

Автор: Досточтимый геше Джампа Тинлей  
 Перевод: Майя Малыгина  
 Расшифровка: Дхарма-центр «Тушита»  
 Редакция: Дхарма-центр «Тушита»

## Общая лекция

<b>1. Мотивация при слушании Учения .....</b>	<b>2</b>
<b>2. Драгоценная человеческая жизнь .....</b>	<b>3</b>
2.1 - Определение драгоценной человеческой жизни .....	3
2.2 - Восемь свобод .....	4
2.2.1 - Свобода от рождения в отдаленных от учения районах .....	4
2.2.2 - Свобода от рождения неполноценным человеком. ....	4
2.2.3 - Свобода от приверженности ложным взглядам .....	4
2.2.4 - Свобода от неприязни к Будде .....	5
2.3 - Десять благих условий .....	5
2.3.1 - Рождение человеческим существом .....	5
2.3.2 - Наличие всех органов.....	6
2.3.3 - Рождение в центре, где существует Дхарма. ....	6
2.3.4 - Не совершение пяти тяжелейших преступлений. ....	6
2.3.5 - Вера в Дхарму. ....	7
2.3.6 - Существование в этом мире Будды. ....	7
2.3.7 - Существование Дхармы.....	7
2.3.8 - Существование последователей Дхармы. ....	7
2.3.9 - Существование моего Духовного Наставника. ....	8
2.3.10 - Помощь от других. ....	8
<b>3. Значимость драгоценной человеческой жизни.....</b>	<b>8</b>
3.1 - Значимость с точки зрения временных целей .....	8
3.2 - Значимость с точки зрения долговременных целей .....	9
<b>4. Редкость драгоценной человеческой жизни.....</b>	<b>10</b>
4.1 - Редкость с точки зрения причины .....	10
4.2 - Редкость с точки зрения количества.....	11
4.3 - Редкость с точки зрения примера .....	11

## 1. Мотивация при слушании Учения

Я рад снова видеть вас сегодня. Сначала развеите правильную мотивацию. Подготовьте свой ментальный сосуд, потому что, если вы не подготовите свой ментальный сосуд, то учение не будет для вас полезным. *Вы должны слушать Учение без трех ошибок сосуда.*

*Первая ошибка сосуда - перевернутый сосуд.* Когда сосуд вашего ума перевернут, сколько бы нектара учения я не проливал на вас, ни одна капля не упадет внутрь. Это относится к тому, кто во время учения думает о чем-то другом или просто спит. Это называется перевернутый сосуд. Поэтому в течение этих двух часов постарайтесь не спать. И в эти два часа не думайте о своем доме или даче. Там все будет в порядке.

*Вторая ошибка сосуда - дырявый сосуд.* Сколько бы нектара учения вы ни наливали в такой сосуд, все это будет вытекать наружу через дыру. Хотя учение и проникает внутрь, но оно там не задерживается. В таком случае вы получаете учение и тут же забываете его. Когда вы отправитесь домой, вы поймете, дырявый вы сосуд или нет. Если кто-нибудь из ваших друзей спросит: “Что там тебе рассказал тибетский лама?”, а вам нечего будет ответить, тогда вы - полностью дырявый сосуд: “Он много чего там наговорил, но я ничего не помню”. А если вы сможете пересказать хотя бы половину того, о чем я говорил, тогда вы только наполовину дырявый сосуд. Я надеюсь, что вы хотя бы наполовину, а не полностью дырявые сосуды.

*Третья ошибка сосуда - загрязненный сосуд.* Сколько бы нектара ни налили в загрязненный сосуд, весь этот нектар станет грязным. Он не будет полезным ни для вас самих, ни для тех людей, которым вы будете потом это учение передавать. Из-за загрязненного сосуда весь нектар становится загрязненным. У некоторых людей есть хорошее знание Дхармы, например, у некоторых профессоров есть много информации о Дхарме, но они получили ее в загрязненный сосуд. Поэтому, когда у них возникают проблемы, эта философия им не помогает. Они действуют так же, как и обычные люди. Когда они передают нектар Дхармы другим людям, этот нектар не полезен для этих людей, потому что он загрязненный. Поэтому *важно получать не большое количество нектара, а мало нектара, но в чистый сосуд.* Я сам не обладаю слишком большой мудростью, но ту небольшую часть мудрости, которую я получал от своего Духовного Наставника, я старался получать в чистый сосуд. Поэтому, когда у меня возникают проблемы, этот нектар мудрости очень полезен для меня. И когда я передаю этот нектар мудрости другим людям, он также им полезен. Это происходит потому, что учение было принято в чистый сосуд. Мой Духовный Наставник делал на это большой упор, и я также делаю на этом упор. Тогда учение, которое вы получаете, будет для вас полезным.

