

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

Страдания низших миров

Цель и структура медитации на страдания низших миров.....	2
1. Страдания в адах	9
Горячие ады	9
Холодные ады	11
Вторичные ады	15
2. Страдания в мире голодных духов	16
3. Страдания в мире животных	20

Цель и структура медитации на страдания низших миров

Нам очень повезло, что прошлой ночью мы не умерли и сегодня сможем опять встретиться. Во многих других регионах этого мира прошлой ночью умерло много людей, и сегодня они уже не смогут увидаться друг с другом. Если это случилось с ними, почему подобное не может случиться и с нами? Так что вы должны понять, что для вас это большая удача, что вы еще живы. Не принимайте как должное то, что сегодня вы еще живете. Ощущение, что я еще очень долго не умру и не осознание того, что мне очень повезло, что я не умер, - это когда-нибудь вас обманет и ввергнет вас в низшие миры. Поэтому культивируйте в себе памятование о непостоянстве и смерти.

У вас должен появиться страх перед рождением в низших мирах. Это первая причина Прибежища. Если у вас нет подобного страха перед рождением в низших мирах, всё ваше Прибежище останется лишь на словах. Сейчас, когда мы с вами обсуждаем страдания низших миров, мы закладываем фундамент для порождения Прибежища. Мы, люди, не боимся того, чего нам следует бояться. Зато мы боимся того, чего мы бояться не должны. И это основная наша ошибка. Например, мы боимся расстаться с желанными объектами, боимся, что желанные объекты расстанутся с нами, уйдут от нас. Это глупый страх, потому что рано или поздно объекты наших желаний всё равно расстанутся с нами, уйдут от нас. Этого нам не избежать.

Ещё мы боимся болезней, старения. Это тоже глупый страх. Боимся потерять свою репутацию. Это тоже глупые страхи, потому что с тех пор, как мы родились, мы подвержены и болезням, и старению, и это естественно для нас. Кроме того, всё это не является несчастьем, катастрофой. Самое худшее, что может случиться с нами, - это рождение после смерти в низших мирах. Вот это будет кошмаром. Когда у вас появится некоторая убеждённость, некоторая вера в существование ада, мира голодных духов (в мир животных вам не надо верить, потому что он итак перед вашими глазами), когда вы почувствуете, что вам грозит реальная опасность переродиться в этих низших мирах, тогда у вас появится опасение, некоторый страх: «Я должен сделать всё, чтобы не родиться там». Ваш страх перед рождением в низших мирах должен подтолкнуть вас к более чистому Прибежищу и к более интенсивной практике Дхармы, но не должен вызвать у вас депрессию. Ваш страх перед рождением в низших мирах должен быть таким же, как у двух учеников Мангалапутры. Сейчас я вам расскажу эту историю.

У Мангалапутры было двое учеников, которые были племянниками Ананды. Ананда попросил Мангалапутру: «Пожалуйста, позаботься о двух моих племянниках». Поскольку эти двое юношей были родом из богатой, знатной семьи, они были очень большими лентяями. Их родители избаловали их ещё с детства. Все их желания моментально выполнялись. «Я хочу это». «О, пожалуйста, вот тебе это, вот тебе то». В общем, так они и стали избалованными. И что бы Мангалапутра им ни преподавал, они всё это не изучали. Когда Мангалапутра давал им учение, они в это время шутили между собой, болтали и вообще его не слушали. Тогда Мангалапутра подумал: «Как бы мне укротить этих двух хулиганов? Самый лучший способ - это перенести их в другое место».

И однажды Мангалапутра им сказал: «Сегодня мы с вами отправимся в другое место». Они были очень счастливы. Тогда Мангалапутра, применив свои

чудодейственные способности, перенёс их обоих в ад. Этот ад был специально создан посредством чудесных способностей Мангалапутры. И когда они там оказались, они услышали какие-то крики, которые доносились издалека. «Что это такое?», - спросили юноши. Мангалапутра сказал: «Ну, идите, посмотрите сами». И тогда они увидели большой-большой кипящий котёл, в котором булькал кипяток, и рядом с этим котлом стояли четверо служителей. У каждого из них была разная голова. У одного голова льва, у других - ещё какие-то звериные головы. И они кинули в этот котёл человека, который тут же стал страшно кричать от боли. Помимо того, что он заживо варился в кипятке, они ещё одновременно разрубали его тело на куски.

И когда юноши увидели эту страшную картину, они очень испугались. Когда они посмотрели в другую сторону, увидели там большой костёр, но в этом костре никто не горел, просто вокруг стояли люди и чего-то ждали. Тогда они вернулись к Мангалапутре и спросили: «Почему в одном месте людей варят в кипятке, а в другом месте разведен большой костёр, но в этом костре никого нет?» Мангалапутра им сказал: «Ну, тогда отправьтесь туда сами и спросите у людей, которые там стоят, чего они ждут». Они подошли к этим людям и спросили: «Где тот страдалец, который должен гореть в этом огне? Почему в другом месте в котле уже кого-то там заживо варят, а здесь никого нет?» Они сказали: «Пока эти люди ещё сюда не попали. Они пока ещё живы, они - племянники Ананды. Они живут в праздности, не практикуют Дхарму, ленятся». На самом деле это был не настоящий ад. Это была манифестация ада, созданная Мангалапутрой специально, для того чтобы обратить ум своих учеников к Дхарме. «Они - лентяи, не практикуют Дхарму, но скоро они умрут, и мы здесь их поджидаем. Когда они умрут, они попадут сюда и как раз в этот костёрчик».

И, услышав эти слова, племянники Ананды тут же пустились от них наутёк, убежали. И Мангалапутра перенёс их обратно в мир людей. Но это путешествие произвело на них такое впечатление, что они после этого не могли даже нормально есть: каждый раз, когда они подносили ложку ко рту и вспоминали про этот ад, то у них вся еда возвращалась обратно. Если бы в аду они увидели страдания только других, это бы не произвело на них такого сильного впечатления, но когда им сказали, что там ждут их прибытия, для них это было огромным шоком. И тогда Мангалапутра подумал: «Нет, так не годится, они слишком запуганы. Когда человек находится в таком запуганном состоянии, он тоже не может практиковать Дхарму». И тогда однажды он решил перенести их в рай.

В раю они увидели прекрасный дом, в котором отдыхал какой-то человек. И он был окружён такими прекрасными вещами, у него было много слуг, которые ему прислуживали. Всё было таким красивым. А с другой стороны они увидели дом, у которого не было хозяина. Там стояли наготове все слуги, но они сказали, что пока дом ещё пуст и тот, кто должен жить в этом доме и наслаждаться всеми этими благами и красотами, ещё не пришёл. Когда племянники Ананды спросили у них, почему этот дом пуст, то эти слуги ответили им: «Те люди, которые должны здесь жить, пока ещё живут в мире людей. Они - племянники Ананды. Если они будут практиковать искренне и с энтузиазмом, то, когда они умрут, они попадут сюда». Тогда племянники Ананды очень обрадовались. Они помчались к Ананде и сказали ему: «Всё, нам надо теперь практиковать Дхарму, пожалуйста, научи нас практике Дхармы». Ананда сказал: «Нет, сегодня не буду учить, сегодня я очень

устал». «Нет, нет, мы должны прямо сегодня обо всём этом узнать!» И тогда они получили от Ананды учение и стали практиковать его очень искренне.

Итак, основная цель размышления о страданиях низших миров состоит в том, чтобы обратить наш ум к Дхарме. Хотя ад, который был описан в этой истории, был манифестацией чудодейственных способностей Мангалапутры и был не таким уж опасным, настоящий ваш ад является манифестацией вашей негативной кармы, поэтому вы должны быть осторожны, потому что он очень опасен. Будьте осторожны с негативной кармой, потому что её механизм совершенно невероятен, можно сказать, фантастичен и находится за пределами вашего воображения. Потенциал её необычаен. Даже одна клетка нашего тела обладает таким огромным потенциалом, что если она встретится с определёнными условиями, может вырасти в новое тело, совершенно идентичное нашему. Когда вы смотрите на эту клетку, она кажется вам очень примитивной, однако, когда она встретится с подходящими условиями, в ней разовьются все органы человека: глаза, нос и так далее, и она станет такой же, как вы. В этом заключается принцип клонирования. Какова причина, таков будет и результат.

