

Сегодня мы продолжим давно начатое учение и поговорим, как размышлять о четырех благородных истинах. Сосредоточьтесь. Когда вы смотрите телевизор и полностью поглощены какой-либо передачей, окружающие звуки вас не отвлекают. Слушая учение, вы сможете проверить свою способность к сосредоточению: если никакие звуки вас не отвлекут, это хороший признак, и в будущем вы сможете практиковать, к примеру, на вокзале. Скажите себе: “Я должен слышать только учение и ничего другого”. Учение будет вам полезно, оно как лекарство, излечивающее вас от болезни вашего ума. Это не догма и не обман. Прежде всего, вы должны исследовать и решить, является это учение настоящим лекарством или нет. Оно берет начало из очень чистого источника, ему уже две с половиной тысячи лет. Множество людей проверили его на личном опыте и убедились: это действенное средство, способное излечить болезнь ума. Я долго практикую это учение, проверял его на опыте, и оно действительно помогло мне в жизни.

Учение Будды уравнивает, укрепляет и углубляет ваш ум. Практика буддизма – это тренировка ума. Если не упражнять ум, он становится слабым как нетренированное тело, для которого груз в десять килограммов очень тяжел. Но если вы упражняете свое тело и сделали его сильным, то десять килограммов для вас пустяк, вы можете жонглировать этой ношей. Для слабого ума проблема весом всего лишь в килограмм становится очень тяжелой. Вы зачастую говорите: “У меня самые большие, самые тяжелые проблемы”. Почему? Из-за слабого ума. Мы живем в Москве, и одни люди говорят, что это ужасное место, а другие так не думают, потому что очень многое зависит от ума. Иногда я думаю, что буддизм – это наука об уме, поэтому исследуйте все слова Будды, не принимайте их сразу же, буквально. Люди, особенно впервые слушающие Учение, должны воспринимать его как науку об уме. Говорите себе: “Я думаю так-то, а Будда говорил о том-то” и исследуйте, вы правы или Будда, чье мировоззрение глубже.

Все мы – и люди, и животные – чем-нибудь заняты. Основная цель этих занятий – обрести счастье и избавиться от страданий. У разных живых существ свои способы достижения этой цели. Наблюдая животных, мы понимаем: их способы и уровни достигаемого счастья и избавления от страданий – очень убоги. Тараканы постоянно бегают туда-сюда, чтобы собрать пищу – таков их метод. Сделав некоторый запас, они думают, что очень умные, а затем умирают. С человеческой точки зрения насекомые пользуются очень примитивным способом обретения счастья, потому что ничего не создают, а лишь собирают и накапливают. Мы, люди, немного умнее: умеем создавать то, что нам требуется. Но наши способы тоже очень примитивны: сначала мы сообщаем что-то создаем, затем делим это на части, ссоримся: одни говорят: “Это мое”, другие: “Нет, мое”. Мы вместе сажаем и выращиваем яблоню, а когда она начинает плодоносить, делим ее на части, рубим ветки с плодами и нередко губим само дерево. Кому-то удастся захватить сотни яблок, а другим их не достается вообще. Поэтому мы умеем создавать, но не умеем правильно пользоваться созданным. Это одна из многих наших ошибок.

Наше счастье во многом зависит от материальных объектов: имеются они у нас или нет. Если бы эти объекты были постоянны, мы имели бы хорошую, надежную опору нашему счастью. Но вещи подобны облакам – быстро меняются, исчезают. Мы строим слишком много планов в отношении вещей, будучи уверены в их постоянстве, и поэтому рано или поздно наши замыслы рушатся. Внешние предметы никогда не принесут нам настоящего счастья и покоя. Они хороши, могут обеспечить нам жизненные удобства – к примеру, хороший дом, однако спокойное, счастливое состояние ума во многом зависит от умственных качеств, а не от внешних предметов.

Помимо тела у нас есть ум. Для достижения умственного счастья нам нужно опираться на что-то кроме вещей. Если бы у нас был только ум, то все материальное не было бы нужно.

