

Сегодня мы поговорим об уме. Это сложная тема. Когда вы поймете, что такое ум в действительности и сможете им пользоваться, он станет для вас самой мощной силой в мире, особенно если вы освоите самый тонкий его уровень.

Наука обнаружила, что мельчайшие частицы материи – атомы, нейтроны – обладают наибольшей мощностью. Таким же образом самый тонкий уровень ума обладает наибольшей силой. Однако, не зная ничего о грубых частицах, вы не сможете пользоваться тонкими частицами. Наука сначала обнаружила более грубые частицы, а затем перешла к более тонким. Не имея точного представления об электроны, протоне, я каждый день воображал их себе по-разному. Если у вас нет правильного знания тончайшего уровня ума – ясного света, – ваши представления о нем также будут меняться в зависимости от игры воображения. Мы рассмотрим настоящие тонкие частицы, а не чьи-то фантазии.

Будда Майтрейя дал подробное учение об уме в Утара-Тантре. В этом учении он объяснил, как можно привести ум к состоянию будды, каковы причины этого состояния и его природа. Кроме этого источника я воспользовался и другими подлинными учениями – к примеру, Ламы Цонкапы, – и решил изложить их вам в сжатой форме. Когда вы получаете учение по какому-либо вопросу, важно знать его источник. Тогда, если возникнут сомнения, вы сможете обратиться к первоначальным текстам и проверить, правильно ли то или иное утверждение. Учение, ведущее вас в неправильном направлении, никогда не будет полезно: неправильная теория, неправильная практика и неправильный результат.

Что такое ум? Некоторые люди полагают, что это мозг, то есть некая субстанция. Когда люди, особенно жители западных стран, говорят об уме, они обычно имеют в виду содержимое мозга. Иногда вы сами говорите: “Подумай головой, ты в своем уме?”, – и дотрагиваетесь до головы как до места нахождения ума. Вообще-то есть веское основание так полагать. Тибетцы же, говоря: “Я допустил ошибку, я неправильно подумал”, – указывают середину груди, то есть область духовного сердца. Для этого тоже есть существенное основание.

Я мало разбираюсь в психологических и других научных теориях об уме. Моя специальность – буддийская философия, поэтому я буду говорить об уме с ее точки зрения. Вы как сторонние наблюдатели должны посмотреть на вещи с буддийской и с других точек зрения: исследовать, разобраться, какая же из них правильная, и выработать в итоге свою точку зрения. Сам Будда говорил: “Не принимайте мое Учение на веру, исследуйте его, и только после этого вы можете его принять”.

Существует три характеристики ума. Они также являются определением ума. В чем цель определения? Существуют объекты, которые вы не можете непосредственно увидеть глазами. Они недостаточно ясны для вашего восприятия и, чтобы составить о них правильное представление, надо дать им точное определение. Это нужно не для победы в спорах. С помощью дискуссий вы можете формировать более точную картину того, о чем идет речь. В результате вы можете достичь глубокого уровня понимания, и ваше определение будет настолько точным, что при обсуждении какой-либо темы вы будете давать людям безошибочные ответы. Это будет означать, что вы получили совершенное представление. В противном случае ваше понимание колеблется, меняется день ото дня.

Каждая из трех характеристик исправляет неправильное понимание, касающееся ума.

Первая характеристика – сущность ума не имеет формы.

Вторая характеристика – природа ума чиста, как вода.

Третья характеристика – способность познавать.

Первая характеристика исправляет неправильное понимание, согласно которому ум – это мозг. В отличие от ума, мозг – нечто вещественное. Он не может перейти в следующую жизнь, но помогает уму работать, служит ему опорой. Например, если органы зрения повреждены, вы не можете видеть объект, но здоровыми глазами вы видите его. Опираясь на органы зрения, вы вырабатываете сознание зрения, опираясь на мозг – сознание ума. Если считать ум мозгом, то в этом утверждении можно обнаружить много логических ошибок. К примеру, было бы просто удалить из ума гнев: найти в мозге клеточку, вызывающую гнев, и убрать ее, а клеточку, отвечающую за мудрость, увеличить. Есть много других подобных примеров.

