

На прошлой лекции мы говорили о том, как развить в себе отречение. Это непросто, но важно: тогда у вас останется очень мало привязанностей. В буддизме привязанность считается одной из основных причин всех страданий, поэтому чем сильнее ваша привязанность, тем сильнее ваш гнев, депрессия и тем вы несчастнее. Из-за привязанности вы создаете много негативной кармы, страдаете сами и приносите несчастье другим существам. Уменьшая свою привязанность, вы избавляетесь от множества негативных состояний ума. Очень трудно устранять свои омрачения по отдельности, поэтому надо устранить их важнейшую причину – привязанность, и вместе с ней из вашего сознания исчезнут множество омрачений.

Привязанность необходимо устранить, потому что настоящее счастье – это состояние очищенного ума, в котором остается меньше и меньше омрачений. Внешние объекты не могут подарить вам настоящего счастья, в лучшем случае дарят временное, которое вскоре превращается в страдание. Когда вы осознаете истинность этого учения, вас сразу заинтересуют методы устранения омрачений. Механически, руками, вы не можете уменьшить свою привязанность, вам необходимо применять особые противоядия. Таким противоядием от привязанности является отречение. Для развития отречения мы должны в первую очередь осознать, что природа сансары это страдание.

Благородная истина о страдании раскрывает нам порочность, ущербность сансары. Но этого недостаточно, мы также должны понять механизм действия сансары: что такое сансара, почему мы находимся в ней, каким образом мы вращаемся в сансаре, что заставляет нас вращаться в ней. Когда вы уясните, каким образом вращаетесь в сансаре, то одновременно поймете, как от нее освободиться. Лама Цонкапа говорил: “Не размышляя о благородной истине об источнике страдания, или о способе вращения в сансаре, вы не сможете освободиться от сансары”. Чтобы объяснить механизм нашего вращения в сансаре, Будда преподавал объясняющее этот процесс учение о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого происхождения. В прямой последовательности эти звенья показывают нам, каким образом мы вращаемся в сансаре, а в обратной последовательности – каким образом мы можем освободиться от сансары.

Это основополагающие, фундаментальные понятия, и вы должны ясно осознать их, прежде чем приступать к медитации. В противном случае ваша медитация станет стрельбой вслепую, без знания цели; вы будете бежать туда, не зная куда, стараясь двигаться быстрее и быстрее. Вас спросят: “Куда ты хочешь прибежать?”, и вы растеряетесь: “Не знаю. Другой человек бежит, поэтому и я бегу”. Многие люди делают одну и ту же ошибку: смотрят на своих бегущих друзей и тоже бегут, как свора собак; одна собака залаяла, и все собаки лай подняли. Это неправильно. У человека есть человеческая голова, он должен думать: “Почему я должен бегать, с какой целью, что я получу там?” Не нужно сразу же быстро бежать, сперва надо узнать, куда и зачем бежать, а уже затем – медленно, понемногу, пешком – начать движение. Если вы уверены в своем понимании – действуйте, если не уверены – просто отдохайте. Много медитировать необязательно. Прежде всего узнайте, для чего эта медитация нужна, каков ее механизм, и тогда она будет полезна. Я тоже не сразу медитировал. Сначала много учений слушал у своего учителя, чтобы правильную теорию узнать. Затем думал, анализировал – правда это или нет, как правильно делать нужно. И только после этого я начал медитировать. Будда тоже советовал: сначала слушать, затем думать, а после медитировать. Это очень важно.

Вернемся к двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения. Мы вращаемся в сансаре из-за своего неведения – это основная причина. Например, по темному дому бродит человек, постоянно обо что-то спотыкается в темноте, падает и ранит себя. Какова основная причина его боли? Неспособность ясно разглядеть находящиеся в доме предметы.

Он падает, страдает не потому, что ходит по дому, а из-за темноты: хорошо различая предметы вокруг, он мог бы сколько угодно ходить по дому и не падать. Поэтому процесс перерождения сам по себе не является главной причиной наших страданий в сансаре. Эта причина – наше перерождение из-за неведения. Неведение порождает все наши омрачения, которые делают несчастными и нас, и других, способствуют созданию негативной кармы, причиняющей страдания. Привязанность и гнев также возникают из-за неведения, поэтому все омрачения можно объединить в три ядовитых состояния ума: неведение, привязанность и гнев. Из этих трех основных ядов появляется множество других омрачений, вредоносных мыслей и желаний.