Зачем уму, к примеру, чашка? Поскольку мы имеем и тело, то нуждаемся в вещах. Сейчас мне нужен этот стакан, потому что у меня есть желудок и он хочет пить. Но это не самое главное. Люди же зачастую думают: “Если у меня будет эта вещь, я буду счастлив”. Это ошибка. Например, вы очень голодны и думаете: “Еда сделает меня счастливым”. Вы получаете еду, наедаетесь и думаете: “Сейчас бы музыку послушать”... И этим желаниям нет конца. Наш ум легко впадает в крайности, поэтому важно сохранять спокойствие, равновесие. Вам не нужен жаждущий, алчущий ум, постоянно думающий: “Мне обязательно нужно и то, и это”. Вам нужен гибкий ум: “У меня есть чай – хорошо, нет чая – буду пить воду, это тоже хорошо. Если у меня нет магнитофона, сам себе спою”.

Наше настоящее счастье зависит от состояния нашего ума. Для обретения спокойствия наш ум должен иметь опору – добрые качества. Гнев, ревность, зависть – эти дурные свойства никогда не принесут нам счастья, и мы не нуждаемся в их увеличении. Но чистая любовь, мудрость, сострадание непременно помогут нам обрести счастье. Сначала они сделают счастливыми нас, а затем и других; в буддизме говорится, что спокойствие ума происходит именно от них. Воспитать в себе эти качества нелегко, потому что в нас сами собой возникают отрицательные состояния ума. Во всех религиях говорится о необходимости добросердечия, любви, однако наш ум то и дело впадает в отрицательные состояния. Почему же нам так трудно развить в себе добродетели? Потому что у нас нет хорошей жизненной философии. В нашей памяти хранится огромное количество информации, но жизненная философия у нас отсутствует, а если она и есть, то весьма убогая. Имея мелкую философию, мы постоянно меняем свою точку зрения и идем, куда подует ветер, не имеем единого направления, которому мы следовали бы. Будда говорил, что для развития добрых качеств ума необходимо раскрыть свое сознание слушанием учения, осмыслением различных истин. Поэтому учение о четырех благородных истинах является одним из основных, способствующих раскрытию нашего сознания.

Первая благородная истина – о страдании. В ней говорится, что всем живым существам от природы присуще страдание. Благодаря этой истине мы можем понять суть страдания, а не только его поверхностный уровень. Без понимания этой сути мы сможем устранить лишь поверхностное страдание, но оно возникнет снова. Люди, толком не знающие о своей болезни, пытаются вылечить ее признаки. Но даже если устранить признаки, болезнь вернется, потому что ее причина не устранена. Если вы намерены окончательно решить проблему страдания, важно найти и устранить его коренную причину.

Вторая благородная истина – об источнике страдания. Причина каждого вашего страдания – отрицательное состояние вашего ума. Мы же склонны думать, что страдание приходит откуда-то извне, и пытаемся изменить окружающий мир. Например, мы можем подумать, что какой-либо человек – наш враг, что именно он является источником нашего страдания. Поэтому достаточно убить его, и причина нашего страдания будет устранена и мы будем счастливы. Так люди убивают друг друга. Но у убитого человека останутся пять братьев, и вместо одного у нас появятся пять врагов. Если же убить и этих пятерых, то количество врагов станет еще больше. Настоящий наш враг живет не где-то снаружи, но внутри нашего ума. Это гнев – именно он является источником страдания для вас и для других людей.

Размышляя о четырех благородных истинах, вы начнете понимать, в чем заключается настоящий источник ваших страданий. Вы никогда не обвините в своих страданиях какие-то события или других людей. Несомненно, другие люди тоже совершают ошибки, и если вы получили удар – это также ошибка человека, причинившего вам боль. Но нельзя обвинять лишь его одного. Если он ударил вас, значит, на то была причина. В предыдущей жизни вы ударили этого человека и, как результат, в нынешней жизни действие вернулось

к вам бумерангом – он ударил вас. В горной долине вы можете крикнуть: “Ты дурак” и услышите в ответ эхо: “Ты дурак”. Вы можете подумать: “Кто там говорит, что я дурак?”, вам покажется, что эти слова появились откуда-то извне, из долины. На самом деле ваша собственная речь вернулась к вам. Крикнув: “Ты красивый”, в ответ вы услышите: “Ты красивый”.