Вторая характеристика – чистота природы ума. Некоторые небуддийские школы считают, что гнев и другие негативные состояния ума содержатся в его природе и не могут быть отделены от него, и поэтому достижение нирваны невозможно. Буддизм говорит, что природа ума чиста, подобна воде. Как бы ни была загрязнена вода, по своей природе она чиста, и это свойство позволяет очистить ее вновь. Если бы гнев был в природе ума, человек должен был бы постоянно находиться в этом состоянии. Но из собственного опыта мы знаем, что иногда мы гневаемся, а иногда бываем очень сострадательны, в зависимости от ситуации. Поэтому мы можем понять, что гнев не содержится в природе нашего ума, и этот же вывод справедлив для других омрачений, загрязняющих наш ум. Такое понимание важно для развития в себе убеждения, что состояние будды действительно достижимо.

Достижение освобождения подобно превращению грязной воды в чистую: чистота не появляется извне, она присутствует в воде изначально, несмотря на наличие грязи. С помощью такого анализа мы можем понять и наш ум: полностью очищенный от омрачений, он называется достигшим освобождения. Состояние будды означает не только достижение освобождения, но и реализацию всех благих качеств, и оно также находится внутри ума. Даже когда вы испытываете гнев или другие негативные эмоции, в вашем уме присутствует природа будды – она всегда присутствует в вас, как чистота в загрязненной воде. Но начальная природа чистоты и некоторая степень проявления чистоты – разные понятия. Иногда люди не понимают этого и говорят о себе, что они уже будды, потому что у них природа будды. Это неверно.

Третья характеристика – функция познания. Когда перед умом предстает какой-то объект, ум познает его. Некоторые небуддийские школы в Индии признают сознание у растений, потому что те реагируют на прикосновение человека. Буддизм с этим не согласен, поскольку такая реакция может быть вызвана разными химическими процессами, но познавательная способность есть нечто иное, и поэтому нельзя считать, что растения обладают сознанием. Это другой вид энергии, нежели сознание. Например, когда человек сердится, его лицо непроизвольно меняется. В некоторых местах, где люди занимаются духовной практикой, присутствует особая, умиротворяющая энергетика. Я говорю не об ауре, но именно о возникающем у вас чувстве умиротворения. Когда вы приближаетесь к огню, то чувствуете нарастающее тепло. Вы не видите энергию тепла, но можете ее ощутить. В настоящий момент не следует много говорить об энергиях, потому что для вас эта тема слишком расплывчата. Посмотрите на ваш ум. Постарайтесь проверить указанные три характеристики на собственном уме.

Люди, желающие заниматься медитацией на ясный свет, сначала должны понять, что такое грубый ум. Условную природу ума понять нелегко. Ее можно разделить на две составляющих: грубая условная природа ума и тонкая условная природа ума. Сперва я расскажу вам о грубом уме.

Существует шесть первичных видов ума: сознание зрения, сознание слуха, сознание обоняния, сознание вкуса, сознание осязания и сознание ума. Из них сознание ума – главное.

Сознание зрения неотделимо от сознания ума. В буддизме говорится: когда вы видите объект, сначала он предстает вашему органу зрения. Ученые также утверждают, что в органах зрения возникает отражение объекта и таким образом глаз познает. Некоторые буддийские школы невысокого уровня говорят, что сознание зрения перемещается в объект и познает его, то есть непосредственно входит с ним в контакт. Более высокая школа прасангикиков утверждает, что сознание зрения не может воспринимать объект непосредственно, иначе оно могло бы проходить сквозь стены и познавать все без исключения. Но поскольку наши глаза не способны видеть сквозь препятствия, это доказывает, что сознание зрения не может перемещаться в объект и познавать его непосредственно.

