо. Ваша жизнь зависит от того, что вы собой представляете, как вы реагируете. Как они думают, что говорят — для вас значения не имеет.

Самое главное в вашей жизни — как вы реагируете на все ситуации. К примеру, в хорошей ситуации, когда вы добились успеха, люди вас уважают, вам делают комплименты, если вы реагируете негативно, с высокомерием, глядя на других свысока, то вы разрушаете себя. Мудрые люди даже в худших обстоятельствах, когда другие их осуждают, даже вредят им, всё равно реагируют позитивно. В таком случае вам смогут создать проблему лишь на физическом уровне, а ваш ум будет оставаться очень спокойным и умиротворённым. Итак, поймите, что важно, как вы реагируете. Если вы реагируете негативно, вы глупы и себе вредите. Если же вы реагируете позитивно, вы мудры и себе помогаете. Так, будьте мудрыми и никогда не реагируйте негативно — это ваша практика.

Для этого вам не нужно сидеть в позе медитации. Когда возникает такая ситуация, сразу скажите себе: «Геше Тинлей советовал никогда не реагировать негативно». Почему человек сказал о вас что-то плохое? Потому что в прошлой жизни вы говорили о нём плохо. Почему он вам вредит? Потому что в прошлой жизни вы вредили ему, а теперь проявилась ваша карма. Это результат вашей кармы. Никто не виноват, кроме вас самих. Попросите у этого человека прощения: «В этой жизни я вам не вредил, но в прошлой жизни сделал вам что-то плохое, поэтому сейчас вы злитесь на меня без видимой причины. Простите меня». Такие слова заставят его задуматься: «Интересно: я ему нагрубил, а он реагирует так позитивно». Это будет вашей настоящей победой. Такова буддийская практика. Для этого не нужно просыпаться рано

по утрам, спите, сколько хотите, но когда вы просыпаетесь, всегда реагируйте позитивно и никогда не реагируйте негативно.

У вас есть привычка к негативным реакциям, ну так остановите такую реакцию один раз, второй раз, и постепенно вы станете как бы «железным человеком», настоящим героем. И это будет очень хорошо.

Третьей строкой Будда произнёс: «Вот благородная истина арьев о пресечении». На что указывает слово «вот»? На ум, полностью свободный от болезни омрачений. Таково пресечение арьев, и это настоящее, подлинное счастье. Если вы хотите искать счастье, вам нужно искать именно такое счастье — ум, полностью свободный от болезни омрачений. Это подлинное счастье.

Например, молодые парень и девушка хотят пожениться. А для чего? Ради счастья. Но вы понимаете, что в браке нет настоящего счастья. Если вы женитесь потому, что в трудные времена сможете друг другу помогать, это отдельный случай. Но если вы думаете, что женитьба — это нирвана, вы глубоко ошибаетесь. Девушки, никогда не думайте: «Если у меня будет муж и двое детей — для меня это как нирвана. Нирваной это никогда не было и не будет. Вы можете спросить у женщин в Калмыкии (в Калмыкии много замужних женщин, у которых по двое детей): «Вы счастливы?» Они ответят: «Нет».

Поэтому, матери, не давайте дочерям такие советы: пора замуж, пора рожать детей. У вас есть дети. Вы счастливы? Зачем советовать другим то, что вам самим счастья не принесло? Вы это советуете из-за эгоцентризма, думая: «У меня будет внучка, я буду с ней играть». Ваше эго хочет играть с внучкой, поэтому вы советуете дочери выйти замуж. Для вас внучка — бесплатная игрушка, которая к тому же разговаривает. Такая игрушка нужна вам, потому что вам скучно: «Я уже не могу много ходить, приходится сидеть дома, поэтому мне нужна домашняя игрушка». Это тоже эгоизм, не чистая любовь.

Настоящая чистая любовь — это когда вы понимаете, что ваша дочь страдает от болезни омрачений, и желаете ей полностью освободить свой ум от омрачений, то есть желаете настоящего счастья. Вы говорите ей: «Ищи такого счастья». У вас есть опыт замужества и материнства, и вы понимаете, что ни то, ни другое не нирвана, а лишь другая сансара. Родив детей, вы теряете личную свободу: у вас больше нет свободного времени на практику. Настоящая нирвана — ум, свободный от омрачений. Ни муж, ни жена, ни дети, ни пост мэра города, ни даже пост президента, ни статус самого богатого человека — всё это не объекты счастья. Так вы понимаете, что настоящее счастье — ум, свободный от болезни омрачений, пресечение омрачений — только это. Это называется вечным фактором счастья.