Есть два вида неведения. Первый – простое невежество, незнание чего-либо. Второй – извращенное сознание, то есть восприятие феноменов как существующих обратным их фактическому существованию образом. Корнем сансары является именно это извращенное сознание, полностью ложный, неправильный способ восприятия феноменов. Сначала вы неправильно представляете себе свое “я”, затем неправильно понимаете остальные феномены. Вы воспринимаете “я” как обладающее самобытием, то есть истинным, неизменным существованием, и цепляетесь за это восприятие – это и есть неведение. В действительности наше “я” таким образом не существует: если бы вы решили найти это “я”, то не обнаружили бы его. Цепляние за самобытие всех феноменов – тоже неведение; именно потому, что мы представляем вещи существующими так, как они в действительности не существуют, мы испытываем страдания сансары.

Вторым звеном в цепи взаимозависимого происхождения является собираемая карма. Из-за своего неведения, привязанности к желанным и ненависти к нежеланным объектам, мы накапливаем много негативной кармы. Двенадцать звеньев цепи охватывают три воплощения, поэтому наши пять скандх, которыми мы обладаем в данный момент, проросли из предыдущей жизни: из-за нашего неведения мы накопили много зерен негативной и позитивной кармы. Любая карма, накопленная в силу неведения, какой бы она ни была – позитивной или негативной, – является оскверненной и служит причиной вращения в сансаре.

Оскверненная карма, накопленная в предыдущей жизни, оставила отпечатки в нашем сознании, и это сознание с отпечатками есть третье звено в цепи взаимозависимого происхождения. Оно подобно полю, засеянному кармическими семенами.

В момент смерти проявляется один из кармических отпечатков, встречаясь с соответствующим условием, – тем самым проявляется ввергающая, или перебрасывающая, карма и возникает четвертое звено в цепи взаимозависимого происхождения – имя и форма. Здесь имя означает четыре скандхи, или совокупности, которые служат основой для имени, а форма – это совокупность тела. Имя и форма начинают существовать, когда соединяются сперматозоид и яйцеклетка родителей и появляется основа, которую можно обозначить именем и формой. Это первый момент жизни того или иного существа в этом мире.

Пятое звено, следующее за именем и формой, называется источником, или зачатками, органов чувств. Наше тело в материнской утробе постепенно растет, и формируются такие зачатки органов чувств.

С появлением зачатков органов чувств легко возникает шестое звено, то есть соприкосновение, или контакт. Когда орган слуха воспринимает звук, либо орган зрения воспринимает какую-либо форму, – это называется контакт. Контакт не всегда означает прикосновение к чему-либо, как в случае с органами вкуса, соприкасающимися с пищей.

Органу зрения и его объекту не обязательно непосредственно касаться друг друга, вы можете видеть какой-либо предмет издали — это и есть контакт, поскольку есть восприятие объекта, пусть и отраженного. Если же вы закроете глаза, то ничего не увидите — в этом случае контакта нет.

Когда есть контакт, с легкостью возникает седьмое звено — ощущение. Оно может быть приятным, неприятным или нейтральным. Даже у малых детей есть контакт и есть ощущения. Когда ощущение приятно, возникает привязанность, и вы хотите больше и дольше переживать это чувство. Неприятное ощущение порождает отвращение, то есть вам хочется избавиться от него.

На основе ощущения возникает восьмое звено — влечение. Если у вас появляется приятное ощущение, то возникает и влечение к источнику этого ощущения. Влечение, или страстное желание, порождает в вашем сознании множество омрачений и вместе с ними множество теорий, как завладеть желанным объектом. С такими мыслями и желаниями вы отправляетесь в школу, университет, получаете образование с целью овладеть объектом своего желания.