Каким же образом сознание зрения познает объект? Объяснение очень похоже на научное: от объекта исходит отражение и воспринимается органом зрения. Наука считает, что отражение попадает на сетчатку глаза в перевернутом виде, и сам мозг ставит его с головы на ноги. Буддизм с этим не согласен. Орган зрения – это маленький хрусталик; когда в него входит отражение объекта, сознание зрения познает это отражение как оно есть, без всяких оценок. В следующий момент подключается сознание ума и начинает описывать объект: хороший, плохой, красивый, некрасивый. Возникает много разных описаний, из-за которых в нашем уме появляется неправильное представление об объекте. Если объект видится уму плохим, то плохое качество, с точки зрения ума, свойственно объекту изначально, врожденно. Так возникают все омрачения.

Например, человек отправляется из дома в прекрасном настроении и вдруг встречает своего врага. Сначала объект предстал глазу человека, затем сознание зрения распознало этот объект, но в момент распознавания еще не было гнева. В следующий момент, когда сознание зрения связалось с сознанием ума, включилась память о каких-то неприятных переживаниях, связанных с объектом, и родилось представление, что встречный человек плохой сам по себе, по своей природе. В итоге возникает гнев. Подобным же образом через органы зрения возникает привязанность. Форма рассматривается как один из объектов вождения. Когда говорится о пяти объектах вождения, то имеется в виду форма, звук, запах, вкус, осязание – пять видов первичного сознания. Однако, когда вы смотрите фильм и видите на экране плохих людей или большую опасность, то не испытываете страха и гнева, потому что осознаете: это – не настоящая реальность. Понимание пустоты подобно такому осознанию, но не совсем то же самое.

Буддизм говорит, что концептуальное мышление – корень сансары. Некоторые люди неправильно это понимают и считают, что любая концепция плоха. Это неверно. Если у вас нет концепции, зачем вам становиться буддой? Поэтому размышление о полной неконцептуальности может быть очень вредным: тогда вам становятся не нужны ни любовь, ни сострадание, ни мудрость. Вы должны знать, какие именно концепции плохи, что именно плохо в данных концепциях. Когда вы смотрите на какой-то объект – например, стакан, – сознание вашего ума приписывает ему внутреннее независимое существование, то есть в вашем уме присутствует концепция самосущего бытия стакана. Но подобное концептуальное мышление неверно, оно порождено неведением. Вы можете смотреть на этот стакан с другой точки зрения – как на стакан, имеющий обусловленное, или взаимозависимое, существование.

Когда у вас есть понимание взаимозависимого существования врага, вы не почувствуете гнева. Человек когда-то сделал вам плохое, и вы навешиваете на него ярлык врага. Если он сделает вам что-то хорошее, то вы навесите на него другой ярлык и назовете его другом. Поэтому объективно не существует ни врага, ни друга – существует наименование, даваемое умом. Такое понимание поможет вам сократить неправильную интерпретацию, которую дает ваш ум, и избавиться от гнева.

Второй вид первичного сознания – **сознание слуха**. Сначала вы просто слышите звук, затем подключается сознание ума и дает оценку, хороший это звук или плохой. Например, если один раз прослушать песню, она покажется хорошей, если много раз слушать ее, то плохой. Привязываясь к звуку, вы приписываете ему самостоятельное существование. Постарайтесь исследовать, спросить себя, какой звук вы считаете хорошим: высокий, низкий? Поразмыслив, вы поймете: нет никакого объекта для привязанности, и поэтому нет оснований для самой привязанности.