И в наших действиях тоже так: какую причину вы создадите, такой результат вы и получите. Если вы причиняете вред другим, то в результате, когда эта карма проявится, вы будете сами испытывать необычайные страдания, то есть получать от других вред. Когда яблочное семечко становится деревом, то оно плодоносит и приносит очень много новых яблок. Точно так же когда одно лишь действие, приносящее вред другим, встретится с определёнными условиями, оно проявится много раз как восприятие причиняемого вам вреда. То есть вы получите этот вред обратно, но многократно усиленный. Итак, ваша тяжёлая негативная карма обладает потенциалом, в силу которого она может проявиться в виде вашего собственного ада. Сейчас я расскажу ещё одну историю, и она поможет вам понять, каким образом существует ад. Вам интересно?

Один человек, когда он был ещё человеком, работал мясником и убивал много-много животных. Однажды к нему пришёл один мудрец и сказал: «Ты совершаешь серьёзнейшую ошибку. Такое вредоносное действие, как убийство, всегда даёт негативный результат, и в силу этого в будущих жизнях ты будешь очень много страдать. Почему бы тебе не прекратить эти убийства, потому что ты постоянно только ухудшаешь своё положение». Мясник ответил: «Я очень жалею о том, что я делаю, но у меня нет другого выхода. Если я перестану убивать животных, кто будет кормить мою семью, мою жену и детей? Поэтому, хотя мне самому это не нравится, у меня нет другого выхода, мне приходится этим заниматься». Тогда, преисполнившись к нему сострадания, мудрец сказал: «Ну, хорошо, почему бы тебе тогда, по крайней мере, не дать обет, что ты будешь воздерживаться от убийства в ночное время». «Это возможно, - сказал мясник, - на это я способен».

И тогда он взял обет у этого мудреца, что не будет убивать животных по ночам. И с тех пор по ночам он никогда не убивал ни одного живого существа. Читал мантры вместо этого, а днём он продолжал убивать животных. Так жизнь его подошла к концу. Всю жизнь он пробегал, как таракан, туда-сюда, и вот его жизнь кончилась. И накопленная им карма проявилась. В силу этой кармы он родился в так называемом полуаду. Есть мир ада, а есть полуад. Этот половинный ад (полуад) может быть и в нашем мире, он не обязательно находится где-то там, в другом месте. Вы не можете видеть эти миры, не можете видеть, как существа в них живут, но те, кто там находится, всё это испытывают на себе.

Сейчас, когда вы смотрите на эти курумканские горы, для вас это просто горы, но в действительности внутри этой горы может находиться дворец, который населяют множество существ. У них там своя жизнь, но вы этого всего не видите. Подобное, тем не менее, существует. Существуют духи, хозяева местности и вообще очень много разнообразных видов духов. Вы не способны их увидеть, не способны увидеть их жилища, тем не менее, они существуют.

Итак, он родился в полуаду, где днём дом, в котором он жил, превращался в настоящее исчадие ада, в какой-то крошечный кошмар. Его там варили в кипятке в котлах, существа со звериными головами резали, кололи его тело, подвергали его всяким пыткам. В общем, днём он мучался ужасно. Много раз во время этих истязаний, мучений он умирал и снова возрождался, чтобы опять пройти через ужасные мучения.

Но по ночам в силу кармы принятия обета не убивать животных по ночам (а эта карма также проявилась), этот ужасный дом пыток превращался в прекрасный дворец. Его дневные мучители превращались в прекрасных даков и дакинью, которые прислуживали ему. Это было тоже манифестацией его кармы. Всё это было подобно иллюзии, но не полной иллюзии, потому что здесь присутствовала основа для проявления кармы. Поэтому боль и страдания он по-настоящему испытывал. Когда имеет место оптический обман зрения, и мы просто видим что-то не так, как оно есть в действительности, то у этой галлюцинации нет никакой основы. И это называется безосновательной галлюцинацией, которая порождается органами чувств. Но когда карма проявляется таким образом, то это не совсем галлюцинация, потому что у этого есть основа. Это как клонирование, когда из клетки вашего тела может появиться такой же человек, как вы, один в один. У этого есть основа.

Итак, ночью этот человек наслаждался всеми благами жизни. Но как только наступало утро, его дворец со всеми его удовольствиями опять превращался в адский дом мучений. Таким образом, ему пришлось претерпевать все эти страдания до тех пор, пока его карма не истощилась. На основе этой истории мы можем лучше понять, что такое ад. Не обязательно буквально понимать ад как некий внешний мир, в котором грешники рождаются после смерти, там их жарят на сковородках и так далее. Хотя, может быть, и так, кто знает. Но, скорее всего, ад - это просто проявление индивидуальной кармы, соответственно, у каждого может быть свой ад.

Я не хочу слишком подробно рассказывать про страдания в адах, потому что тогда у вас сегодня за обедом пропадёт аппетит. Вы будете проглатывать еду и тут же её обратно выплёвывать, как племянники Ананды. Вы должны понять, что худшее из страданий, которые только есть в сансаре, - это страдание в аду. Все страдания нашего мира, все человеческие страдания - ничто по сравнению со страданиями ада. Представьте себе, какие ужасающие муки причинит вам физическая боль, боль во всём вашем теле, крайняя форма боли. Но и это всё - ничто по сравнению со страданиями ада. И тогда вы можете сказать: «Да, действительно. Родиться в аду - это ужасно». Если я положу вас на раскалённое железо, продержу вас там пять минут, а потом посыплю ваше тело перцем чили, представьте себе, как вам будет больно. Но и это всё пустяки по сравнению со страданиями ада.

На основе такого примера вы можете понять, что родиться в аду - это ужасно. А ведь в аду вам придется провести не пять минут, не десять минут, а миллионы и миллионы лет. Поэтому вы должны сказать себе: «Мне нужно бояться рождения в аду. Почему? Потому что у меня есть все кармические причины для того, чтобы там родиться». Поэтому без практики Прибежища и без очистительных практик вам грозит большая опасность. Страх перед рождением в аду должен подтолкнуть вас к практике Прибежища и к очистительным практикам. Одна из основных причин практики Прибежища - это страх перед рождением в низших мирах.

Например, вы очень боитесь людей, заражённых СПИДом. Чтобы самим не заразиться, мы должны опасаться контакта с их кровью. Поэтому вы очень осторожны с ними. Поэтому медсестры надевают резиновые перчатки, используют одноразовые шприцы и так далее. Также вы должны быть осторожны и аккуратны со своими омрачениями (с привязанностью, гневом и неведением), которые являются причинами для рождения в низших мирах. Вы должны их бояться так, как боитесь заражённых СПИДом. Но СПИД - это ничто по сравнению со страданиями в низших мирах.

Почему мы должны так много анализировать страдания в низших мирах, думать о них? Потому что, когда вы очень чётко поймёте и увидите следствия своего рождения в низших мирах, то вы будете бояться создавать причину для этого страдания. Чем больше вы будете бояться страдания в низших мирах, тем больше вы будете бояться и причин попадания в низшие миры. Чем больше вы боитесь причин попадания в низшие миры, то есть негативной кармы, которая ведёт в низшие миры, тем меньше вы будете её создавать. Даже если кто-то будет просить вас, чтобы вы совершили то или иное негативное действие, вы этого делать не будете из страха. Даже если кто-то скажет вам: «Я тебе дам сто долларов, если ты создашь ту или иную негативную карму». Вы скажете: «Нет, нет, нет!» «Убей этого барана, а я тебе за это заплачу сто долларов». Вы скажете: «Нет, нет, нет. Я не хочу родиться в низших мирах».

А те люди, которые не знают, что убийство животного ведёт к рождению в низших мирах, и за десять долларов с радостью убьют этого барана. За стакан водки они его зарежут. Почему? Потому что они не понимают, к каким последствиям приводят их действия. Возвращаясь к примеру со СПИДом, если вы знаете последствия неосторожного обращения с кровью разных людей, допустим, вам предложат прикоснуться к крови десяти разных человек. Если вы не знаете, что это за люди, то вы скажете: «Нет, нет, нет. Я этого делать не буду». Даже если вам за это пообещают сто долларов, вы скажете: «Нет, я не буду, потому что я боюсь заразиться СПИДом».

Итак, бдительность и осторожность возникают из понимания последствий тех или иных действий. Например, если я просто скажу маленькому ребенку: «Не ешь сладкую отраву», то мне его будет очень трудно удержать от этого. Даже если я буду бить его палкой и говорить: «Не ешь, не ешь», стоит мне отвернуться, стоит мне выйти, как он тут же её съест. Потому что этому ребенку нужно сначала объяснить, насколько вредно для него есть эту сладкую отраву. И постепенно, если вам удастся убедить ребенка, что сладкий яд очень вреден для его тела, то даже если он будет окружен этой сладкой отравой, он не прикоснётся к ней, потому что будет знать, что это вредно для него. У него не будет с этим проблем. Он не будет страдать из-за того, что ему хочется сладкой отравы, но ему просто не разрешают. Он скажет: «Меня это не интересует».

