

Мы остановились на строках о двух свидетелях: «Первостепенную важность следует придать двум свидетельствам: свидетельство других людей и наше собственное осознание позитивных изменений». И главным надо принять своё собственное видение изменений нашего ума, а не слова других. То есть другие могут замечать изменения, говорить: «ты молодец, стала лучше, добрее». Но это не главное свидетельство. Главное – мы сами. И, видимо, выбору в главные свидетели самого себя есть причины, но у нас недостаточно времени, чтобы это обсудить. У многих есть такой подход к жизни: очень радуемся, когда хвалят. Вот кому-либо говорят: ты такой хороший, добрый... И его захватывает некое ощущение. В принципе, это адекватное чувство. Когда говорят: «ты хороший человек» - мы радуемся этим словам. Но являются ли эти слова тем, на что надо ориентироваться? Вот сказал кто-либо, что ты хороший, и ты хороший. Нет, это не то, на что надо ориентироваться. Здесь каждый из нас должен подумать так это или нет - то, что они говорят?. Не следует полагаться на мнение других в этом вопросе. Мы сами, исследуя собственный ум, понимаем ошибки, недостатки. Это важно.

У одной моей знакомой спрашивали: «Какие прекрасные у тебя волосы, что ты применяешь? Может какое-то масло?». И она была очень рада, что люди делают комплименты и я в шутку сказал: «А ты сама-то что в зеркале не видишь, у тебя хорошие волосы или плохие? Чему радуешься так сильно? Если видишь, что волосы хорошие, ты можешь оценить это сама и радоваться этому без мнения других». Что важно: такая ситуация показывает, что радость и печаль человека зависит от других. Его внутреннее состояние зависит от действия и мнений других - это слабость. И буддийские, и европейские учёные разные мнения высказывают по этому поводу. Один мой друг, интересующийся наукой, говорил, что учёные ищут причину внутреннего состояния и ощущения счастья и несчастья вовне, во внешних факторах. И приводил пример: если видим деревья с засохшими листьями, погода плохая и так далее – это воздействует на нас, и ощущаем упадок силы и печаль. И напротив: весной, как всё расцветает, все чувствуют подъём духа. Таким образом внешнее определяет наше внутреннее состояние. Но буддисты такое объяснение не воспринимают. В буддизме говорится, что ощущение счастья/несчастья проистекает из наших мыслей и умонастроений. А тот пример с воздействием внешней среды на внутреннее состояние человека – это лишь часть

обстоятельств возникновения счастливого или несчастного состояния. Например, плохая погода – это лишь способствующее условие, а не главная причина.

Главное, что определяет внутренние ощущения – это наши мысли. И если кто-либо говорит: «ты плохой человек» — это внешнее обстоятельство. Оно не обязательно должно сделать нас несчастным. Реальность-то остаётся такая, какая она есть. Мы сами знаем свои недостатки и достоинства. И этот человек не обязательно должен сделать нас несчастными этими словами. Каждый должен подумать: откуда проистекает моё ощущение счастья и страдания?

Следующая строчка: «неизменно поддерживай только радостный ум». Здесь говорится о важности поддержания радости. Почему испытываем радость? Потому что медитируем на обмен, уравнивание себя и другого; сам факт, что делаем эту практику – большой повод для радости. Важно поддерживать в себе вдохновение и радость. Если мы сами не можем устранить наши проблемы, то другим тем более ещё сложнее устранить их. Таким образом опираемся на себя. То есть, не взирая на внешние и внутренние обстоятельства, которые могут нас разбалансировать, разочаровывать, опечалить, мы поддерживаем радостный настрой.

Далее: «Мера натренированности ума нарастает». То есть мы продолжаем практику тренировки ума. Например, возвращаем мысль о драгоценности человеческого рождения, ценности человеческой жизни. То, что противоположно, противно этому – это беспечность, приводящая к потере впустую этой жизни. И вот эта сторона, противная тому, что мы возвращаем, начинает убывать, а противоположная ей – позитивная, то есть понимание драгоценности человеческой жизни начинает прибывать. И так же с остальными практиками. Таким образом возвращаем благие качества, и они нарастают; а их противоположность – негативные качества – убывают. Или, например, сострадание. Каков признак того, что практика сострадания идёт успешно? Это увеличение сострадания, которое по сути является уменьшением гнева. То есть гнев, ненависть уменьшаются, и это значит сострадание увеличивается, так как это полная противоположность.

