

Новосибирск

14 – 16 декабря 2007 г.

Лекция № 1

Как обычно, установите в потоке своего сознания правильную мотивацию. Мотивацию, направленную на то, чтобы обуздать свой ум и принести пользу живым существам. На этот раз я решил дать наставления по тексту Дже Ринпоче, в котором даются сжатые наставления о том, как заниматься медитацией на пустоту и возвращать шаматху. Эти наставления Дже Ринпоче получил напрямую от Манджушри. Этот текст называется «Каким образом заниматься медитацией на равенность сансары и нирваны». Не различение нирваны и сансары обозримо в равном характере сансары и нирваны – равностном состоянии сансары и нирваны. Сначала сделаем подношение мандалы. Визуализируйте меня в образе Манджушри, думая о том, что мы получаем учение напрямую от Манджушри.

Сначала автор данного текста Дже Ринпоче выражает поклонение Манджушри, от которого он получил эти наставления напрямую. Дальше Дже Ринпоче говорит о том, что для того чтобы объяснить воззрение о не различении сансары и нирваны, эти наставления даются в трех разделах.

Первый – подготовка, второй – само учение, третий – заключение.

Что касается подготовки, то существует четыре вида подготовок. Для того чтобы познать воззрение пустотности и заниматься медитацией, очень важна подготовка. Если без подготовки слушать учение, то есть вероятность впасть в крайность нигилизма – крайность отрицания. Если без подготовки вы будете пытаться заниматься медитацией на пустотность, то это будет абсолютно неправильная медитация. Подготовка очень важна. Поэтому Дже Ринпоче говорит, как советует Манджушри, что эти четыре вида подготовки очень важны.

Первая подготовка состоит в том, что для того чтобы войти в буддизм очень важно принять прибежище. Манджушри не говорит, что для того чтобы стать буддистом, нужно начитать сто тысяч раз мантру прибежища. Не это. Главное – это практика прибежища. Первая ваша подготовка – это попытаться взрастить в сердце прибежище. Для этого у вас должен быть некоторый уровень веры в то, что есть жизнь после смерти. Буддийское прибежище не значит обращение к богу: «Пожалуйста, защити меня, помоги мне». Это не прибежище. Это у всех есть. Буддийское прибежище состоит в том, что у вас, верующего буддиста, должна быть вера в то, что есть жизнь после смерти, вера в закон кармы. И, согласно теории вероятности, у нас большая вероятность получить рождение в низших мирах, потому что у нас больше отрицательной кармы, больше отрицательных кармических отпечатков. Вот этот страх – страх рождения в низших мирах и заставляет нас обратиться к Будде, Дхарме и Сангхе: «Пожалуйста, помогите мне не родиться в низших мирах, сохраните меня от рождения в низших мирах». Вот это есть буддийское прибежище.

Среди Трех Драгоценностей вы больше принимаете прибежище в Дхарме, чем в Будде. Это и есть буддийское прибежище. Если вы больше веряете себя Будде, то у вас сразу появляется мысль о том, что Будда – это бог-создатель, который спасет вас от рождения в низших мирах. Нет, Будда не сможет этого сделать. Будда может помочь вам – показать вам путь, но Дхарма – это главный защитник. Дхарма дает нам знание о том, что есть жизнь после смерти. Дхарма учит нас пониманию закона кармы, учит тому, что главное противоядие – не совершение не благой кармы, а совершение благой кармы, накопление добродетелей, накопление мудрости – это и есть Дхарма. Медитация о пустотности – это тоже Дхарма. Поэтому среди Трех Драгоценностей наибольший защитник – это Дхарма.

Когда у вас в сердце такое прибежище, то появляется больше желания получать учение о пустотности, которое является главным противоядием от ваших страданий. Поэтому в повседневной жизни возвращайте в сердце прибежище – это первая подготовка. Каждый день старайтесь возвращать истинное прибежище в сердце и читать мантру НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ, НАМО ДХАРМАЯ, НАМО САНГХАЯ три-пять минут. Не обязательно тридцать дней подряд сидеть и читать мантру прибежища. Каждый день – постоянная практика, в течение пяти минут возвращайте прибежище в сердце. В практике прибежища главное – не произнесение мантры, а возвращение его в своем сердце. Когда вы видите страдания вокруг, то вы должны сказать себе, что прибежище в доме, деньгах, машине – это ненадежное прибежище. Иногда вы принимаете прибежище в муже, жене – это тоже ненастоящее прибежище.

