

Итак, мы вели речь о том, как медитировать на ясный свет ума. Существует очень много подробных инструкций о том, как медитировать на ясный свет ума, основанных на традиции Махамудра, как Кагью, так и Гелугпа. Также есть инструкции о медитации на ясный свет традиции Ньингма, которые называются Дзогчен. Также по линии Сакья существует «Метод установления сансары и нирваны в потоке сознания». Панчен-лама говорит, что когда опытные мастера исследуют всё это разнообразие терминологии, все эти разнообразные учения, они приходят к выводу, что сводится всё к одному. То есть к медитации на ясный свет ума. В процессе этой медитации наитончайший ум медитирует на наитончайший ум, который является союзом пустоты и ясности. Существует много видов такого союза или единства. Это единство проявления и пустоты, единство ригпа и пустоты, единство ясного света и иллюзорного тела. Существует очень много видов таких союзов.

Что касается медитации на ясный свет, то Ваджрапани на этот счёт дал очень подробные наставления Ламе Цонкапе, и это учение является весьма драгоценным. Лама Цонкапа вместе с одним ньингмапинским мастером задал ряд вопросов Ваджрапани, касающихся медитации на ясный свет, и Ваджрапани прояснил эти моменты. Ваджрапани сказал: «Если люди не знают как медитировать на ясный свет – им лучше вообще не медитировать на ясный свет. Надо успокоиться, расслабиться, не создавать негативную карму и накапливать позитивную карму». Он сказал, что есть очень много ошибок или ловушек при медитации на ясный свет. Ваджрапани сказал, что ясный свет характеризуется тремя факторами - это природа, сущность и сострадание. Природа ясного света – это просто ясность и познание. Сущность ясного света – это пустота от самобытия. А сострадание означает проявление этого ума. В чём заключается сострадание этого ума? В беспрестанном потоке концепций. Сострадание – это термин. В данном случае под состраданием следует понимать не сострадание к живым существам, а проявление ясного света.

Итак, все мысли, когда они порождаются, они порождаются из ясного света, а затем вновь исчезают в ясном свете. Ясный свет – это единство ясности и пустоты. И природа ясного света, и сущность ясного света – это два аспекта единого целого. Природа ясного света – это относительная природа ума, которая представляет собой просто ясность и познание. А сущность ясного света означает пустоту ума, абсолютную природу ума.

Очень хорошо понимать такие вещи, даже если вы не способны сразу же заняться такой медитацией, получить подобные инструкции, подобные наставления, это вещь очень драгоценная. И тогда, понимая все эти вещи, вы не будете критиковать никакие учения и не будете накапливать негативную карму. Если вы плохо понимаете все эти вещи, то у вас есть опасность, что вы будете говорить: «Я гелугпинец. Дзогчен – это плохо. Махамудра – кагьюпинская традиция – это плохо». И вот такими утверждениями вы накопите себе массу негативной кармы. Когда вы поймёте все эти вещи, то вы будете относиться с большим уважением к великим мастерам Дзогчена, к великим мастерам кагьюпинской традиции Махамудры, сакьяпинской традиции медитации на ясный свет. Вы всех их будете уважать, и они в свою очередь будут относиться с почтением к традиции Махамудра школы Гелугпа. Вот такое взаимное уважение – это очень важно.

На более глубинном уровне учения Махамудра, Дзогчен, есть такие наставления: укрепись в уверенности, что все явления есть проекции ума, и приходи к выводу, что ум пуст от самобытия, что пустота ума есть дхармакайя. Это очень глубокое учение. Это основная фундаментальная, основополагающая теория. Именно на этой теории основана практика Махамудры и Дзогчен. Если вы не можете доказать, подтвердить логически эти утверждения, значит, вы неспособны практиковать ни Махамудру, ни Дзогчен, значит вы вообще не поняли. В первую очередь, вы должны изучить и понять теорию, доказать, что

эта теория безошибочна. И лишь когда вы полностью утвердились в понимании этой теории, в понимании её подлинности, лишь тогда вам нужно приступать к практике.

Возникает следующий диспут: если все явления – проекции ума, то это воззрение становится подобным воззрению Читтаматры. Если вы не знаете, как правильно практиковать Махамудру и Дзогчен, то в своей практике вы опуститесь до воззрения Читтаматры. Вы будете думать, что всё происходит из ума и без ума ничего не существует. Но это ошибочное мнение, потому что существует масса внешних объектов, которые отделены от ума. С другой стороны, если всё есть проекцией ума, значит, всё существует в вашем уме, и ад тоже существует в вашем уме, и слон существует у вас в уме, в общем, возникает масса логических противоречий, несоответствий. Либо, вы можете сделать вывод, что ваш ум везде. Вот это вам нужно понять очень чётко.