Как можно очистить сосуд своего ума? Его можно очистить водой любви и сострадания. Когда вы получаете учение, вы должны думать, что вы получаете его для того, чтобы принести благо живым существам: “Я хочу счастья, и, точно также, все хотят счастья. Чем более мудрым я становлюсь, тем большему количеству людей я могу помочь. Для этой цели я получаю учение”. Тогда ваш сосуд будет очень чистым. Иначе, если вы думаете: “Я получаю учение, буду практиковать его, я научусь летать и достигну особых сиддхи. У меня будет много учеников, все будут говорить, что я святой. У меня будет много денег, и я буду очень знаменит”, - то это очень загрязненный сосуд.

Есть три разных уровня правильной мотивации:

- мотивация ради счастья в будущей жизни
- мотивация ради освобождения от сансары, чтобы полностью освободить свой ум от омрачений
- мотивация ради блага всех существ.

*Вы должны иметь один из этих трех уровней мотивации.* Тогда само по себе получение учения станет духовной практикой. Это мой маленький совет вам перед учением.

## 2. Драгоценная человеческая жизнь

### 2.1 - Определение драгоценной человеческой жизни

Вчера мы с вами начали обсуждать *три сущностных положения* драгоценной человеческой жизни:

- *определение* драгоценной человеческой жизни
- *значимость* драгоценной человеческой жизни
- *редкость* драгоценной человеческой жизни.

Когда вы *определите* драгоценную человеческую жизнь, то вы поймете свою человеческую ценность, вы поймете смысл этой человеческой жизни. Когда вы поймете *значение* драгоценной человеческой жизни, тогда вы захотите ее использовать в правильном направлении. А когда вы поймете *редкость* драгоценной человеческой жизни, то вы не будете тратить время попусту. Эти три положения очень важны. Когда вы будете размышлять над этими тремя положениями, в вашем уме возникнет энтузиазм - энтузиазм для получения учения, для размышления о Дхарме и энтузиазм для медитации<sup>1</sup>. Три вида вашей лени исчезнут.

Сначала лень является для нас препятствием для вступления в духовную практику. С безначальных времен и до сегодняшнего дня мы с вами получали учения, у нас есть интерес к духовному развитию, но из-за лени мы не могли практиковать. Поэтому лень нам мешает. *Медитация на драгоценную человеческую жизнь очень полезна для устранения лени из сознания.*

Теперь, что касается определения драгоценной человеческой жизни. Я говорил вам о восемнадцати характеристиках, которые делают нашу жизнь драгоценной человеческой жизнью. Вы должны посмотреть, обладаете ли вы этими восемнадцатью характеристиками или нет. Если вы обладаете этими восемнадцатью характеристиками, то тогда вы обладаете драгоценной человеческой жизнью. **Восемнадцать характеристик подразделяются на две группы: восемь свобод и десять благих условий.** Здесь подразумеваются восемь свобод для духовной практики. Если вы обладаете драгоценной человеческой жизнью и заявляете, что у вас нет времени для духовной практики, это означает, что вы лжете. Вы обладаете восемью свободами, которыми обладают не все живые существа. Даже не все человеческие существа обладают теми восемью свободами, которыми обладаете вы. Десять лет назад в России вы не обладали этими восемью свободами. Теперь вы обладаете ими. Хотя экономические условия не очень хороши, но вы обладаете этими восемью свободами. В Тибете до сих пор нет этих

---

<sup>1</sup> Слушание, размышление и практика являются тремя необходимыми этапами освоения Учения.

восьми свобод. Раньше там были все эти свободы и десять благих условий. А теперь из-за вторжения Китая там больше нет всех восьми свобод и десяти благих условий. *В настоящий момент люди, которые живут в России, более удачливы, чем те люди, которые живут в Тибете.* Вы должны это понять.

## **2.2 - Восемь свобод**

Четыре из восьми свобод я уже объяснил.

### **2.2.1 - Свобода от рождения в отдаленных от учения районах**

Вчера мы с вами обсуждали свободы от рождения в нечеловеческих мирах: мире ада, голодных духов и так далее. **Первые четыре из восьми свобод касаются свободы от рождения в нечеловеческих мирах, а вторые четыре свободы касаются рождения в человеческом мире.** Если вы родились человеком, но в очень отдаленном месте, где-нибудь в джунглях, то там нет никакого духовного учения. С раннего детства вы мазали свое лицо красками, носили в руке палку и знали только одно - как убивать животных и поедать их. У вас не было никаких понятий о том, как что-либо создать. В таких условиях вы не можете подготовиться даже для ближайших десяти лет жизни, не говоря уже о будущей жизни. Вы очень зависимы от того, что вы получаете. Вы не знаете, как что-либо создать, вы просто занимаетесь накопительством, подобно таракану. Вы ничего не знаете о Дхарме. И это грустно. Ваша жизнь проходит, как жизнь животного: вы убиваете животных, поедаете их, спите, деретесь, ругаетесь, ничего не знаете о Дхарме, о ценности любви и сострадания, о мудрости.