Итак, нравственность - это не пытка, не самоистязание. Нравственность - это когда вы знаете последствия тех или иных действий и поэтому говорите: «Это действие мне не нужно и это не нужно, потому что меня это не интересует». И тогда у вас не будет проблем и трудностей с соблюдением нравственности. Если бы в буддизме не было такой философии, если бы меня учили так, что я монах, поэтому это мне нельзя и то мне нельзя, туда мне нельзя смотреть и сюда нельзя смотреть, то я не смог бы оставаться монахом долгое время. Мой Учитель никогда ничего подобного мне не говорил. Он мне сказал только одно: «Вот основные монашеские обеты. Если ты будешь их соблюдать, это приведет к таким-то хорошим результатам. Если ты нарушишь их, будут такие-то последствия». Далее он сказал: «Ты должен обязательно соблюдать все основные обеты, а что касается вторичных обетов, то если иногда, может быть, ты их нарушишь, - ничего страшного, ты сможешь это очистить. Но ты должен понимать последствия нарушения даже вторичных обетов и делать всё, чтобы их не нарушать».

И тогда всё становится очень легко. Я проанализировал всё это и понял, что это так. И постепенно я всё больше и больше терял интерес к тем действиям, которые являлись противоположностью моим обетам. Таким образом, моя самодисциплина становилась всё сильнее и сильнее. Самодисциплина не означает, что вы себя бьёте, истязаете, всё себе запрещаете. Самодисциплина - это понимание последствий действий. Исходя из этого понимания, вы говорите: «Вот это мне не интересно и это мне не интересно». Не только у монахов, но и у всех вас должна быть самодисциплина. Если вы хотите быть счастливыми, у вас должна быть самодисциплина. *Самодисциплина - это понимание последствий негативной кармы.* В этом случае самодисциплина становится очень хорошей. А последствия негативной кармы - это страдания во всех трёх низших мирах. Чем больше вы размышляете о страданиях в низших мирах, тем более вы становитесь осторожны с негативной кармой. С этой целью Будда и великие мастера объясняли последствия совершения негативной кармы, то есть подробно объясняли страдания в низших мирах. И они делали это не для того чтобы расстроить нас, не для того чтобы запугать нас, а для того чтобы помочь нам понять, насколько опасно родиться в низших мирах и для того, чтобы мы стали бояться негативной кармы. Так что, не бойтесь вредоносных духов, а бойтесь вашей собственной негативной кармы.

Итак, размышление о страданиях низших миров необходимо для того, чтобы помочь вам застраховать себя от рождения в низших мирах. Эта тема объясняется в трёх частях:

1. страдания в адах
2. страдания в мире голодных духов
3. страдания в мире животных.

Для того чтобы развить в себе устремление к обретению счастья в будущих жизнях, очень важно размышлять над двумя основными темами:

1. *природа непостоянства и смерти*
2. *страдания в низших мирах.*

Если вы будете размышлять на эти темы, то естественным образом породите в себе сильное устремление к обретению счастья в будущих жизнях. Это побудит

вас искать способ обретения счастья в будущих жизнях. А способ для обретения счастья в будущих жизнях объясняется в следующем разделе¹.

Пока мы стремимся только к благополучию в этой жизни, ничто из того, чем мы занимаемся, не является практикой Дхармы. Какой бы метод обретения счастья в будущих жизнях я бы вам ни объяснял, эффективным моё объяснение не будет до тех пор, пока у вас нет устремления к обретению счастья в будущих жизнях. Вы скажете: «Геше Тинлей, лучше дайте мне чего-нибудь покушать или дайте немного денег. Почему вы всё время говорите о каких-то четырех Благородных Истинах, о пустоте? Какой мне смысл от этой пустоты? Мой живот уже и так пуст».

Именно поэтому для ученика очень важно в первую очередь развить в себе устремлённость к обретению счастья в будущих жизнях. Для этой цели автор объясняет две очень важные темы:

- ◆ Во-первых, автор объясняет, что эта жизнь быстротечна и смерть придёт скоро, и об этом нужно помнить.
- ◆ Во-вторых, автор объясняет, что если в будущих жизнях вы родитесь в низших мирах, то это повлечёт за собой невыносимые страдания.

Если вы знаете эти две темы очень чётко, то у вас появляется естественное стремление найти способ освободиться от страданий и стать счастливым в будущей жизни. То есть у вас появляется естественное стремление найти способ обезопасить себя от рождения в низших мирах. Если вы не размышляете над этими двумя темами, то вы не сможете породить в себе искреннее стремление к обретению счастья в будущих жизнях.

Когда вы размышляете о страданиях в низших мирах, вы не должны при этом думать: «Какие-то другие существа сейчас страдают в мире ада, в мире голодных духов, в мире животных». Размышления у вас должны такими: «Действительно, смерть неизбежна и время смерти неизвестно. Рано или поздно я уйду из этого мира, и во время смерти только практика Дхармы принесёт мне пользу».

Если вы не проводите хорошего анализа, то у вас не появится мысль о том, что вы можете родиться в низших мирах. Вы скажете: «Я не получу рождения в низших мирах. Там родятся другие. Я не помню, чтобы в своей жизни я накапливал какую-то тяжелую негативную карму, которая может привести меня в низшие миры. Наоборот, я всё время старался помогать другим, я получал учение Дхармы и практиковал её». Если вы думаете, таким образом, то всё представляется в позитивном свете. Но вы при этом упускаете один момент: с безначальных времён и по сей день вы накопили огромное количество негативной кармы. Скажите себе: «Раньше я накопил очень много тяжёлой негативной кармы. Это так, даже если в этой жизни я получил учение Дхармы и знаю Дхарму. Кроме того, в этой жизни я не соблюдал как следует свои обеты. Я нарушал обеты Прибежища, обеты бодхичитты и обеты тантры».

Произведите этот подсчёт. Сопоставьте всю ту негативную карму, которую вы накопили с безначальных времён и по сей день, с позитивной кармой, которую вы создали с безначальных времён и по сей день. Взвесьте, посмотрите, что будет перевешивать, и вы поймёте, что на 80% у вас есть шанс отправиться в низшие миры. Я не говорю на 90% - на 80. Я не говорю на 90, потому что не хочу вас

¹ Раздел 2.2.1.2. «Метод обретения блага в будущих жизнях». (См. Структуру к комментарию на 1-ый том Ламрима (в виде схемы).)

огорчать. Если вы расстраиваетесь, даже когда я говорю 80, то если я скажу - 90, то вы не уснёте ночью. Такова реальная ситуация. С точки зрения проявления кармы, у вас, действительно, на 80% вероятности пойти вниз после смерти, а не вверх. Исключением являются те случаи, когда во время смерти вам удаётся породить очень сильное Прибежище. Если вы перескажете то, что я вам сейчас сказал, Его Святейшеству Далай-ламе, он скажет: «Геше Тинлей слишком мягок с вами. 80% - это, конечно, заниженная цифра, я бы сказал 90% или 95%». И это правда. Если вы будете проводить строгие расчёты, то вы поймёте, что это правда. Я провожу лишь приблизительные подсчёты.

Зная, что у вас есть 80% вероятности попасть в низшие миры, вы говорите себе: «Теперь я хочу узнать, какие страдания ожидают меня в низших мирах. Например, что будет, если я вдруг умру завтра и после этого получу рождение в аду. Какие страдания ожидают меня в аду?»

1. Страдания в адах

Ад - это проявление вашей негативной кармы. Существуют горячие ады, холодные ады и вторичные ады.

Горячие ады

Вся поверхность земли там состоит из раскалённого железа. Если вы родитесь в горячем аду, то вас поместят внутрь дома из раскалённого железа. Когда вы рождаетесь в аду, то вы не проходите через бардо (промежуточное состояние). После смерти вы сразу падаете в ад. В это время вы обладаете энергетическим телом. Жар, который вы испытаете в этом аду, совершенно невероятен. Этот ад - очень горячее место. Мне трудно представить, насколько там может быть жарко, трудно привести какую-то аналогию из нашего мира. Мне также трудно поверить в эту аналогию. Я уверен, что вам тоже будет трудно поверить, но подобное существует. В этой аналогии сказано следующее: если взять железо, накалив его докрасна, перенести его в мир горячего ада, облить этой раскалённой железной лавой одного из существ, которые там страдают от невыносимого жара, то для него это будет то же самое, что принять холодный душ. Так говорится в текстах.

