

Итак, мы в тексте семичастного Лоджонга. У нас разный порядок в текстах. У нас строчка «Преобразовывай своё отношение. Сохраняй естественное поведение» — это мы прошли. И теперь «Не говори о чужих пороках». Здесь подразумеваются разные виды недостатков других. Как недостатки тела, так и недостатки характера. Весь спектр недостатков. Если, например, тело человека лишено каких-либо частей (это естественно воспринимается как недостаток тела) или какие-либо некрасивости его тела – всё это не объект нашего внимания. Это не то, о чём мы должны думать и говорить, если практикуем Лоджонг. И то же касается недостатков поведения человека или характера. Например, кто-либо обещал, что не будет гневаться, а будет сохранять нравственные установки. Видим, что у него не получается, он скатывается обратно. Не может выполнять обещание. И мы указываем ему на это. Вот этого делать нельзя. Многие говорят: хочу практиковать Дхарму, но нет у меня времени. Мне надо работать, делать дела... но это же можно в жизни практиковать – не-критикование недостатков других. Это и есть практика. Итак, не говори о чужих пороках – если буквально это переводить, то говорится о недостатках тела. Но это же относится к поведению. То есть, если человек обладает внешним недостатком – врождёнными, приобретёнными, то мы не говорим и не обращаем на это внимание. И то же касается поведения. Нужно понять, из чего проистекают все эти самаи Лоджонга. Например, эта самая – не обращай внимание на чужие пороки; пороки – это то, что присуще живому существу. То есть мы обращаем внимание на пороки каких-либо живых существ, видим их недостатки. И это видение недостатков полностью противоречит практике зарождения сострадания. Таким образом, поскольку это одно из живых существ, к которому мы развиваем равностное сострадание, равностное любящее отношение, нужно видеть их всех как хороших живых существ. А видение недостатков противоречит зарождению любви и сострадания. Соответственно, Самая – не делать так. Возникает вопрос: а если человек воровство совершил? Совершил объективно дурное деяние. Мы, что, должны молчать и не порицать его? – Нет. Не порицать – это не значит говорить, ты молодец, что своровал; в любом случае ты хороший человек и твой поступок хорош. Мы этого не говорим. Как же мы должны поступать? Мы не должны отворачиваться от этого человека и уменьшать к нему своё сострадание и любовь по причине того, что он своровал. То есть это не

должно стать причиной уменьшения наших тёплых к нему чувств. Поэтому Его Святейшество Далай Лама говорит: следует разделять людей и поведение этого человека, поступок этого человека. Обычно мы не думаем об этом. Размышлять об этом очень полезно, то есть разделять человека и его поступок. Если кто-либо высказывает о ком-либо ошибочное суждение, говорить и считать, что вот это правильно, не следует. Его ошибочное суждение или высказывание не верно. Но так человек поступает в силу своего незнания. Только лишь. То есть его речь, поведение отдельно, а человек отдельно. Его речь может быть плоха, а сам человек – нет. Например, если кто-либо говорит, что Дхарма – плохое учение, не надо на него гневаться. Мы понимаем, что этот человек не изучил и не знает, что это такое – Дхарма Будды. Есть у нас 100 томов Кангьюра, 200 томов Тенгьюра (комментариев). И чтобы адекватно судить, надо понимать, что это. И если человек так судит, значит он находится в неведении. И это заслуживает только сострадания, но никак не проявления гнева. Дхарма и советы Будды очень глубоки по смыслу. Если то, что человек порицает Дхарму Будды, для нас становится поводом проявления сострадания, то это правильно. То есть мы такое плохое действие обращаем в пользу. И другой пример. Когда, видя в человеке недостатки его внешности, уродства, инвалидность, критикуем его внешность, относимся с презрением. Это тоже плохо. Объективно – тебе повезло: руки, ноги на месте - ты счастливчик по сравнению с человеком, который лишён этого. Но если посмотреть на душевные качества, то неизвестно, кто из вас в чем лучше, у кого больше терпения, сострадания. Это мы не можем сказать, глядя на внешность человека. Такое размышление о внутренних качествах живых существ помогает не испытывать презрение и высокомерие к человеку, лишённому внешних качеств хороших. И, соответственно, в таких размышлениях есть польза.