Сейчас вы обладаете всей кармой, необходимой для рождения в таком месте, но в настоящий момент вы там не родились. Но есть столько много людей, которые родились в тех местах, поэтому вам очень повезло, что вы не родились в таком отдаленном месте. Не родившись в таком отдаленном месте, вы обладаете свободой.

### **2.2.2 - Свобода от рождения неполноценным человеком.**

Даже если вы не родились в каком-то отдаленном месте, вы можете родиться с каким-нибудь увечьем: вы будете слепым или глухим. Вы не сможете читать тексты, слушать учение. Тогда вы тоже не обладаете свободой. В настоящий момент вы родились с совершенными органами: у вас очень большие глаза и большие уши, вы все слышите, даже если кто-то очень тихо говорит, вы все слышите. То есть, у вас совершенные органы, поэтому у вас есть свобода от рождения неполноценным человеком. Следовательно, вы обладаете этой шестой свободой. Если вы не можете видеть и слышать, вы можете сказать: “Я не могу практиковать, потому что у меня нет физической возможности для этого”. В настоящий же момент у вас нет никакого предлога, для того, чтобы не практиковать, потому что вы обладаете совершенными органами.

### **2.2.3 - Свобода от приверженности ложным взглядам**

Даже если вы родились человеком, вы обладаете совершенными органами, родились в центре, где существует Дхарма, но при этом обладаете ложными

взглядами, то у вас нет свободы. Что такое ложные взгляды? Это когда вы говорите, что нет прошлой жизни, нет будущей жизни, все это - ерунда, и самое главное - это иметь больше денег, потому что, если у вас есть деньги, то у вас есть власть. И для этого нужно сделать все, можно обмануть любого, даже своих отца и мать. Нет никакой кармы. Чем бы вы ни занимались, если это приносит деньги, то это хорошо. Если вы обладаете такими взглядами, тогда вам не будет интересно получать философские учения. Вам будет интересно знать только, как накапливать деньги. Тогда вы станете человеческой крысой, и будете бояться всего, что происходит вокруг вас. Вы будете думать: “Где я могу насобирать побольше денег, где я могу побольше украсть”.

Даже если вы накопите эти деньги, у вас всего лишь один желудок. Сколько еды вы сможете съесть? Если вы имеете много домов, - у вас же всего одно тело. В скольких домах одновременно вы можете спать? И однажды придет смерть. Верите вы в это, или не верите, но есть жизнь после смерти. Люди, которые защищали свои ложные взгляды в течение всей своей жизни, в момент смерти чувствуют свою вину и начинают задумываться о духовном. Они начинают волноваться за будущую жизнь, но уже слишком поздно.

В настоящий момент у вас нет таких ложных взглядов. И хотя вы на все сто процентов не верите в будущую жизнь, но вы, во всяком случае, не отрицаете ее. Если вы говорите, что на сто процентов нет никакой будущей жизни, то это ложные взгляды. В настоящий момент у вас пятьдесят процентов этой веры: “Может быть, есть будущая жизнь, может быть, нет. Я не знаю. Наверное, есть”. В этом случае вы не обладаете ложными взглядами. И из-за этого отсутствия ложных взглядов у вас есть свобода слушания учения.

## 2.2.4 - Свобода от неприязни к Будде

Если вам не интересен Будда, тогда вам не будет интересно и его учение. Тогда у вас нет свободы в практике Дхармы. Но вы все пришли сюда, потому что у вас есть интерес к Будде и к его учению. Это дает вам свободу в практике Дхармы. Даже те люди, которые живут в Уфе, не все обладают этими восемью свободами.

Вот таковы восемь свобод в практике Дхармы. Теперь - десять благих условий.

## 2.3 - Десять благих условий

### 2.3.1 - Рождение человеческим существом

Наше человеческое тело со своей биологией, со своим мозгом имеет особые умственные возможности. Мы способны размышлять более глубоко, чем другие животные. Мы можем открыть причину страданий. Когда мы исследуем, мы можем найти коренную причину наших страданий. Мы также можем выяснить, что является противоядием от этой коренной причины страданий. Мы обладаем такой умственной способностью. Поэтому эта ментальная способность очень благоприятна для духовной практики. Кроме того, человеческое тело обладает особыми каналами и чакрами. Это очень благоприятно для практики тантры. Поэтому рождение человеком является для нас большим преимуществом и благим условием для практики Дхармы.