Однажды в Индии один правитель был очень привязан к песням. Он сказал своему Учителю: “Я очень привязан к звукам и мне нужна какая-то практика, связанная с ними, иначе я не могу практиковать”. Тогда его Учитель дал ему учение, о котором я говорил, то есть объяснил, как работает сознание. Затем Учитель сказал: “Если ты слушаешь прекрасную музыку, к которой привязан, и начинаешь запрещать себе слушать ее, считая это проявлением привязанности, – у тебя ничего не получится, твоя привязанность только увеличится. Продолжай слушать музыку, но иным образом. Прежде ты слушал ее, полностью поглощенный эмоциями, – это крайность. Постарайся исследовать, какая часть этой музыки приводит тебя в возбуждение, что именно в ней тебе очень нравится. Разложи ее на части: какие ноты тебе нравятся – высокие или низкие? И тогда поймешь, что высокие и низкие ноты – не то, что тебе нравится. Когда они соединены вместе, тогда твой ум говорит, что это хорошо, то есть привязанность происходит от наименования, которое дает твой ум. Та же самая музыка другому человеку может показаться ужасной. Его ум тоже дает наименование этой музыке, но противоположное”. Затем этот Мастер сказал: “Вся музыка мира растворяется в музыке, которую ты сейчас слышишь. А эта музыка, в свою очередь, растворяется в твоём уме, и остается только ум, который просто слушает музыку без порожденных неведением наименований “хорошая” или “плохая””.

Вы должны понять, что вне ярлыков, которые дает ум, не существует объективно хорошей или плохой музыки. Вглядитесь в свой ум – кто слушает музыку? Слушает ее ум, ясный, осознанный, внимательный, который по своей природе чист, а по своей функции познает. При этом у вас не должно быть представления, что есть один ум, который познает другой ум, – двух познающих умов не существует. Вам нужно лишь оставаться в состоянии чистоты и познания. Если сможете дольше оставаться с этой природой ума, у вас больше шансов увидеть ясный свет. Но и этот ум все еще условный, неабсолютный.

Сознание обоняния. Когда распространяется запах, орган обоняния входит в контакт с этим запахом. Объект и сознание зрения не входят в непосредственный контакт: от объекта идет отражение. Звук и запах имеют прямой контакт с нашими органами восприятия, и на первой стадии этого контакта сознание обоняния просто зафиксировывает этот запах, а затем сознание ума даст наименование – “хороший” или “плохой”. Вступая в контакт с каким-либо объектом, вы так быстро навешиваете на него ярлык, что не успеваете познать его. Вы думаете, что даете наименование объекту с объективной точки зрения, то есть как имеющему самосущее бытие. Но на самом деле вы не успеваете познать объект и даете наименование столь поспешно, что оно является неправильным. Иногда очень странный запах люди называют хорошим, потому что заплатили за него много денег. Сначала вы можете понюхать какие-либо духи и отнестись к ним нейтрально, но когда вам скажут, что

это французские духи, в вашем уме возникнет цепочка ассоциаций с рекламой, которую вы видели, и тогда ваш ум даст определенное название этому запаху. Таким образом работает реклама, играя с вашим умом.

Сознание вкуса. Когда наш язык соприкасается с вкусовыми качествами какого-либо объекта, сперва присутствует вкус, но нет суждения о вкусе. Затем ваш ум также дает наименование “хороший” или “плохой”, руководствуясь своим неведением. Вообще, понятия “хороший” или “плохой” действительно существуют, но никакой объект не бывает по своей природе плохим или хорошим. Хорошее или плохое существует условно и зависит от состояния вашего ума. Тонкую условную, или относительную, истину понять очень трудно – говорят, намного труднее, чем познать пустоту. Когда вы начнете познавать пустоту, ваш ум сможет понять эту истину. Имеется много тонкостей в ее понимании. Если вы будете заниматься практикой ясного света с таким осознанием, это будет подлинная практика ясного света.

Сознание осязания. При касании телом предметов сначала включается и познает сознание осязания, а затем сознание ума дает свою интерпретацию объекта – гладкий, шероховатый и т.д. Иногда сознание ума прельщается ощущением чего-то грубого и говорит, что это очень приятно – так возникает привязанность. Иногда привязанность возникает к тому, что ум называет гладким, и в этом случае опять присутствует неправильная интерпретация, вызванная неведением. Когда неведение устранено пониманием пустоты, ощущение остается, также будет и концепция, но она будет иной, чем раньше, – концепцией взаимозависимого возникновения. Вы просто будете понимать: “это приятно”, но без влечения и цепляния за основу приятных ощущений. Когда вы станете буддой и обретете состояние счастья, у вас останется вторичный ум и такие состояния ума, как любовь, сострадание, счастье, но больше не будет загрязняющих ум концепций, порождаемых неведением.