И далее: «Есть 5 признаков тренированного ума. Первый признак, что ты становишься великим подвижником». То есть становишься способным выносить многие трудности и проблемы, и приложить великие старания. Таким образом ты

прикладываешь старания в практике, встречаешься с какими-либо препонами, и они тебя не расхолаживают, ты способен их преодолеть и двигаться дальше. Таким образом становишься выносливым.

Второй признак называется Великий Махасаттва, или Великий ум, или Герой. Если какую-либо малую степень этого указать – наш ум отходит от увлечённости собой и озабоченности своим благом; и больше уже увлечён принесением блага другим. Мы становимся менее эгоцентричным, более альтруистичным человеком. И соответственно, у нас возрастает любовь и сострадание.

Третий – становишься великим праведником. Если наша практика идет неплохо (то есть сейчас я указываю минимум достижения), то очередной знак – что мы становимся более праведным человеком, более добродетельным. И значит улучшаются наши поступки. Наши тело, речь и ум становятся лучше. Мысли становятся добрее и выше, речь становится лучше, поступки (действия тела) более добродетельными.

Следующий признак – Великий Винаядхара. То есть становишься воздержанным, становишься держателем Винаи. Какие бы ни были обстоятельства, которые раньше приводили нас к неблагоприятному поступку, не могут нас теперь заставить поступить плохо. Неважно, находимся ли в обществе других или в одиночестве – мы поступаем одинаково. Никакие обстоятельства не заставляют нас совершать недобродетель. В любых обстоятельствах мы можем воздержаться от совершения зла. Наверное, вы заскучали. Слишком много теории. Но здесь нужно понимать смысл слов, слова здесь сходу непонятные.

Итог подводится последней строчкой. Пятый признак – становишься Великим Сиддхой, Великим Постигшим. Это выражается тем, что всё – тело, речь, ум человека полностью направлены к добродетели. И благодаря этому он достигает высокого уровня. Но это всё не особо важно, только одно подводит итог. Последняя строка этого раздела: «мера тренированности ума – тренированный ум сохраняет контроль даже когда отвлечён». И в этом заключён смысл всей этой части. Главное – понять смысл этой строчки. Например, человек едет на лошади размеренным шагом. И умелый всадник, когда едет на лошади, может думать о своём. Ему уже не надо напрягаться и концентрироваться на процессе, так как

лошадь его везёт, все хорошо. И вдруг что-либо пугает лошадь, она встаёт на дыбы, и даже в этой ситуации умелый не падает с лошади. Он как бы находится с ней в едином поле, отслеживает движение лошади и моментально концентрируется. Таким образом «тренированный ум сохраняет контроль даже когда отвлечён» - это значит, что главный признак того, что мы достигли чего-то в практике тренировки ума, состоит в том, что, когда появляются душевные страдания или телесные, или же душевные и телесные страдания одновременно, появляются всякие факторы внутри и вовне - мы не теряем самообладание. Мы можем это встретить лицом к лицу. Можем спокойно этому противостоять. Это признак успеха в практике, это польза практики. Например, человек, который учился ездить на лошади, тренировался в этом – если в каких-либо обстоятельствах он падает с лошади, значит он ещё не такой уж умелый всадник. Так же и с умом. Вот таков главный критерий, мы как бы сами взвешиваем добродетель своего ума, сами можем это оценить.

В одном из трудов Его Святейшества Далай-ламы в первой главе указывает на такой критерий достижения в буддийской практике Дхармы, сравнивая отношение двух людей, попавших в большую передрагу. Например, в тюрьму. Их ощущения и мысли совершенно разные – у того, кто занимался Дхармой, и у того, кто не занимался. Если в тюрьму сажали человека, не практиковавшего Дхарму, он, соответственно, не ощущает себя счастливым; днём и ночью думает, как его неправильно осудили, о текущих неудобствах, что теперь плохая еда и постель и так далее. То есть он страдает от многих факторов. И человек, который занимался практикой, здесь может быть два варианта: либо осуждён за дело. В этом случае он понимает, что отсиживает свой срок. Говорит: «Да, я совершил ошибку, меня посадили. Я отсижу». И продолжает заниматься практикой. А если посадили ни за что или за то, что не совершал, он осознаёт, это как кармический результат каких-то прошлых действий, плод. И так же спокойно может это переживать и продолжать практиковать. В любом случае, практикующий воспринимает сложившиеся обстоятельства как возможность сделать 100000 простираний или начитать множество Мани и так далее. Если бы Дхарма Будды не способна была сделать никого счастливым, избавить от страданий, то не было бы и причин практиковать. Почему Будда вообще стал Буддой и даровал Дхарму? Он не

задавался целью создавать новую культуру или религию. Его цель была избавить живых существ от страданий. Видя, сколько проблем у живых существ, как они страдают, как это всё в сансаре, он задался целью им помочь. И для этого он сам достиг Пробуждения и увидел корень всех этих страданий – неведение, незнание. Вот его движущая сила.