И далее: «не вмешивайся в чужие дела». То есть не проявляй любопытство в отношении ошибок других. Не смотри на поведение других, чтобы видеть всё время ошибки. «Не говори о пороках других» – здесь и о телесных, и о душевных недостатках. А следующая часть – «не вмешивайся в дела» – она более общая. Она больше относится к оцениванию других. То есть мы пытаемся, или это автоматически происходит, оценивать другого человека, его поведение, предположительно его душевные качества... и эта оценка никогда не будет

адекватной. Есть знаменитые строки из сутры: «Будда и ему подобные могут оценить правильно внутренний мир других и точно сказать, что за человек, какие его качества и так далее Вы же не поступайте так, иначе придёте к упадку». Здесь имеется в виду, что Будда обладает всеведением и он может сказать, может знать точно. А люди, не обладающие всеведением, знать точно не могут. И поэтому не стоит судить других. В сутрах я нашёл еще одно высказывание. Будда сказал: «Правильное или неправильное поведение, поступки, мышление – решай сам для себя». Только сам для себя это решаешь. Это главное. А что делают другие и их мотивы, правильно ли они поступают – это не твоё дело решать.

И в сутре «100 активностей» есть также история, говорящая об этом. То есть там не высказывание Будды, там через историю это рассказывается. У Будды был родственник, Девадатта, который не рассматривал Будду как действительно Пробужденного. И у Девадатты был свой круг последователей. Среди них был монах-гелонг Кокалика, который тоже сильно критиковал Будду, и Шарипутру, Маудгальяяну и так далее И вот Кокалика умер и попал в ад. И когда Будде это открылось, он сказал: «Гелонги, никогда обычная личность не может оценивать другую личность». Здесь имеется в виду личность, не достигшая Просветления. Оценивать – это когда смотрим на другого человека, на его выражение лица и т.п., и говорим: вот у этого сострадания маловато. А вот у этого каких-либо качеств не хватает, или их столько-то. Таким образом оцениваем человека.

Итак, Будда сказал: «Я и мне подобные (то есть достигшие полного пробуждения, которые устранили все омрачения, все загрязнения и завесы, полностью реализовали весь потенциал благих качеств) – вот такие личности могут судить и ценить, кто чем обладает. А вам этого делать не надо». Это не то, что можно подумать – что Будда хвастается: я вот такой пробуждённый. Это популярная и часто приводимая цитата. Я искал ещё другие цитаты, связанные с этой Самаей Лоджонга, и нашел ещё вот такое: если вам обязательно надо кого-то оценить, если уж решили, что будете взвешивать другого и оценивать его достоинства и недостатки, то делайте это через восемь аспектов. Эти восемь аспектов перечисляются, но каждый я не смогу объяснить. Наверняка есть комментарии, но у меня не получилось найти. В перечислении говорится о какой-то шкале оценки, как всё-таки можно изучить другого человека, так как бывают моменты, когда это

нужно. Мы можем оценить с так называемых услышанных учений, глядя на его тело и речь... Это первые три пункта. Тело – это мы смотрим на его поступки, внешне выражающиеся телом. И примерно можем сделать какие-либо выводы. Потом можем его высказывания оценивать, постепенно складывая своё мнение, опираясь на его слова, действия речи. И слушание – это значит, что мы узнаем, что этот человек знает. Какие учения он слышал. Но здесь имеется в виду «услышал» с точки зрения, как это применяется в буддийских текстах. То есть изучил, а не просто услышал, как мы здесь. Например, если мы знаем, что человек говорит одно, но мы знаем, что он, например, Ламрим совершенно не знает: ни названия, ни того, что там внутри, - мы можем прийти к выводу, что, если он не знает этот текст, то о чём там говорится, в Ламрime, он правильно объяснить не может. Его объяснения, скорее всего, не будут правильными. Наверное, не стоит полагаться на его объяснения. Это я так думаю. То есть я комментарии не нашёл на эти 8 оцениваемых, 8 критериев оценки. Но думаю, что это так. Какие еще выводы можем сделать из этих первых трёх критериев? Сказано, смотрите на то, что этот человек изучил, то есть то, что мы можем объективно узнать. Посмотрите на его поступки, поведение. Посмотрите на его речь и высказывания. Мы можем только примечать и быть внимательным к тому, как проявляется наружу его внутренний мир с помощью его поступков, речи, учений, которые он даёт. И опираясь на эти косвенные доказательства, знаки, можем что-то как-то более или менее судить о его внутренних качествах. То есть есть такой способ: наблюдая за поступками и речью можем примерно сказать, каковы его внутренние достоинства. Но все эти способы не могут нам дать полноценного и точного представления о внутреннем мире человека. Вот, например, человек сидит в благоговейной позе, сложив ладони и прикрыв глаза. Очень умиротворенно и красиво сидит. Но сказать, каковы его мотивация, от чистого сердца он молится или он хочет сделать вид, обманывает себя и других – этого мы не знаем. Может быть я слишком любопытен не в том месте, где надо, но у меня есть молодые родственницы и ученики. И когда я вижу, что в этой жизни у них происходят любовные привязанности и прочее, я всегда говорю: ты сначала присмотришься к этому человеку. Не кидайся головой в этот омут – вот чувство, что «я без него жить не могу» и так далее, нужно сначала присмотреться к поведению, речи этого человека. Как он поступает с другими? И