В буддизме говорится о вечном факторе счастья, и ни в одной другой религии такого нет. И вы можете задуматься, а что же за это вечный фактор счастья? Например, можно рассуждать с точки зрения научной теории вероятности — это буддийская теория. В буддизме говорится, что если вы полагаетесь на временные факторы счастья, то и ваше счастье тоже будет временным. Это буддийская теория. Если в достижении счастья вы полагаетесь на бутылку водки, то ваше счастье будет продолжаться, пока не закончится эта бутылка. Когда она закончится, начнётся страдание: голова кружится, тело теряет устойчивость, а наутро — плохое самочувствие, разрушение печени. Бутылка водки — временный фактор счастья; когда он кончается, заканчивается и счастье.

Таким образом, в буддизме говорится: опираясь на временный фактор счастья, вы и счастье достигнете временного. Это логично. Если же факторы счастья, от которых вы зависите, продолжительные, и ваше счастье тоже будет продолжительными. Например, благие качества ума являются продолжительными факторами счастья. Поскольку это качества ума, они будут приносить вам счастье жизнь за жизнью. Но это тоже не подлинное счастье, а временное. Что же может стать вечным фактором подлинного счастья? И вообще, возможно такое или нет? В буддизме говорится: да, возможно. Такое счастье существует, и вы можете его достичь. И это просто великолепная новость! Например, если в недрах Калмыкии обнаружатся большие запасы нефти, как вы будете рады. Узнав такую новость, вы ночью не уснёте от радости. Но нефть тоже когда-то закончится. На поле вашего ума есть вечный фактор счастья — какая же это радость для вас! Для вас это самая хорошая новость.

Мы говорим вот о чём: когда вы полностью устраняете омрачения из своего ума, пресечение омрачений и является вечным фактором счастья. Поскольку пресечение постоянно, вам не нужно создавать чего-то нового, ваш ум всегда пребывает в покое.

Теперь поговорим о том, почему постоянный объект может принести нам счастье. Он отличается, например, от чашки, которая делает нас счастливыми. Наш ум думает так: если мы что-то приобретём, то станем счастливы. Но это просто детское представление о счастье. На самом деле высокий уровень счастья возникает благодаря определённому отсутствию. С помощью потерь вы достигаете наивысшего счастья — так говорится в буддизме.

Когда после шести лет медитации в лесу Будда вернулся к себе во дворец, его брат Девадатта задал ему вопрос:

— Ты покинул такой красивый дворец, оставил красавицу-жену, шесть лет провёл в лесу, и чего ты достиг?

— Я ничего не достиг, — ответил Будда.

— А какой же смысл тогда был уходить?

— А смысл был очень большой.

— И в чём же он? — настаивал Девадатта.

— Хотя я ничего не приобрёл, но я многое потерял.

— Что же ты потерял?

— Я потерял гнев, потерял привязанность, потерял сомнение, потерял эго, потерял все омрачения, беспокоящие мой ум. Теперь мой ум всегда пребывает в покое, поскольку нет ни единого фактора, который бы его беспокоил.

Это наука, первая наука, переданная Буддой нашему миру. Но тупые люди не понимают этого.

Вы можете сказать: «Геше-ла, ну терять вообще-то очень легко. Проигрыш — это очень просто, как он может дать хороший результат?» Если вы, например, проигрываете в какой-то игре, никакого хорошего результата от этого не будет, потому что проиграть легко. Но, например, потерять вес — уже достаточно трудно, и при этом потеря веса даёт вам больше преимуществ. Потерять вес довольно трудно, но вы получаете благой результат, соответствующий уровню трудности. Однако утратить болезнь омрачений — действительно очень трудно. Если вы утратите омрачения, это станет наивысшим достижением. Не думайте, что потеря — что-то очень лёгкое. Если вы проигрываете в какой-то игре, или теряете паспорт, или ключи — это легко, но, например, потерять вес сложнее, а потерять болезнь омрачений — самая трудная

задача. Но то, что представляет собой наивысшую трудность, приносит и самый высокий результат.