Это утверждение гласит, если использовать другой вариант перевода, не то что все явления – проекции ума, а то, что все явления есть сознание, все явления есть ясный свет ума. Также говорится, что вся сансара и нирвана порождается из этого изначально чистого ясного света ума. Если вы не осознаёте ясный свет как ясный свет, то из этого порождается вся сансара. Если вы осознаёте ясный свет как ясный свет, то вследствие этого возникает нирвана. Довольно-таки расплывчато звучит для вас, да? Но в действительности эта теория верна. Но мы теперь должны интерпретировать её более чётко. Дело в том, что эту теорию многие мастера интерпретируют неверно, поэтому Кхедруб Ринпоче подвергал значительной критике взгляды таких мастеров.

Как же мы должны интерпретировать это учение? Кхедруб Ринпоче говорил, что когда вы поймёте воззрение Прасангики Мадхьямики, о том, что все феномены существуют номинально, и нет ничего, что имело бы самобытие и существовало бы вне зависимости от наименования мыслью. Когда вы поймёте, что все феномены обозначены вашей мыслью, это означает, что когда вы даёте чему-то обозначение, вы даёте этому обозначение своим умом. Но помимо вас другие люди также дают обозначения явлению, поэтому вы не можете сделать вывод, что если вы не даёте чему-то обозначения, то этого не существует. Потому что другие люди также дают обозначение этому объекту. Поэтому, то, что является для вас, ваши явления, скажем: «Хороший, плохой, сансара, нирвана», - все явления, которые существуют для вас, являются обозначением, которое дано вашим сознанием. Это всё то, что ваше сознание обозначило как хорошее, плохое, вода, Москва и так далее. Без данного вами обозначения, для вас не существуют ни плотной самосущей Москвы, ни плотной самосущей воды, – вот таких внешних самосущих объектов не существует, если вы не даёте им обозначение своим умом. Итак, без данного вами обозначения, ни единый феномен не существует со стороны объекта. А для вас феномен существует лишь в силу вашего обозначения мыслью. То есть вы даёте им обозначение, обозначаете их своим сознанием, и они начинают существовать. Именно это имеется в виду под утверждением, которое гласит, что все явления есть сознание, все явления есть ясный свет ума.

Таким образом, возникает вопрос о переводе слова «Дзогчен», о смысле слова «Дзогчен». «Дзог» можно перевести как полнота или совершенство. Это означает, что все феномены включены или обретают своё завершение, свою полноту именно в ясном свете ума. Когда они проявляются, они проявляются из ясного света ума, когда они исчезают, они исчезают снова в ясном свете ума. В отрыве от ясного света ума невозможно вести речь ни об одном объекте. Это то же самое, что без субъекта мы не можем говорить об объекте, смысл тот же самый.

Махамудра означает великая печать или великий символ ещё переводят. Смысл фразы великая печать, смысл этого термина больше соотносится с абсолютной природой феномена. А в практике тантры великий символ и великая печать или Махамудра означает

особый ум-субъект, который познаёт пустоту. Это наитончайший ум, познающий пустоту этого же ума, это и есть Махамудра. Что касается Дзогчен, то Дзогчен получил своё название на основе воззрения о том, что все явления, все проявления включены в этот ясный свет ума, они обретают своё совершенство в ясном свете ума, или они обретают полноту в ясном свете ума, исходя из этого это воззрение и получило название – Дзогчен, великая полнота или великое совершенство.

Итак, первое утверждение гласит: сделай вывод, что все явления есть ум, и второе утверждение гласит: сделай вывод, что ум пуст от самобытия. Второе утверждение имеет отношение к Махамудре. Что пустота ума есть Махамудра. Наитончайший ум, познающий пустоту этого же ума, есть Махамудра. Сделай вывод о том, что эта пустота ума есть дхармакайя. Как вы знаете, нирвана – это пустота ума. Пустота ясного света ума, который свободен от всех омрачений, вот пустота этого ясного света ума и есть нирвана, и есть дхармакайя. В настоящий момент вы лишены этой дхармакайи, у вас её нет. Есть два различных вида дхармакайи. Один вид дхармакайи называется тело мудрости истины, а второй называется тело таковости истины. Тело мудрости истины – это познание всех феноменов, при этом свобода от омрачений. Таково тело мудрости истины, которое является дхармакайей. Вторая дхармакайя – это пустота этого ума. Пустота тела мудрости истины называется телом таковости истины.