Итак, становиться буддистом или нет – это личное дело каждого. Мы не боремся за обилие последователей и души людей. Но имеющиеся в буддийском учении методы достижения внутренней гармонии и счастья – они для всех. Нет никаких преград для небуддистов использовать их. Особенно молодые должны практиковать такие методы, так как люди, которым 40-50-60 лет, уже на своей шкуре испытали жизненные передрыги. Как всё было, так и прошли. А молодых ещё ждут проблемы, так как не бывает совершенно безоблачной жизни. Проблемы у всех бывают и будут. И если к ним можно подготовиться, то лучше сделать это. К ним стоит подготовиться. Нельзя сказать: «я богатый – у меня таких проблем не будет; я здоровый – у меня всё будет хорошо; я молодой – у меня всё будет хорошо; я красивый – у меня всё будет в порядке». Никакой гарантии нет. Я общался с одной корейкой, и спросил, действительно ли у них высокий уровень самоубийств? Почему? Оказалось, да. В Корее и Японии самый высокий уровень. За год получается около 40000 людей. Оканчивают жизнь самоубийством по-разному, бывают даже групповые самоубийства. Есть даже сайты, посвящённые этому. Там обсуждаются способы и тому подобное. Если бы я поехал в Корею - корейского языка я не знаю, да и английского тоже. И если бы я захотел покончить жизнь самоубийством, то спросить даже не у кого (смех). Но, честно говоря, это очень страшно, конечно. Печально видеть, как молодые люди, ещё не видевшие жизни, много чего ещё не понимающие, кончают с собой. Может я раньше говорил, но скажу ещё. В Индии на севере есть местечко Манали. Там есть горячие источники, и мы иногда туда ездим. Там есть широкая река и через неё мост. Весной и летом она разливается очень бурным потоком. Как-то мы туда приехали и узнали, что одна девушка покончила с собой дней 15-20 назад. Она была не тибетка. Был у неё мальчик другой национальности (кто-то из них был индеец, а кто-то местной национальности). У них была большая любовь, и они захотели пожениться, но родители не соглашались. И девушка в обиде на семью, на

родителей, прыгнула с центра моста вниз. Там бурный поток и скалы, она прыгнула и её понесло течением. И хотя много людей присутствовало, никто не мог её спасти - это было невозможно. Её тело вынули километра через 2 ниже по течению. Её парень, узнав об этом, тоже пошел на тот же мост и прыгнул. Но он был не такой смелый, и прыгнул не с центра моста, где он гарантированно бы умер, а ближе к берегу. Его сразу же вынули и увели в полицию.

Почему мы это много обсуждали? Может быть, мы сплетники, или нечего больше обсуждать? И я в связи с этим много думал. И сколько я ни думал, так и не пришел к выводу, что им надо было прыгать. Я выстраивал в уме их жизнь. Вот 2 человека, у них большая любовь, привязанность. Как это приводит к тому, что надо умереть? Зачем умирать? Индия большая страна – вы можете быть вместе, на все четыре стороны уйти. Если большая любовь, то у них будет и большое терпение взаимное в жизни друг с другом. То есть их не должны сломить трудности. Страна большая, можно найти работу. Может быть не будешь жить шикарно, но постепенно выжить можно. И до того, как решиться покончить с собой, они не рассматривали разные варианты, когда они могут остаться вместе и не умирать. Это результат того, что люди не умели правильно конструктивно мыслить. Не могли справиться с препятствиями. С точки зрения мирской, не связанной с Дхармой, есть такой выход. Если не получается быть вместе, родители не разрешают, есть возможность отделиться от родителей и уйти от них вместе. А с точки зрения Дхармы, уже сам по себе образ мышления девушки (берем девушку, так как она была первая убившая себя) был неправильным уже с самого начала. Уже сама мысль: «Если я не буду с этим человеком, то жить не хочу» - неправильна. Правильным было бы такое отношение: я этого человека люблю, между нами есть привязанность, хочу быть с этим человеком, была бы с ним счастлива, но в данный момент это невозможно. А у неё была установка: если не вместе, то всё, жизнь кончена. Я отказываюсь от всего мира, поскольку не могу быть с ним. И эта мысль, так как с ней не работают, ничего не делают, в противовес ей никакого другого решения нет, она становится сильнее и сильнее, захватывает всё существо человека и приводит к тому, что всё вот так вот. Поэтому надо к трудностям заранее готовиться сейчас. Так как когда что-то случится - будет поздно. В тот момент что-либо сделать