Вы достигаете состояния нирваны не с помощью каких-то внешних приобретений, а только с помощью утраты омрачений. Именно с такой целью вы развиваете шаматху или випашьяну: не чтобы что-то приобрести, а чтобы потерять свои омрачения. Утратить их нелегко, но развитие шаматхи и випашьяны поможет вам полностью устранить все омрачения из вашего ума. Если вас кто-то спросит: «Для чего вы хотите медитировать? Для чего хотите развить шаматху?» Вам нужно ответить: «Для того чтобы полностью утратить все омрачения из своего ума». А если вы практик Махаяны, говорите так: «Для того чтобы избавить всех живых существ от страданий и привести их к безупречному счастью, я хотел бы полностью устранить все омрачения из своего ума, чтобы помогать другим в утрате их омрачений». Таким образом, вы поймёте цель медитации благодаря пониманию учения о четырёх благородных истинах, и ваша мотивация для развития шаматхи, для медитации в этом случае будет правильной.

Четвёртой строкой Будда говорил: «Вот благородная истина арьев о пути». На что указывает слово «вот»? Оно указывает на мудрость, познающую пустоту, которой у вас нет. Только с помощью развития мудрости, напрямую познающей пустоту, вы сможете полностью избавиться свой ум от болезни омрачений. А обрести мудрость, напрямую познающую пустоту, без шаматхи и випашьяны невозможно. Поэтому благородная истина пути — это причина, а благородная истина пресечения — результат. Благородная истина пресечения говорит о подлинном счастье, к которому вам нужно стремиться. Вы никогда не думали о достижении такого счастья, всё время помышляя о каких-то других объектах, считая их объектами счастья. Однако в реальности они могут стать не объектами счастья, но лишь объектами страдания. С этого момента вы понимаете, какого счастья действительно желаете: вы хотите обрести ум, полностью свободный от болезни омрачений, — это подлинное счастье. Вам необходимо создать его причину, то есть обрести мудрость прямого познания пустоты.

Итак, в учении о четырёх благородных истинах говорится о счастье и причинах счастья, которых мы желаем, о страданиях и причинах страданий, которых мы не хотим, — об этих двух моментах. Даже мельчайшие насекомые хотят счастья и не хотят страдать. У животных понимание счастья очень низкого уровня, поэтому их счастье очень короткое. Сегодня они ищут себе пропитание, насыщаются, но не думают о завтрашнем дне, они не умеют создавать. Они не способны создать даже причины временного счастья. Например, еда с буддийской точки зрения — это временный объект счастья, не настоящий. Но животные не могут создать даже такое временное счастье, как еду. Они зависят от того, бросит ли им кто-то еду, накормит или нет. Поэтому их счастье очень кратковременно.

Мы, люди, немного умнее. Хотя мы тоже знаем только временные объекты счастья, мы умеем создавать их причины. Но мы ленивы. Если экономика не в упадке, мы зарабатываем деньги, а потом платим кому-то, чтобы нам еду приготовили, сами готовить не умеем. Мы живём благодаря государству, которое создало такую систему, что мы можем купить еду за бумажные деньги, а потом мы ругаем своё государство. При этом мы всё получаем благодаря государству: его экономической системе, законам. В два часа ночи калмыцкие дети и девушки могут спокойно гулять по улицам. Благодаря чему мы живём в безопасности? Благодаря государству, его системе, законам, порядку. Мои друзья, живущие в Америке, говорят, что там даже двое взрослых боятся ночью выйти на улицу, потому что там есть оружие у многих людей, в том

числе у сумасшедших. Пистолеты продаются открыто, из-за этого люди боятся за свою жизнь. У нас в России такого нет. Мы иногда забываем, что у нас есть хорошего. У нас маленькие пенсии, но есть бесплатная медицина и образование. Об этом мы забываем, замечаем только маленькие пенсии и думаем, что у них там пенсии больше. Это неправильно. Сегодня я вам отвечаю как бы от имени государства.

Вернёмся к нашей теме. Первые две благородные истины — благородная истина страдания и благородная истина источника. Итак, ваша главная настоящая проблема — не где вы родились, а тот факт, что вы родились под властью омрачений. Это ваша главная проблема. Если вы думаете, что ваша главная проблема — рождение в маленьком регионе, Калмыкии, из-за этого вы не получили образования и вынуждены испытывать трудности, вы глупы. Наоборот, рождение в Калмыкии, где есть учение Будды, — удача. В вашей жизни есть проблемы, потому что в прошлой жизни вы ничего не делали с вашими омрачениями. Вы родились под контролем омрачений, а где вы родились — значения не имеет. Где-то чуть лучше, где-то чуть хуже, но везде одинаково вы будете страдать.