Наш ум, который не способен познать все феномены, который имеет очень много временных омрачений, по своей природе, тем не менее, не омрачён. И это является ясным светом основы. И затем, когда вы познаете пустоту своего же ума, когда вы познаете абсолютную природу ясного света, то вот этот ясный свет, который познаёт пустоту себя же, то есть того же самого ясного света, называется ясный свет путь. И этот ясный свет путь, при условии постоянной медитации, в результате такой постоянной медитации, устраняет из ума все омрачения. И когда ум полностью освободиться от омрачений, то он обретёт дхармакайю. И этот ясный свет путь трансформируется в тело мудрости истины. В чём разница? Ум один и тот же, но благодаря постоянной медитации, этот медитирующий ум, полностью освободится от омрачений. И когда он будет совершенно свободен от омрачений, то он обретёт возможность одновременно познавать все феномены. Подобный ясный свет, ясный свет результат, и называется дхармакайей. И пустота этого тела мудрости истины – это тоже дхармакайя. Поэтому и сказано в этом учении: сделай вывод, что пустота ума есть дхармакайя. И у этого утверждения очень много различных значений. Одно из этих значений заключается в том, что под утверждением: пустота ума есть дхармакайя, – следует понимать то, что пустота совершенно чистого ума, этого результативного ума есть дхармакайя. Однако многие люди неправильно понимают это утверждение и думают, что даже у обычных людей, пока вы ещё обычный человек, у вас уже есть дхармакайя. Это неправильная интерпретация. Из-за этого они делают вывод, что все феномены – это ум, ум – это пустота и, следовательно, пустота этого ума есть дхармакайя, и соответственно все явления, которые существуют вокруг нас – это игра дхармакайя. Вот какой вывод делают те люди, которые нечётко и неправильно интерпретируют это учение. И когда возникают спорные моменты, возникают диспуты, они говорят: нет, диспуты нам не нужны, потому что тантра находится за пределами всех диспутов. Это неправильно. И это, кстати, ведёт к деградации учения.

Нагарджуна был величайший мастер медитации на ясный свет ума. Чандракирти, Нагарджуна не только рассказывали об этом, но и непосредственно это пережили. И после приобретения опыта в такой медитации они написали очень много подробных учений объясняющих, что такое пустота. Без понимания пустоты невозможно познать эту теорию. Поэтому Его Святейшество Далай-лама говорит: Махамудра, Дзогчен или чтобы то ни было, если это противоречит подлинному воззрению Прасангики Мадхьямики, то это не

настоящая Махамудра и не настоящий Дзогчен. Тоже самое говорит Лама Цонкапа. И великие мастера Ньингма, например, Патрул Римпоче, говорил о том же самом. Если нечто противоречит воззрению Прасангики Мадхьямики, то это нечистый Дзогчен и нечистая Махамудра.

Итак, если мы будем интерпретировать учение о том, что все явления – это ум с точки зрения Прасангики Мадхьямики, то здесь следующая интерпретация. Под утверждением: все явления – это ум, – следует понимать, что все явления обозначены мыслью. Следовательно, если они обозначены мыслью, то о явлениях невозможно вести речь без обозначения, данного умом. Какие-то объекты там действительно существуют, но без процесса наименования, мысленного обозначения, вы не можете говорить ни о чём. Даже если вы не даёте никакого названия, для вас это всё равно – объект, нечто, феномен, – это всё тоже обозначения, которые вы даёте своей мыслью. Поэтому, без обозначения, со стороны объекта нет ничего, что имело бы самобытие. И поэтому, вот сейчас, пока вы не понимаете этого, ваше сознание рассеяно, скажем так, оно рассеяно вовне, вы цепляетесь за самые разнообразные явления своей жизни, думая, что вот это мой друг, это мой враг, это – то, это – это, я хочу это, я хочу то, вот там находится Чистая Земля, я хочу туда попасть. Ваш ум постоянно стремится наружу, он очень сильно рассеян, и из-за этого соответственно даже ваша практика Дхармы сосредоточена где-то вовне: я поеду в Индию, займусь практикой, стану великим йогином, стану великим чод-па.

Когда вы поймёте, что все явления это ум, что они существуют лишь в силу обозначения их мыслью и не более того, что все феномены существуют только номинально. Это очень важно понять, что все феномены существуют просто номинально, что все они лишены субстанционального или материального существования. Материально, субстанционально здесь могут использоваться как синонимы. Это воззрение Прасангики Мадхьямики. В действительности никакого субстанционального существования нет, и всё существует просто номинально. Когда вы это осознаете, вы поймёте, что вам не к чему привязываться, вам незачем стремиться наружу, чего-то хотеть во внешнем мире, и ваш ум соберётся. И когда вы это поймёте, то ваш ум, который до этого был рассеян вовне, начнёт постепенно собираться внутрь, собираться там, откуда произошли все вот эти концепции, и откуда они рассеялись. И это осознание постепенно даст вот этот вот процесс втягивания вашего ума внутрь, или собрание его внутри. И именно поэтому это воззрение называется Дзогчен, потому что именно в изначально-чистом осознании все феномены и явления этого мира обретают свою полноту.

Что касается лично меня, я прочёл очень много текстов по Махамудре и по Дзогчену. Но для меня смысл всех этих текстов сводится к одному и тому же. Что касается коренных текстов, я имею в виду, смысл у них у всех один, един, можно сказать. Но что касается комментариев, которые дают разнообразные мастера, то не со всеми их комментариями я соглашаюсь. Итак, вы должны сами исследовать комментарии, которые вам даются, на предмет того, нет ли в них противоречий с воззрением Прасангики Мадхьямики.

