Три негативные кармы ума. Первая - **алчность**, желание завладеть объектом другого человека. Это грубая привязанность. Есть просто желание: хорошо бы у меня была одежда и прочее, это не алчность. Желание обрести чужого мужа или чужую жену - это алчность. Основа - объект, принадлежащий другому. Все люди согласятся, что это неправильно. Эти действия вы можете пресечь. Мотивация - гнев, привязанность, неведение. Из-за гнева и привязанности вы хотите обрести объект, принадлежащий другому. Когда вы видите красивые вещи у других людей, у вас возникает зависть, а затем гнев. «Если бы этот объект стал моим, как было бы хорошо!». В силу неведения вы можете следовать неверным учениям и желать объекты, принадлежащие другим. Существуют ложные учения, в которых говорится, что вы станете более счастливы, если будете присваивать такие объекты. Это хороший материал для аналитической медитации. Скажите себе: «такую негативную карму я остановлю и не стану ее совершать. Будда не говорил, что нам нельзя иметь никаких привязанностей, для меня это было бы слишком сложно, у меня не было бы такого противоядия. Но зачем мне нужно желать объекты, принадлежащие другим? Я никогда не поддамся такой алчности!».

Вторая негативная карма ума - **злонамеренность**. Основа - другие существа, которым вы хотите причинить вред. Вы хотите создать проблемы другим, навредить им. Это может возникать из-за гнева, привязанности и неведения. Действие - это состояние ума: «пусть он будет несчастлив, например, сломает себе ногу». В конце вы радуетесь. Тогда здесь присутствуют все четыре фактора, и карма становится тяжелой. Подумайте: «Я никогда не позволю себе таких вредоносных мыслей. Даже если они возникнут, я о них сразу пожалею». Каждое утро думайте так, это лучше, чем мысли: «Я как Ямантака», и тому подобное. Я думаю, такие размышления вам пока еще рано совершать. Те, кто получил посвящение, выполняйте свои обязательства кратко, а основной упор делайте на размышления о карме. Если ежедневно проводить такую медитацию о карме, вы заметите, что вы изменитесь. Но если вы будете в течение месяца выполнять ретрит по Ямантаке, день и ночь читать мантры, может быть, вы накопите заслуги, но так как мотивация неправильная - каким вы ушли в ретрит, каким вы и вернетесь.

В Тибете много таких историй. Не все встречают подлинного учителя, некоторые сразу получают инициацию от неподлинных учителей, уходят в ретрит, думая, что если провести трехлетнее затворничество, то можно стать ламой. Некоторые русские ученики говорят, что они ламы, потому что провели трехлетний ретрит. Но они выходят такими же, их речь осталась прежней. Они даже не думают, что негативная карма - это плохо. Во имя Дхармы они совершают еще больше негативной кармы. «Это моя школа, а та школа - другая! В школе Еелуг только впустую болтают, там нет медитации. Наша школа - самая лучшая! Мы занимаемся медитацией!» Это очень большая негативная карма! Вам должно быть стыдно говорить: «Мы, гелугпинцы, самые лучшие! Другие школы плохие!» Зачем это надо? Все одинаковы, всё это - учение Будды. Нет гелугпинского, нигмапинского буддизма или кагьюпинского. Все учения пришли из монастыря Наланда. Там учились такие великие мастера, как Нагарджуна, Чандракирти, Асанга, Дигнага.

Лама Цонкапа говорил, что не добавил к учениям ни одной своей мысли, это учение мастеров Наланды. А туда оно пришло от Будды, поэтому мы все - ученики Будды.

Если вы уйдете в трехлетний ретрит, а вернетесь в ещё более худшем состоянии ума, это очень печально. Вы получали это учение несколько дней, проверьте, отличается ли ваше состояние ума от того, что было 3-4 дня назад и, если отличается, то это уже реализация. Вы можете заметить большую разницу, значит, это лекарство эффективно, оно вас меняет. Подлинный врач смотрит, эффективно ли лекарство, если эффективно, он дает его больше. Другие лекарства тоже хороши. Ямантака, Махамудра, Дзогчен, шесть йог Наропы, Гухьясамаджа - всё это хорошо, но вам не подходит, поскольку ваш ум к ним не готов.

Медитация на Прибежище, карму каждую минуту меняет ваш ум, вы становитесь менее дикими. Несколько дней назад я видел здесь только диких животных, сейчас смотрю - диких глаз уже нет. Вы стали больше походить на домашних животных, таких как кошка. Но все равно вы еще не совсем стали людьми. Тело выглядит как человеческое, но ум подобен уму домашнего животного. *Я* хочу дать вам совет: ваш ум должен укрощаться и становиться умом мудрого человека.