Рождение под властью омрачений похоже вот на что: в одной больничной палате кто-то может кашлять сильнее, кто-то слабее, но всё равно у всех один диагноз — туберкулёз. Сегодня у них температура меньше, а у вас больше, а завтра, возможно, будет наоборот. Но здесь все больные. Сегодня вы мучаетесь от сильного кашля и высокой температуры, думаете, что у вас беда, и завидуете другим больным, которым пока полегче. Но все вы одинаково больны туберкулёзом — омрачениями. Сегодня симптомы проявляются у вас, а завтра — у других больных. Как можно завидовать? У кого-то машина красивая — и вы завидуете. Как глупо!

Если уж хотите кому-то завидовать, завидуйте архатам, арья-бодхисаттвам, тогда вы по-настоящему мудрые люди. Вы никогда не завидуете арьям, арья-бодхисаттвам. Зато стоит вашему соседу купить машину — у вас сразу глаза большие: «Почему он купил, а я не могу? Чем я хуже него?» «У арьев ум полностью свободен от омрачений, а я чем хуже? Почему они такие мудрые, а я нет? У меня тоже есть природа будды. Чем я хуже? Я тоже могу!» — это называется белая зависть.

У вас нет ни капли белой зависти, только чёрная зависть: «Он купил машину. У него такая дорогая сумка! Где он такую достал?» — ваши глаза становятся красными, несчастливыми. Мы не можем терпеть, когда другие становятся немного счастливее. Всё это — тупой ум. Наоборот, вы должны думать: «Мой сосед родился под властью омрачений, как и я, но сейчас он ненадолго стал счастливым — как хорошо! Долго его счастье не продлится, потому что для этого нет причин. Причины страдания у нас есть постоянно, а временное счастье подобно чуду. Пусть новая машина моего соседа подольше не сломается, пусть он всегда будет таким счастливым!» Это буддийские мысли. Завидовать соседям не нужно. Наоборот, радуйтесь, когда сосед покупает машину. Скажите ему: «Твоя машина очень красивая, но она не только твоя. Это наша машина. Иногда мы вместе будем ездить на ней». Он будет рад. Машина соседа — наша машина, машина родственников — наша машина. А вы завидуете как раз самым близким людям — как глупо! Если уж так хотите позавидовать чьей-то машине, завидуйте машине Березовского, потому что он далеко. Но к нему вы зависти не испытываете. Вы завидуете своим соседям и родственникам, от которых вы зависите и с которыми иногда вместе куда-то ездите. Это величайшая глупость! Я уж не говорю о немирском, даже с мирской точки зрения это очень глупо.

У меня не вызывает зависти и машина Березовского, я завидую только чистоте ума архатов, доброте и мудрости бодхисаттв и арья-бодхисаттв: «Я стараюсь, но у меня не получается обрести такие качества. Как вы смогли этого достичь? Что особенного было в вашем уме?» Я знаю, что ничего особого в их уме нет, по природе их ум и мой одинаковы. Но они практиковали с энтузиазмом. Учение я получал такое же, как и они. Да, это я виноват. Ведь мой Учитель подобен Будде. Возможно, кто-то из архатов даже не имел такого Учителя, как Далай-лама. Мой Учитель — Далай-лама, божество в человеческом теле. Я слушал полное учение сутры и тантры. Некоторые архаты не слушали учение тантры. Но почему я не достиг результатов, а они достигли? Они прилагали усилия, практиковали днём и ночью, поэтому добились результата. Я ленив настолько, что даже с такими знаниями Дхармы, полученными от Далай-ламы, практиковал мало, поэтому результата нет. Кто виноват? Только я сам. Породите вдохновение: «Вы великие люди, вы постоянно практиковали с энтузиазмом. Я ленив и сам виноват, что не достиг успеха. Сорядуюсь вам! Вы мой объект вдохновения». Тогда ваша белая зависть превратится во вдохновение.

С пониманием четырёх благородных истин никогда никому не завидуйте. Если вы хотите кому-то позавидовать, тогда завидуйте архатам и арья-бодхисаттвам.

Итак, Будда объяснил четыре благородные истины с точки зрения сущности. Если же вы подробно рассмотрите эти четыре благородные истины с определениями, то сможете очень точно понять их смысл. На основе определений вы поймёте очень точно, что вот это является благородной истиной страдания, и ничто иное, кроме этого. Такое определение отбрасывает всё, что не является благородной истиной страдания, а то, что к ней относится, полностью определением охватывается, ничего не выпадает. Вот что называется определением. Тогда вы добиваетесь точного понимания и устраняете все заблуждения. Это действительно важно.