сложно, чаще всего даже невозможно. Об этом говорит Его Святейшество Далай-лама, об этом говорится во всех книгах.

И на своём примере могу сказать, когда мне было 51 (сейчас мне 53), у меня умерла мама. Я был в Индии, а она в Тибете. А у нас на родине мам очень любят, мама – это святое, любимый человек. То есть моя любовь к матери воспитана не на основе книг и практик, она у меня как бы врождённая. Вообще мама моя особо ничем не болела, здоровая была. И за 1 месяц она сгорела – рак желудка. И когда сообщили, что мама умерла, моя сестра плакала и потеряла сознание. И её муж (мама как бы не его) звонил мне, тоже плакал и спрашивал, что делать. Ну и я плакал. И даже мои товарищи, которые были рядом, тоже плакали. И в тот момент у меня о Дхарме даже мыслей никаких не было. День прошёл, я пришел в себя. И мне стали говорить: давай уже что-нибудь будем делать. Постепенно я стал способен размышлять. Подумал о непостоянстве и смерти, что и я тоже умру совершенно точно. Что смерть мамы – это очень печально, но это трагедия одной данной семьи. Например, если бы умер большой учитель, лама, который приносит пользу многим живым существам, то объективно – это более печальный факт. И я стал думать, какие надо заказывать молитвы, практики, что сделать для улучшения дальнейшей судьбы. Не стал вспоминать, как она меня любила, как с ней было хорошо и тому подобное — это не надо было вспоминать в данный момент. Если вспоминать, как много она сделала для меня, как она меня растила, и как мало я для неё сделал, то сразу накатывала печаль, путались мысли.

Поэтому из собственного опыта даю такой совет: когда сталкиваетесь с проблемами, не надо всё время внутри себя думать и переживать эти проблемы. Думать: он мне то-то сказал, то-то сделал. Нужно думать о том, что я сделаю, чтобы этого больше не возникало. По-честному, я должен вам говорить о каких-то своих опытах зарождения любви и сострадания. Но поскольку такого опыта нет, рассказываю, что есть - про маму. Эта любовь – она важна. В текстах я видел упоминание о важности любви матери и ребёнка. Да, эта любовь смешана с привязанностью. И если с буддийской точки зрения посмотреть, это любовь к одному человеку. То есть ограниченное чувство. Но эта любовь – она берётся за основу. Для обычного живого существа это самый сильный вид любви, самый бескорыстный. Он берётся за основу и распространяется на всех остальных живых

существ. То есть эта сильная любовь матери к ребёнку, для нас как пример. Мы можем испытать это на себе. И подобное отношение мы распространяем на других живых существ, и в итоге на всех живых существ. И, как говорится, в Мигземе, сокровищнице сострадания: «Авалокитешвара – сокровищница безобъектного сострадания». Безобъектного – это значит, его объекты сострадания бесчисленны. И поэтому Его Святейшество Далай-лама говорит, что нужно достичь взаимопонимания между всеми религиями – буддистами, мусульманами, христианами и так далее на основе вот такой любви и сострадания. То есть это возможно. То есть давайте не будем смотреть на различия, что этот синюю одежду носит, этот желтую, этот красную - это всё не нужно. Понятно, что между религиозными течениями есть разница в воззрении. Но все они едины в отношении любви и сострадания. Давайте через это будем достигать единства и взаимопонимания. То есть когда межрелигиозные конференции собираются под эгидой Далай-ламы, люди собираются не для обсуждения разницы в воззрениях; не для того, чтобы сказать: «вот, никакой кармы не существует»; «а я вот считаю, что Бог ничего не создавал» - и так далее. То есть они там такие вопросы не обсуждают, так как понятно, что ничто ни с чем не сойдётся. Но они обсуждают, как развитие любви и сострадания в обществе может помочь людям и окружающей среде. Я не могу очень много об этом сказать. Это действительно вещи высшего порядка, очень обширные деяния – распространение такого учения.