когда увидишь человека взглядом, не ослеплённым вот этой своей страстью, то будет заложен хороший фундамент этих отношений. А может быть это человек, с которым лучше не связываться. А то начинаются всевозможные чувства, они становятся все сильнее, и людям кажется, что они друг без друга не могут, а потом их жизнь превращается в череду ссор и страданий. Потому что они в самом начале не смогли исследовать адекватно. Я говорю это с чистой мотивацией. А что из этого выйдет – будет ли хорошо или нет – этого я не знаю. Я вот так говорил своим ученикам, а потом Учения Его Святейшества Далай-ламы послушал – и он то же самое сказал: не бросайтесь сразу друг другу в объятия, теряя голову. Лучше вначале проверить человека. Изучить его, посмотреть, действительно ли он таков, как кажется. Это сказал Далай-лама, и я сразу же обрадовался и успокоился. Значит, правильные советы давал. С одной стороны, думаю, что нос сую не туда, куда надо. Но, в то же время, много приходит людей, которые миряне, и у них своя жизнь, свои сложности, свои вопросы возникают. И мне хотелось бы им помочь. Через них я узнаю об этой жизни, интересуюсь, читаю книги о жизни мирян, об их переживаниях. Однажды ехал я в поезде трое суток с одним парнем. И в дороге он рассказал всю подноготную семьи, все проблемы. И говорит: «Вы монахи, у вас все прекрасно!». «Но у нас тоже есть проблемы». «Откуда у вас проблемы? У вас жены, семьи нет, детей нет». «Да, детей нет, но есть ученики». И когда он мне все свои проблемы рассказал, тогда я ему начал рассказывать. И говорю ему, этому парню: «Вам даже легче. В крайнем случае ты можешь развестись. Она у тебя одна. Развёлся – и свободен. А я-то с учениками развестись не могу, мне никуда от них не деться». И мы с ним так разболтались, что все люди в поезде уже спать легли. И в итоге он сказал: у нас разница с тобой только в одежде. А так –одинаковая наша жизнь, и мысли одинаковые. Я думаю, раздражаться на кого-то из-за того, что ты беспокоишься и переживаешь за человека – это одно, а просто злиться – это другое. Например, если на ученика разозлился сегодня – завтра утром встаешь – и нет уже этого чувства, оно мимолётное. Такой гнев проходит быстро. А вот в отношении других людей – дольше остаётся это чувство гнева. Есть у меня один друг геше. В соседних с ним домах не живут ученики. Нет объекта раздражения. И он мне однажды говорит (заметил, наверное, как я разозлился на одного из учеников): «Плохо, что ты раздражаешься на учеников». И я ему сказал: «Знаешь, даже в

текстах говорится, что если человек, имеющий добрую мотивацию, беспокоясь за другого, раздражается – это не будет дурной кармой, так как мотивация – любовь и сострадание – чиста». Он говорит: «Это всё ерунда. У тебя выражение лица разозлившегося человека. Без всяких там этих мотиваций и так далее выглядишь ты, как человек в гневе». Я говорю: «А ты что, никогда не злишься?». Он такой: «Нет, на учеников никогда!». Он преподаёт в классе, но у него нет учеников, за которыми он день ото дня присматривает. В одном доме с ним ученики не живут. И однажды родственники привели ему маленького племянника. У ребёнка каникулы были в школе, и они решили его геше оставить. Хорошенький мальчик шести лет. И все с ним сюсюкались, хотели побаловать, конечно. И ребенок, не будь дурак, стал деньги выпрашивать. И как-то я зашёл к нему. Ребенок сидит на полу и пишет. А геше его наставляет, строго так: «Не отвлекайся, пиши». И я ему сказал: «Ты знаешь, что ребёнок ходит по старшим учителям, монахам и деньги выпрашивает?». И тут он так разозлился! И все мы одинаковые в этом – обращаем внимание на недостатки других. И это выискивание пороков, обесценивание других – это противоречит зарождению сострадания, любви и зарождению бодхичитты.

