

Такова мудрость, которую я получил от своих духовных наставников. Я передаю ее вам, вливаю в вас, а вы должны будете впоследствии сохранить ее, а затем передать будущим поколениям. Учение, которое я получил, было передано мне по линии преемственности от Его Святейшества Далай-ламы и от его духовного наставника – Линга Ринпоче. Это учение происходит от Ламы Цонкапы, а также от самого Будды. Линия преемственности этого учения чиста и непрерывна.

Сегодня я дам учение о том, как медитировать на пустоту. Итак, у вас уже есть основа теоретического понимания, что такое пустота. Теперь вам нужны более точные, четкие инструкции по медитации на пустоту. Это наиболее мощное из всех лекарств, наиболеющее лекарство. Оно называется «одно лекарство от сотен болезней». Когда вы обретете постижение пустоты, то все ваши омрачения: гнев, привязанность, ослабеют, а затем окончательно исчезнут сами собой.

Существует особое противоядие от гнева – терпение, терпимость, однако оно не может избавить вас от привязанности и зависти. Таким образом, вы нуждаетесь в особом противоядии от каждого из своих омрачений. Но что касается пустоты, когда вы познаете пустоту напрямую, тем самым вы сможете пресечь все свои омрачения. Поэтому постижение пустоты и называется одним лекарством от сотен болезней. Без постижения пустоты Махамудра, дзогрим, Дзогчен будут пустым звуком.

Итак, пустота, которую изложил в своих учениях Нагарджуна, и в особенности те воззрения о пустоте, которые объяснил в своих комментариях Чандракирти, есть наивысшее воззрение. Учение любого мастера, будь это даже учение Его Святейшества Далай-ламы, если оно будет противоречить учению Нагарджуны и Чандракирти, значит, оно неверно.

В этом и заключается одно из особых качеств буддизма – буддизм основан на единой фундаментальной теории, которую никто не имеет права менять. Теорию буддизма можно изменить только в одном случае: если вы найдете в ней какую-то ошибку, какое-то логическое противоречие. Но уже 2,5 тысячи лет существует эта теория, и ее, в частности теорию Мадхьямаки Прасангики, еще никто не смог опровергнуть.

В этот мир приходило множество великих мастеров, и они изучали эту теорию, медитировали над ней, подвергали ее длительному анализу, но никто из них так и не смог найти в ней ни единого противоречия. Они не только не нашли в этой теории ни единого противоречия, но в конце концов поняли, осознали это целостное воззрение. Мадхьямака Прасангики говорит о естественных законах, которым подвержены все феномены. Эта теория не есть какой-то новый закон, придуманный людьми. Это закон природы, самого бытия. И поэтому, чем мы, люди, занимаемся на самом деле, изучая воззрения Мадхьямаки Прасангики? На самом деле мы пытаемся постичь абсолютные законы существования, существования феноменов, явлений. Поэтому Будда сказал, что независимо от того, пришел Будда или не пришел, пустота феноменов существует, это не есть нечто, придуманное Буддой. Пустота существовала изначально.

А теперь я объясню вам, как медитировать на пустоту с точки зрения Мадхьямаки Прасангики. Это нелегко. Но сначала я расскажу вам о том, каковы ошибки при медитации на пустоту. В древние времена люди делали ошибки при этой медитации. Сейчас также люди делают ошибки, выполняя эту медитацию. В чем же заключаются эти неверные виды медитации?

Первая ошибка при медитации на пустоту: когда люди начинают искать свое «я», они садятся в позу медитации и начинают исследовать, что такое «я». И размышляют так: голова

– не «я», рука – не «я», живот – не «я», нога – не «я», сердце – тоже не «я». А также нет никакого «я» вне меня. И приходят к выводу о том, что «я» невозможно найти. Оно не обнаружимо.