В любой ситуации не реагируйте сразу, подумайте и решите спокойно. Не как кошка, которая сразу кидается на ударившую ее палку и кусается. Если вас ударили палкой, подумайте, почемуон ударил меня и кто виноват? Палка не виновата. Это сделал человек. В любой ситуации размышляйте, кто виноват. Вы поймёте, что виноваты вы сами. Если вы думаете с точки зрения кармы, какую бы проблему вы ни исследовали, вы увидите, откуда она возникает - она возникает с вашей стороны. Это как в горной долине крикнуть: «Ты дурак!» В ответ вы услышите: «Ты дурак!» Откуда это пришло? Выглядит так, как будто оттуда к вам прилетели эти слова. Но если вы проанализируете, станет понятно, что звук пришел от вас самих. Вина лежит на вас, поэтому никого другого не вините. Не забывайте этот совет. Мастера Кадампы говорили, что винить можно только самих себя. Никогда не вините в своих проблемах других. Эти две фразы я выучил наизусть и повторяю как мантру, держу их в своем сердце. Это очень полезно.

Немного откройте свой ум, и вы увидите, что врагов не существует, существуют только объекты любви и сострадания. Если рассуждать логически, не существует никаких объектов гнева. Их создаёт ваш ум, во внешнем мире их нет. Например, есть ли *там* объект любви - живое существо, которому не хватает счастья? Есть! И вы можете желать ему счастья. Но объекты гнева, существа, которые вам вредят, объективные враги, - там их нет. Если там есть враг, он должен быть врагом для всех. Но для других людей он лучший друг. И этот человек - объект любви, потому что ему не хватает счастья. И это объективная правда. Еде этот объект гнева? Это неправильная интерпретация, это ярлык, созданный умом. В мозгу создается неправильный сигнал, и вы видите человека как врага. Это очень ясно. В буддизме говорится, что у всех омрачений нет основы. У объекта привязанности нет основы. Это проявляется перед вами, но это иллюзия. Вы воспринимаете видимость и думаете, что это так и есть на самом деле. Но на самом деле там такого нет. В буддизме говорится: привязанность и гнев всегда преувеличивают объект. Это ошибочный, недостоверный ум.

В «Праманаварттике» Дхармакирти говорил: все омрачения приходят из недостоверного ума, но объекты любви и сострадания существуют достоверно. Когда вы развиваете любовь и сострадание, ваш ум не омрачен, он видит более ясно. Поэтому это очень прочный стабильный ум, который может развиваться до бесконечности. Дигнага говорил: недостоверный ум не может развиваться безгранично, для него не существует достоверной основы.

Третья негативная карма ума - **ложные воззрения**. Основа - Три Драгоценности, четыре благородные истины, будущая жизнь, закон кармы - одним словом, то, что существует, но в силу неверных обоснований вы думаете, что этого не существует. Отрицание существующего или утверждение несуществующего и есть ложные взгляды. Если вы не верите в будущую жизнь, вы создаете много негативной кармы. Если вы не верите в карму, это будет подталкивать вас к совершению вредоносных действий, и всё это называется ложными взглядами. Вы движетесь в неверном направлении, и ложные взгляды будут помогать вам двигаться еще быстрее. Мотивация в данном случае - неведение. Действие - вывод о том, что не существует объектов и явлений, которые на самом деле существуют.

Как говорят китайцы: «Еде Будда, покажите нам его! Покажите нам ад, мы туда бросим бомбу!» Но в ад невозможно бросить бомбу. Если я скажу, что ад на солнце, и вы кинете туда бомбу, солнце не погаснет, а засияет еще ярче. На солнце очень жарко, там может быть ад. Человек очень маленький, и его возможности весьма ограничены. Ад может быть очень далеко, даже двигаться со скоростью света человек не может, как же он может добраться до ада? Внутри солнца может быть ад, внутри нашей планеты очень жарко, и там тоже может быть ад. И мечтать бросить бомбу вад - это узкое мышление. Люди, знающие одну небольшую сторону науки, думают, что они ученые, и говорят: «Религия - это глупости, я точно знаю, что такого не существует!» Это признак неведения. Они не знают всей науки, сколько в науке разных областей, наука очень широка! Есть наука о мозге, о теле - множество разных наук! Много отраслей физики и т. д. Если вы чуть-чуть знаете, не нужно быть высокомерными.

Высокомерие способствует развитию неведения.

Люди говорят: «Будущей жизни нет, потому что я не познаю ее». Такие атеисты - объекты сострадания. Когда вы сделали вывод, основываясь на неверном обосновании, это ложный взгляд. Завершение возникает, если вы радуетесь такому убеждению. «Это моё мнение, я рад, никогда меняться не буду. Даже если будут рубить мою голову, я не буду верить». Это очень опасные взгляды. Даже если кто-то вам будет доказывать, вы не будете слушать, в таком случае очень сложно избавиться от сансары. Вам повезло, что у вас нет ложных взглядов, наоборот, вы верите в закон кармы, и я очень рад.