Итак, мы дошли до шестого пункта: «Обязательство тренировки ума». В прошлый раз мы их пропустили. У вас в тексте они идут шестым, а у меня четвёртым. Дамциг – это самаи, то есть обязательства - самаи тренировки ума. То есть то, что надо соблюдать, чего придерживаться, что делать. И если ум мы переводим на самаи, тогда характеристика такова: это не отдаление от обещанного, то есть не отступление от обещанного. Здесь первая строчка: всегда упражняйся в трёх общих положениях. Первое – это не входить в противоречие с принятыми обязательствами, они будут изложены дальше. Второе – не быть притворным. Не пренебрегать практикой Лоджонга, не быть нестарательным. Третье – не иметь двойных стандартов, то есть не быть предвзятым. Например, есть у вас практика тренировки ума Лоджонг. Мы говорим: «Это к какой практике относится? Это не относится к практике Лоджонг. Я практикую только Лоджонг. Простираения – это я



делать не буду, это не Лоджонг. Или обеты Тантры исполнять не буду, так как это тоже не Лоджонг». Мы ни в коем случае не отбрасываем принятые прежде обязательства и другие практики, считая их полностью неважными. Просто мы их делаем, осознавая то, что важно, а важно – тренировка ума. То есть то, что трансформирует ум напрямую. А остальные, такие как: простирания, начитывание мантр, обхождения, направлены на подготовку и очищение ума, чтобы практика Лоджонг была более успешной. Они тоже работают, но мы знаем, что главная практика – тренировка ума, остальные мы не отбрасываем. Наша практика не должна противоречить целостному учению Будды.

Второе, это действовать напоказ. Например, я практикую Лоджонг, и поэтому отправляюсь делать самую опасную работу. Полностью отринул себялюбие, поэтому надо в какую-то опасную ситуацию, что-либо сделать. Срубить какое-либо дерево – это опасно, я это сделаю, я же Лоджонг практикую. Такой показухой не стоит заниматься. В Тибете одного человека видел, 56-57 лет ему было. Посреди города всю одежду с себя снял. Я, говорит, Дзогченпа, нет у меня никаких умопостроений, и нет у меня стыда, несите бухло. Правда видел! 5-6 человек вокруг него были последователями, сложив благоговейно руки, внимали. Пил он из настоящей капалы, то есть из черепа. Вот так вот делать не надо. Каких бы высоких уровней в практике мы не достигли, не надо это демонстративно показывать. Это не для демонстрации другим.

И третье, не быть предвзятым в практике. То есть мы не имеем двойных стандартов. Например, встречаем человека слабого, бедного, заслуживающего общепринятого сострадания. Мы легко проникаемся состраданием к нему. А человеку могущественному, не находящемуся в слабом положении, мы не можем сострадать - это предвзятость. Или напротив, мы можем стерпеть вред от духов, а вред от людей нет. То есть с любыми объектами в любых обстоятельствах практикуем Лоджонг. Таким образом, там я практикую, а там не практикую – такого не должно быть. И в Бодхисаттва-чарья-аватаре об этом много говорится. О том, что не надо падать духом, что нужно справляться, терпеть действия других людей и влияния окружающей среды на себе. То есть не падать духом от того, что происходит с тобой. Уже много становится материала, но это важно всё. То, что не можем стерпеть действия других людей – это всем понятно. Но многие даже

погоду не могут стерпеть. И на юге Индии такое бывает: монахи приходят учиться, несколько месяцев побудут, потом говорят: «Ох, какая у вас тут жара! Не могу выдержать». Здесь не говорится, что они от этого болеют, это отдельный разговор. Если человек болеет от погоды, тогда да. А им просто не нравится эта погода. «Слишком жарко. Поеду-ка я в Дхарамсалу» - и уезжают в Дхарамсалу, там размонашиваются, и всё потому, что жару не смогли вынести. Или, например, человек из-за того, что ему тяжело добираться до института, или бытовые условия там плохие, не получают образование – и вот вся жизнь меняется как у тех монахов. И нужно понять, какой урон получаем от того, что не можем справиться с обстоятельствами, стерпеть и переварить их – будь то люди, или погода и так далее. Я много встречаю западных людей, которые говорят: «Работа хорошая, зарплата хорошая у меня сейчас, но надо менять. Там вот люди такие все, общаться с ними неприятно. И я из-за этого буду бросать эту работу». Это показывает, что человек не может справиться с таким обстоятельством, не может стерпеть других людей. То есть из-за того, что не можешь принять выражение лица другого человека, который выражает не то, что тебе хочется, ты сам себе в жизни устраиваешь препятствия и проблемы. Приходится искать другую работу.