Чтобы исследовать, заразились ли вы коронавирусом, в первую очередь нужно понять, что такое коронавирус. Необходимо очень точное понимание на основе определения коронавируса. Если вы об этом узнаете, то получаете определённый сертификат, позволяющий вам анализировать, есть ли в чьей-то крови коронавирус или нет. Люди, которые точно знают на основе определений, что такое коронавирус, с помощью микроскопа проводят анализ и приходят к выводу, что в такой-то крови коронавирус отсутствует, а значит, на сто процентов этой болезни у человека нет. Откуда вы знаете? Потому что кто-то изучил коронавирус, достиг полного понимания, а потом определил, что здесь коронавируса точно нет.

Например, во времена пандемии коронавируса некоторые люди говорили, что если у кого-то пропало обоняние, он не чувствует запахов, значит, он заболел коронавирусом, если же он чувствует запахи, коронавируса у него нет. Но это ерунда. Когда я болел коронавирусом, у меня обоняние не исчезало, поэтому я подумал: может быть, это просто простуда. Все меня убеждали не верить этому признаку и поехать к врачу. Потом я обратился к врачу, и тот определил, что коронавирус есть. Я пришёл к выводу, что доверять неспециалистам опасно, ведь они утверждали, что при коронавирусе обязательно пропадает обоняние. Я чуть было не поверил им. А если б поверил и не поехал в больницу, я бы умер. Поэтому не слушайте всю ту ерунду, которую болтают на YouTube непрофессионалы.

Профессиональные врачи сидят тихо, а шарлатаны играют во врачей, раздают советы, как надо, как не надо поступать. В Индии кто-то сказал, что если подышать над паром, то коронавирус

погибнет, а вы выздоровеете. Но как коронавирус погибнет от пара, если от него не гибнут даже бактерии? Наслушавшись таких советов, люди делали ингаляции в надежде вылечиться, но умирали. Всё это неправильно. Даже учёные могут ошибаться.

Под видом буддийского учения на YouTube тоже передаётся много всякой ерунды, много очень странных учений, поэтому не верьте. Нужно верить только коренным текстам, Слову Будды, учениям Будды Майтреи, Асанги, ламы Цонкапы. Если я что-то говорю, это должно быть основано на учениях ламы Цонкапы, Будды Майтреи, Нагарджуны, Чандракирти, Будды Шакьямуни. Тогда это учение аутентичное, не моё. Тем более сейчас становится много европейских монахов и монахинь, и они любят давать учение. Это очень опасно. Человек сам никакого опыта не имеет и выписывает рецепты, подобные лечению коронавируса паром: не думай о прошлом, не думай о будущем, просто сиди, твой ум освободится от омрачений, и ты станешь буддой. Как такое возможно? В Калмыкии много пьяниц, которые не могут ни о прошлом вспомнить, ни будущее проанализировать. Пьяный пребывает в настоящем и спит десять часов подряд, но когда утром открывает глаза, какие у него реализации? Никаких. Поэтому совет не думать о прошлом, не думать о будущем, пребывать только в настоящем — тоже глупый.

В буддизме говорится, что само мышление не является причиной страдания. Размышлять под властью омрачений — вот это причина страданий. Но если вы думаете под влиянием ума, заботящегося о других, мудрости, такое мышление будет мудрым. Наоборот, оно полностью устранил омрачения из вашего ума. Поэтому мы достигаем освобождения не тогда, когда перестаём о чём-либо думать, а тогда, когда устраняем неправильные мысли. Мы устраняем все омрачения из своего ума — это состояние архата.

Если же вы хотите реализовать весь свой потенциал, вам необходимо позитивное мышление, мудрость. Так вы реализуете потенциал своего ума. Ваши любовь и сострадание будут развиты до безграничности, ваша мудрость будет развита до безграничности, терпение также разовьётся до безграничности, все благие качества можно развить с помощью мудрого анализа, основанного на подлинном учении. Нам необходим такой анализ, потому что без него буддой стать невозможно. Такого результата не достичь лишь устранением омрачений. Вы можете стать архатом, но у вас не будет реализован весь благой потенциал. Все благие качества ума возникают на основе позитивного, мудрого анализа, который называется мудростью.

Итак, время закончилось. Это мой лучший подарок для вас, это реализация. Я готовую реализацию положил вам в рот, теперь вам нужно её проглотить. Итак, увидимся с вами завтра.