### 2.3.2 - Наличие всех органов

Мы не просто родились людьми, мы еще обладаем совершенными органами. Это одно из десяти благих условий. До этого мы с вами обладали свободой от рождения неполноценным человеком. Здесь есть небольшая разница, - здесь говорится о благом условии: наличии совершенных органов. То есть, мы можем читать, мы можем слушать учение, мы можем путешествовать по разным местам и там получать учение. Мы обладаем здоровым телом, не полностью здоровым, но достаточно здоровым.

### 2.3.3 - Рождение в центре, где существует Дхарма.

До недавнего времени Россия не была центром. Под центром подразумевается место, где есть учение Дхармы. Теперь полное учение Дхармы пришло в Россию, и Россия стала центром. Здесь не только присутствует теоретическое учение, но также есть место для практических медитаций. Одно из наиболее популярных мест - это Курумкан в Бурятии. В будущем, со временем, оно станет святым местом. Это будет место совершения паломничества. Поэтому вам повезло, - вы родились в центре, а не в каком-то отдаленном месте.

### 2.3.4 - Не совершение пяти тяжелейших преступлений.

Если вы совершите хотя бы одно из этих пяти тяжелейших преступлений, тогда вы не обладаете четвертым благим условием. Тогда, сколько бы вы ни медитировали, вы не достигните никаких реализаций. Но вы не совершили эти пять тяжелейших преступлений. Каковы эти преступления? Слушайте:

1. Убийство Будды. Вы не убивали Будду.
2. Ранение Будды. Этого вы тоже не делали.
3. Убийство Архата. Этого вы не делали. Архат - это святой человек, который полностью освободился от омрачений. Такого человека вы не убивали.
4. Убийство отца и матери. Вы не убивали своих отца и мать. Может быть, вы спорили с ними, но не убивали, поэтому вы не совершили это тяжелейшее преступление. Убийство отца и матери является тяжелейшим преступлением, потому что они были очень добры к вам. Поэтому, не убивайте своих отца и мать.
5. Внесение раскола в духовную Сангху. У вас нет такой опасности, потому что в настоящий момент здесь нет духовной Санги. Санга - это община монахов. Если вы внесете туда раскол, то ослабите ее. Это очень тяжелая карма.

Люди, которые совершили одно из этих пяти тяжелейших преступлений, после смерти немедленно перерождаются в мире ада, даже не проходя состояние бардо. То есть, они умирают и тут же оказываются в мире ада. Поэтому, совершение этих преступлений очень опасно, будьте осторожны. Нет ничего более опасного, чем совершение этих пяти тяжелейших преступлений.

Таким образом, вы обладаете четвертым благим условием, потому что не совершили ни одного из этих пяти тяжелейших преступлений в этой жизни. Поэтому у вас есть все шансы достичь высоких реализаций. Если бы вы совершили хотя бы одно из этих пяти тяжелейших преступлений, то у вас не было бы никакого шанса. Тогда вы бы в пустую теряли время, пытаясь достичь каких-то реализаций. Но вы обладаете шансом достичь всех высоких реализаций. Не думайте, что только тибетские Учителя могут достичь каких-то реализаций.

Русские тоже могут достичь высоких реализаций, потому что у всех вас есть эти благие условия. Но вы должны создать причины для своей реализации, а создание причин - это не легко.

Один великий Мастер говорил: “Стать Буддой не очень трудно. Буддой можно стать за одно мгновение. Но создать причину для достижения состояния Будды очень тяжело. Нужно создать очень и очень много причин”. Создать систему освещения (энергетическую систему) - очень трудно, а включить свет - это очень просто. Когда все условия уже созданы, все подсоединено, все готово, тогда остается только нажать на выключатель, и мгновенно загорится свет.

### **2.3.5 - Вера в Дхарму.**

Вера в Дхарму - одно из самых мощных благих условий. Вера в Дхарму, вера в правильный путь, дает вам больше благих условий. Из-за веры в Дхарму вы пришли сюда. Чем сильнее ваша вера, тем более благоприятными становятся условия для практики Дхармы.

### **2.3.6 - Существование в этом мире Будды.**

В настоящее время в нашем мире присутствует Будда - это Его Святейшество Далай-лама, который является Буддой в человеческом теле. Вы родились в то время, когда настоящий Будда существует в этом мире. На следующий год Его Святейшество Далай-лама приедет в Россию. Его сострадание, его мудрость просто невероятны. Итак, вы обладаете шестым благим условием, потому что живой Будда существует в наше время.

### **2.3.7 - Существование Дхармы.**

Если вы родились человеком, обладаете совершенными органами, у вас есть вера, но нет Дхармы, нет никого, кто бы дал вам Учение, и нет никаких текстов, тогда вы будете просто добрыми, но не будете знать, как улучшить свою ситуацию. В настоящий момент существует полное учение Сутры и Тантры. Вам очень повезло, что так много текстов переводится на русский язык. Есть Ламрим, переведенный на русский язык. Много текстов Его Святейшества Далай-ламы переведены на русский язык, а также очень много разных других текстов. Поэтому вы обладаете седьмым благим условием.