Сознание ума зависит от ментальных органов – сознания зрения, слуха и прочих. В самый первый момент вы воспринимаете объект непосредственно сознанием этих органов, не давая оценок. Во второй момент включается связанное с ними сознание ума. Эти два сознания все время чередуются друг с другом.

Вопросы и ответы.

Вопрос. Если не давать оценку и удерживать себя в этом состоянии волевым усилием, есть ли в этом польза?

Ответ. Прилагать волевые усилия, чтобы не давать оценку – неправильно, это прекращение концепции. Главное – понимание пустоты. Когда вы познаете пустоту, присвоенное объекту наименование и пустота воспринимаются как единая сущность, но в разных аспектах. Давать наименование мыслью – это тонкая, условная истина. Пустота от самосущего бытия – абсолютная, окончательная истина. Ум, дающий наименование, – это условная истина. Ум, свободный от концепции самосущего бытия, – это абсолютная истина. Самосущее бытие трудно для понимания. Это объект отрицания: точно зная, что такое самосущее бытие, вы можете убрать эту ложную концепцию, в результате у вас появится понимание пустоты. Утверждать несуществование чего-либо – очень легко: например, стол не существует, тело – не я, ум – не я. Ребенок тоже может так сказать. Пустота же – это понимание объекта отрицания. Сначала поймите, что именно отрицается, затем уберите это; в итоге останется нечто – это и будет условной, относительной природой существования.

Вопрос. Есть сознание уха, есть ментальный орган у сознания ума. Почему не оставить просто ментальные органы и сознание ума?

Ответ. Еще раз поясню.

Первый момент – включается сознание слуха.

Второй момент – включается сознание ума, которое познает звук.

Третий момент – снова включается сознание слуха, этот момент является вторым моментом работы сознания слуха.

Четвертый момент – это второй момент работы сознания ума.

Сознание слуха – это и есть орган сознания ума, иными словами – ментальный орган. Сознание слуха является как бы посредником между органом слуха, из которого оно происходит, и сознанием ума, которое вырабатывается, опираясь на него. С точки зрения сознания ума – это ментальный орган слуха, а с точки зрения органов слуха – это сознание слуха.

Вопрос. Правомерно ли объединять три характеристики ума?

Ответ. В некоторых определениях дается не три характеристики, а две: сознание определяется как “ясное” и “познающее”. Но это полезно для людей, знающих о бесформенности ума, для них достаточно двух характеристик: чистота и познающая способность. Панчен Ринпоче говорит, что сейчас очень важно говорить о трех характеристиках, поскольку многие люди думают, что ум имеет ту или иную форму – например, ДНК.

Вопрос. В каком смысле употребляется термин “неведение”?

Ответ: Под неведением понимается представление вещей изначально такими, какими они нам видятся. Наш ум слишком полагается на видимость, на привычку мышления воспринимать вещи такими, какими они нам кажутся. Вы не понимаете объект как следует и приписываете своему представлению об объекте самосущее бытие. В действительности вещи не существуют в том виде, в каком они вам сейчас представляются. С точки зрения школы прасангикиов наше восприятие объектов неправильно, но вы можете проверить, истина это или нет.

Вопрос. Концептуальное сознание все-таки связано с сознанием ума? За счет чего мы формируем концепцию?

Ответ. Да, концептуальное сознание возникает из сознания ума. Это и есть вторичный ум. В следующий раз мы поговорим о нем. Сознание ума также познает общую сущность объекта, и внутри сознания ума существует вторичный ум, дающий определения “хороший”, “плохой” и т.д.

Это не мое Учение, а Учение Будды. Я просто объясняю вам, как пятьдесят два ментальных фактора работают в уме.