Итак, когда вы занимаетесь медитацией на ясный свет на более глубинном уровне, вы начинаете смотреть на явления этого мира и проверять имеют ли они какое-то существование вне зависимости от обозначения, наименования мыслью, есть ли там что-то без обозначения мыслью? И вы понимаете, что вне зависимости от названия, которые мы даём вещам, невозможно обнаружить ни единый феномен, и все они – это просто обозначение мыслью, данное нескольким основам. Точно также как соединение кислорода и водорода – это та основа, которой мы присваиваем обозначение «вода». И вы понимаете, что все явления этого мира – просто обозначения мыслью. Нирвана, сансара, путь, состояние будды, результат, – всё это обозначение мыслью, не более того. Без обозначения

мыслью нет никакого достижения, которое имело бы самобытие, никакого самосущего достижения не существует. Поэтому в «Сутре сердца» говорится о том, что нет ни пути, ни освобождения, нечего достигать, бодхисаттва, знающий, что достигать нечего, освобождается от сансары. Таков смысл.

Но не надо интерпретировать утверждение «достигать нечего», как то, что вообще ничего не существует, потому что это уже нигилизм. Если вообще нечего достигать, зачем же вы практикуете? Если вообще ничего не существует, значит и вас не существует. Тогда нет боли. Но боль то существует. Вы существуете, потому что когда я что-то говорю, вы способны это понять. Но вы не существуете независимо, вне зависимости от обозначения мыслью. Итак, поскольку вы имеете взаимозависимое происхождение и зависите от обозначения мыслью, вы пусты от самобытия. И все феномены, поскольку они существуют в силу обозначения мыслью, пусты от самобытия. Что же остаётся? Остаётся ум. Ум сам по себе также пуст от самобытия. И ясный свет ума сам по себе также пуст от самобытия, потому что он тоже существует номинально. Вне зависимости от названия, который ваш ум даёт сам себе, вы не обнаружите нигде никакого конкретного ясного света. Если вы будете искать ясный свет, как вы обнаружите ясный свет? Вы не сможете обнаружить самосущий ясный свет, это просто невозможно, потому что такого ясного света вообще не существует.

Номинально существующий ясный свет. Как вы можете его обнаружить? Если вы его не обнаружите, то значит, вы не обнаружите объект своей медитации. А что такое этот номинально существующий ясный свет? Вот в чём большой вопрос. Бесспорно, никакого самосущего ясного света нет, это мы все понимаем, вопросов здесь нет. Но мы все два дня медитируем на ясный свет ума, вы должны тщательно исследовать терминологию.

Есть два вида ясного света – относительный ясный свет и абсолютный ясный свет. Относительный ясный свет – это просто номинально существующий ясный свет, потому что он пуст от самобытия. Что касается абсолютного ясного света, то непосредственно, напрямую увидеть абсолютный ясный свет вы не сможете, пока не познаете пустоту. Это подлинное учение Прасангики Мадхьямики, основанное на подлинных первоисточниках, я могу с кем угодно спорить на эту тему. Я могу опровергнуть всех тех, кто будет утверждать обратное, на основе доказательств почерпнутых из первоисточников, из трудов древнеиндийских махасиддхов.

Теперь относительный ясный свет. Вы не сможете обнаружить самосущий ясный свет, потому что такого самосущего относительного ясного света не существует. Что же остаётся, какой ясный свет остаётся? Вот этот просто номинальный ясный свет. Как же можно обнаружить такой номинальный ясный свет?

А сейчас я скажу вам одну очень важную вещь. Я тоже существует номинально, тем не менее я может опознать я. Но не существует никакого я, которое имело бы самобытие, вот такого самосущего я точно не существует, и познать его нельзя. Никакого субстанционально существующего я тоже нет. Поэтому Прасангика Мадхьямика говорит: «Я существует номинально». Как же я может познать номинально существующее я? Но здесь под номинальным существованием имеется в виду не просто голое название. Здесь название очень сильно привязано к основе для этого названия. Обозначение тесно связано с основой для этого обозначения. Когда вы видите основу для обозначения, вы говорите: «Я вижу объект». Например, когда я вижу своё тело, я говорю: «Я вижу себя», - потому что моё тело является основой для обозначения я. Когда вы видите скопление множества деревьев, вы говорите: «Я вижу лес». В этом лесу ни единое дерево не является лесом. Однако когда они скапливаются вместе, когда эти деревья находятся в одном и том же месте, то они становятся основой для обозначения «лес». И тогда вы, в силу того, что вы

видите эту основу для обозначения, говорите: «Я вижу лес». Каким образом. Когда вы видите основу для обозначения, ваш ум моментально накладывает это обозначение – лес. И вы говорите: «Я вижу лес». Но никакого самосущего, объективного плотного, такого конкретного леса, который вы могли бы увидеть, нет. Вы его не можете увидеть, потому что такого леса нет. И вы видите этот объект лишь потому, что вы видите основу для его обозначения. Когда ваша рука пишет, например, вы говорите: «Я пишу письмо». Но ваша рука – это не я. Почему же вы говорите: «Я пишу»? Ваша рука пишет, а ваша рука – это не вы. Ответ здесь такой: «Моя рука это не я, но моя рука является одной из основ для обозначения я». Следовательно, когда одна из основ для обозначения я пишет, я могу сказать: «Я пишу».