### **2.3.8 - Существование последователей Дхармы.**

Существует не только Дхарма, но и духовные практики, которые ее практикуют. Они дают вам хороший пример. Если вы знаете человека, который дает теоретическое учение по философии, но его действия в жизни полностью противоречат этой философии - это не вселит в вас большого вдохновения к практике Учения. Сейчас многие люди стали практиковать Учение. Сейчас в Курумкане есть люди, которые остались там медитировать. Там постоянно кто-то медитирует. Некоторые уезжают, некоторые приезжают. На следующий год с первого июля в Курумкане будет проводиться теоретический курс по Ламриму и медитации по Ламриму. Все это будет продолжаться в течение месяца. Все вы

можете приехать, добро пожаловать. Если вы захотите приехать, то приезжайте вместе с группой из центра “Тушита”.

### 2.3.9 - Существование моего Духовного Наставника.

Если у вас нет Духовного Наставника, тогда вы не знаете, что практиковать, а что не практиковать. Учение настолько обширно, что вы не можете знать, в какой последовательности его практиковать, если у вас нет Духовного Наставника, которому вы могли бы задать вопросы и разъяснить свои сомнения. Но в настоящее время Духовный Наставник существует. Поэтому вы обладаете девятым благим условием.

### 2.3.10 - Помощь от других.

Это благое условие относится к тому, что когда вы будете медитировать, вы не умрете от голода. В Тибете очень много практиков, которые медитируют высоко в горах, и нет ни одного случая, чтобы кто-нибудь умер от голода. Есть такая поговорка: “Если медитирующий не спустится с горы, то еда сама поднимется в гору”. Защитники Дхармы дали обещание Будде, что в будущем, когда люди будут медитировать, они не умрут от голода. Когда вы будете медитировать, у вас всегда будет пища. Есть некоторые люди, которые приезжают в Курумкан, совершенно не имея денег, но у них всегда есть пища, они всегда находят себе приют, и они получают деньги для того, чтобы вернуться назад домой.

Иногда там происходят даже чудеса. Один из моих учеников рассказал мне, что, услышав о том, что в Курумкане я буду давать Учение, он захотел поехать, но у него не было денег. Однако он добрался до Курумкана автостопом, а люди давали ему еду по дороге.

Если вы исследуете восемнадцать характеристик, то обнаружите, что почти все из вас обладают всеми восемнадцатью характеристиками. Поэтому все вы обладаете Драгоценной человеческой жизнью. Вы должны быть счастливы, что вы ею обладаете.

## 3. Значимость драгоценной человеческой жизни

Есть два вида значимости Драгоценной человеческой жизни:

- значимость с точки зрения *временных* целей
- значимость с точки зрения *долговременных* целей.

### 3.1 - Значимость с точки зрения временных целей

1. *Если вы правильно используете эту Драгоценную человеческую жизнь, тогда вы получите лучшее перерождение в будущей жизни. Миллион долларов, бриллианты не помогут вам достичь лучшего перерождения в будущем и не помогут вам избежать низких перерождений. А Драгоценная человеческая жизнь, которой вы сейчас обладаете, поможет вам избежать низших перерождений и обрести лучшее перерождение в будущей жизни. Поэтому эта жизнь очень значима. Это не для всех людей, а для тех, кто обладает Драгоценной человеческой жизнью, отвечающей восемнадцати характеристикам. Если такую*

жизнь использовать правильно, то человек получает совершенное перерождение в будущей жизни. Это первое благо с точки зрения временных целей.

2. *Вы можете полностью освободиться от сансары.* Основываясь на этой Драгоценной человеческой жизни, вы можете полностью освободить свой ум от всех омрачений. Ни миллион долларов, ни бриллианты не могут купить вам освобождение ума от омрачений. Они не могут освободить ваш ум от омрачений. Наоборот, они сделают ваш ум еще более омраченным, ввергнут ваш ум в депрессию. Итак, основываясь на Драгоценной человеческой жизни, вы можете полностью освободить ваш ум от омрачений. Ум, полностью свободный от омрачений, является совершенным счастьем. Таким образом, на основании этой Драгоценной человеческой жизни я могу достичь совершенного счастья.