Поэтому «я» подобно пространству, в котором нет центра, нет углов и которое невозможно удержать. Поскольку «я» невозможно удержать, следовательно, «я» пусто. А затем без всяких концепций, связанных с удерживанием или схватыванием, вы приходите к выводу, что все феномены подобны «я». К примеру, точно так же существует стол. Его тоже невозможно удержать. Все феномены так же неудержимы, как и «я». Придя к такому выводу, вы пребываете в состоянии, лишенном всяческих концепций. В это состояние войти очень легко. Вы ищете «я» и не можете его найти. Вы ищете пространство и не можете его найти. Вы ищете стол и не можете его найти. «Какая часть стола – стол?» – спрашиваете вы и не можете найти его. Но это не пустота стола. Итак, не обнаружив стола, вы заключаете, что стола не существует, «я» не существует. «Я» не существует, потому что я не могу его удержать. Тогда вы погружаетесь в медитацию, подобную пространству.

Что такое медитация, подобная пространству? Это пребывание в состоянии, подобном пространству, у которого нет ни центра, ни краев – ничего, за что можно было бы зацепиться, что можно было бы удержать. Это неправильная интерпретация. Если вы будете заниматься такой медитацией долгое время, у вас поубавится концепций. И на первый взгляд, омрачений у вас также поубавится. Но на самом деле подобная медитация похожа на болеутоляющее средство – вам просто становится не так больно. Этот метод никогда не освободит вас от сансары, потому что он основан на вашем глубоком убеждении в том, что «я» не существует вовсе. Это нигилистическая концепция, потому что ваше убеждение лишено представлений о взаимозависимом происхождении. Это ошибка. Это называется неконцептуальная медитация. Ею могут заниматься даже не буддисты, в частности индуисты.

Далее я объясню следующую ошибку при медитации. Во время медитации на пустоту ума предлагается исследовать цвет и форму своего ума. Когда вы исследуете ум, пытаетесь выяснить, какого он цвета, вы не обнаруживаете цвета своего ума. Точно так же у ума нет формы, он бесформенный, поэтому форму ума вы тоже не можете обнаружить. Ум, который был в прошлом, сейчас не существует. Вы не можете обнаружить свой прошедший ум. Ум, который находится в настоящем, ваш настоящий ум, постоянно, ежесекундно меняется. Будущего ума сейчас не существует. Выяснив все это, вы говорите, что ум – это пустота. Ума не существует.

В данном случае, несмотря на то, что вы употребляете термин «пустота», на самом деле ваши взгляды основаны на нигилизме. Кхедруб Ринпоче резко критиковал подобные интерпретации. Кхедруб Ринпоче сказал, что, когда вы ищете цвет и форму своего ума, на самом деле вы не ищете абсолютную природу ума. Когда вы понимаете, что у ума отсутствует цвет и форма, это не открывает вам абсолютную природу вашего ума. Потому что в этом случае постичь абсолютную природу ума было бы очень легко. Совершенно не обязательно для этого серьезно изучать тексты Нагарджуны. Даже люди, не изучающие буддийскую философию, признают, если вы их об этом спросите, что их ум не имеет ни цвета, ни формы. Это не является постижением абсолютной природы ума.

А исследование прошлого, настоящего и будущего ума на самом деле, по словам Кхедруба Ринпоче, является анализом непостоянства ума и к выявлению абсолютной природы ума тоже не имеет никакого отношения. Кхедруб Ринпоче сказал, что великие мастера Махамудры в Индии – махасиддхи – не искали свой прошлый, настоящий и будущий ум,

потому что это не имеет отношения к выявлению абсолютной природы ума. Практика Махамудры гораздо глубже этого.

Иногда некоторые тибетские мастера, медитируя на Махамудру и Дзогчен, пытаются найти свой прошлый, настоящий и будущий ум, и, не обнаружив его, они заключают, что это и есть абсолютная природа ума. Но это не практика Махамудры. По словам Кхедруба Ринпоче, в этом случае вы медитируете на непостоянство своего ума. Потому что вашего прошедшего ума сейчас нет, он уже закончил свое существование. Сколько бы вы ни искали свой ум, относящийся к настоящему моменту, вы его не найдете, потому что он все время меняется. Поэтому в буддийской философии, в Мадхьямаке Прасангике, утверждается, что нет неделимых частиц времени. Вы не можете на что-то указать пальцем и сказать, что вот это и есть настоящий момент. Все взаимосвязано.

В Мадхьямаке Прасангике утверждается, что возникновение, существование и разрушение существуют одновременно. Когда что-то начинает существовать, с первого момента своего существования это нечто начинает разрушаться, поэтому производное и непостоянное есть два аспекта одного целого. Если в первый момент своего существования некое производное не начинает разрушаться, это означает, что оно постоянно. С первого момента своего существования оно разрушается. Но это понимание имеет отношение к пониманию непостоянства, и никакого отношения к постижению абсолютной природы ума это понимание не имеет.