Там, где есть влечение, есть и цепляние — явление более сильное, более опасное. Это девятое звено цепи. Вначале у человека появляется влечение, и это еще не так опасно; он будет, конечно, использовать всякие изощренные способы, чтобы завладеть желанным объектом, но большой опасности пока нет. Однако если влечение превращается в цепляние, вы говорите себе: “Любой ценой я должен заполучить этот объект. Даже если мне придется ради этого убить человека, я готов убить”. У многих людей, у маленьких детей, когда они чего-нибудь хотят, сперва не возникает дурных мыслей, но из-за сильного желания, превращающегося в цепляние, у них появляются такие вредоносные помыслы.

Влечение и цепляние возникают также из-за неведения, присущего этой жизни. Мы полностью неправильно понимаем существование объектов. Например, при виде прекрасной радуги вы думаете, что она имеет постоянное материальное существование. В действительности же никакой независимо и материально существующей радуги нет, это просто видимость, сочетание дождя и солнечного света. Маленькие дети, не понимающие взаимозависимость радуги, думают, что в небе действительно существует такая вещь “радуга”, а затем у них возникает влечение и они хотят заполучить ее. Когда влечение превращается в цепляние, дети бегут сломя голову, пытаясь поймать эту радугу, но в итоге ничего не достигают и возвращаются с пустыми руками. До сих пор в вашей жизни было множество разнообразных целей, вы много потрудились, чтобы достичь их, но проверьте, чего вы в действительности добились? На самом деле вы похожи на детей, преследующих радугу: вы тоже думаете, что где-то вне вас есть что-то истинно существующее. Это большая ошибка.

Большая часть нашей жизни проходит под властью влечения и цепляния: настает утро, вы завтракаете, бегае по делам, а вечером ложитесь спать. Затем снова настанет утро, и опять вечер, а потом придет время вашей смерти. Всю жизнь вас одолевали желания, влечения, цепляния, и под их влиянием вы накопили много негативной кармы. Все эти отпечатки сохраняются в вашем сознании, и один из них проявится в момент вашей смерти. Основная причина проявления кармического отпечатка это влечение и цепляние — они подобны воде, которая увлажняет семя в земле и заставляет его прорасти. Например, проявляется кармический отпечаток перерождения в горячем аду. В этом случае в момент смерти вы будете испытывать жуткое чувство холода и начнете страстно желать жары: “Боже, как я хочу, чтобы мне было жарко! Даже если мое тело сгорит в этой жаре, это будет хорошо”. Так в вашем сознании возникнет влечение к жаре, затем оно перейдет в

цепляние и, наконец, послужит условием для проявления ввергающей кармы, и в следующий момент вы родитесь в горячем аду. Если же вам суждено переродиться животным, например, собакой, то в процессе умирания в вашем сознании возникнет прекрасное видение собаки и вы возжелаете ее, и тогда проявится ввергающая карма перерождения собакой, и вы переродитесь этим животным. Иногда, особенно в момент неожиданной смерти, проявляется очень сильная ввергающая карма, потому что влечение и цепляние уже существовали при жизни.

Десятое звено цепи называется существованием. Допустим, наше сознание – поле, а карма – зерно: тогда ввергающая карма – это зерно, посаженное в поле, а влечение и цепляние – это вода, орошающая поле, после чего ввергающая карма проявляется. Когда зерно начинает прорастать, этот процесс подобен существованию. Различают три вида существования: существование умирания, существование в бардо и существование рождения. Последний момент умирания, когда ввергающая карма уже почти проявилась, называется существованием умирания. После смерти, пока вы не обрели новое тело своей следующей жизни, ввергающая карма еще не полностью проявилась, и это состояние называют существованием в бардо. Когда ваше сознание входит в утробу матери, но ваше новое тело полностью еще не сформировано, это состояние называют существованием перерождения – это уже не бардо, но еще и не новое рождение в полном смысле слова. Эти процессы объясняются в “Абхидхарме” Васубандху. Таким образом, существование умирания становится существованием в бардо, которое, в свою очередь, переходит в существование перерождения.