Я не знаю, правда это или нет. Всё возможно. Вообще, когда я поговорил на эту тему с учёными, они сказали, что наши ощущения жара и холода очень субъективны.

Например, если вам очень жарко, тело разгорячено, то если вы обольёте тёплой водой, она покажется вам холодным душем. Если телу очень жарко, даже тёплая вода покажется холодной. Мне трудно поверить в эту аналогию, что для существа, которое мучается в аду, горячая лава из нашего мира будет как холодный душ. Тем не менее, я думаю, что это метафора, которая специально приводится в этом тексте для того, чтобы дать нам некоторое представление о том, насколько жарко в этом самом горячем аду. В общем, там необычайно жарко, там вы постоянно страдаете от жара. Если уж вы попадёте в ад, то пробудете там очень долго, до тех пор, пока не истощится ваша негативная карма. Одни находятся в аду одну кальпу, другие - две кальпы, всё зависит от той негативной кармы, которую они накопили.

Из восьми горячих адов худшим является - намне (по-тибетски), авичи (на санскрите). Считается, что нет страданий, которые были бы хуже, чем страдания в этом аду. Ваше тело как бы сливается с огнём, становится неотделимым от огня. Если собрать вместе все страдания мира людей, мира животных и мира голодных духов, то они будут лишь малой толикой тех страданий, которые испытывают в этом аду намне, или авичи. Если ваше тело будут разрубать на куски и класть вас на раскалённое железо, представьте, как вы будете мучиться. Но все эти страдания - ничто по сравнению со страданиями в этом аду. Повествуется о множестве разнообразных страданий, которые претерпевают существа в аду авичи. Например, приводится такое описание. Вас запирают в доме, который сделан из раскалённого железа. Вы там находитесь в полном одиночестве, всё время страдаете, ваше тело горит огнём, вы кричите, просите о помощи, но никто не отзывается. Вы находитесь в совершенном одиночестве, взаперти в этом доме, откуда нет выхода. Затем ваша карма проявляется таким образом, что к вам в этот дом приходит какое-то существо, которое начинает резать ваше тело на куски, заливать вам в рот раскалённую лаву. Вы умираете, потом опять возрождаетесь, потом вас опять режут на куски, опять заливают в вас раскалённый металл. И так, как говорится, в течение дня вы 500 раз так умираете, 500 раз возрождаетесь.

Во множестве своих предыдущих жизней мы уже проходили через такие страдания, просто мы не помним этого. Это очень печально. И до сих пор мы ещё не полностью защищены от подобных страданий в будущем. Если мы не будем осторожны, то завтра можем умереть и опять попасть туда же. Как только вы туда попадёте, то вернуть вас оттуда будет уже очень трудно. Я как Духовный Наставник ничем не смогу вам помочь, и Будда тоже ничего не сможет сделать. Тогда нам придется ждать кальпу или больше для того, чтобы вы смогли вернуться обратно. Мы просто можем делать посвящение заслуг: «Когда карма этого человека иссякнет, истощится, пусть я опять буду рядом с ним, буду помогать ему». Потому что попасть в этот ад, чтобы помогать ему там, мы не сможем. Будда сказал, что когда негативная карма уже проявилась, то помочь очень трудно, потому что уже слишком поздно.

Также подумайте: «Если я буду неосторожным, если я после смерти случайно попаду в ад, то как я смогу вынести все эти страдания?» Представьте себе, если вас хотя бы в течение пяти минут попросят полежать на куске раскаленного железа, как вы все эти пять минут будете невыносимо страдать и как будете кричать от боли. А если вы в таком положении находитесь не пять минут, а кальпы и кальпы? Если у вас в ходе духовной практики, в частности, практики Ваджрасаттвы, появляется, например, сильнейшая головная боль, и если вы расскажете об этом своему Духовному Наставнику, он скажет вам, что это очень хорошо, потому что это очищает вашу негативную карму рождения в аду. Это проявление вашей кармы. Если бы вы не очистили её, то родились бы в аду. Сейчас вы её очистили с помощью практики Ваджрасаттвы, и она проявилась только в виде головной боли. Этой карме как-то надо было проявиться, и она проявилась в виде головной боли. Услышав эти слова Духовного Наставника, вы чувствуете невероятную радость, что очистили эту негативную карму, которая, в противном случае, неминуемо привела бы вас в ад.

И правда, иногда, когда вы делаете практику Ваджрасаттвы или практику Прибежища, кажется, что вы заболеваете, у вас проблемы, болезни. Вам становится ещё хуже, чем до начала практики. Но что происходит на самом деле? Та тяжелая негативная карма, которая привела бы вас в ад или другие низшие

миры, очищается и проявляется в виде таких мелочей, как недомогание и так далее. Если вы это поймете, то вы будете очень счастливы. Вы скажете: «Как замечательно!»

Нагарджуна сказал: «Трижды в день вспоминай о страданиях низших миров. Тогда твоя практика будет очень чистой». И это правда. Если мы не думаем о непостоянстве и смерти, если мы не думаем о страданиях в низших мирах, а сразу же переходим к мыслям о преимуществах тантрической практики, то мы ничего не достигнем. Это будет подобно тому, как если бы вы увидели вдалеке прекрасную снежную гору, а над горой - прекрасную радугу. И ваш Духовный Наставник говорит: «Смотри, вот радуга. Как она прекрасна. Это радуга тантрических реализаций, беги за ней». И вы, не глядя себе под ноги, бежите, а под ногами-то у вас - яма, полная огня. И вы, не глядя, попадаете прямо в эту яму. Это не я лично вам говорю, это объясняется во многих текстах. Иногда, когда у вас возникает депрессия, вы можете поглядывать туда, вдаль и думать о преимуществах той горы с радугой. Но большую часть времени вы должны смотреть себе под ноги, чтобы не воспарить в небеса. Геше Тинлей все время вас огорчает, да?

В принципе, нет необходимости по отдельности описывать каждый из этих восьми горячих адов. Вы должны сказать себе, что наихудший из этих адов - это ад авичи, в других же горячих адах - страдания такие же, просто их чуть поменьше, а в целом эти страдания являются такими же невыносимыми. Если вы будете думать о страданиях в аду, то все страдания этого мира покажутся вам пустяком. Кто же ввергает вас в этот ад? Никто не ввергает. Вредоносные духи не могут отправить вас в ад, ваши соседи и ваши враги не могут отправить вас в ад. В ад вас ввергает только ваше себялюбие, ваше эго, а также ваша негативная карма - именно это ввергает вас в ад. Так что, будьте аккуратны со своей негативной кармой и со своим эгоизмом.

Холодные ады

Холодных адов тоже восемь. Вся поверхность земли в этих адах покрыта снегом, как в России зимой, нет ни одного местечка, где бы не было снега. Но это ещё не всё. Там очень и очень холодно, а вы рождаетесь там голым. Ваше тело полностью замерзает. И у вас ещё к тому же такая карма, что вы, хоть и замерзаете, но умираете далеко не сразу, а как только умрёте, сразу же опять рождаетесь. Вы испытываете там ужасные страдания от холода. Тело ваше краснеет, трескается, затем синеет. И вы кричите: «Мне холодно, мне очень-очень холодно!» Так что там вы испытываете невероятные страдания от холода. Вы всё время ищите защиту, но где бы вы её ни искали, вы её не находите, защиты нет. Не говоря уже о страданиях голода и жажды, которые вы испытываете, вы испытываете совершенно экстремальные, невыносимые страдания от холода. Несомненно, в этом мире существуют страдания от голода и жажды. Естественно, существам в холодных адах никто не приносит покушать. Но наихудшими являются именно страдания от холода.

Сколько же кальп вы проведёте в таком аду? Что такое одна кальпа? В одну кальпу уходят миллионы и миллионы лет. Итак, в этот мир придёт тысяча будд и уйдёт из этого мира, Майтрея уже придёт и уйдёт, а вы всё ещё будете находиться в аду. Это будет очень грустно. Так что сделайте всё возможное, чтобы не родиться в аду. Скажите себе: «Пока смерть ещё не пришла, я обязательно прочту 100000 мантр Прибежища для того, чтобы застраховать себя от рождения в аду».

Когда вы думаете об этих страданиях, у вас не должно возникать чувство депрессии из-за них. Думая об этих страданиях, вы должны одновременно задуматься и о том, каким бы методом освободиться от этих страданий. И тогда вас должен заинтересовать второй раздел. Это тема, которая называется «Указание метода обретения счастья в будущих жизнях». Когда вы думаете об этих страданиях, то следующей вашей мыслью является мысль о том, когда Геше Тинлей научит меня тому, как освободиться от этих страданий и как обрести счастье в будущих жизнях.