Таким образом, если вы будете пребывать в неконцептуальном состоянии, осознавать, что нет ни прошедшего ума, ни настоящего, ни будущего, то есть вы будете созерцать свой ум без всяких концепций, это не будет постижением абсолютной природы ума, потому что абсолютная природа ума гораздо глубже этого. Будь это абсолютной природой ума, я уже много лет назад постиг бы природу ума и стал Буддой. Ум непостоянен – это понять может каждый. А люди ищут легкого пути.

Итак, я сейчас объясню, какие могут быть ошибки при медитации на пустоту. Я знаю, есть люди, которые начинают медитацию на пустоту в соответствии с учением Чандракирти, то есть они сначала ищут объект отрицания пустоты, а затем отрицают его, то есть они начинают медитацию как надо. Но когда они понимают, что есть пустота, и удерживают внимание на пустоте, то первый момент пребывания на понимании пустоты верен, правилен. Но уже во второй момент у них появляется ощущение, что пустота – это нечто, имеющее истинное существование. Они начинают цепляться за истинное существование пустоты. Все феномены пусты от самосущего существования, но вот эта пустота существует, и они начинают за нее цепляться. Это называется цепляние за истинность пустоты, или лекарство, которое превратилось в яд. Потому что в этом случае якобы истинно существующая пустота, пустота, за которую вы цепляетесь, не лечит вас от болезни вашего ума.

А теперь я объясню вам, что такое настоящая медитация на пустоту. Это учение не мое и даже не Ламы Цонкапы, это учение Будды, которое было детально изложено, истолковано Нагарджуной, а затем Чандракирти. Истоки этого учения можно проследить до коренных текстов. Это учение не было создано в Тибете. У нас в России должно быть именно такое учение – чистый источник, не похожий на Москву-реку, которая очень загрязнена.

Что касается медитации на пустоту, вы должны знать четыре сущностных положения этой медитации. Если вы будете использовать эти четыре сущностных положения в своей медитации, у вас будут настоящие результаты. Затем, когда вы поймете пустоту одного феномена, пустоту личности, пустота всех остальных феноменов ничем не будет отличаться

от этой пустоты, только объекты пустоты отличаются. Чандракирти говорил, что, как только вы поймете пустоту одного феномена, вы познаете пустоту и всех остальных феноменов, потому что в самой пустоте никакого отличия нет, а отличаются только объекты пустоты.

Пустота личности и пустота феноменов отличаются не способами пустотности, а только объектами. Таким образом, после того как вы познаете пустоту одного феномена, познать природу вашего ума вам будет уже легко. Когда ваш наитончайший ум познает эту пустоту, это и называется Махамудрой или Дзогченем. В этом же заключается суть практики ясного света на стадии дзогрим.

Итак, Лама Цонкапа и Чандракирти говорили о том, что медитацию на пустоту надо начинать с медитации на пустоту личности, потому что ее понять гораздо легче. Что касается медитации на пустоту ума, это уже трудно.

Итак, каковы четыре положения этой медитации?

- Первое положение: установление объекта отрицания пустоты.
- Второе положение: определение проникновения.
- Третье положение: установление пустотности от истинного существования в единственном числе и во множественном числе.
- Четвертое положение: развитие сильной убежденности в том, что истинного существования нет.

Четвертое положение и есть пустота, или пустотность от истинного существования. Если вы не знаете, что такое чашка, а я вам скажу, что этот стол пуст от синей чашки, у вас в уме не появится никакого образа. Но если вы знаете, что такое синяя чашка, если вы видели ее, и я вам скажу, что стол пуст от синей чашки, то вы действительно поймете, что этот стол пуст от нее.

Возьмем двух людей: вас, никогда не видевшего синей чашки, и человека, который видел синюю чашку и знает, что это такое. И когда я скажу вам и этому человеку: «Медитируйте на пустотность этого стола от этой чашки», и вы, и этот человек будете медитировать на пустотность, но у человека, который знает, что такое синяя чашка, будет совершенно другое понимание. Он будет понимать это не так, как вы, потому что он будет знать, что такое синяя чашка, и для него пустотность стола от синей чашки будет означать отсутствие синей чашки на столе, то есть он будет знать, что нужно отрицать. А вы не будете знать объекта отрицания. Для вас это будет просто абстрактное ничто.