В вашей жизни реакция окружающего мира сильно зависит от характера ваших поступков. Поняв, почувствовав сердцем истинность этой теории, вы не будете создавать отрицательных причин и перестанете испытывать отрицательные результаты. В буддизме, как и в науке, говорится: все происходящее имеет причину. Но если в вашей жизни присутствуют какие-то проблемы, не нужно сетовать на Божью волю. Бог очень добр и может помочь, указать правильный путь. Но буддизм утверждает, что Бог не может отвечать за все происходящее, иначе мир изначально был бы создан совершенным и безупречным, без множества проблем. Поэтому в своих трудностях вините не Бога, а себя.

По какой причине мы существуем здесь? Каким образом мы существуем? Откуда мы произошли и куда мы отправимся после смерти? Это очень важно знать. Если у вас нет подробной информации о звездах и планетах, это не имеет большого значения; но откуда мы появились и куда мы попадем после смерти – это действительно важно. Наши представления о жизни весьма приблизительны, мы немного знаем лишь о нашем физическом теле. Мы знаем, что оно появилось из генов отца и матери, но наши родители не могли создать наше сознание. Между тем, наш ум должен иметь какую-то причину возникновения.

Что такое ум? У него есть три характеристики. Первая – природная ясность, чистота. Вторая – познавательная функция: любую вещь, которую ум видит, он познает. Стакан не может познавать, в нем нет сознания. Если я вам что-либо покажу, вы поймете, что это такое, поскольку у вас есть сознание. Наше познание опирается на чувственное восприятие. А вот у компьютера, при всей его сложности, нет сознания, даже если кажется, что он способен к познанию, считывая сигналы и реагируя на них. Мы обладаем очень мощным творческим потенциалом, и этот потенциал может увеличиваться и расширяться до бесконечности. Компьютер же нуждается в программах и может действовать только в их пределах, он не в состоянии разработать, создать какую-либо новую теорию. Люди – могут, и это проявление второго качества ума – его познавательной функции. Поэтому Будда и сказал, что каждое живое существо может достичь состояния Будды.

Мы обладаем врожденной способностью к познанию всех явлений, но в настоящий момент не можем реализовать эту способность. Нам препятствуют некоторые омрачения. Например, я могу вас всех отчетливо видеть с помощью своего зрения. Но запачкав очки, я больше не смогу вас видеть. Это не означает, что моя зрительная способность ослабла – она осталась прежней, и если я смою грязь с очков, то вновь смогу вас увидеть. Подобным же образом потенциал ума Будды и потенциал вашего ума одинаковы. Разница возникает из-за множества омрачений, присутствующих в вашем уме: гнева, зависти, сомнений и многих других. Иногда вы сомневаетесь в своих родителях, друзьях, знакомых: “Наверное, они думают так... Наверное, они думают этак...” Это действие загрязненного, ограниченного ума. Мы сами себя ограничиваем.

Слушайте внимательно, исследуйте мои слова – речь идет о вашей жизни. Если это правда – примите, но если неправда – отбросьте. Не думайте, что вы должны все принимать на веру, потому что так сказал ваш духовный наставник. Вы должны искать истину сами, подобно ученому.

Третья характеристика ума – его бесформенность. Ум не имеет формы. Он очень много работает, даже когда вы спите. Великий тибетский йогин Миларепа вместе с другим йогиним отправились в деревню. Они приютились на ночь в одном из домов, а рано утром спутник Миларепы проснулся и напоказ хозяевам начал заниматься множеством практик. Миларепа же спал. Когда в комнату вошел хозяин дома с чаем и цампой и увидел спящего Миларепу, то спросил у сидящего практикующего монаха: “Что случилось с твоим другом?” Монах ответил: “Это очень плохой йогин. Я просыпаюсь рано утром, делаю практику, а он дрыхнет”. В этот момент проснулся Миларепа и сказал: “Верно, он очень хорошо практикует. Он не просто делает практику, а выполняет очень серьезную работу. Он уже успел купить самку яка в другой деревне, она родила детеныша, и когда малыш подрос, он продал его, получил большие деньги и стал очень богатым – и все это во время практики”. Оказалось, во время утренней медитации йогин думал именно об этом. Он понял, что перед ним Миларепа, сумевший прочесть его мысли, и поэтому извинился, сделал простирания. Так что, несмотря на бесформенность нашего ума, он очень активен.