До тех пор, пока вы будете перерождаться под контролем омрачений, вы будете находиться в сансаре. Когда вы полностью освободите свой ум от омрачений, тогда вы достигните нирваны. Нирвана - это не что-то внешнее. **Нирвана - это чистота вашего ума, это ваш ум, полностью освобожденный от омрачений.** Если вы исследуете нирвану, то она окажется Пустотой вашего ума. *Если вы исследуете, что такое чистота от омрачений, что такое пресечение омрачений, то это будет неотделимо от Пустоты вашего ума.* Когда облако опять растворяется в пространстве, то прекращение существования облака неотделимо от пространства, *это другой аспект.* Если вы исследуете, что такое прекращение существования облака, то это - пространство. Точно таким же образом, когда омрачение растворяется, оно растворяется в пространстве Пустоты. *Омрачение возникает из сферы Пустоты и растворяется в сфере Пустоты.*

Если вы полностью этого не поняли, ничего страшного. Для некоторых старших учеников это полезно. У меня есть ученики разных уровней, поэтому я должен давать учение для разных уровней - для всех. Это может быть трудно для новичков, тем не менее, это хороший отпечаток для вас. Потом, в будущем, вы поймете, что такое сфера Пустоты. Например: из воды получается лед, а лед опять тает, и становится водой. Таким же образом все видимости возникают из сферы Пустоты, и в этой же сфере Пустоты они опять растворяются. Каким бы твердым не выглядел лед, все равно его природа - вода. Точно также, *какими бы твердыми и осязаемыми не выглядели для вас эти видимости, их природа - Пустота от самосущего бытия.*

Итак, с точки зрения временных целей, наша Драгоценная человеческая жизнь очень значима.

### 3.2 - Значимость с точки зрения долговременных целей

С точки зрения долговременных целей наша Драгоценная человеческая жизнь тоже очень значима. Что такое - долговременные цели? Это достижение состояния Будды. Состояние Будды - это ум, полностью освобожденный от омрачений и полностью реализовавший весь свой потенциал. Такое состояние ума называется состоянием Будды. Имея Драгоценную человеческую жизнь, мы можем достичь такого состояния ума, которое будет источником счастья для всех живых существ. Имея Драгоценную человеческую жизнь, мы можем достичь *трех видов значимости:*

- получение лучшего перерождения

- освобождение от сансары
- достижение состояния Будды.

Когда мы достигаем состояния Будды, все наши желания исполняются, а также исполняются желания всех живых существ. Тогда вы уже сделали всю работу, которая касалась вас, и осталась только одна работа - приносить благо всем живым существам. У вас есть потрясающий потенциал принести благо живым существам: вы можете эманировать миллионы тел и отправить эти миллионы тел в миллионы миров для того, чтобы приносить благо живым существам. Это будет не просто желание, - вы на самом деле сможете это делать.

Это - значимость Драгоценной человеческой жизни. С безначальных времен и до сегодняшнего дня мы еще ни разу не использовали эту значимость. Сегодня мы с вами должны делать упор на достижение значимости второго и третьего вида.

## 4. Редкость драгоценной человеческой жизни

Вы можете думать: «Драгоценная человеческая жизнь очень значима и очень могущественна, но в настоящий момент я очень занят. Вот когда я закончу всю свою работу, я буду практиковать Дхарму». Это обман. Мирская работа никогда не закончится. Это как бритье бороды, - чем больше вы ее бреете, тем больше она вырастает. Никогда не настанет то время, когда вы перестанете бриться. В Тибете есть одна шутка. Один Учитель заставлял своего ученика тяжело работать. И иногда ученик его спрашивал: «Я очень устал, почему бы нам завтра не устроить отдых?» Но учитель неизменно отвечал: «Когда ты закончишь эту работу, мы отправимся на отдых». Таким образом, работа никогда не кончалась. Однажды Учитель и его ученик шли вместе и увидели издали, как четыре человека несут труп. Учитель, у которого было плохое зрение, спросил: «Что это там такое?». И ученик ответил: «Этот человек, наконец-то, закончил работу и отправляется на отдых». Если я не буду давать вам отдыха, вы мне должны точно также сказать.

Вы поступаете таким же образом. Вы говорите: «Вот когда я закончу работу, я буду практиковать Дхарму». В конце концов, вы будете практиковать Дхарму на плечах четырех людей: ваша работа будет закончена, и вы отправитесь на кладбище делать практику. Но будет слишком поздно. Поэтому не медлите со своей практикой.

Редкость Драгоценной человеческой жизни объясняется в трех положениях:

- редкость с точки зрения *причины*
- редкость с точки зрения *количества*
- редкость с точки зрения *примера*.

### 4.1 - Редкость с точки зрения причины

Почему Драгоценная человеческая жизнь редка? Потому что ее причина очень редка. У нас есть много причин получить низшее перерождение. Если мы исследуем, то обнаружим, что среди этих причин очень мало причин для обретения Драгоценной человеческой жизни. Поэтому Драгоценная человеческая жизнь редка с точки зрения причины.

## 4.2 - Редкость с точки зрения количества

Драгоценная человеческая жизнь очень редка по сравнению с другими живыми существами. Подумайте, сколько в нашем теле существует живых существ. Из этих миллионов живых существ только одно является человеческим существом. Поэтому человеческая жизнь редка и с точки зрения количества.