Затем, когда вы откроете глаза, и я, используя волшебство, из некой субстанции создам на этом столе синюю чашку, вы скажете: «Я исследовал, провел анализ и пришел к выводу, что на этом столе нет никакой чашки. Есть некая субстанция, в которой посредством каких-то магических приемов я вижу синюю чашку. Но на самом деле это не синяя чашка. То, что я воспринимаю, иллюзорно, потому что никакой синей чашки на этом столе нет». И в этом случае, даже если вам является эта синяя чашка, даже если вы воспринимаете ее, вы не привязываетесь к ней. Это лишь пример. Не забывайте его, это очень важный пример.

Итак, что касается медитации на пустоту, в этой медитации есть четыре положения. Я объясню вам, что это такое.

Я упустил один момент. Еще до рассмотрения четырех основных положений медитации на пустоту есть такая тема, которая называется «Как поддерживать состояние медитативного равновесия, пустоту, подобную пространству». Второе положение этой темы – «осознание

иллюзорности явлений». Я привел вам пример со столом и чашкой, относящийся ко второму положению. Во время постмедитативного периода вы должны воспринимать все явления именно таким образом: несмотря на то, что вы воспринимаете синюю чашку, вы убеждены в том, что на самом деле ее не существует, что она иллюзорна и явилась вам в результате каких-то магических трюков. Вы знаете об этом, несмотря на то, что видите синюю чашку. Но это лишь пример.

А теперь я объясню вам первое положение: определение объекта отрицания. Когда вы медитируете на пустоту, не надо сразу искать свое «я», пытаться ответить на вопрос, что такое «я», и, не найдя его, сразу заключать, что «я» пусто от самосущего существования. Это большая ошибка. Это подобно проведению операции, не зная, что вырезать из тела. Сначала вы должны составить отчетливое представление, в чем заключается заболевание, какова та опухоль, которую нужно вырезать. Вы должны это знать вплоть до тонких нервных клеток. Итак, когда вы поймете очень отчетливо, что именно следует вырезать из тела, тогда это и будет называться пониманием объекта отрицания. А после этого вы делаете операцию, вырезаете эту опухоль. И вы вырезаете ее полностью, но только ее. В противном случае, например, оперируя легкое, вы удаляете вместе с опухолью весь орган. Нигилисты так и делают. Они вырезают все легкое.

Другая крайность заключается в том, что вы, не имея четкого представления об объекте отрицания, вырезаете слишком мало. Вы удаляете не всю опухоль, а только какую-то ее часть. Допустим, вы вырезаете только черную ее часть, но вокруг этой черной части есть также болезнетворные клетки. Поскольку их не видно, вы их не вырезаете, и тогда болезнь возникает снова, потому что не устранена полностью. Механизм устройства всех феноменов: внешних объектов, внутренних объектов, нашего ума, других явлений – очень похож, то есть все феномены существуют аналогичным образом.

Итак, сначала вы читаете молитву. Потом садитесь в позу медитации и просите благословения всех будд и бодхисаттв. Вы говорите: «Из-за того, что раньше я не мог познать пустоту, в течение множества жизней я накапливал негативную карму и вращался в сансаре из-за своего неведения. Если я и на этот раз не буду медитировать на пустоту, я снова и снова буду вращаться в сансаре, потому что моя болезнь останется со мной. Чтобы вылечиться от этой сансарической болезни, я должен познать пустоту. Будды и бодхисаттвы, прошу вас благословить меня. В особенности я прошу вас благословить меня на то, чтобы я ясно осознал, в чем заключается объект отрицания».

Хирургам также крайне необходимо знать, что они должны удалить и что должны оставить. Чтобы научиться делать операции, не причиняя человеку вреда, им нужно очень долго учиться. Я не знаю медицину, но, используя механизм буддийской философии, могу понять, что врачи, наверное, должны делать то же самое. А если они пренебрегают обучением, значит, это очень плохие врачи. Тогда их операции весьма опасны для жизни, они играют с человеческой жизнью. Сначала они должны составить полное представление о болезни, понять также более тонкие формы болезни, невидимые невооруженным глазом. Итак, во время медитации вы тоже делаете операцию – полностью, бесповоротно удаляете сансарическую болезнь своего ума.