И это очень хорошо, потому что чем больше вы думаете о страданиях адов, тем крепче и сильнее становится ваш ум. Ваш ум становится очень крепким и сильным, и тогда ваши мирские страдания уже не будут вас беспокоить. Наши мирские страдания - ничто, просто наш глупый, дурацкий ум раздувает их до неузнаваемости. В настоящий момент мы все похожи на избалованных детей. Когда ребенок немного порежет себе пальчик, он с воплями бежит к маме и говорит: «Мама! Смотри! Я порезался! Смотри, у меня кровь!» Он плачет: «Какой кошмар! У меня ручка болит!» А когда этот ребенок начинает тренироваться в игре регби, то во время игры он может поранить себе руку или коленку, у него будет идти кровь, а он даже не заметит, что он поранился и что у него кровь.

Точно также, если мы не думаем о страданиях низших миров, а думаем лишь о своём маленьком мирском счастье, то даже маленькие проблемы покажутся нам кошмарными.

Я уже вкратце рассказал вам про горячие и холодные ады. Если вы помните описания каждого из этих адов, это очень хорошо. Если не помните, то вам достаточно знать, что сам по себе ад - это крайняя форма страдания. Нам будет, конечно, немножко трудно поверить в то, что существует мир ада. Зато мы почему-то легко верим в то, что существует Чистая Земля, то есть безупречное место. В это мы готовы поверить легко. Вы говорите: «Да, подобная Чистая Земля существует, и я туда хочу». А если я вас спрошу: «Почему существует Чистая Земля, но не существует ада?», - то вы мне не сможете ответить на этот вопрос, у вас не будет обоснованного ответа на этот вопрос. Вы скажете: «Ну, Чистая Земля существует, потому что в текстах есть упоминание о Чистой Земле». Тогда я вам отвечу: «И ад тоже существует, потому что в текстах есть упоминание об адах».

Всё является следствием тех или иных причин. Возможно ли создать безупречную причину, совершенную причину чего либо? Возможно. А если безупречная причина возможна, то возможен и безупречный результат. И этот безупречный результат и называется Чистой Землей или состоянием Будды. Но по сравнению с состоянием Будды Чистая Земля - это ещё не совершенное состояние. Но если вы создадите очень много благоприятных причин, если у вас будет множество благих качеств, то вы сможете достичь такого благого результата, как Чистая Земля. Если при соединении всех этих благих причин возможно достижение Чистой Земли, возможно достижение состояния Будды, то почему же тогда не возможна и обратная закономерность? Почему невозможно собрать воедино столько негативных причин, что получится одна такая большая негативная причина, которая и повлечёт за собой рождение в аду? Почему это невозможно? Возможно.

Например, с точки зрения здоровья: если вы сидите на диете и принимаете в положенное время лекарства, занимаетесь зарядкой, то у вас будет отличное

здоровье, совершенное здоровье. Это возможно. Если вы создадите хорошую причину, то вы можете создать себе безупречное здоровье. И это как Чистая Земля. А если вы не соблюдаете диету, принимаете наркотики, пьёте водку, всё время курите и едите в неположенное время, то у вас будет много болезней. У вас будет язва, болезни легких, болезни сердца, печени, в мозгах тоже будут какие-то психические заболевания, раны на руках и ногах. Такое ведь тоже возможно. Когда все ваши органы, все части вашего тела страдают, это называется ад, не так ли? Потому что при наличии всех негативных причин, которые только возможны, результатом будет экстремальная форма страдания.

И точно также, когда мы своим телом, речью и умом создаём столько негативной кармы, когда эта карма собирается вместе, она становится крайне весомой, крайне тяжёлой, мы в силу этой кармы можем отправиться в ад. И это возможно. Верите вы в это или нет, но это существует. Возьмём больного человека, который не верит, что у него язва, что у него большое сердце, что у него туберкулез, потому что он не чувствует симптомов этих болезней. Он говорит: «Я чувствую себя здоровым. Откуда у меня эти болезни?» Но что бы он ни чувствовал, что бы он ни говорил, болезнь-то его находится внутри него, вне зависимости от того, верит он, что болен, или не верит. Эти болезни существуют. И точно также, вне зависимости от того, верите вы в ад или не верите, ад, несомненно, на сто процентов, существует. Но я не знаю, существует ли ад именно так, как описано в некоторых текстах. То есть, соответствует ли его описание этим страшным картинам, которые рисуют нам некоторые тексты. Я скептически отношусь к этому.

Поскольку ад является проявлением вашей негативной кармы, я сомневаюсь, что для каждого из нас ад является таким одинаковым, схематичным, как это рисуется в текстах. Допустим, вы попадаете в ад, и там обязательно должен находиться дом с двумя комнатами из раскалённого железа, обязательно должен прийти человек с головой льва и начать рассекать ваше тело на части. Мне кажется, что не приходят какие-то внешние существа из внешнего мира и не начинают вас расчленять, а просто то, что вы воспринимаете как ад, является манифестацией вашего собственного ума, вашего сознания. Когда ваша карма проявляется таким образом, вы переживаете невероятные, огромные страдания, но другие люди этого не видят и не замечают. Вы же сами всё это испытываете.

Что касается точного местоположения ада, то, как говорится, горячие ады находятся под Бодхгаей, внизу под землей, на несколько километров от поверхности Земли. Может быть, здесь имеется в виду центр Земли, где находится раскалённая жидкая лава. Вот там очень жарко, и, может быть, имеется в виду, что существа ада рождаются и страдают именно там. Если они в тонких энергетических телах рождаются в этом месте в центре Земли и там всё время страдают, это тоже, наверное, возможно. Но сам я этого не видел, поэтому сказать вам точно не могу.

В Абхидхарме также сказано, что холодные ады находятся к северу от Индии. Может быть, под этим имеется в виду северный полюс, где всё время идет снег, где всё время очень низкая температура. Но я не уверен, что именно в этом месте находятся холодные ады. Я считаю, что местоположение холодных адов не является чётким, точным. И здесь я больше доверяю науке, которая говорит, что раньше северный полюс находился в районе экватора, потому что Земля постепенно поворачивается. И много-много миллионов лет назад то место,

которое сейчас находится в районе северного полюса Земли, было в районе экватора. Затем постепенно Земля стала поворачиваться, и то, что было в районе экватора, стало в районе северного полюса. И учёные говорят, что и в будущем есть шанс, что Земля опять повернется, и северный полюс опять будет находиться в районе экватора, и там уже будет тепло. Я не знаю, правда, насколько можно верить и учёным в этом отношении. Если они чётко докажут свою теорию, то тогда нам придётся отказаться от мысли о том, что холодные ады могут находиться в районе северного полюса. Мы же с вами ищем реальность, в конце концов, у нас нет никаких догм.

Но, даже если вы не верите, что местоположение холодных адов находится именно там, то от этого буддийское учение не рухнет, потому что это одна из таких мелочей в этом учении, от которых ничего не зависит. Может быть, подобное неточное описание было создано с определённой целью, для того чтобы люди смогли вообразить себе холодный ад. Когда маленькие дети спрашивают меня, где находится Тибет, я им всегда говорю: «Ну, на севере». Хотя на самом деле это нечёткий ответ. Тибет не находится просто на севере, это неточный ответ. Но маленьким детям можно так ответить. Итак, север, юг, запад, восток - мы должны знать каждый раз, с какой точки зрения даётся то или иное объяснение. И мы можем говорить о севере, западе, востоке и юге только в том случае, если мы знаем, какая точка здесь принимается за центр. И уже отталкиваясь от этого центра, мы говорим о сторонах света. Я считаю, что горячие и холодные ады не имеют какого-то географического местоположения, потому что всё-таки они являются проявлением нашей кармы. Может быть, они и находятся где-то физически, но в основном это проявление нашей кармы.

Например, горячий ад не обязательно находится там, где жарко, где солнце светит ярко и так далее. Он может находиться в том месте, которое нам кажется весьма прохладным, а для того человека, который страдает в этом аду, там невыносимо жарко и жарко. Такое тоже возможно. Точно также, как если у человека температура, то мы себя чувствуем нормально, нам прохладно, а этот человек изнемогает от жары. Необязательно, чтобы жар исходил откуда-то извне, он может исходить и изнутри. Пока мы всё пытаемся анализировать с человеческой точки зрения, но мы не понимаем, сколько вещей находится за пределами нашего воображения, сколько вещей не поддаётся осмыслению с точки зрения человека.