Следующий за существованием перерождения момент называется рождением в следующую жизнь, и это одиннадцатое звено цепи. После рождения немедленно следует двенадцатое звено – старение и умирание. Между одиннадцатым и двенадцатым звеном присутствуют все звенья, о которых мы говорили раньше: имя и форма, зачатки органов чувств и прочие, то есть цикл повторяется. Затем, в момент вашей смерти ваши неведение и негативная карма вновь встречаются с условиями, и вы снова перерождаетесь, и этот процесс бесконечен, если вы не устраните неведение. Так продолжается с безначальных времен.

Нагарджуна сказал: “Из трех возникают два, из двух возникают семь, из семи возникают три, из трех снова два, и так далее; таким образом вы возвращаетесь в сансаре”. Три – это неведение, влечение и цепляние, то есть омрачения. Коренным омрачением служит неведение, а влечение и цепляние это обусловленные омрачения. Из-за неведения возникает оскверненная карма. Из-за влечения и цепляния, которые служат условиями, возникает существование – десятое звено. Поэтому из трех возникают два: второе звено – карма, и десятое звено – существование. Из этих двух возникают семь: имя и форма, зачатки органов чувств, контакт, ощущение, рождение, старение и умирание. Эти результаты в своей совокупности и называются сансарой. Великие мастера прошлого размышляли над этими положениями и достигли высочайших реализаций.

Теперь рассмотрим двенадцать звеньев цепи взаимозависимого происхождения в обратной последовательности. Неведение – это полностью ложное восприятие феноменов. Когда у вас будет правильное понимание феноменов, неведение исчезнет. Допустим, вы сидите в темном доме и видите веревку, которую принимаете за змею, поэтому вы сильно напуганы и боитесь двинуться с места. Если же вы возьмете горящий светильник и тщательно осмотрите эту веревку, то поймете – никакой змеи нет в помине, это обычная веревка. Как только вы осознаете отсутствие змеи в этой веревке, в тот же момент из вашего ума полностью исчезнет восприятие этой веревки как змеи. Неведение и мудрость наблюдают один и тот же объект, но являются противоположными способами восприятия. Неведение

полагает, что этот объект – змея, мудрость же понимает, что в этом объекте змея отсутствует. По мере того, как будет укрепляться восприятие отсутствия в этом объекте змеи, начнет ослабевать цепляние за то, что объект является змеей.

Неведение воспринимает свое “я” и все феномены как нечто, обладающее самобытием. Если вы внимательно, с помощью света мудрости, будете смотреть вокруг, то поймете: и “я”, и все феномены полностью пусты от самобытия. Это не означает, что их вообще нет, – они существуют номинально, условно. Когда ваша убежденность в пустоте “я” и феноменов от самобытия станет сильнее, ваше неведение, или ложное восприятие, ослабеет. Когда же вы напрямую познаете пустоту “я” и феноменов, а также пустоту своего ума, то неведение полностью исчезнет из вашего сознания. Вслед за неведением из вашего ума исчезнут и остальные омрачения, и тогда вы перестанете создавать оскверненную карму. Таким образом вы пресечете действие двенадцати звеньев цепи взаимозависимого возникновения. Пока ваше неведение не устранено, эти двенадцать звеньев возникают произвольно, автоматически.

Однако может возникнуть такой вопрос: если при устранении неведения прекращаются двенадцать звеньев цепи взаимозависимого происхождения, то должно исчезнуть и ощущение, поскольку оно является одним из звеньев этой цепи. Если же прекращается ощущение, значит, состояние освобождения лишено каких бы то ни было ощущений и, следовательно, состояние будды лишено счастья. Ответ таков: существует разница между ощущением как звеном в цепи взаимозависимого происхождения и ощущением вообще. Ощущение как звено цепи возникает вследствие омрачений. Но не все ощущения таковы, это важно знать.

Пресечение омрачений, то есть пресечение двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения, и составляет третью благородную истину. Ум, полностью свободный от омрачений, является высшим состоянием счастья. Чтобы обрести его, нам необходима четвертая благородная истина – о пути. Ее суть заключается в прямом познании пустоты. Чтобы напрямую познать пустоту, нам необходимо освоить три вида обучения.