Все ошибки, которые я описывал вам раньше, возникают исключительно потому, что вы не знаете, в чем заключается объект отрицания, который вам нужно вырезать во время операции. Поэтому и возникают ошибки. В этих случаях люди, которые медитируют на пустоту, становятся очень сухими. Для них нет ни сансары, ни нирваны – все одно и то же. И также нет живых существ, нет сострадания. Из-за этого люди становятся подобны камням.

Теперь возвращаемся к теме. Из сердец будд и бодхисаттв, и в особенности из сердец Нагарджуны, Чандракирти, Манджушри, Ламы Цонкапы, который является Манджушри в человеческом теле, из сердец всех мастеров, которых вы визуализируете перед собою в Поле заслуг, исходит свет и нектар и очищает вас от всех загрязнений, мешающих вашему постижению пустоты. После этого они благословляют вас, чтобы вы могли гораздо быстрее понять объект отрицания.

Когда вы действительно ясно и отчетливо на собственном опыте, а не просто на словах, распознаете, в чем заключается объект отрицания, это будет для вас очень важным событием. После этого постичь пустоту будет не так трудно. Первое положение – самое трудное. В настоящее время вы не можете медитировать на пустоту, но вы должны думать об объекте отрицания и пытаться его понять.

Не медитируйте пока на пустоту, вам еще рано. Это не мое наставление, тому же учил Шантидева: «Медитация на пустоту подобна попытке снять бриллиант с головы змеи. Если вы схватите ее за шею, вы сможете снять бриллиант с ее головы. Но если вы совершите малейшую ошибку, схватив ее где-то ниже шеи, вы умрете». Я не хочу, чтобы вы преждевременно скончались.

Дело в том, что слово «пустота» пользуется большой популярностью в Европе, а также стало модным в России. Вы хотите делать какие-то высокие, продвинутые практики, связанные с пустотой. Если вы не будете предварительно медитировать на четыре благородные истины и бодхичитту, медитация на пустоту превратит вас в сухого, черствого человека.

Итак, как медитировать на объект отрицания? При медитации на пустоту своего «я» сначала сядьте и попытайтесь понять, каким вы воспринимаете свое «я»? Каким «я» является вашему уму? Есть два вида цепляния за истинность:

1. врожденное цепляние,
2. приобретенное, или искусственное, цепляние.

Итак, есть искусственное цепляние за независимое существование «я», которое вы приобрели уже в процессе этой жизни и которое основано на догмах. Но цепляние за самосущее, истинное существование «я» – врожденное. Вы уже рождаетесь с ним. Эта концепция есть у каждого живого существа с момента рождения. Попадают они под влияние каких-то догм или не попадают, но все они в равной степени цепляются за самосущее существование своего «я». Даже у крошечных насекомых, если вы к ним прикоснетесь, тут же появится эта концепция самосущего существования своего «я», и они попытаются поскорее убежать от вас, понимая, что им грозит опасность. Поэтому каждый раз, когда у вас возникают какие-то негативные состояния ума, это значит, что в вашем уме появляется цепляние за самосущее существование «я». Итак, когда вы видите объект, восприятие этого объекта смешано у вас с цеплянием за его истинное существование. Вам является не что иное, как смесь самого объекта и его истинного, самосущего существования, подобная смеси воды с молоком.

Почему мы таким образом все это воспринимаем? Потому что неведение, которым мы страдали в течение множества жизней, оставило в нашем сознании очень сильный отпечаток. Именно из-за этого внутреннего фактора все феномены, которые вам являются, кажутся вам имеющими истинное и самосущее существование.

Например, вы больны какой-то конкретной болезнью. У вас какой-то дефект зрения, дальтонизм или какая-то другая болезнь зрения. Когда вы смотрите на снежную гору, снег

на горе кажется вам желтым. Эта иллюзия возникает потому, что на ваше зрительное сознание оказало воздействие какое-то заболевание, некий дефект органа зрения. Поэтому снег кажется вам желтым. Но во внешнем мире никакого желтого снега не существует. Снег существует вне вас, но желтого снега нет.