Итак, при распознавании ясного света ума, когда вы видите основу для обозначения – ясный свет ума, то вы можете сказать: «Я вижу ясный свет ума». Какова основа для обозначения ясный свет? Это наитончайший ум, который представляет собой просто ясность, познающую способность и отсутствие формы. Загляните вглубь себя и посмотрите, что там может служить основой для этого обозначения. Каждое мгновение – это не ясный свет, но каждое мгновение – это основа для обозначения ясный свет. Всё это очень сложные вещи, о которых мы говорим. Таким образом, когда вы занимаетесь медитацией, какая бы мысль у вас ни возникала, вы должны мгновенно осознавать, что это всего лишь наименование, данное вашим умом, что вне этого наименования ничего нет. Такое осознание ясного света ума вам необходимо в себе поддерживать, пребывать на этом, тогда каждая мысль, которая у вас будет порождаться, будет порождаться из ясного света, и снова исчезать, снова растворяться в ясном свете. Пребывайте на этом просто ясном и познающем сознании.

Второй этап этой медитации – это осознание того, что сам по себе ясный свет также пуст от самобытия. Иногда в Дзогчене используется такой термин как «пустота от другого». У этого термина может быть несколько значений. И здесь это можно интерпретировать примерно таким образом, что все явления пусты в ясном свете ума. С этой точки зрения это можно интерпретировать как пустота от иного. Здесь, очевидно, просто очень сложная терминология на тибетском. Но, грубо говоря, наверное, можно перевести, что все явления пусты в ясном свете ума. Почему используется такая фраза? Потому что все явления неотделимы от ясного света, поэтому они пусты в этом ясном свете.

Начнём с того, что Прасангика Мадхьямика не признаёт так называемую пустоту от другого, то есть они говорят, что когда чашка пуста, она пуста от самой себя, а не от чего бы то ни было другого. То есть, нельзя сказать, что чашка, например, пуста от слона или от чего-то. Чашка пуста сама по себе, от самой себя. Но несмотря на то, что Дзогчен отрицает эту теорию Прасангики Мадхьямики, в Дзогчене есть помимо этого некоторая другая интерпретация, то есть там существует так называемая пустота от другого, но связана она с тем, что поскольку все феномены проецируются из ясного света ума и возвращаются в ясный свет ума, то можно сказать, что все феномены пусты в ясном свете ума. И это называется пустотой другого. Это признаёт и Гелугпа, и Кагью.

Но воззрение о пустоте от другого, проповедуемое школой Дженанг, там утверждается, что чашка – она не пуста сама по себе, а чашка пуста от каких-то других объектов. А это утверждение противоречит второму повороту колеса учения, то есть воззрению Прасангики Мадхьямики. Дженангпа же утверждает, что поскольку во время второго поворота колеса учения была проповедана пустота от себя, – это воззрение нигилистично. Интерпретация Дженангпа неприемлемо для Прасангики Мадхьямики, потому что Прасангика Мадхьямика не признаёт теорию пустоты от другого. Если есть пустота, если что-то пусто, оно должно быть пусто от себя. И это возвращает нас снова к Сутре сердца. В

Сутре сердца сказано: «Форма есть пустота, пустота есть форма». Форма – ни что иное, как пустота, пустота – ничто иное, как форма. Здесь имеется в виду пустота от себя.

Я знаю, я уверен, что вы сразу всё не сможете понять, но, в принципе, когда вы будете знать все эти вещи, то в будущем никакие лжеучителя не смогут вас больше обмануть. Буддизм – это наука. Разнообразные мастера не могут просто утверждать всё, что им вздумается. Всё что они говорят должно проистекать от подлинных, чистых теорий. Вот, допустим, наука, это тоже вещь очень конкретная. Поэтому вы не можете уже обмануть людей рассказами типа: «Вот когда электрон и протон соединятся, возникнет какая-то супермощная ядерная реакция, и вы на этой энергии можете улететь куда-то там». То есть такие вещи вы уже утверждать никому не сможете, потому что люди будут от вас отмахиваться и говорить: «Что за ерунду он несёт?» Тоже самое в буддизме. Когда вы знаете терминологию, когда вы знаете коренные тексты, вас никто уже обмануть не сможет. Не существует никаких отдельных, принципиально отдельных друг от друга ньяингапинских учений, кагьюпинских, сакьяпинских и гелугпинских учений. Всё это одно и то же учение Будды. Возможно есть разница в линии преемственности учения, в линии передачи учения, передачи разнообразных мантр, в видах посвящения. Это всё вторично. Сама суть учения, сущностные учения об отречении, о бодхичитте и о познании пустоты, одно и то же во всех школах. В этом плане различий нет. Одно и то же учение о ясном свете ума, одно и то же учение об иллюзорном теле. Ясный свет на всех один. Нет никакого специального кагьюпинского, ньяингапинского или гелугпинского ясного света. Иллюзорное тело – одно и то же, и состояние будды – одно и то же. Когда Миларепа стал буддой, Миларепа стал не кагьюпинским буддой. Когда Лама Цонкапа стал буддой, он стал не гелугпинским буддой. Просто будда – объект Прибежища для всех. Вот всё это знать очень важно. В противном случае сейчас, когда в России чуть-чуть стал известен буддизм, распространяться буддизм, люди тут же почему-то стали записывать себя в разные категории: я отношусь к этой школе, я отношусь к той школе, эта школа такая-то, моя школа такая-то. Таким образом, люди, не создав ещё никаких благих заслуг, накопили уже кучу негативной кармы. Критика других школ – это тяжелейшая негативная карма. Никогда не критикуйте. Заимствуйте из других школ всё самое лучшее и оставайтесь хорошим практиком. Если вы с чем-то не соглашаетесь, просто оставьте это как есть.