Тут тоже разный порядок строк. У меня в тексте: «Преобразовывай свое отношение, но сохраняй естественное поведение». Я видел разные комментарии по поводу слова «естественное». Но смысл здесь такой: мы меняемся изнутри, но снаружи не показываем это (ну, кроме того, что совершаем добродетельные поступки телом, речью и умом – только в этом выражаемся внешне). Но никакими показными действиями не демонстрируем, что практикуем Лоджонг и так далее. Наше отношение меняется внутри. Меняем захваченность собой, свой эгоизм, на заботу о других. Вот это меняется, и постепенно наше поведение будет меняться. И насчет этой строки «Преобразовывай свое отношение» - то есть это отношение. «Но сохраняй естественное поведение» - здесь устойчивое поведение. То есть по-русски можно перевести двумя смыслами. А на тибетском получается четыре значения. И здесь будет: «сохраняй устойчивость в практике». То есть не иди на поводу обстоятельств и эмоций. Например, мы обедаем с какой-то компанией людей, и всем положили еду, и все делают подношение пищи (то есть взяли за тарелку, и символически представляют, что подносят). А мы вот прям взяли

тарелку, и подняли в небо, и с пафосом таким это всё делаем... Вот так не надо делать. Или же наоборот: все люди приподняли тарелки, а мы демонстративно оставили. Мы же медитируем, всё представляем; это они там все за вещи хватаются. То есть в любом случае надо поступать в соответствии с ситуацией и окружением. Не выделяйся демонстративно своим Лоджонгом. Естественное поведение должно быть. Я такое видел много раз. Некоторые еще пальцем брызгают. Это не обязательно делать, уже и так всё подносится, без этого. Есть разные объяснения слова «естественное». Но я пришел к тому, что это (судя по этимологии тибетского слова) вести себя как разведчик. Если человек высматривает что-либо в тылу врага и не хочет, чтобы его заметили – он ведёт себя так, чтобы его не заметили. Как бы сливается с окружающей действительностью. И вот это – естественное поведение. По-русски, конечно, это можно по-разному растолковать, но объяснение здесь такое.

Вопросы?

**Вопрос на записи не слышен**

Ринпоче:

Это не связано с последней нашей строчкой. Но это интересный феномен. Есть у просящих такое чутьё: вот этот человек, наверное, мне поможет. Я тоже нищенствовал как-то. Мы 45 дней шли с Литанга в Лхасу. Мне было 19. Шли мы подаванием. И когда мы дошли до Лхасы, наши запросы выросли, мы уже деньги просили. Вначале мы просили сидя, и я, наверное, был самый нехороший человек из всех. Мы сидели несколько дней в Лхасе, но не особо получили подавания. И тогда я решил ходить. И ходил по закусочным, магазинчикам – активно выпрашивал. И тоже – у каждого я не просил. Я смотрел, и мне казалось, что вижу человека, который готов мне дать. Так-то среди людей всякие бывают. И вот человек выглядит престижно, в хорошей одежде, но к нему не страшно подойти. Я такого встретил. И он сказал: «Я тебе дам, пошли со мной». Ему надо было какие-то вещи купить. Он открыл кошелек – там много денег. И были там также 2 монетки, которые составили бы 1 юань. И я так посмотрел краем глаза – ну, если даст эти монетки, то уже нормально будет. И он сказал: «Куплю эту вещь, получу сдачу. Подожди». Я подумал: «Наверное, больше даст». И ждал я долго, он

торговался, Юань состоит из 10 частей, как бы 10 руб. и он мне дал 5 в итоге, половину от этой 10-ти рублёвой монеты. То есть ему надо было разменять (а было у него 2 монеты по 10 руб.), чтобы дать мне мелочь.