Из-за этого отпечатка, которое в вас оставило неведение, когда вы видите какую-то чашку, то своим ментальным сознанием вы воспринимаете ее как нечто истинно существующее, имеющее самобытие. Однако вне вас нет никакой самосущей чашки. Тем не менее, она вам такой кажется. Внешне существует лишь взаимозависимая чашка. Отпечаток неведения в вашем уме является внутренней причиной этого обмана. С точки зрения Мадхьямаки Прасангики все, что вы воспринимаете, вы воспринимаете ложно. Именно из-за отпечатка неведения, этой внутренней причины обмана, вы видите все феномены как нечто, существующее истинно, или имеющее самобытие. Вплоть до достижения пути видения, все, что вы воспринимаете, будет казаться вам самосущим. А пути видения вы достигнете, когда сможете постичь пустоту напрямую.

Все, что я говорю, основано на первоисточниках, на подлинных коренных текстах. Я предаю вам не какое-то тайное учение своего духовного наставника. Я передаю вам подлинное учение Нагарджуны и Чандракирти, учение Будды. Слушайте меня и пытайтесь понять, являются ли ложными все виды вашего восприятия или не являются.

С другой стороны, все явления, которые вы воспринимаете, не являются полной галлюцинацией, полной иллюзией. Они подобны иллюзии, но не полностью иллюзорны. Потому что у полной иллюзии нет основания. Когда же вы воспринимаете феномены, несмотря на то, что вам кажется, будто они имеют самобытие, там действительно что-то есть: какая-то чашка, какой-то стол, какая-то Москва действительно существуют. Однако вы воспринимаете вовсе не Москву, которая имеет взаимозависимое происхождение на тонком уровне, а также видите не чашку, имеющую тонкое взаимозависимое происхождение. Вы видите самосущую Москву, и самосущую чашку. Это называется обманом. Из-за этого восприятия в нас появляется цепляние за истинное существование. Мы действительно верим, что все это существует истинно.

Мы действительно верим в самобытие всех феноменов. Подобное цепляние и называется неведением. Но восприятие не есть неведение. Неведение – это цепляние за истинное существование. Оно возникает на основе восприятия. Восприятие истинного существования останется у вас еще очень надолго, даже на пути медитации вы будете воспринимать явления как истинно существующие. Однако люди, которые действительно понимают пустоту, будут знать, что между тем, какими явления нам кажутся, и тем, как они существуют на самом деле, есть противоречие. Поскольку это противоречиво, т. е. явления вовсе не таковы, какими нам кажутся, все явления такой человек будет воспринимать как нечто, подобное иллюзии.

Теперь, для того чтобы осознать, определить, что такое цепляние за истинность, мы должны понять, что такое восприятие истинного существования, или видимость истинного самобытия. Для того чтобы это понять, вы должны провести эксперимент. Ученые проводят много всяких экспериментов, но и буддисты тоже экспериментируют. Потому что путем эксперимента вы как раз и можете понять вещи очень ясно и убедиться в них, а не просто верить в них какой-то слепой верой. Если вы будете говорить, что никакого самосущего существования нет, потому что Будда так сказал, это будет неверно. Вам нужно самим убедиться в этом, самим это понять. Буддизм – это не что иное, как раскрытие вашего ума с помощью мудрости.

Это настоящая наука, и, если быть честным с вами, наука очень высокого уровня. Я не говорю, что вы должны экспериментировать во время медитации. Я говорю о том, как вообще следует проводить этот эксперимент. Однако этот эксперимент также полезно проводить и во время медитации. Вы должны специально попасть туда, где очень много народа, огромное количество людей. Нужно встать перед ними и что-то им сказать, какие-то глупости. В это время люди начнут над вами смеяться: «Какой он дурак!», или «Какая она дура!» А именно эта реакция, как правило, нам не нравится. Но кому она не нравится? Мне. И чем больше они будут над вами смеяться, тем больше в вас будет разгораться нетерпимость. Но в этот момент вы должны сразу же посмотреть вглубь себя и спросить себя: кто сделал мой ум несчастным? Каким «я» кажется моему уму в этот момент?