Сегодня я дал очень приблизительное учение, оно даже не было глубоким. В будущем, когда у нас будет время, я дам более подробное учение о Махамудре и Дзогчене. Это учение крайне трудно практиковать, – я в этом уверен. Один из моих друзей – его зовут Дзогчен Римпоче, – он говорит, что на Дзогчен медитировать очень трудно. Одно дело говорить, объяснять что-то теоретически, другое дело – заниматься практической медитацией на это. Он просто говорит, что это очень, очень трудно. Он изучал логику в Школе Диалектики и знает хорошо Дхарму.

В практике Дзогчен делается большой упор на практиков очень высокого уровня, которые спонтанно приступают к медитации единства ясности и пустоты, к единству ригпа и пустоты. Ригпа означает просто ясное и познающее сознание. Это единство природы и сущности. Природа здесь ясность, сущность – пустота. Это единство этих двух. Таким образом, ясный свет – это единство ясности и пустоты. Вот это вы должны понимать. И когда вы это поймёте, то вы также поймёте, что из этого единства ясности и пустоты порождается множество концептуальных мыслей, и затем снова в нем растворяются. И здесь также проходит граница между сансарой и нирваной. Граница между сансарой и нирваной – это ригтонг, что означает ригпа и тонг – пустота. Почему это называется границей между сансарой и нирваной, потому что пока вы не познали единство ясности и пустоты, вы находитесь в сансаре, как только вы познаете единство ясности и пустоты, ясного света ума, вы обретёте нирвану. Поэтому здесь пролегает граница, грань, можно

сказать. Это и есть грань между сансарой и нирваной. В Дзогчене говорится, что как только вы это осознаете, порождение мыслей в вашем уме останется таким же, как прежде, но освобождение мыслей, или растворение, исчезновение мыслей изменится, станет другим.

В коренном тексте Гораба Дордже есть очень интересные вещи про это. Если вы действительно заинтересованы в Дзогчене, вы должны читать такие коренные тексты, которые написаны Горабом Дордже и Лончен Ранджампа, – это вот настоящие великие мастера. И великим мастером Дзогчен наших дней, современности является Патрул Римпоче. У него учения невероятно чисты и очень хороши.

Итак, метод освобождения этих мыслей отличается. Каким образом он отличается?

С одной стороны, мы можем говорить об освобождении концептуальных мыслей без пользы и без вреда. Когда у нас в обычном сознании появляется концептуальная мысль, либо она приносит вам вред, либо она помогает, идёт вам на благо. Здесь же в силу вашего понимания единства ясности и пустоты, мысль возникает, она не приносит вам никакого вреда, ничему не вредит, но и не идёт вам во благо, не приносит вам пользы, она просто освобождается сама по себе. Кроме того, мысль освобождается подобно письменам на воде. Затем, мысль освобождается, как змея освобождается из сачка. Змея заползает в сачок, в сеть, и затем сама выползает из этого сачка. Подобным образом, мысль порождается, и сама же исчезает, она исчезает сама, вам не нужно прилагать для этого никаких усилий. Это называется «рамшам рамтё» по-тибетски – самопроявление и самоосвобождение.

Итак, вам для этого нужно понять, что ваш ясный свет ума – это просто ясность и познающая способность, и он, будучи просто ясностью и познающей способностью, существует лишь в силу обозначения мыслью, существует лишь номинально. Поскольку он существует номинально, он лишён самобытия, то есть существования вне зависимости от наименования мыслью. Поскольку он пуст от самобытия, он должен иметь номинальное существование. Поэтому здесь мы и ведём речь о двух различных аспектах одного целого. Это и называется союзом ясности и пустоты. По природе он ясен, по сути, по сущности своей – он пуст от самобытия. И из этого единства ясности и пустоты возникает мысль. Это единство ясности и пустоты производит процесс обозначения или наименования. И в силу этого процесса наименования или обозначения возникает множество концепций, множество мыслей. Мысли возникают из этого единства и обратно туда возвращаются. Когда вы осознаете природу этих концепций, то есть концепции также неотделимы от ясного света, это подобно тому, как вода затвердевает в лёд, но этот лёд неотделим от воды. Точно также, что всё, что вы пишете на воде неотделимо от воды. Пузырь, возникающий на поверхности воды, также неотделим от воды. Он появляется на поверхности воды из воды и снова исчезает в воде. Таковы же и все ваши концепции. Гнев, зависть и всё остальное, – всё это возникает из ясного света и снова исчезает, растворяется в ясном свете. Таким образом, все эти концепции становятся упражнением дхармакайи. По-тибетски, это называется «цел».