Ум находится в теле, словно в обители. Если наш ум обитает в теле мужчины, мы называем себя мужчинами и гордимся этим. Когда ум находится в теле женщины, мы говорим: “Я – женщина. А все мужчины – глупцы, они пьянствуют...” Не надо делать таких различий. Мужчина, женщина – это всего лишь дом, в котором мы обитаем. Я называю себя тибетцем, потому что это тело тибетца и я говорю по-тибетски. Возможно, в предыдущей жизни я был русским или бурятом. Когда вы поймете это, ваш ум откроется, вы не будете больше проводить таких различий между собой и другими, в вас появится чувство человечности. Мы не просто люди, мы также и живые существа. У животных и у всех других живых существ, как и у нас, один и тот же ум, но в разных телах. Осознав это, вы станете чуткими по отношению ко всем живым существам и не сможете причинить вред даже маленькой букашке. Когда насекомому грозит опасность, оно бежит, потому что не хочет терять свою жизнь. Все мы желаем быть счастливыми и не желаем страдать – такое понимание сделает вас мудрыми, зародит в вашем сердце любовь и сострадание. И тогда даже птицы будут подлетать к вам близко, потому что почувствуют, что вы никогда не причините им вреда. В древности люди могли такими стать, почему же сейчас не могут? Ведь, в сущности, между древними людьми и нами нет больших различий.

Вернемся к исследованию ума. Наше сознание принимает зачатие в утробе матери. Этот первый момент должен происходить от какой-то причины, иначе зачатие было бы невозможно. Есть три возможных причины. Первая причина – соединение сперматозоида и яйцеклетки родителей. Вторая причина – сознание родителей. Третья причина – предшествующий момент нашего же сознания. Других причин нет. Разберем эти три варианта. Когда в буддизме говорится о причине, то имеется в виду два вида причин: субстанциональные и обусловленные. Возьмем к примеру чашку. Субстанциональная причина чашки это глина, из которой она сделана. Обусловленная причина чашки это рука человека, который ее вылепил. Таким образом, чашка появилась из этих двух причин.

Когда мы говорим о причине нашего сознания, то подразумеваем субстанциональную причину. Если наше сознание возникло в результате соединения семени родителей, то наш ум должен быть вещественным, потому что семя наших родителей – это вещество. Если причина вещественна, результат должен быть таким же. Однако в случае с нашим сознанием возникло бы логическое противоречие, потому что наш вещественный ум имел бы тогда и форму, и цвет. Если бы наш ум обладал цветом и формой, мы могли бы с легкостью его увидеть и по своему желанию, сделав операцию на уме, превратились бы в Будду. Мы выяснили бы цвет и форму нашего гнева и удалили бы его. Буддистская логика основана на достоверности того, что мы видим и испытываем в нашей повседневной жизни, поэтому мы можем убедиться, что первый момент нашего сознания в утробе матери

не происходит от соединения семени наших родителей. Соединение сперматозоида и яйцеклетки – это причина нашего тела, но не сознания.

Быть может, наше сознание появилось от сознания наших родителей? Но в этом утверждении также содержится противоречие. Если бы оно было верным, то в вашем сознании хранилась бы та же информация, что и в сознании ваших родителей. Кроме того, у одних и тех же родителей рождались бы одинаковые дети. Так, если какая-либо фирма создает образец какой-либо продукции, то вся продукция выпускается одинаковой, потому что причина у этой продукции одна и та же. Если это чашка, то все такие чашки одинаковы, потому что имеют причиной один и тот же образец. Однако в семьях с несколькими детьми каждый ребенок обладает собственным образом мышления и отличается от братьев или сестер. К примеру, кто-то из детей склонен мучить животных, а другой, напротив, – очень мягок, добр с другими. Очевидно, у этих детей есть разные отпечатки, созданные в предыдущей жизни.

Исследуя эти факты с помощью логики, вы приходите к выводу: ваше сознание не могло появиться из сознания ваших родителей. Остается только одна причина – непосредственно предшествующий момент вашего собственного сознания – “сознание бардо”. Бардо – это состояние вашего сознания, в котором оно пребывает с момента смерти в предыдущей жизни и до принятия нового рождения. Именно это сознание является причиной первого момента вашего сознания в утробе матери: предыдущий момент сознания становится причиной последующего момента сознания. Так, ваше нынешнее сознание есть следствие всех предшествующих моментов, от самого детства. Поток, идущий от сознания ребенка, непрерывен, он один и тот же, но между вашим детским и вашим взрослым состоянием сознания есть несомненные различия. В детстве у вас было одно сознание; оно постепенно, шаг за шагом, менялось и, в итоге, стало нынешним вашим сознанием взрослого человека.