И следующая строка – «Оставь любую надежду на вознаграждение (плоды)». Что бы мы ни практиковали, не стоит надеяться на плоды этого. И «плод» здесь – это требует развернутых объяснений. Мы практикуем Дхарму, так как хотим прийти к результатам, к плоду. Да, в этом есть доля правильного поведения. Так и есть, так должно быть. Но здесь под плодом подразумевается воздаяние (в одном из переводов – то, что можем получить в этой жизни). Практикуем, чтобы получить результат в этой жизни в виде долголетия, богатства и тому подобных выгод, ограничивающихся этой жизнью. И даже надежды (то есть делаю это с мыслью, что стану Буддой) достичь Пробуждения – даже на такой результат не надо надеяться. Мы не должны питать надежд стать Буддой, собрать два накопления, очистить все омрачения и достичь состояния Будды. Здесь имеется в виду – для своей пользы. То есть я хочу достичь такого превосходного состояния, и для этого я практикую, чтобы достичь этого плода только ради блага существ. Вот так надо, только такое целеполагание. Мы ни в коем случае не должны это забывать. Надо держать в уме эту мотивацию. Приедет мандала-тур, будем участвовать во всех

ритуалах и так далее – всегда зарождайте эту мотивацию. Например, если поедem в паломничество, зайдём в храм – вот с этой мотивацией поклоняться святым объектам. И даже совершая малые, обычные действия, по меньшей мере держим в уме цель: пусть, чтобы стать полезным всем живым существам, чтобы принести благо, я совершаю то-то и то-то сейчас. Я хочу стать хорошим человеком, тем, кто может принести благо всем живым существам. Если можем сформулировать, что такое состояние Будды, и сказать – пусть достигну состояния Будды – это ещё лучше. Но, по меньшей мере, стать таким человеком, который будет нести всем живым существам благо. И тут не надо думать: я обычный мирянин, и вообще – это дело лам, монахов. Они могут молиться так. А я что? – Я нет.

То есть здесь «Оставь любую надежду на плоды» подразумевает два вида вознаграждений, которые мы должны оставить: это все плоды, которые касаются этой жизни (то есть такую мотивацию) и достижение состояния пробуждения для себя самого. Это те плоды, надежду на которые мы должны отринуть. И таким образом человек постепенно прогрессирует в развитии, когда воспитывает мотивацию принести пользу другим, или хотя бы не вредить. И тем больше таких людей, тем лучше. Например, приезжает к нам мандала-тур. Можно подумать: приезжают монахи, собирают подношения по всей России, что это? Это не так, но может такое впечатление сложиться. Как на самом деле обстоят дела? Из тех денег, которые люди приносят, монахи, участвующие в туре, ни копейки не берут. Эти подношения становятся подношением всем монахам. 1800 монахов сейчас проходят обучение в Дрепунг Гоманге. Эти подношения обеспечивают их жизнь и учебу. И этим накапливается огромная добродетель. И это помогает с двух сторон: это помогает мирянам (тем, кто дарует подношения) накопить невообразимую благую заслугу. А Сангхе это помогает материальным ресурсом. И еще есть полезный аспект деятельности тура. Например, тур приезжает в буддийские республики, и туда приходят люди, слушают лекции, и многие получают наставления. То есть они верующие люди, но у них часто нет знаний Дхармы. И дети слышат, что есть 10 неблагих деяний, что воровать нехорошо, и так далее. Это западает им в душу и оставляет благой отпечаток. Пусть лекцию слушают 100 молодых людей, большинство из них отвлекаются, не согласны или не слушают. Но если 10 людям это поможет, это уже будет хорошо. И если у этих 10 человек