Когда я медитировал в горах, однажды у меня была аудиенция с Его Святейшеством. И Его Святейшество Далай-лама спросил у меня: «Ты веришь в ад?» Я ему ответил, что у меня нет никаких причин не верить в ад. Но я не могу поверить именно в то, что написано в текстах, во все эти описания. К некоторым из них я отношусь с большим скепсисом. И Его Святейшество рассмеялся. Тогда я сказал Его Святейшеству, что убеждён в том, что если мы создадим много-много благих причин, и они сольются в одну полную благую причину, то это станет причиной обретения Чистой Земли или состояния Будды. Точно также я убеждён в том, что если мы создадим множество негативных причин, которые соединятся и станут полной завершённой негативной причиной, то вследствие этого можем родиться в аду, в каком-нибудь таком месте типа ада. И в это я верю. Его Святейшество опять рассмеялся и ничего мне не сказал. Он мне не сказал, что ты должен верить буквально во всё, что написано в текстах про ады. Но он также не сказал, что мои мысли правильные. Он не сказал ни того, ни другого, просто засмеялся. Ну, пока, я думаю, для меня и этого достаточно.

Мне кажется, и вы тоже пока можете верить в то, во что верю я. То есть не в точное описание адов, а в сам принцип ада и в то, что туда возможно попасть. Затем постепенно по мере того, как ваше понимание будет расти, вы сможете всё больше и больше убеждаться в том, что существует очень много различных уровней существования. Некоторые из них находятся совершенно за пределами нашего воображения. И тогда, когда вы это узнаете, может быть, ваше представление об описаниях ада будет меняться, и постепенно вы сможете больше верить в то, что написано в текстах. Но сейчас не надо заставлять себя в это верить. Как Его Святейшество засмеялся в ответ на мои слова, я сейчас как бы смеюсь над вами. Я уверен, что поскольку вы мои ученики, у вас такое же мышление, как у меня. Но не на сто процентов такое же. Ну, по крайней мере, вы можете верить или не верить в какие-то вещи, так же, как я. Пока и это очень хорошо. В принципе, у вас нет никакой достоверной причины вообще не верить во всё это. Различные виды кармы приносят невероятное множество различных результатов. Поэтому если вы говорите: «Я не могу это понять, и поэтому я в это не верю», - то это очень большая ограниченность. Лучше быть скептиком. Вы допускаете: «Это может существовать, но я не знаю точно».

Вторичные ады

В текстах, опять же, объясняется, что существа, пребывающие в горячем аду, постоянно хотят убежать из этого мира, но у них не получается убежать. Так они мучаются и хотят спастись от этого страдания в течение миллионов лет. И когда пройдут эти миллионы лет, и их дурная карма немножко истощится в силу всех тех страданий, которые они уже испытали, то им кажется, что страдания начинают немножко стихать. Возникает ощущение, что они наконец-таки спаслись из ада. Но на самом деле они не спаслись, а просто попали в другой ад, во вторичный ад.

Во вторичном аду нет таких экстремальных форм страдания, как в горячем аду, потому что в горячем аду всё ваше тело горит в огне. Во вторичном аду, например, вы сделаете шаг и обожжёте всю свою ногу или руку. Вы хотите убежать куда-то, и вот вы передвигаете ногу, и в этот момент вся ваша нога сгорает дотла, до кости, потом она опять тут же обрастает плотью, когда вы её поднимаете. А когда вы её опять ставите на землю, она опять сгорает. Потом поднимаете, она опять обрастает плотью. Так вы ходите по этому аду. Но вы всё время переполнены надеждой освободиться из этого места и попасть туда, где нет таких страданий, поэтому всё время мечетесь и пытаетесь убежать. И в процессе вы испытываете такие страдания. Это возможно. Итак, с человеческой точки зрения подобное состояние очень трудно объяснимо, потому что это что-то промежуточное между галлюцинацией, сновидением и явью, реальностью. С одной стороны, это проявление вашей кармы, поэтому это галлюцинация. Но с другой стороны вы испытываете реальную боль, реальные страдания и претерпеваете изменения. Если бы это была только галлюцинация, никакого воздействия она бы на вас не оказывала в этом плане.

Если в горячем аду всё ваше тело страдает, всё тело горит в огне, то во вторичном аду, допустим, ваше туловище не страдает, а страдают только ноги, конечности. Но всё равно это же невыносимая боль. Передвигаясь так по этому аду, вы видите огромное дерево, и у вас появляется желание отдохнуть в тени этого дерева. Но как только вы ложитесь туда, все листья дерева тут же превращаются в оружие: в какие-то ножи, кинжалы, топоры, копья. И всё это оружие вонзается в ваше тело и

разрушает его на куски. Подобное проявляется в результате убийства многих людей. Допустим, вы когда-то убили и поранили много людей, и вы испытываете такой результат. Эта негативная карма обладает таким потенциалом, что она может проявиться в виде таких видений. Это какая-то магия, какое-то волшебство, я не знаю. Но, во всяком случае, вы испытываете именно такие результаты кармы, что листья этого дерева превращаются в кинжалы, которые втыкаются в вас со всех сторон.

Если вы возьмёте какую-то небольшую часть своего тела и начнёте внимательно разглядывать её, изучать под микроскопом и так далее, вы увидите, сколько там ещё всяких тонких вещей, каких-то тонких структур. Из этих клеток вы можете сделать человеческих клонов, как сейчас выяснилось. Один только атом вашего тела может воспроизвестись в точную копию вашего тела. И также уникален механизм кармы. Вы создаёте одну-единственную негативную карму, но когда она проявляется, она может проявляться во всём своём удивительном разнообразии: в виде каких-то адских картин, когда вы попадаете в ад, и там стоит тот самый дом из раскалённого железа, дерево, листья которого превратились в копыя. И всё это - манифестация одной этой кармы.

Итак, если вы исследуете этот вопрос с научной точки зрения, то вы не найдёте в нём каких-то противоречий, которые воспрепятствуют вашей вере в существование адов. Механизмы функционирования явлений совершенно невероятны. Существует много вещей, которые находятся совершенно за пределами нашего воображения и не подвластны логике. Например, есть история о Миларепа, который укрылся от дождя в маленьком роге животного. При этом Миларепа не уменьшился в размерах, а рог не увеличился. Тем не менее, Миларепа свободно уместился в этом роге. Как это возможно? Но такое возможно.

2. Страдания в мире голодных духов

Нам также очень трудно поверить в то, что существуют голодные духи. С другой стороны, у нас нет никаких доказательств того, что подобных существ нет. Также никакого вреда не будет, если мы будем верить в существование таких духов. Если мы будем в них верить, то мы будем проявлять осторожность, для того чтобы не родиться таким же существом. Вот, например, СПИД. Вы видели эту болезнь? Не видели. Но мы все верим в то, что СПИД существует. И поскольку мы верим в существование такой болезни, то мы делаем всё возможное, чтоб не заразиться СПИДом. Узнав о том, как опасен СПИД, вы спросите: «А каковы причины заражения СПИДом?». И после этого вы сделаете всё, чтобы застраховать себя от заражения. Конечно, есть такие дураки, которые говорят: «Я не видел СПИД, поэтому не верю в него. Где СПИД находится? В крови? Не знаю, не видел я никакого СПИДа в крови». Если вы, таким образом, не проявляете никакой осторожности, если вы беспечно себя ведёте, то, когда вы заражаетесь вирусом СПИДа, - уже слишком поздно.

Мы все верим в СПИД, но если я спрошу вас, каким образом СПИД причиняет вам вред, и что это вообще такое, то мы вряд ли сможем дать этому феномену логическое объяснение. Мы тогда скажем: «Ну, учёные утверждают, что есть СПИД и что эта болезнь очень опасна». В буддизме есть такой способ, как вера в цитаты из достоверных первоисточников. Мы верим на слово учёным абсолютно аналогично. И это не противоречит логике. Итак, мы в своей повседневной жизни тоже пользуемся определённой логикой. Может быть, наша логика не очень тонка,

но всё же это какой-то уровень логики. Сейчас вы верите, например, в существование СПИДа на основе научных открытий и заключений, к которым пришли учёные. Почему вы верите? Потому что не один лишь учёный это открыл, а многие учёные изучали этот вопрос и все вместе пришли к одному и тому же выводу о том, что существует СПИД и что он несёт такую-то и такую-то опасность. Поэтому, хотя вы просто поверили на слово учёным, в вашей вере есть логика. У вас есть основание им верить.