Такова эволюция вашего ума. Поэтому не думайте, что жизнь, которой вы сейчас живете, единственная. Если человек не видел, как дерево вырастает из семени, он думает, что деревья растут просто из земли, без всяких семян. Но видевший знает, что это дерево появилось из семени предыдущего дерева, которое, в свою очередь, тоже выросло из семени еще более давнего дерева. Таким образом, эта эволюция продолжается уже долгое время, и трудно понять, что же появилось первым. В буддизме утверждается, что начала нет. А если все безначально, то как вы можете утверждать, что яйцо, например, появилось прежде курицы? Курица и яйцо являются причинами друг для друга. У круга нет начала, как же вы можете показать на какую-то точку и сказать, что именно из этой точки и начался круг?

Мы подошли к пониманию основы учения о двенадцати звеньях цепи взаимозависимого происхождения, которые относятся к эволюции нашей жизни. Откуда мы появились? Чем мы являемся сейчас? Куда мы идем и куда можем пойти? Наше будущее очень неопределенно, и у нас есть множество возможностей. Вы можете пойти по безупречному, совершенному пути, либо по среднему, либо по низшему пути. Все зависит от того, как вы будете поступать сейчас. Это называется шахматной игрой вашей жизни.

Тема двенадцати звеньев цепи взаимозависимого происхождения нелегка для понимания, но слушайте ее очень внимательно и поймете, в чем заключается эволюция вашей жизни. Две с половиной тысячи лет назад Будда познал ее на собственном опыте и затем дал ей разъяснение. Люди, медитирующие на эти двенадцать звеньев, многое открыли для себя и достигли высоких реализаций, и возраст этому не помеха. Однажды, во времена Будды, жил старик, желавший стать монахом и практиковать. Поскольку он был слишком стар, монахи отказали ему в просьбе. Встретившись с Буддой, старик со слезами обратился к

нему, и Будда ответил: “Ты несомненно можешь стать монахом и вообще – кем пожелаешь”. Еще Будда сказал, что и у стариков, и у молодых один и тот же потенциал ума и попросил своего ученика Монголапутру стать учителем этого старика. Монголапутра стал заботиться об этом старике, давать ему учение, но старик тут же все забывал. Если человека учить только на словах, у него в сознании не возникнет нужный образ, и учение будет для него сухим, не вызовет никаких чувств. Поэтому однажды утром Монголапутра с помощью своих чудодейственных способностей перенес старика на остров посреди океана. На берегу лежал огромный рыбий скелет. Старик, увидев его, спросил: “Чей же это скелет?” Монголапутра ответил: “Это твое тело из предыдущей жизни”. Эти слова поразили старика – он знал, что его наставник никогда не обманывает, потому что обладает огромной духовной мощью, ясновидением и способностью творить чудеса. И тогда Монголапутра сказал старику: “До того, как ты был рыбой, ты был красивой женщиной и был сильно привязан к своему телу. Поскольку у тебя была такая сильная привязанность, ты впустую тратил время и, растратив так всю свою жизнь, умер и переродился рыбой. Будучи рыбой, ты видел монахов или других духовных лиц, и в тебе каждый раз появлялось огромное вдохновение и желание практиковать. Благодаря этому желанию, после смерти ты переродился человеком. Теперь же, будучи уже стариком, ты встретился с учением. Все происходит от причин”. После этих слов старик заплакал, осознав свою предыдущую жизнь. Тогда Монголапутра понял: настало время дать старику учение о двенадцати звеньях взаимозависимого происхождения, и он дал ему очень подробно это учение. После этого Монголапутра попросил старика медитировать о полученном учении на том самом рыбьем скелете. Старик так и сделал и достиг очень высоких реализаций.

Множество великих реализаций было достигнуто мастерами прошлого именно размышлением над двенадцатью звеньями цепи взаимозависимого происхождения. Даже при занятиях Тантрой необходимо обязательно понимать эту цепь. Двенадцатичленная цепь взаимозависимого происхождения и учение о четырех благородных истинах – это части буддийского учения, и можно изучать одну из этих частей и в ее свете практиковать другую часть. Это учение – настоящее сокровище, и вы должны быть очень счастливы, что встретились с ним.