родится по ребёнку, и они услышат Учение или начнут практиковать Учение, приняв моральные установки, будут воспитывать детей хорошими людьми, то, я думаю, что за это и миллион не жалко. То есть у нас уже будет 20 хороших людей. В наше время в хорошем смысле повлиять на сознание людей, направить его в правильное русло – сложно. Если сказать богатому человеку: «Ваш ребёнок нехорошо себя ведёт. Я могу исправить это и направить его в правильное русло, изменить его характер», то многие выложат кучу миллионов, но это невозможно. А если люди приходят на Учение, оставляют свои деньги, сидят, но учение не слушают, тогда, я думаю, они обнищали на эту сумму. И ничего с этого не получили. Деньги оставили и ушли. Ну, может дали им пакетик с пилюлями Мани. Потом купили бумпу себе. Сколько она там стоит, много, нет? Но что-то дохода не приносит никак. Короче, если эту Дхарму не использовать, то, считай, что ничего и не получил. И нашёл я наконец-то ту информацию про японского учёного, который говорил хорошие слова воде, и она становилась хорошей. Он взял плошки с рисом, смочил их водой, одинаково обеспечил их теплом. Одной плошке – благодарил, хвалил ее; другую – ругал; а третью – просто оставил в покое. И странное дело – рис, который ругали и унижали – не пророс, зёрна почернели. Тот, что был в нейтральной чашке – с ним ничего не происходило – так, подгнил немножко, как обычно и происходит. А в третьей чашке рис даже не загнил. И много подобных экспериментов делали. Русская еще какая-то женщина на яблоки там что-то читала. И если обиденные слова обычного человека так воздействуют на материю, то представляете, как действуют Дхарани Будды, которые Будда дал нам специально, чтобы они помогали? И еще такое видео было: человеку проверили кровь, у него было какое-то заболевание сердца. Взяли стакан воды. Этот стакан обхаживали хорошими словами, и потом эту воду дали ему выпить. Потом сделали все те же исследования; и они показали, что ему стало лучше. Что-то есть в этих Дхарани и мантрах. Наверное, они меняют как-то человеческие клетки. Способны поменять. Мы точно не знаем. Когда мы сжигаем траву дурва для продления жизни – есть указания, что не любая трава годится, нужна дурва. Вы её видели, она по земле стелется, корни пускает по земле. И когда её отрываешь, она другой выпускает побег и дальше продолжает стелиться. Она символ долгой жизни – неубиваемая. И как всё это связано – что мы подносим в огонь особую траву, огонь подносим



божеству? Как это действует на нашу жизнь, продлевает её? В огненной пудже мы сжигаем разные субстанции – подносим горох, пшеницу и так далее, и каждая из этих субстанций предназначена для увеличения определённого качества, или свойства. А в другом случае – почему бы всё подряд не подносить – картошку, помидоры и так далее? – Но нет. Есть причины на это. А если человек не знает этих причин, и вдобавок ещё не верит, он может что хочешь сжигать, он не воспринимает это, как оправданную необходимость. Я думаю, есть свои резоны и причины того, что всё так точно и определено.

Вопросы?

Вопрос:

Когда буддийские учителя дают посвящения на тексты, читают на тибетском. Я тибетского не знаю. Что там заложено в этих словах? Почему надо читать на тибетском?

Ринпоче:

Я не думаю, что всё надо читать на тибетском. Там говорится на санскрите. Если мантра или Дхарани – здесь да. Считается, что в самом языке, так как Будда на нём говорил, заложено большое благословление. И нужно их произносить на этом языке. А насчёт тибетского – я такого не могу сказать. Главное в садхане – иметь твердую веру в Йидама, которого практикуем. Вот без этого – не обойдешься. И в Ламримае говорится: человек, лишённый веры, не сможет зародить благих качеств. И если практикуем практики Божеств – будь то Махакала, Ямантака и так далее – там есть определённые обязательства и самаи. Это нужно воспринимать как то, что хотят от нас эти Божества. То есть то, что мы обещали перед ними сделать. Про Гуру не говорим, это едино в данном случае. Мы сейчас проходим Лоджонг. Здесь тоже есть то, что надлежит делать и то, от чего надо отказаться. Также и там. Йидамы едины с Буддой. Если мы берём это как основную практику, мы определённые вещи не делаем, что-то мы делаем. И следуем замыслу Будды. В Тантрической практике тоже есть свои такие моменты. Все Божества несут пользу живым существам. Можно коротко сказать о самаях. Эти Божества – Будды. Их деятельность и замыслы полны принесения блага всем живущим. Если же мы, называя себя последователем данного Божества, противоречим этим замыслам и их

видению в своем поведении, то есть мы не любим живых существ, приносим вред, - то как тут можно поверить, что мы выполняем свои обязательства перед ними? И вообще, что мы практикуем? Это первое, чего мы должны придерживаться в поведении.