Что касается так называемых весьма скрытых объектов, то вы не можете их познать напрямую, не можете познать их через прямую, непосредственную логику, вы можете понять, что они существуют, лишь на основе цитат из каких-то подлинных первоисточников.

Я не видел голодных духов, но верю в них. Я не видел СПИД, но в СПИД я верю. Потому что у тех профессионалов, которые исследуют эту болезнь, нет причин говорить неправду. Поэтому я им верю. Они предупреждают нас, заботясь о нашей безопасности. Поэтому глупо не верить этому. И точно также я верю в то, что есть голодные духи, хотя я их не видел. Но такие профессионалы, как Будда и великие мастера прошлого проанализировали этот вопрос. И, кстати, увидели их напрямую. Если мы не будем осторожны, если мы будем всё время создавать причины для этого, то мы родимся там, в мире голодных духов. Поскольку СПИД существует, если вы будете неосторожны, беспечны, если вы будете вести распутный образ жизни, то вы можете заболеть СПИДом. Эпидемия СПИДа распространяется по всему миру с каждым днём и с каждым годом. Точно также очень многие перерождаются после смерти и в аду, и в мире голодных духов, и с каждым днём население этих миров возрастает, потому что люди неосторожны, потому что они создают соответствующие причины. Вы должны понять: подобное существует, поэтому я должен быть осторожен. Для того чтобы проявить осторожность и застраховать себя от рождения в этих мирах, сначала вы должны понять, насколько опасно там родиться. Точно также, как мы должны сначала понять, насколько опасен СПИД, мы должны понять, насколько опасны низшие миры. Итак, когда вы поймёте, в чём заключается вся опасность этих миров, после этого вы уже переходите к узнаванию того, каков метод спасения от этих миров, от этого страдания.

У голодных духов тонкое энергетическое тело, а не грубое тело, которое можно увидеть непосредственно. Они очень уязвимы для боли и для страдания, но структура их тела отличается от нашей. У них не грубое, а тонкое тело. У них большие животы, очень тоненькие шейки. И основное страдание, которое они испытывают, - это страдание от голода и жажды. Если даже они выпьют капельку воды, то не смогут её проглотить. Это невероятно трудно для них - проглотить хоть каплю воды. Даже если им удастся её проглотить, она тут же превратится в огненный шар в их желудке и сожжёт их желудок. И в этом заключается проявление их негативной кармы. Основная причина рождения в мире голодных духов - это жадность, скупость. Когда вы настолько скупой и настолько жадный человек, что всё копите, копите, не делитесь ничем с другими и сами не пользуетесь всеми этими вещами. Какая причина, такой и результат. И в силу этой кармы вы рождаетесь в таком мире, где вы не можете ничем пользоваться, именно поэтому вы не можете проглотить ни кусочка пищи, ни капли воды.

Так что, будьте осторожны. *Основная причина рождения в мире голодных духов - это ваша жадность и привязанность к вещам. Основная причина рождения в аду*

- это ваш гнев. Основная причина рождения в мире животных - это неведение, потому что в силу неведения мы создаем негативную карму. Но это не точное определение, бывают разные варианты. Иногда в аду можно родиться из привязанности, хотя в основном привязанность приводит к рождению в мире голодных духов. Но здесь об этом можно сказать лишь в целом, то есть не во всех случаях это так. Когда вы в силу неведения создаёте тяжелую негативную карму, вы рождаетесь в аду. Итак, ваша привязанность, ваш гнев и ваше неведение - вот эти три омрачения создают кармическую причину для рождения в низших мирах. И это, несомненно, на сто процентов так.

Летом голодные духи обжигаются лучами солнца и не только лучами солнца, даже лунный свет для них слишком горяч. Он обжигает их летом. И они испытывают такие страдания в силу проявления их кармы. Зимой они страдают от холодных лучей лунного света. Но они замерзают не только от этого. Зимой они замерзают даже от солнца. В тексте под названием Шитинг (по-тибетски) как раз об этом говорится. Там говорится, что основное страдание голодных духов состоит в неполучении желаемых объектов. А чего они желают? Они желают пищи и воды. Долгие-долгие годы им не удаётся получить ни кусочка пищи, ни глотка воды. Представьте, как вы себя почувствуете, если три дня не будете ничего ни есть, ни пить. Также и страдания от холода и жары невыносимы. Страдают они от голода, от жажды, от страха. Также их мучают различные галлюцинации. Такие страдания от голода, жажды, от страха, от депрессии, от холода, от жары они испытывают долгие и долгие годы постоянно, без перерыва. Так что подумайте: «Если проявится одна из моих негативных карм, и я получу рождение в этом мире, то это будет ужасно». Когда вы думаете о страданиях в мире голодных духов, то в заключении вы думаете: «Если я боюсь родиться в мире голодных духов, то я должен также бояться и причины рождения там».

Так что не будьте слишком жадными, не будьте слишком привязаны к своим вещам - это основная причина рождения в мире голодных духов. Не будьте как крыса, которая всё копит, тащит себе в нору. Копит, копит, не практикует щедрость, не практикует даяние. Потом сама не пользуется и другим не даёт ничем пользоваться. Затем умирает. Если вы умрёте после так прожитой жизни, то родитесь голодным духом. Итак, когда ваш кулак становится очень сильно сжатым, так что не разожмёшь, скажите себе: «Ты что, хочешь родиться голодным духом?» Если вы скажете: «Нет, нет», - то ваши пальцы разожмутся автоматически. И тогда вы будете практиковать щедрость. А позитивные результаты этого просто необычайны. Если вы думаете только о результатах негативной кармы, то вы почувствуете депрессию и угнетённость. Но вы должны думать о положительных результатах, которые приносит совершение позитивной кармы, противоположной этой негативной. И тогда у вас в сознании всё это уравнивается. Если вы будете думать только о негативной карме, то у вас появится депрессия, и вы сникните. А если вы будете думать только о позитивной карме, то у вас появится чрезмерная восторженность, и вы будете парить в облаках.

В Тибете один человек получал учение по Ламриму, и в конце раздела о пути личности начального уровня он сказал своему Духовному Наставнику: «Когда Вы объясняли нам последствия негативной кармы, недостатки совершения негативной кармы, я подумал, что, наверное, я попаду после смерти в ад. Также меня посетила мысль, что, может быть, Вы вместе с нами отправитесь в ад. Когда же Вы перешли к объяснению преимуществ позитивной кармы, то я почувствовал,

что, не говоря уж о том, что Вы достигнете состояния Будды, я тоже смогу достичь состояния Будды». Это означает, что ученик, который слушал это учение, бросался из одной крайности в другую. То всё представлялось ему в чёрном свете, то в слишком радужном свете. Эти два аспекта должны быть уравновешены в сознании.

Например, если бизнесмен будет всё время подсчитывать только свои расходы, не думая о своих доходах, то для него это будет кошмаром. Он будет видеть, как много он денег тратит. Если же он будет подсчитывать одни доходы, одну прибыль, то у него появится какой-то завышенный оптимизм, и он скажет: «Я невероятно богат». Эти два процесса должны происходить параллельно, то есть надо одновременно подсчитывать и сколько тратишь, и сколько зарабатываешь, а в конце подсчитать чистую прибыль.

Если вы подсчитываете свою чистую прибыль, то поймёте, что она у вас на данный момент со знаком минус. Поэтому, как вы понимаете, ваш кармический бизнес пока двигается не очень-то хорошо, несмотря на то, что условия для занятия бизнесом пока у вас самые благоприятные, потому что вы обрели драгоценную человеческую жизнь. Если вы здесь не сможете заниматься кармическим бизнесом, то ни в одном другом месте вы этим заняться не сумеете. Мой Учитель говорил, что тот человек, который ни на что не способен в своих мирских делах, не может обеспечить себе благополучную жизнь и защитить себя от страданий, и в духовной практике потерпит фиаско. У вас мозги должны работать лучше, чем у тех, кто занимается лишь одним мирским бизнесом. Вы должны быть более дальновидными, более практичными и более умными. Занимаясь обычным бизнесом, чем больше вы видите всяких таких невидимых препятствий, предугадываете какие-то невидимые проблемы, тем больше у вас успех. И точно также, когда вы занимаетесь духовной практикой, чем больше вы видите таких же невидимых препятствий и проблем, а также невидимых преимуществ, тем больше у вас будет успех в бизнесе вашей кармы. Некоторые бизнесмены говорят: «Если предприниматель способен увидеть невидимое, то он способен на невероятное, на невозможное в своем бизнесе». Это очень интересно. Невидимое - это то, что не видят остальные, то, что видят не все, но что вы способны увидеть с помощью собственного анализа. То есть вы видите неочевидную для других вещь. Вы просчитываете и видите, что если вы поступите так-то и так-то, в этом будет ваше преимущество.