В коренном тексте Гораба Дордже написано, что когда все эти концепции порождаются, то они становятся упражнением царя дхармакайи. Буквально это звучит так.

*Замечание переводчика:* «Но я просто знаю, что принято переводить как игра дхармакайи. Геше-ла говорит, что это слово не совсем подходит».

Тогда давайте тоже говорить как «игра», потому что «упражнение» довольно-таки странно здесь звучит. Обычно из-за концепций мы возвращаемся в сансаре. Но когда вы осознаёте

единство ясности и пустоты, то концепции помогают вам освободиться, помогают вам проявить дхармакайю. Поэтому и говорится, что проявление всех концепций является упражнением или игрой царя дхармакайи. Упражнение лучше? Проявление? Нет, то, что по-тибетски звучит как «цел» – это не проявление и не манифестация.

Вопрос: А кто такой король или царь дхармакайи? Познавший дхармакайю?

Ответ: Царь дхармакайи – это скорее всего эпитет дхармакайи. Здесь имеется в виду, что пока, в данный момент, ваш ум ещё не является дхармакайей, но вот это явление концепций, игра или упражнение помогут вашему уму стать царём дхармакайи.

*Замечание переводчика:* «Слово «цел» очень трудно переводить на русский язык, оно переводилось в разных вариантах. При переводе на английский, насколько я знаю, довольно-таки часто используется слово sport. По-русски переводилось как «игра», но это не совсем точно».

Поэтому, для обычных людей заниматься такой медитацией очень трудно. Потому что вначале они не могут понять, что такое пустота, или неправильно понимают. Познать пустоту – это очень трудно. После того, как вы обретаете шаматху, при этом, имея уже приблизительное представление о пустоте, вы сможете познать пустоту. Но, не имея шаматхи, познать пустоту – это очень редкий случай. Поэтому в традиции Махамудры Гелуг, Кагью, сначала мы медитируем на относительный ясный свет, способствующий порождению шаматхи, и после порождения шаматхи уже начинаем медитировать на абсолютный ясный свет. Поэтому в традиции Махамудры Гелуг и Кагью речь идёт о четырёх йогах. Первая называется однонаправленная йога. И в ней идёт речь о том, как развить шаматху. Вторая йога свободная от концептуальных мыслей. В ней идёт речь о познании пустоты, абсолютной природы ума. Это випашьяна, йога освобождения от концептуальных мыслей. Третья йога – это йога одного вкуса. И связана она с практикой единства ясности и пустоты. В единстве ясности и пустоты всё имеет один вкус. Сансара и нирвана имеют один вкус, и то и другое пусто от самобытия, и то и другое существует просто номинально. Четвёртая йога – это особая практика, которая называется «йога немедитации». Это крайне высокий уровень. На этом этапе вам уже не нужно медитировать. У вас нет никакой разницы между медитативной сессией и немедитативной сессией, постмедитативной сессией.

В Дзогчене, в коренном тексте Гораба Дордже говорится о том, что нет разницы между медитацией и немедитацией; медитативной сессией и постмедитативным периодом. И так, нет необходимости устраивать себе медитативные сессии или чем-то заниматься в периодах между этими медитативными сессиями, но всё время необходимо поддерживать в себе изначально чистое осознание, которое представляет собой единство ясности и пустоты, то есть ясный свет ума. И в результате вы обретаете ум, полностью освобождённый от всех омрачений и состоянии дхармакайи.

Я не знаю, в наши дни есть ли какой-нибудь мастер, который медитирует действительно на то, что нет разницы между медитацией и немедитацией. Я думаю, что если есть, то их очень мало, их единицы. Но вот вы сами не должны думать, что медитация и немедитация – это одно и то же, – вам ещё рано так думать. Потому что когда вы дойдёте до такого высокого уровня, то ваш ум просто будет пребывать в естественном состоянии, расслабленном состоянии, и не концентрироваться на медитации, не медитации. Вам не нужно уже делать простирания, не нужно читать мантры. Но пока ещё рано. Когда орёл ещё сидит на земле, если ему сказать: «Пребывай в своём естественном состоянии, нет разницы между полётом и не полётом, летать – не летать, – одно и то же», – то он никогда и не взлетит. Но если орёл поднялся уже очень высоко в небо, то ему не надо всё время