Однажды в Тибете один Духовный Наставник давал учение о редкости Драгоценной человеческой жизни. В это время там находился один китайский офицер, капитан. Он засмеялся: «Этот тибетский лама никогда не был в Китае. Там очень много людей. У нас есть проблемы с перенаселением. А он при этом говорит о редкости человеческой жизни». Но мы с вами говорим о Драгоценной человеческой жизни, а не просто человеческой жизни. *Драгоценная человеческая жизнь очень редка.* В России немногие люди обладают ею, и в Китае - тоже.

С другой стороны, редкость по сравнению с другими живыми существами. Человеческая жизнь очень редка даже по сравнению с животными. По сравнению с животными, людей гораздо меньше. А по сравнению с человеческой жизнью, Драгоценная человеческая жизнь еще более редка. Таким образом, с точки зрения количества, Драгоценная человеческая жизнь очень редка. Поэтому, *если вы не подготовите причины, не используете эту Драгоценную человеческую жизнь правильным образом, то вы не сможете получать ее снова и снова, как нечто само собой разумеющееся.*

## 4.3 - Редкость с точки зрения примера

Когда Будда давал учение о редкости Драгоценной человеческой жизни, он пояснял это на следующем примере. Представьте, что вся поверхность Земли - это один большой океан. На дне этого океана живет слепая черепаха. Один раз в сто лет она поднимается на поверхность океана. На поверхности океана плавают золотое ядро. Ветер гоняет это ядро по поверхности океана. Представьте себе такое событие: один раз в сто лет черепаха поднимается со дна океана, и попадает головой как раз в это ядро. Это почти невероятное событие. Ядро носит ветром и волнами по всей поверхности океана, раз в сто лет слепая черепаха поднимается со дна океана и попадает головой в это ядро. Такое событие очень и очень редкое.

Точно таким же образом Драгоценная человеческая жизнь очень редка. Почему? Океан - это океан сансары. Слепая черепаха - это вы. Вы слепы, потому что вы находитесь в неведении, у вас нет глаза мудрости. Оттого, что у вас нет глаза мудрости, большую часть времени вы перевоплощаетесь в низших мирах. Поэтому вы проводите сто лет на дне океана сансары. Когда говорится, что черепаха раз в сто лет поднимается со дна океана, это пример того, что мы очень редко обретаем человеческое рождение после множества низких перерождений. Поднятие на поверхность океана - это человеческое рождение, но это все еще не Драгоценная человеческая жизнь. А что такое - Драгоценная человеческая жизнь? Это не просто поднятие со дна океана на поверхность, а попадание головой в золотое ядро. Поэтому, с точки зрения примера, вы сейчас достигли просто невозможной вещи. И это продлится недолго. Поэтому не теряйте времени, сделайте свою жизнь значимой.

Вам интересно? Неважно, интересно или нет. Главное, чтобы было полезно. Я должен давать вам учение, которое будет полезно для вас. Я могу говорить вам много разных вещей, которые будут вам интересны: про Шамбалу, как научиться летать, как достичь ясновидения. Но это не будет полезным. Что полезного в том, что вы будете летать? Птицы тоже умеют летать, и что? Что полезного в том, что вы научитесь читать чужие мысли? У людей много бесполезных мыслей. Главное, чтобы ваш собственный ум стал лучше. Если вы будете читать чужие мысли, вы будете несчастны, потому что очень много людей думают совсем неправильно. Поэтому, самое главное - чтобы ваш ум стал чистым, мудрым и добрым. С этой целью я даю вам учение.

Теперь еще один пример. Мне рассказал его мой Духовный Наставник. Для меня это был полезный пример. Иногда я размышляю над этим примером, и для меня это очень полезно. Я просто лежу и размышляю над ним. Вместо того чтобы размышлять о чем-то плохом: он сделал то-то, а он сделал то-то, лучше подумать о чем-то полезном и хорошем. *Если вы будете размышлять над философией, то у вас просто не будет времени обдумывать какие-то глупости.* Тогда ваш ум будет очень мирным и спокойным. Вы сами тревожите свой ум.

Теперь, пример. Жил один слепой и безногий человек. Однажды он спал на краю скалы. В это время под скалой пробежал дикий олень. Спящий человек упал со скалы и свалился как раз на спину этого оленя. Он схватился за шею оленя, и олень помчался прочь. Тогда слепой человек понял, что он оказался на спине дикого оленя. Он сказал сам себе: “Сегодня свершилось невероятное. Я, слепой безногий человек, скачу верхом на диком олене. Если сейчас я не спою песню, то когда же мне ее еще петь? Поэтому сейчас я спою песню”. И он стал петь песню.