Однажды я оказался в оживлённом магазине, там было много людей. И я даже не выбирал, к кому подходить. Просил первого попавшегося. А он выглядел очень бедно. И он не раздумывая полез в карман и выдал мне (1 Юань делится на 10 частей) 5 частей Юаня. Когда просишь человека, который выглядит как будто может что-либо дать, но он не оправдывает этих ожиданий. Однажды пошёл я просить подаяние, и ушел далеко от нашего места, и оказался около закусочной. Смотрю – парень какой-то обедает. Очень много еды заказал: рис, овощи... И я подумал, что наверняка у него останется еда. У китайцев особо нет привычки забирать еду с собой. Заказывают много – оно остаётся, и это все выкидывают. И я смотрел и ждал, когда он поест. Он очень немного съел и ушел. Я был очень рад этому, сразу же забежал туда и доел. И когда я был на половине его еды, он вернулся и очень удивился, конечно (смех). Я испугался, хотел убежать, а он говорит: «А, ладно уж, доедай». Тогда я расслабленно уже всё доел за ним, но очень мне стыдно, конечно, было.

У меня есть родственник, второй муж моей мамы. Наместник папы называется. Он очень добрый. Он говорит: «Когда приходит нищий, сразу же давайте не думая, не задерживаясь». Я спросил: «Почему надо так спешить давать?» Он сказал: «Потому что я сам когда-то просил подаяние. Я знаю, как это тяжело ждать. Тяжело само ожидание». И я сам потом такой опыт получил, когда мы шли из Литанга в Лхасу. По дороге мы цампу просили, еду. И бывало, что нас оставляли ждать. Говорили: «Подождите, мы вам что-то дадим». Мы ждали полчаса - и ничего. Про нас забыли. Или некоторые так делают. Говорят, я сейчас тебе что-то дам. Посмотрит в этом кармане, в том в кошельке: «У меня ничего нет». Такое чувство, если бы у него что-либо было, сколько бы он дал? Но на самом деле мы просили не от плохой жизни. Мы не претерпевали больших трудностей от этой бедности и нищеты. Мы просто так жили. Мы как-то шли здесь, в России, по подземному переходу. И там стояла беременная женщина на коленях с большим животом. И вот её мне было жалко. Я подумал, что если человек находится в таком отчаянном положении – само стояние на коленях – это больно и физически тяжело. Что же могло заставить

человека? Если даже ничего не можешь в данный момент дать, надо хотя бы зародить какое-то сострадание. Не наше дело, куда этот нищий потратит то, что ему дали. Мы рады своей помощи уже. А то, насколько он объективно нуждается в этом - с нашей точки зрения это лишнее. Он просит - наше дело ему помочь. Всё. Умер один нищий. И оставил после себя 100 по 100.000. То есть 10000000. В новостях даже показывали. Там лежит этот умерший нищий, и рядом полиция насчитывает его наследство. Таким образом из двух человек один дающий, а другой просящий. Ну вот этот нищий стал богатым, а другие люди отдали от чистого сердца, поэтому никаких вопросов нет. Всё понятно.

Вопросы?

**Вопрос на записи не слышен**

Ринпоче:

Надо просто поменять своё восприятие. Понять, что главное не одежда, а человек, который в этой одежде. Я спрашивал у людей: «Вот ты одел красивую одежду. Тебе люди сказали, ты очень привлекательный. И что? Какая польза тебе?». Меняешь наряды, покупаешь новую одежду, чтобы люди видели тебя привлекательным, чтобы завести друзей, получить хорошую работу и так далее. Это одно. Здесь не знаю, может смысл какой и есть. А если «я делаю это просто для себя, чтобы мне сказали (или я сам себе сказал), что я красивый», тогда особого смысла не вижу. Или, например, вы привязаны к книжкам (я имею в виду монахов). Одну купил. И тот же текст потом покупаешь ещё, так как это издание полегче, или другое. Потом ещё одно выходит. Смотришь, это уже получше сделали, и это покупаешь. Я покупаю в тибетском формате, в длинной печати. Те, что из Индии – они тяжёлые, бумага тяжёлая, а из Тибета – лёгкие. И вот я перебираю, хочу какую-либо книжку, изданную в Тибете купить. У всех свои привязанности. И ещё четки. Одни купишь, смотришь, а другие поинтересней, получше. Эти вещи, конечно, не из дорогих. К дорогим нет интереса. А вот по мелочи – да, покупаю.

Посвящение заслуг.