Первое из них, по словам Будды, это обучение нравственности. Оно подобно основе, поскольку без обучения нравственности невозможно обучиться концентрации, или сосредоточению. Практика нравственности – это постоянная охрана трех своих дверей: тела, речи и ума. Вы всегда следите за ними, не позволяете, например, своему языку легкомысленную болтовню либо успеваете удержать его от произнесения какой-нибудь гадости. Непричинение вреда ни единому живому существу телом, речью и умом – это первый уровень нравственности. Если какое-либо действие ваших тела, речи или ума прямо или косвенно вредит другим живым существам, вы должны прекратить его. В настоящий момент это является высшим уровнем практики, который высоко ценят и почитают все будды и бодхисаттвы. Мудрый человек сначала постигает четыре благородные истины, то есть механизм нашего вращения в сансаре, затем начинает свою практику с обучения нравственности, то есть с отказа причинять вред всем живым существам. Мудрый человек без знания четырех благородных истин не будет сразу же заниматься тантрой или медитацией на ясный свет ума, на иллюзорное тело. Он воздерживается от ошибки в последовательности практики. Это ясно написано в учении Будды, и если мы считаем себя буддистами, то должны четко, в правильном порядке следовать всем инструкциям и наставлениям, которые преподал Будда.

Второй уровень практики нравственности – принятие обета бодхичитты. После этого вы начинаете трудиться изо всех сил, чтобы помогать другим. Помогая другим, косвенно вы помогаете себе. Когда вы четко усвоите эту теорию, опробуете ее на практике, тогда

помощь другим будет приносить вам огромное удовольствие и станет причиной вашего счастья. День ото дня в вас будет развиваться добросердечие, вначале это очень важно. Когда сердечная доброта будет постоянно возникать в нашем сердце сама собой, мы непрерывно будем накапливать очень большие заслуги.

Самая же лучшая практика – это порождение любви и сострадания. Будда сказал: “Один человек в течение ста лет непрерывно занимался практикой щедрости. А второй, поскольку все существа в равной степени хотят счастья и не хотят страдать, на минуту пожелал: пусть каждое живое существо будет счастливо. Кто из них накопит больше заслуг?” И сам же Будда ответил: “Второй человек накопит больше заслуг. Он пожелал счастья всем живым существам, которых бесчисленное множество, поэтому он накопил количество заслуг, соразмерное количеству живых существ, то есть безмерное”. Если вы ленивы, это не страшно: вы можете лежать в своей теплой постели и думать: “Да, я лентяй. Мои друзья давно проснулись и как следует сделали практику, а я проспал. Но зато я хочу, чтобы все живые существа были счастливы и чтобы я в будущих жизнях постоянно помогал им, приносил благо”. Благодаря этой мысли вы сможете накопить очень мощные заслуги. Вы должны знать, как искусно практиковать, и тогда даже самая короткая практика будет очень эффективна, принесет очень мощный результат. В противном случае вы можете медитировать непрерывно днем и ночью, а люди, обладающие мудростью и ясновидением, увидят ваше состояние ума и поймут, что вы не накопили никаких благих заслуг. Вместо этого у вас может лишь прибавляться высокомерия: “Я великий йогин, я медитирую, а все глупые сансарические люди – дураки. Они не медитируют, и больше того, мне медитировать мешают”.

Практика нравственности очень важна, ее высший уровень – когда постоянным свидетелем всех ваших действий является закон кармы. Смотрят ли на вас люди или нет – это не имеет никакого значения. Мы совершаем многие поступки, оглядываясь на мнение других людей, то есть как бы делаем их свидетелями. Например, если к вам в гости приходит какой-то крутой бизнесмен или высокопоставленный чиновник, ваше поведение сразу же меняется: вы очень вежливы, обходительны с ним. Это влияние мирской дхармы. Вы можете быть очень добры и любезны как с министрами и бизнесменами, так и с самыми бедными людьми; ваше поведение должно быть равностным по отношению ко всем людям, вне зависимости от их социального положения. Если такое поведение, основанное на знании закона кармы, естественно для вас, то вы обладаете настоящей нравственностью и трудностей у вас не будет. Если же вы будете насильно заставлять себя: “Ты должен действовать так”, – вам будет очень трудно. Размышляйте снова и снова о карме, о механизме ее действия, и тогда постепенно вы поймете: действительно, надо себя вести себя именно так, а не иначе.