Точно таким же образом, вы безноги, потому что у вас очень мало заслуг, вы слепы, потому что вы не обладаете мудростью, познающей Пустоту. И, несмотря на то, что вы слепы и безноги, вы оказались на спине дикого оленя - вы обрели Драгоценную человеческую жизнь. Невозможная вещь стала сегодня возможной для вас. И тогда вы должны сказать себе: “Если сегодня я не буду практиковать Дхарму, то когда же мне ее еще практиковать. Сегодня свершилась невозможная вещь, - я достиг Драгоценной человеческой жизни. Если я не буду практиковать сегодня, то когда я буду практиковать?”

Когда вы будете размышлять подобным образом, возникнет энтузиазм. Тогда вы не захотите тратить свою Драгоценную человеческую жизнь попусту. В нашей жизни такой шанс случается очень редко, особенно редко выпадает шанс освободиться от сансары. В океане сансары с безначальных времен и до сегодняшнего дня мы всего лишь несколько раз получали шанс освободиться из этого океана сансары. И вот сейчас мы получили такой золотой шанс - шанс освободиться от сансары. Если мы не используем его правильно, то снова и снова мы не будем получать такую Драгоценную человеческую жизнь. Поэтому не тратьте этот шанс попусту. Используйте этот шанс для внутреннего развития, создавайте положительную карму, прекратите создавать негативную карму.

Вы можете пообещать, что с этого момента не будете вредить ни одному живому существу. Это будет очень большой подготовкой к будущей жизни. Ту негативную карму, которую вы уже успели накопить, попытайтесь очистить посредством духовной практики. Первая важная практика буддизма - не нанесение вреда другим. Будда говорит, что в начале самой мощной практикой является не

нанесение вреда другим и уважение всех живых существ, а не только людей, через понимание того, что все живые существа обладают одинаковыми чувствами. Все хотят счастья, и никто не хочет страдания. Каждое живое существо имеет право быть счастливым. Поэтому для вашего собственного счастья будет очень не мудрым наносить вред другим. Вы можете быть счастливыми без нанесения вреда другим. Поэтому мудрые люди обретают счастье без нанесения вреда другим. Это наилучший метод. *Не используйте ни единого метода, который вредит другим и приносит вам маленькое счастье.* Это яд, это сладкий яд. Он приносит вам временное счастье, но вредит вам гораздо больше, чем объем того счастья, которое вы от этого получаете. Это совет, который дал Будда, о том, как вести правильную жизнь.

Итак, *ваша первая практика - это видеть в негативной карме самую большую опасность в вашей жизни. Вы должны бояться негативной кармы, вы должны бояться получить низшее перерождение.* Других вещей не следует бояться. Не надо бояться болезней, рано или поздно вы все равно заболите, не бойтесь этого. Постарайтесь сделать что-нибудь для предупреждения болезни. Но, рано или поздно, вы должны будете пострадать, поэтому нечего волноваться об этом. Что касается старения, не волнуйтесь о старении. Нравится вам, или не нравится, вы будете стареть. Не бойтесь расставания с желанным объектом. Конец встречи - это расставание. Рано или поздно, вы должны будете расстаться с этим объектом, поэтому вы не должны бояться расставания с этим объектом. Подготовьте себя. В любой момент вы можете расстаться с объектом: либо объект с вами расстанется, либо вы расстанетесь с объектом. Поэтому не держитесь, не цепляйтесь за него. Когда он с вами, пусть он остается. Но вы не можете оставить его при себе навсегда. Богатство и все, что угодно, не может оставаться с вами всегда. Вы не можете это предотвратить - однажды объект все равно вас покинет.

Что пытаются сделать мудрые люди перед тем, как объект от них уйдет? Они пытаются послать его в правильном направлении, тогда это станет более значимым. Это называется щедрость. Если вы не будете практиковать щедрость, ваше богатство расстанется с вами. Даже если вы не будете практиковать щедрость, а будете просто накапливать, то, рано или поздно, вы все равно расстанетесь с вашим богатством. Это очень глупо. Поэтому, когда у вас есть богатство, вы должны практиковать щедрость. Что такое - щедрость? Это подобно тому, что вы не копите зерно, а сеете его в землю на хорошем поле. Когда вы закапываете эти зерна в землю, из них вырастают деревья, которые затем дают вам плоды. Вы получаете бесчисленное количество фруктов. Практика щедрости подобна посадке зерен в землю. При этом количество зерен у вас не уменьшится, а наоборот - возрастет. *Практика щедрости не уменьшает ваше богатство, а увеличивает его.* Это учение Будды.

Но это не означает, что вы должны отдать все, чем вы владеете. Это не так. Из того, чем вы обладаете, вы можете отдать 20% в качестве практики щедрости. А если ваш ум сильнее, можно отдать 30%. А если ваш ум слаб, то можно и 2%. Такой вам совет. Завтра мы с вами обсудим непостоянство и смерть, и то, как подготовиться к смерти.