Вопрос: Карма всегда связана с нами. А заслуги? Мы же их тоже накапливаем, можем хоть куда их посвятить. Куда посвящаем? Что за сущность такая?

Ринпоче: Заслуги, добродетель свою так-то ты не отдаешь никому. В этом добродетель и недобродетель, то есть благая и неблагая карма, одинаковы. Именно об этом Будда говорил: мои достоинства и достижения я не могу никому отдать. Это невозможно, но мы говорим: пусть все добродетели мои трёх времен станут причиной достижения живыми существами счастья. Например, человек за всю жизнь ничего хорошего не сделал. То есть не помогал никому, в отношении живых существ не сделал благодетельных вещей. Он постирался, ходил вокруг ступ, читал мантры. Он накопил иную добродетель. То есть эту заслугу он накопил. И он молится: пусть силой этой добродетели в будущей жизни я буду способен помогать живым существам. И в силу того, что он искренне посвящал эти заслуги (то есть говорил: пусть мне в этой жизни больших деяний на благо живых существ сделать не удалось, но пусть в будущей жизни от практики постираний и так далее я в будущем рождении стану способен помогать живым существам), и эти молитвы сработают так: он родится человеком и в следующей жизни, и у него будет больше связи с другими живыми существами, и способностей и возможностей им помогать. То есть пусть этот благой потенциал будет на вот этот аспект направлен. И еще одна особенность добродетели, благой кармы, которую мы посвящаем, как Его Святейшество Далай-лама сказал, что если мы посвятим заслугу одному живому существу: пусть это живое существо достигнет состояния Будды, - то наша заслуга, её потенциал будет пребывать до тех пор, пока это живое существо не достигнет пробуждения. Когда это живое существо достигнет просветления, то наше посвящённое благо иссякнет. Мы посвящаем заслуги пробуждению всех живых существ - и соответственно, они не иссякают. И в то же время, если мы создали благую заслугу, совершили доброе дело, и хотим посвятить энергию этого доброго дела, сделать его причиной переживания страданий другими, типа «пусть силой моей заслуги этот человек мучается» - то ничего не выйдет. Так как плод

всегда подобен породившей его причине. Из благого дела несчастье не может получиться. И наоборот. А если мы неблагой поступок совершим, и при этом скажем: пусть этот поступок станет причиной страданий всех живых существ – это сработает. То есть этот потенциал дурного дела будет пребывать. Но опять же, кому это поможет? Тебе это поможет? Другим поможет? Кому от этого хорошо? Вот это то, о чём говорится в молитвах: «В силу ошибочных молитв» - то есть это молитвы, когда ты посвящаешь злую энергию на то, чтобы кому-то было плохо. Это действительно так. Если ты сейчас в силу каких-либо жизненных проблем говорил: «Хочу переродиться таким живым существом, который навредит всем живым существам» – вот это будет молитва, которая станет связующим звеном между твоей неблагой кармой и твоим будущим рождением вот этим плохим живым существом. Есть также перевод: «Порочные стремления». Таким образом перерождаешься, но на это идет энергия дурных дел. У нас есть неблагая карма. Своим стремлением, чтобы она реализовалась в виде рождения тигром – людоедом, например, ты наводишь мостик между неблагой кармой, и она идет в это рождение. В добродетельных молитвах есть сила истины. Этой силы истины нет в неблагих, ошибочных молитвах. Так как это заблуждающийся ум, там уже нет этой силы. В молитвах упоминаются три силы: сила истины Трех Драгоценностей; сила истинности, безошибочности причины и результата. То есть силы того, что является истиной, нет в недобродетельной молитве по определению, так как это заблуждающееся сознание. И в силу этого, вместо того чтобы силой мысли навредить кому-то (так как мы этого сделать не можем), мы вредим только себе. И в добродетельной, и в недобродетельной причине и плоде есть непреложные связи. Их не отменишь. Но в неблагой причине и результате нет силы истинности. Правильное сознание и мышление и ошибочное имеют разный потенциал, так как правильное мышление (то, что связано с добродетелью, что направлено на развитие достоинств, например, мудрость и усердие) возрастает до невообразимых размеров. То есть вплоть до состояния Будды. Это те части сознания и действий, которые могут возвращать благие стороны до бесконечности. А развивать страсть, гнев и неведение бесполезно, так как вершиной развития страсти/гнева/неведения является рождение в каком-нибудь аду, и всё. Других результатов превосходства нет. Часто приводится пример кипячения воды. То есть

впадение в пороки не может продолжаться бесконечно. Вода выкипит. Поэтому в движении к свету и в обратную сторону имеется разница.