Первое звено цепи взаимозависимого происхождения – неведение. Второе – карма. Третье – сознание. Четвертое – имя и форма. Пятое – зачатки, или основа, органов чувств. Шестое – контакт, соприкосновение. Седьмое – чувства. Восьмое – страстное желание. Девятое – цепляние, привязанность. Десятое – существование. Одиннадцатое – рождение. Двенадцатое – старение и умирание. Эта двенадцатичленная цепь охватывает три жизни вашей эволюции: предыдущую, настоящую и будущую; она помогает понять, откуда вы произошли, чем вы являетесь теперь и куда вы пойдете дальше. Цикл будет повторяться снова и снова, по кругу, и каждое из звеньев послужит причиной другому. Это называется сансарой.

Мы выяснили, что субстанциональной причиной нашей жизни является предыдущий момент нашего сознания. А что же является основной обусловленной причиной нашей жизни? Это причина перерождения в той или иной форме жизни. В нашей эволюции важнейшую роль играет неведение: мы рождаемся из-за неведения, создаем большое количество кармы и многое другое. Неведение не есть незнание. В данном случае неведение относится к полностью неправильному, ложному восприятию. Мы слишком сильно верим в то, какими видит объекты наш ум. Именно за это свое видение мы и цепляемся – таков механизм неведения. У нас есть множество заблуждений, но основное из них – цепляние за независимое существование и постоянство своего я и окружающих нас явлений. Из-за этого у нас возникает огромное количество омрачений и мы создаем дурную карму.

Сейчас мы говорим не об эволюции жизни вообще, а об эволюции жизни в сансаре. В настоящий момент мы живем сансарической жизнью, потому что ее причина также сансарическая. Если бы вы, образно говоря, являлись продуктом другой компании, то из тех же самых материалов, но посредством другой технологии был бы получен другой результат. Почему мы говорим, что наша сансарическая жизнь не чиста и имеет природу страдания? Потому что она происходит от нехорошей причины – неведения. То, что мы считаем счастьем, не является настоящим счастьем, это всего-навсего страдание перемен. Когда страдание от одной крайности кончается, а от другой еще не наступило, это состояние мы называем счастьем. Когда вы замерзли и усаживаетесь у горячей печки, вы очень счастливы. Если вы долго живете в городе и вдруг попадаете на какую-то дачу, вам кажется, что вы счастливы. Но если бы появилась перспектива остаться там навсегда, были бы вы счастливы? Вы сказали бы: “Ой, как хорошо в городе. Столько ездит машин, есть горячая вода. Почему я должен жить на даче? Я не хочу”. Не обманывайте себя видимостью временного счастья, не надо тратить все свои силы на его достижение. Если у вас есть дача – хорошо, если у вас ее нет – это неважно. Для вас действительно важным и обязательным является освобождение от неведения. Освободившись от него, вы освободитесь от всех своих проблем, и тогда вам не придется снова и снова их решать.

Неведение подобно дыре в крыше дома, через которую внутрь попадает всякая грязь и нечистоты. Нам не нужна грязь, и потому мы все время прибираемся в доме. Но зачастую мы не задумываемся, откуда появляется эта грязь, и для поддержания чистоты создаем большие и быстрые машины. Сегодня чистим – завтра грязно, снова чистим – опять грязно, и так до бесконечности. На месте одних проблем появляются другие, потому что дыра в крыше не закрыта. Нам не нужны ни быстрые, ни большие машины, чтобы навести чистоту. Мы постоянно торопимся, спешим сделать быстрее, потому что у нас нет терпения. Это слабость людей. Мудрые люди действуют шаг за шагом, медленно и очень осторожно. Когда они решают одну проблему, благодаря правильному методу другая проблема не появляется. А что делаем мы? Пытаемся решить одну проблему, но в итоге создаем другую. Так, если в моей одежде появилась дыра, я думаю: “Нужно заштопать эту дырку, потому что стыдно так ходить”. Я вырезаю кусок ткани из другого места своей одежды и закрываю дыру заплаткой. Это очень быстро. Затем я гордо хожу и всем показываю – вот, я решил свою проблему. Сперва ветер дул мне в лицо, поэтому я сделал так, позднее ветер начинает дуть в спину, и мне становится холодно там, откуда я взял ткань для заплатки. Тогда я вырезаю ткань откуда-то сбоку и пришиваю заплатку на спину. Это неумелый метод. Если вы заметили дыру, нет нужды торопиться вырезать заплатку. Поищите где-нибудь запасной материал, не надо сразу же резать соседний кусок одежды. Вот способ, который вы должны применять. Мудрецы говорят, что следует всегда применять медленный, осторожный, поэтапный метод. Однако быть слишком медлительным тоже не надо.