махать крыльями, потому что взмахи крыльев нарушат спонтанность его парения. И в это время он просто расслабляется, и тогда он начинает парить, это прекрасный, спонтанный полёт, прекрасное парение в облаках. Поэтому, когда вы слышите слова: «Расслабься и пребывай в естественном состоянии», – вы должны понять, что это говорится не для вас, а для тех орлов, которые парят уже высоко-высоко в небе. В настоящий момент вы, орёл, не только стоите на земле, но ещё чуть ли ни по уши увязли в грязи, тонете в болоте, только голова торчит. И если вы в это время слышите такое учение: «Расслабься», – вы будете всё глубже и глубже увязать в этом болоте и даже уже небо перестанете видеть. Именно по этой причине, несмотря на то, что мой отец из традиции Кагью, а мама из Ньингма, меня очень сильно вдохновило учение Ламы Цонкапы. Мой отец имел тесные связи с кагьюпинскими рипоче, в частности, с Саям Рипоче, – великим мастером пховы традиции Кагью. И моя мама с ним общалась, и я имел возможность не раз присутствовать при разговорах, касающихся кагьюпинской практики, и принимать в них участие. И когда мы обсуждали моменты, связанные с практикой, я очень легко и хорошо понимал, для меня в этом не было ничего нового, именно потому, что я был уже знаком с учением Ламы Цонкапы. Это говорит о том, что учение Ламы Цонкапы действительно целостное учение.

Итак, после того как вы усвоите весь Ламрим, и всё учение Ламы Цонкапы, то даже если вы будете разговаривать с тхеравадинцем, для вас не будет ничего нового в его словах. Вы будете очень хорошо знать, в чём суть традиции Тхеравады, и найдёте много общего с ним. Когда вы будете разговаривать с последователем Тхеравады, то он про себя подумает: «Наверное, я говорю с великим мастером Тхеравады».

Когда Его Святейшество Далай-лама поехал в Таиланд, тайцы полагали, что тибетский буддизм – это какой-то совершенно другой буддизм, отличающийся от их буддизма. Но из вежливости, в качестве формальности, они всё-таки послали официальное приглашение Его Святейшеству, с просьбой посетить и дать учение. Его Святейшество действительно к ним приехал и дал им учение о четырёх благородных истинах. В конце этого учения один очень старый и учёный монах тхеравадинец заплакал и, сложив почтительно руки, сказал: «Его Святейшество – это величайший мастер Тхеравады».

И когда вы будете разговаривать с монахами японской традиции Дзен, вы тоже сможете найти с ними очень много точек соприкосновения. О чём это говорит? Это говорит о том, что тибетский буддизм – это по-настоящему целостная и всеобъемлющая традиция. Например, когда дзен-буддисты разговаривают с тхеравадинцами, они не могут найти никаких точек соприкосновения. Потому что один из них держится за нижнюю часть дерева, а второй – за его верхушку. Дзенцы ведут речь о ясном свете, тхеравадинцы – о четырёх благородных истинах. Последователи Тхеравады говорят: «Необходимо строго соблюдать свои обеты». А дзенцы говорят: «Всё едино на вкус». Поэтому, ничего общего между ними нет, и кажется, что вообще их взгляды противоречивы друг другу. Дзенцы говорят: «Расслабься». А Тхеравада говорит: «Будь бдителен, а то упадёшь в низшие миры». И те, и другие правы, но зависит это от конкретной личности. Для орла, по горло увязшего в болоте, который уже небо то с трудом видит, Тхеравада – это дело очень хорошее. Мы никогда не должны с вами смотреть свысока на тхеравадинцев, мы должны, наоборот, брать пример с Тхеравады. Пока мы находимся с ними в одинаковой ситуации, поэтому мы должны практиковать так же, как практикуют практики Тхеравады. Но с одним отличием, мы не должны хотеть освобождения лишь для себя. Поэтому в Ламрime и идёт речь об обычных практиках низшего уровня, об обычных практиках промежуточного уровня и об обычных практиках высшего уровня.

На высоком уровне Махамудры практикуется поведение, которое называется безумным поведением. Это когда вы прыгаете как безумец, что-то выкрикиваете нечленораздельное.

Все эти упражнения ваши ничто иное, как стабилизация единства ясности и пустоты. Потому что при всех этих ваших выходках, какие бы мысли у вас ни возникали, они не причиняют никакого ущерба вашему уму, не мешают вам. И вы этими упражнениями стабилизируете такое в своей практике. Вы ведёте себя как безумец, люди называют вас сумасшедшим, презирают вас, обижают вас, а вы всё это время проверяете, что твориться в вашем уме. Если, несмотря на то, что люди вас презирают, называют какими-то бранными словами, но никакого эффекта на ваше сознание это не оказывает, это означает, что концептуальные мысли уже не могут ничем вам помешать, вы достигли нужной стабильности. Но вы не должны приступать к такому необычному поведению, ещё не достигнув стабильности.

Сейчас я расскажу вам историю.