*Вопрос на записи не слышен*

Ринпоче:

Понемножку причина раздражения становится причиной гнева. Это похоже на то, как человек растёт. Мы своего взросления особо не замечаем, так как это очень медленно происходит. Потом смотрим в зеркало – уже большой. В некоторых ситуациях мы не можем говорить людям, что мы с ними не согласны, учить кого-то, всё высказывать напрямую. Это чаще всего невозможно. И Нагарджуна в «Письме к другу» сказал: «Сделай так, чтобы все омрачённые состояния ума были подобны письмам на воде». То есть чтобы они не держались долго. Можно сделать так до того времени, как повод лёгкого раздражения настал, чтобы первой причины не было. То есть чтобы это не накапливалось. Если что-либо случилось, надо сделать так, чтобы это покинуло твой ум. Чтобы что-либо новое не добавлялось к старому. Можно использовать такие обстоятельства: мы смотрим на ошибающееся, заблуждающееся живое существо, и думаем, что объективно это живое существо неправо в словах и поступках. Но эта ситуация и подобная реакция возникла в силу его неведения, в силу его незнания и в силу того, что это живое существо подвержено клевам так же, как и я. Обращая больше внимания на подспудные причины того, что происходит, так у нас начинает больше работать сострадание к этому живому существу. И даже если кто-либо сознательно плохо поступает, он же делает это в силу своих клеш, неведения, думая, что он что-то хорошее от этого получит. Таким образом это причина, чтобы еще раз зародить сострадание. Но как бы там ни было, надо думать: мой гнев – это плохо. Вот с этим нужно работать, вот этим я расстраиваюсь. Наши недобродетельные действия поддерживают в нас ранее накопленные отпечатки. И это невозможно убрать физическими способами. Но эта неблагая карма приведёт к страданиям, и мы должны хотя бы сделать так, чтобы она не дала результатов. И чем больше мы сожалеем о том, что мы неправильно поступили, тем меньше у этих отпечатков потенциал рождения плода, то есть страданий. Здесь присутствуют четыре силы раскаяния. Сначала – сила раскаяния. Затем решаем больше не поступать так. Я

буду стараться избегать привычного поведения (сейчас мы о мыслях говорим, то есть о привычном мышлении). И чем сильнее раскаяние и обещание (мысль) не поступать так вновь, тем слабее становятся эти отпечатки. Получается, что постоянного добавления чувств, которые потом дают нехороший взрыв и вырываются каким-либо неприятным образом, не происходит. И если мы очищаем свои прежние отпечатки и ошибки, обещаем не совершать вновь, - соответственно, лучше себя отслеживаем, более внимательны в дальнейшей жизни – тем меньше прежние отпечатки и их потенциал. Чтобы завала не было, мы каждый день регулярно что-то прибираем, каждый день что-либо по мелочи. И так же мы каждый день свой ум очищаем. Одно из достоинств, одно из благих свойств – раскаяние. Оно лишает совершённую недобродетель потенциала порождения неблагих плодов. К действию Стослоговой мантры Ваджрасаттвы добавляется как особое свойство мантры. Но если нет веры, то проблематично его использовать. В случае впадения в крайность – начитки мантр без всякого размышления – существует поговорка: (в результате практики) клещи не истощил, только когти (о чётки) сточил. Только Его Святейшество Далай-лама правду нам говорит. А остальные Ламы раньше: «Ой, какие вы молодцы, столько мантр начитали!». Ученикам это нравится, они и рады. Особо делать ничего не надо, трудных практик каких-то. Мантры читать легко.