Сказано, что у последователей Ламы Цонкапы внешнее поведение должно быть смиренным, как у практиков Хинаяны. Последователи Хинаяны уделяют много внимания практике нравственности, их поведение крайне скромно, они делают упор на непричинении вреда. Это очень хорошо. Махаянский практик должен иметь в себе эти качества и даже в более совершенном виде, чем хинаянский, – это называется союзом Хинаяны и Махаяны. Считая себя последователем Махаяны, вы не имеете права смотреть свысока на практиков Хинаяны и презирать их, говорить, что их учение ниже и хуже, – тем самым вы падаете, совершаете отказ от Дхармы. Это очень тяжелая негативная карма. Кроме того, гордиться своей тантрической практикой и принижать значение сутры тоже очень опасно. Вы должны сочетать обе эти практики, потому что это части учения Будды. Как говорил Атиша: “Все эти практики проповеданы Буддой для того, чтобы человек с их помощью достиг состояния будды”. Внутренне же последователи Ламы Цонкапы должны быть очень богаты бодхичиттой, их сердце должно быть очень добрым и сострадательным. И, наконец,

втайне они должны практиковать тантру. Не нужно афишировать, что вы практик тантры, иначе внутренне ваша практика становится эгоцентризмом, то есть вы думаете только о себе. Это ошибка. Посмотрите на себя внимательно и поймете, что одну-две подобных ошибки все мы совершаем.

На основе обучения нравственности практикующий переходит к обучению концентрации, то есть развивает шаматху. Практика нравственности подобна основе; если же у вас не будет земли, где и как вы сможете вырастить красивые деревья? И, наконец, третий вид обучения – обучение мудрости. С помощью шаматхи вы сможете познать пустоту очень ясно, а без шаматхи, без безмятежности ваш ум постоянно будет в движении и вам трудно будет постичь пустоту. К примеру, темной ветреной ночью пламя светильника колышется под порывами ветра, и если вы, сидя рядом с этим светильником, пытаетесь читать книгу, то не сможете как следует разглядеть букв. Если же пламя горит ровно, вам легко читать. Без помощи шаматхи трудно развить в себе мудрость, которая является познанием пустоты, а с помощью шаматхи вам будет легко породить в себе випашьяну. Последовательно размышляя над четырьмя благородными истинами, вы в итоге ощутите желание: “Да освобожусь я от сансары и да достигну я освобождения”. Также вы поймете, что ваше освобождение не есть что-то внешнее – напротив, оно находится внутри вас.

Как узнать, что в вас породилось чистое отречение? Лама Цонкапа в своем труде “Три основы пути” говорит: “Если, размышляя о четырех благородных истинах, ты денно и ночью жаждешь достичь освобождения и это желание возникает в тебе непроизвольно, значит, ты достиг отречения”. Подобное желание не обязательно присутствует у вас постоянно, но оно может в любой момент возникнуть в вашем уме, при одной только мысли о нем. Это все равно что заботливая мать, которая днем и ночью, и даже во сне помнит о своем ребенке, нуждающемся в ее опеке; она всегда готова броситься к ребенку, что-то для него сделать. Имея отречение, вы днем и ночью непроизвольно думаете: “Я должен освободиться от сансары, я должен достичь безупречного состояния ума, полностью свободного от омрачений. Если омрачения не уйдут из моего ума, это будет очень опасно, это худшая из всех болезней, из-за которой я страдаю с безначальных времен и по сей день. Другие болезни временны, а эта постоянно со мной, поэтому именно от нее мне нужно освободиться. Из этой болезни возникают все страдания. Слишком стараться для достижения временных целей глупо, ведь пока мой ум хронически болен омрачениями, куда бы я ни отправился, кем бы ни стал, чего бы ни достиг, меня постоянно будут преследовать страдания. Они будут наступать на меня как волны: одно страдание пройдет – накатит другое, и так без конца. Во множестве предыдущих жизней я желал освобождения от сансары, но не мог осуществить это желание. Теперь я обрел драгоценную человеческую жизнь, встретился с безупречной Дхармой, с полным учением Будды, которое представляет собой союз сутры и тантры. Если я на этот раз не вырвусь из сансары, то никогда не настанет момент, когда я смогу от нее освободиться, и мои непрерывные страдания продолжатся”.