Вопрос: Накапливают ли негативную карму существа в аду, и есть ли сознание у тех тюремщиков, которые пытаются этих существ? Если они накапливают негативную карму, тогда они не могут вообще из ада никогда выбраться, потому что страдание намного выше и негативная карма тоже очень большая.

Ответ: Вообще, если отвечать на вторую часть вопроса, эта тема не объясняется подробно в текстах. Я не встречал упоминание об этом в текстах, но мне кажется, что те тюремщики, которые наказывают и пытаются существ в аду, не являются живыми существами. Это просто манифестация вашей кармы. Это очень легко понять на основе той истории, которую я рассказал. Четыре существа со звериными головами: с головой льва, с головой барана и т.д., которые пытали этого мясника днём, ночью превращались в даков и дакинью, которые его ублажали. Это ясно указывает на то, что они были лишь проявлениями кармы.

Но я не могу утверждать, что это верно во всех случаях. Потому что в некоторых случаях это могут быть манифестации кармы, а в других, может, живые существа. Например, механизм может быть таким: живое существо, которое вы убили в

своих прошлых жизнях, в определённом воплощении рождается в аду для того, чтобы вас наказывать, потому что это существо гневалося на вас. И гнев привел его к такому воплощению. Я не могу сказать очень точно. Но подобное возможно: те, кто наказывает вас в аду, могут являться живыми существами и просто получать такое воплощение из-за их кармической связи с вами.

Что касается тех, кто страдает в аду, насчёт накопления ими негативной кармы, если, когда они мучаются, они чувствуют гнев, то они накапливают негативную карму. Так что, они одновременно и страдают, и накапливают новую негативную карму, и поэтому сансара называется иногда круговоротом в том плане, что она бесконечна.

Вопрос: У меня вопрос на примере мясника. Если этот мясник делает подношение Цог, является ли это накоплением негативной кармы? То есть если он подносит мясо убитого животного божествам.

Ответ: Буддизм очень резко выступает против кровавых жертвоприношений. Если вы делаете подношение буддам и бодхисаттвам, убив животное предварительно, они не будут довольны таким подношением. Это всё равно, что убить ребенка и поднести тело мертвого ребенка его матери и сказать: «Подношу вам это тело как подарок». Это совершенно неприемлемо.

Вопрос: Вопрос насчет голодных духов. Почему они хотят есть, они же духи?

Ответ: Не думайте, что только люди могут быть голодными. У голодных духов тоже есть организм, не такой, как у нас, но свой организм. И в силу своих физиологических особенностей, если можно так выразиться, они испытывают голод и жажду.

3. Страдания в мире животных

В это мы поверить можем с лёгкостью, потому что мы сами видели страдания животных. Мне не надо доказывать вам это логически: на канале «Дискавери» вы сами можете увидеть фильмы о том, как животные поедают друг друга, и как они страдают. На втором канале российского телевидения также показывают фильмы про жизнь животных. Там видно, насколько они страдают. И они всё время живут в страхе, что кто-то может их съесть. Когда более крупные животные преследуют их, они постоянно убегают, убегают. Когда эти крупные звери их настигают, то они съедают их живьём.

В прошлом мы много раз рождались в таких воплощениях, и наше тело много раз кто-то съедал живьём. И в будущем подобное тоже возможно. Представьте себе, что ваше тело ещё живое, вы ещё бежите, а вас уже в это время кто-то ест и уже выгрызает у вас кишки, а вы ещё живой. Иногда можно наблюдать, как змеи поедают крыс и мышей. Они просто целиком заглатывают эту мышь, и видно, как она передвигается по пищеводу змеи. Представьте себя на месте этой мыши. Представьте, что вы - мышь или крыса, и вас целиком заглотила змея. Вы ещё не мертвы, но уже находитесь в животе у змеи. Сколько боли, сколько страданий вы испытаете, и как страшно вам будет в этот момент. Таковы грубые страдания, которые мы все можем увидеть.

Представьте себе, что вы родились в России и что вы - домашнее животное. Если вы заболели, то вы не можете сказать: «Я болен». Вы должны, как раб, исполнять все пожелания своего хозяина. В наши дни лошадей и других подобных животных

не используют уже так интенсивно для перевозки грузов и для того, чтобы люди на них передвигались. Сейчас их уже меньше используют в таких целях. Но, тем не менее, те животные, которые живут в России, в зимнее время, например, испытывают ужасные страдания. Несмотря на то, что у них есть особые шкуры, мех и так далее, когда на улице минус тридцать или минус сорок, они очень страдают от холода. Каждый день они почти умирают от холода, некоторые замерзают до смерти, некоторые выживают. Некоторым везёт, и они выживают, но на следующий день их ждёт опять то же самое испытание: либо они замерзнут, либо они выживут, но еле-еле. Им нечего есть, вся трава в это время покрыта слоем снега, они не могут найти себе еду. Если вы родитесь таким животным, даже, может быть, и не домашним, а диким животным, либо вы родитесь бараном в России, каким бы животным вы ни были, вы всё равно будете испытывать ужасные страдания, особенно в зимнее время.

Но это не самые худшие мучения, которые испытывают животные. Самые худшие из их страданий - это страдания от глупости, от тупости. Может быть, у них есть какие-то мыслительные способности, но они не могут понять, как полностью освободиться от страдания. Некоторые учёные говорят, что, например, дельфины - очень умные животные, и у них есть мыслительные способности, и они могут много чего понимать. Но, тем не менее, у них всё равно очень сильно проявлено неведение, и они верят всему, что видят. У них нет способности понять глубинные причины страданий и глубинные причины счастья. Также они не могут понять, в чём состоят косвенные причины страданий. Например, как кошки: если вы ударите кошку палкой, кошка решит, что эта палка очень плохая, палка хочет ей навредить, и она царапает и кусает палку. Проверьте, какова будет реакция дельфина на палку. Если его реакция будет такая же, как у кошки, значит, он находится на том же уровне, что и кошка. И нельзя сказать, что он намного умнее.

Итак, поскольку животные не способны путём анализа понять, что хорошо, что плохо, что верно, что неверно, то ещё не изжито одно их страдание, а они уже накапливают много причин для последующих страданий. Они испытывают страдания, когда пожирают друг друга, они испытывают страдания от тупости, страдания от холода, страдания от жары, страдания от болезней и много других страданий. И они живут в постоянном страхе, не зная, что произойдёт с ними завтра. Мы, люди, даже если мы копим деньги и запасы пищи в течение десяти лет, всё равно нас постоянно тревожит то, что произойдёт завтра, что может случиться с нами завтра. Мы думаем: «Что произойдёт, если вновь наступит кризис? Какой будет кошмар!» Но у этих животных вообще нет ничего, что было бы приготовлено ими на завтрашний день. Они вообще не думают о завтрашнем дне, они живут одним сегодняшним днём. Сегодня они ищут пищу на сегодня, завтра будут искать себе пропитание на завтра. Правда, есть некоторые исключительные случаи, например, крысы, которые собирают много зерна впрок, но повадки у них те же самые. Они сами не едят это зерно, не дают его есть другим и так и умирают на куче этого зерна.

А если вы будете думать в этом ключе, то поймёте, что если вы не будете осторожны, не будете бдительны, нечто подобное может случиться и с вами. Поэтому многие мастера советуют: «В настоящее время вместо того чтобы визуализировать себя божеством, лучше думать о страданиях в низших мирах и пытаться породить в сердце чистое Прибежище. Это будет гораздо полезнее, гораздо эффективнее». Они не говорят, что не надо визуализировать себя божеством вообще. Надо визуализировать, но при этом больше надо думать о

страданиях низших миров, больший акцент надо делать на страданиях в низших мирах.

Таким образом, в будущем, когда вы будете проводить медитацию на Ламрим, вы можете посвятить неделю особой медитации на страданиях низших миров. Это будет очень полезно. Страдания в аду, страдания в мире голодных духов, страдания животных. Каждое из этих страданий вы должны проанализировать, поставив себя на место тех страдающих существ, которые мучаются в этих трёх мирах. И скажите себе: «Если бы я там родился, это было бы кошмаром!» И в конце медитации у вас должна появиться сильная решимость: «Я сделаю всё возможное для того, чтобы не родиться в низших мирах. Если я получу рождение в низших мирах, это будет кошмаром».