*Вопрос на записи не слышен*

Ринпоче:

Лучше прилагать регулярные усилия. То есть не думать, что какая-либо практика тебе не подходит. Практики – они по своей сути все одинаковые. Все Бодхисаттвы, которые потом стали Буддами, они все шли этим путем, то есть от концептуального. В текстах это называется поддельная или неподдельная Бодхичитта. У нас сейчас – поддельная Бодхичитта, то есть мы настраиваемся, думаем. Все Бодхисаттвы так и достигают Пробуждения. Это процесс не мгновенный. Ты регулярно тренируешься, занимаешься, и постепенно возрастает сострадание. Постепенно оно становится не обычным, а великим состраданием. Не будет такого, что как-то в один день – оппа! – у меня теперь великое сострадание. То, что эта практика меняет ум и меняет вас – это сто процентов. Как сказано в

Ламрине, всё составное, а поскольку оно является составным, его свойства меняются постепенно. Но всё равно меняются. Нет ничего неизменного. Часто получается так: сидим дома, делаем формальную сессию медитации, зарождаем благие состояния ума, настрой... Потом выходим в мир – и там можем потерять настрой, сказать что-либо плохое и так далее. Но в этом и состоит практика, что оказываемся потом вне ситуации (или приходим домой) и возвращаем себя к практике. Думаем, что поступили неправильно, раскаиваемся, совершаем очищение. У меня в плане зарождения сострадания опыта большого нет. Какой у меня опыт есть – это с нищими на дороге на работу. Если дня 3 – 4 подряд размышляю (они меня на эти мысли наводят) о том, что человеку даешь 10 рупий, и человек очень рад. Что для тебя эти 10 рупий? – Ничто. Кто-то иногда приглашает на чай, и вы тратите 10 рупий на чай, а ты этот чай не хочешь пить, и он тебе ещё и вреден... Ты его пьешь... И вот так ты эти 10 рупий можешь потратить. Ну чего тебе эти 10 рупий? А тут ты порадуешь человека, которому они очень нужны. И вот я в таком ключе размышляю дня 3. И потом чувствую изменения в своем поведении. Я смотрю на них по-другому, автоматически тянусь за 10 рупиями. А когда регулярность размышлений теряется, даже не замечаю их. То есть регулярность очень много даёт. Но я на сострадание полным методом не медитировал особо никогда. Ну, может быть несколько минут. Но у меня есть вера, что это самое превосходное качество, и эта вера очень мне помогает, очень полезна. Я читаю слова Дже Цонкапы и постоянно вижу упоминания о том, что сострадание – это основа всех основ. И Его Святейшество Далай-лама также всегда упоминает об этом. И когда слышу или читаю такие слова, душа сразу в унисон входит. Думаю: вот в этом я точно уверен, с этим я согласен на сто процентов. И сюда я тоже приехал не в качестве прогулки. Я подумал, что будет очень полезным для нас изучать практики сострадания. Я, конечно, не говорю, что мне здесь плохо. Думаю, если бы в Дхарамсале месяца два я пожил, ничего не делая (у меня отпуск сейчас) было бы так хорошо... Но я бы заскучал. Не то, чтобы я Россию выделяю из остальных стран, я приезжаю не из материальных интересов. У меня есть Учитель, он мне поможет, и поэтому я совершенно спокоен. Таких беспокойств о завтрашнем дне у меня нет. Однажды один мой друг, геше, сказал (мы с ним изредка «транжирим» деньги – ходим куда-нибудь что-нибудь поесть): «У нас что-

то сегодня не на что гулять». Я был в монастыре еще тогда. Я говорю: «А как? Копить ты будешь что ли?». Имею в виду, на какой-то чёрный день. Иногда в Дацане спонсоры раздают подношения: каждому монаху по 100 рупий. Ну что ты с этих 100 рупий, на какое экстренное событие можешь накопить? Например, случилось что-либо серьёзное со здоровьем. Надо 200 000 рупий. Таких денег не накопишь. Если ты прямо сейчас начнешь копить, отказывая себе во всем, какой смысл? Если я заболею, я к своему Учителю обращусь, попрошу помощи. А если Учитель уйдет уже к тому времени, значит, буду умирать. Это я шучу, конечно. Особых нету у меня проблем. Сейчас есть у меня работа, зарплата каждый месяц 18 тысяч. В принципе мне хватает на всё. Работа в офисе Далай Ламы. Но опять же – не надо думать: «О, офис Далай-ламы! Приближённость к телу и всё такое!». Ничего такого нет. Просто мы набираем то Учение, которое он давал. Просто мы сидим и пишем книги. А то люди любят из мухи делать слона: вот, он работает в офисе Далай-ламы. Мне нравится эта работа. Я считаю её важной, так как эти книги останутся на века и будут помогать всем. Я очень доволен этим.

Посвящение заслуг.