ВОПРОСЫ И ОТВЕТЫ

Вопрос: Есть ли какое-либо определение страданию?

Ответ: Да, это пять загрязненных совокупностей, порожденных неведением. Одна из этих совокупностей называется “чувства”. Все наши отрицательные чувства – неудобство, боль, страх и прочие – принадлежат одному из трех уровней страдания и называются страданием страдания. Все наши приятные чувства принадлежат второму уровню и называются страданием перемен – это не настоящее счастье. Наконец, все пять совокупностей,

порожденных неведением, называются всепроникающим страданием. Оно подобно ране: когда до нее дотрагиваются, вам больно. Мы обладаем этими совокупностями, поэтому мы подвержены болезням, страданиям от холода, жара и многим другим. Если же у вас нет загрязненных совокупностей, а есть чистые, то вы полностью свободны от страдания. Если ваши совокупности чисты, вас не может обжечь ни солнце, ни огонь; вы действительно можете достичь подобного состояния.

Что же такое настоящее счастье? Это наш ум, полностью свободный от неведения и омрачений. При этом мудрость, постигающая Пустоту, помогает нам принять благоприятное перерождение. Хорошая причина порождает хороший результат – это называется “нирвана”. Так что основная причина страдания – неведение, а основная причина истинного счастья – мудрость, постигающая Пустоту, – благодаря ей в нас возникают все положительные качества. Но чтобы стать Буддой, кроме мудрости нужна и бодхичитта.

Говоря о страдании, мы имеем в виду не общепринятое понимание страдания, но его более глубокий, всепроникающий уровень. Искусный врач, говоря о болезни, касается не только ее признаков, он говорит об основной причине этой болезни, в своем объяснении он уходит глубже, охватывает болезнь целиком. Это нелегко. Чтобы стать обычным врачом, изучить все физические болезни, вам нужно долго учиться. И все-таки мне кажется, что западные врачи пока не способны понять главную болезнь человечества целиком, не могут полностью выявить все ее причины и поэтому не находят способов полного излечения от некоторых обычных болезней. Пока они в силах лишь приостановить заболевание, которое может вскоре вернуться. Они верят только в то, что видят в микроскоп. Но помимо этого может существовать нечто, пока не доступное их зрению. В буддизме говорится об энергиях, обитающих в теле, – не о каких-то фантастических, а о самых настоящих энергиях тела.

Энергии играют важную роль в нашем организме. Например, когда вы злитесь, возникает специфическая энергия, которая служит основой вашего гнева. Из-за притока этой энергии вы начинаете трястись от злости, у вас краснеет лицо. Она создает очень плохую атмосферу вокруг вас и даже может дурно повлиять на растения в вашем доме. Западные исследователи проводили такие эксперименты: один человек поливал растения с чувством злости, а другой поливал те же растения, но с любовью и добротой. В итоге эти растения дали совершенно разную реакцию на этих двух людей. На основе этих экспериментов ученые решили, что растения обладают сознанием. Но с буддийской точки зрения это неверно. Просто наша человеческая энергия оказывает воздействие на растения, и поэтому они реагируют, а вовсе не потому, что растение любит одного человека, а другого не любит. В нашем теле есть различные виды энергий. Если в теле того или иного человека постоянно циркулирует большое количество отрицательных энергий, то какие бы лекарства ни принимал этот человек, они не окажут целительного воздействия. Если же человек пребывает в положительном состоянии ума, его энергии также полезны, и благотворный эффект приема лекарств усиливается. Западные врачи исследовали и обнаружили, что это правда, и теперь в Америке в некоторых больницах уже отведено место для занятий медитацией.