Думайте так, и в вас начнет зарождаться сильная решимость достичь освобождения, и тогда всякие мирские цели и деятельность станут для вас второстепенны: если вы их достигнете – хорошо, если не достигнете – ничего ужасного. Достигнув какую-либо мирскую цель, вы столкнетесь с новыми проблемами, трудности ждут вас и в том случае, если вы не достигнете ее. Основным источником проблем является неведение, поэтому, когда у вас в повседневной жизни возникают какие-либо трудности, никогда не вините в этом других, обвиняйте только собственные омрачения. Именно вследствие омраченности вашего ума возникают все страдания.

Не пытайтесь изменить внешний мир, старайтесь изменить себя внутри. Если внешняя обстановка неблагоприятна, вы все равно не сможете ее изменить. Когда вокруг вас тысяча зеркал и в каждом из них отражается ваше грязное лицо, вам не нравится повсюду видеть эту физиономию. Однако если вы попытаетесь вымыть все зеркала, то не сможете стереть с них это грязное лицо. Вы должны понять: это отражение вашего собственного лица, и если вы не желаете смотреть на эту грязную физиономию и хотите избавиться от неприятной обстановки, вы должны изменить что-то в себе. Просто пойдите и умойтесь, почистите свой ум, и тогда отражение в зеркалах станет чистым и атмосфера станет приятной. Великие мастера прошлого говорили: “Чистая земля находится недалеко от вас. Если вы очистите ваш собственный ум, чистая земля возникнет в том месте, где вы живете”. Одно и то же место для одних людей ужасно, для других это мандала, для третьих приятно, а для кого-то оно и не хорошее, и не плохое. Это все отражения вашего собственного сознания. В одном и том же месте вы можете испытать самые разные чувства. Это говорит о том, что все внешнее является отражением внутреннего – вашего состояния ума, поэтому в буддизме субъективное и субъект играют более важную роль, чем объект и объективное.

В науке до недавнего времени слишком большой упор делался именно на сферу объективного, благодаря этому изучение объектов прогрессировало. В буддизме же, наоборот, основное внимание уделяется субъекту, поскольку буддисты всегда считали, что когда развитие субъекта достигнет высокого уровня, он сможет оказывать воздействие на объект и обретет способность контролировать четыре внешних элемента. Миларепа, к примеру, ходил по воде, то есть благодаря высокому уровню его субъективного развития он обрел контроль над своими четырьмя внутренними элементами и смог контролировать четыре внешних элемента. Когда человек овладевает контролем над этими элементами, для него элемент воды может стать элементом земли. Не то, чтобы вода превратилась в землю, – не так. В природе все состоит из четырех элементов и зависит от того, какой элемент преобладает, то есть пока в воде преобладает элемент воды – она вода, а если в воде начнет преобладать элемент земли, то она может проявить себя как земля. Например, когда вода затвердевает и превращается в лед, она по своей сути остается водой, но в ней преобладает элемент земли.

Каждый объект состоит из четырех элементов, и когда вы обретете контроль над своими внутренними элементами, вы также сможете контролировать и внешние элементы. Тогда вы сможете ходить по воде, летать по воздуху, помещаться в роге, как Миларепа, и в этом нет ничего сверхъестественного, потому что в основе этих явлений есть определенный механизм. Допустим, ученые изобрели устройство, автоматически открывающее двери перед посетителями магазинов. Это не чудо, а техническое приспособление. У всего есть свои тонкие механизмы, и если люди не понимают принцип их работы, то говорят: “Это чудо”, и удивляются до потрясения. Поскольку результат зависит от причины, то существует некий связывающий их механизм, то есть когда вы создадите причину, возникнет соответствующий результат. Обычные люди не знают, как создать тонкую причину, и очень удивляются, когда видят следствие этой причины, восклицают: “Фантастика!” Потенциально вы все обладаете подобными способностями, но это не столь важно, самое главное – освободить ваш ум от омрачений, тогда и способности проявятся.