Когда люди говорят вам, что вы дурак, когда в чем-то вас обвиняют, смеются над вами, именно в этот момент в вашем уме действительно всплывает видимость самосущего «я». В эти минуты в вашем уме особенно отчетливо проявляется цепляние за истинное существование вашего «я». Исследовав это, вы увидите, каким образом вы цепляетесь за свое «я». Вам кажется, особенно в эти минуты, что «я» существует прямо в этом теле, что его можно обнаружить, что оно находится здесь. Это очень конкретное, независимое «я». Не просто наименование, которое мы накладываем на это тело и этот ум, а некое «я», которое существует со стороны объекта, вне зависимости от названия, твердое «я». Вам совершенно определенно явится это «я», и вы определенно будете за него цепляться. Итак, исследуйте этот момент. Каким образом, как оно возникает, как вы начинаете за него цепляться. Поскольку это очень грубый уровень, вы можете его увидеть.

По мере дальнейших исследований, по мере того как вы все больше углубляетесь в анализ этого, вы начнете видеть, что все явления кажутся нам истинно существующими. Но иногда мы цепляемся за эту видимость, а иногда не цепляемся. Иногда эта видимость возникает, и мы ее просто воспринимаем. Однако все феномены до единого кажутся нам имеющими истинное и самосущее существование. Это чувство возникает в вашем уме с рождения. Это чувство не зависит от каких-то временных причин, от временных рассуждений, доказательств. Это врожденное чувство. И каждый человек, независимо от своей национальности, тибетец, американец или русский, обладает этим чувством, присущим ему с рождения. Если любому человеку сказать перед большим скоплением народа: «Ты дурак!», он непременно расстроится. У каждого человека свой характер, но это чувство характерно для каждого из людей.

Вы проводите эксперимент и видите, что подобное чувство действительно возникает. Затем во время медитации вы воссоздаете эту ситуацию в своем уме. Вы представляете себе, что находитесь перед большим скоплением людей, и, несмотря на то, что вы ничего не воровали, кто-то обвиняет вас в том, что вы вор. Вы задумываетесь над тем, какие ощущения будете испытывать.

Вашей первой реакцией будет возмущение: «Как он посмел мне это сказать, когда я ничего не воровал? Я даже в этом доме-то не был!» В этот момент концепция «я» всплывает в уме, и каким вам кажется ваше «я» в подобный момент? Затем вы медитируете и пытаетесь обнаружить эту видимость «я», которая всплывает в эти моменты. Вы никогда даже не смотрите на собственный ум, никогда не задумываетесь о том, каким ваш ум воспринимает собственное «я». Вам сразу такое конкретное «я» не является, но каким ваш ум воспринимает «я»? Сначала вы видите некую основу для обозначения «я». Поскольку появляется основа, то появляется и концепция о «я». И в большинстве случаев видимость вашего тела служит основой для обозначения «я». Так что во время медитации добейтесь того, чтобы видимость «я» возникла в вашем уме, а затем проверьте, каким образом вы начинаете за нее цепляться. Но это займет у вас немало времени.

Сегодня мы на этом остановимся. За время моего отсутствия попытайтесь понять, каким образом вы цепляетесь за истинное существование. Это будет хорошая тренировка для медитации на пустоту. Тогда вы действительно будете хорошим врачом и сможете полностью удалить опухоль из своего тела. Но даже от такой грубой, примитивной болезни нелегко вылечиться, а постичь пустоту гораздо труднее. Не думайте, что это легко. Если я скажу, что это легко, то я вас обману. А если вы мне поверите, то сами будете себя обманывать.

Такая великая мудрость действительно существует. В Тибете было много великих мастеров. Также в Индии многие великие мастера достигли таких реализаций, которые находятся просто вне каких-то человеческих представлений. Для науки эти реализации были бы просто за пределами, потому что они сильно возвышаются над всеми достижениями науки. Но это дается нелегко. В последнее время тибетскому буддизму в России создается большая реклама. Люди начинают думать, что все это легко и просто реализовать. Все эти реализации возможны, но достичь их очень нелегко.

Вопрос: [не слышен].

Ответ: Вы придумываете самооправдание, чтобы ваше «я» выглядело хорошим. Это один из защитных методов вашего эго.

Итак, исследуйте свое «я» и проводите эксперименты по поводу истинности своего существования.