Муж может вас бросить, жена тоже, а Три Драгоценности никогда не бросят. Три Драгоценности никогда не обманут и не бросят – никакого кошмара нет. Когда у вас сильное прибежище в доме, а потом дом ломается, то возникают сильные страдания. То же самое и с бизнесом. Бизнес – это тоже ненадежное прибежище. Когда полагаются только на свой бизнес и находят в нем прибежище, как только бизнес начинает рушиться, люди кончают жизнь самоубийством. Таких историй множество. Все потому, что у них был неправильный объект прибежища. Буддизм не говорит, что не надо ни в чем принимать прибежище, но это временное прибежище. Мой дом – это временный объект прибежища, это мой временный помощник в жизни. Деньги – это тоже временный помощник. Истинное прибежище – это Будда, Дхарма и Сангха. Если понимать и принимать это по-настоящему, то тогда истинное прибежище останется в вашем сердце.

А как вы делаете? Начитали сто тысяч мантр прибежища, а потом, когда закончили ретрит, оказываетесь в городе, и как только видите деньги, глаза у вас сразу становятся большие, и вы думаете: «О, деньги, мне нужны деньги!» Вы сразу начинаете думать, что деньги – это самое главное, каким уж тут прибежищем заниматься! Десять, двадцать, тридцать дней занимались, с утра до вечера читали НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ, НАМО ДХАРМАЯ, НАМО САНГХАЯ. А тут вернулись в обыденную жизнь, и что получается – деньги самое главное! Это не Дхарма, это неправильное поведение.

Прибежище – это правильный принцип. Даже в этой жизни все это: дом, деньги, бизнес и так далее, – все это ненадежные объекты прибежища. Когда я умру, то деньги не смогу с собой забрать, дом не смогу забрать, даже тело свое не смогу забрать. Все это очень ненадежно. Самое надежное – это Будда, Дхарма и Сангха. Это Три Драгоценности. Но главное – это Дхарма. Если в сердце есть чуть-чуть хороших качеств ума, то это уже Дхарма, – это мое прибежище. Если есть немного доброты в сердце – это тоже Дхарма.

Слушая учение, вы накапливаете положительную карму. Это тоже прибежище. Это тоже Дхарма. Если вы верите, что есть будущая жизнь – это тоже Дхарма. Дхарма – это копилка для накопления добродетелей. Из жизни в жизнь вы будете становиться счастливее. Дхарма – это то, что делает вас счастливее. Если Дхарма у вас в сердце, то, даже не имея одежды, как Миларепа, вы везде будете счастливыми. Это называется прибежищем. Буддийское прибежище – это не просто произнесение мантры НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ, НАМО ДХАРМАЯ, НАМО САНГХАЯ. Даже не произнося эти слова, иметь их в своем уме, принимать их в сердце, – это и есть практика прибежища. Когда вы начинаете бояться перерождения в низших мирах и перестаете переживать из-за временных страданий – это и есть прибежище.

Как же дела обстоят на самом деле? Мы абсолютно не боимся страданий от рождения в низших мирах. Даже если завтра вы не сможете дышать, будете умирать, вам врач скажет,

что все – конец вам пришел, у вас все равно не будет страха от рождения в низших мирах. Вы абсолютно не боитесь переродиться в низших мирах. Вы даже не думали об этом. Это сейчас у вас понемногу начинает появляться страх от перерождения в низших мирах.

Мы боимся столько глупых вещей! Один седой волосок появляется на голове, и у нас сразу же появляется страх: «О, я становлюсь некрасивым!» Нужно понимать, что с момента рождения мы сразу же начинаем стареть. У нас так много глупых страхов! Мы боимся не получить желаемое, боимся расстаться с чем-то приятным. Вы должны понять, когда у вас есть настоящее прибежище в сердце, вы освобождаетесь от депрессий. Если вы впадаете в депрессию или в отчаяние, это знак того, что у вас нет настоящего прибежища в сердце. Настоящим противоядием от депрессии является возвращение практики прибежища. При возникновении депрессии вам уже не надо будет обращаться к экстрасенсам, психиатрам, психологам и так далее. Вы будете заниматься медитацией на страданиях от рождения в низших мирах. Если вы много будете думать о страданиях от рождения в низших мирах: «Если я там получу рождение – это же настоящая катастрофа. Настоящий ужас!» – то этот страх освободит вас от мирских депрессий и страхов.

Буддийский философ Нагарджуна говорил: «Каждый день, по крайней мере, три раза в день, задумывайтесь о страданиях от рождения в низших мирах – это поможет вам освободиться от мирских страданий и взрастить сильное прибежище в своем сердце». Поэтому мой совет вам такой: каждый день напоминайте себе о страданиях от рождения в низших мирах, три раза в день. Это вам не будет мешать работать. Даже когда еду готовите, подумайте три раза о страданиях от рождения в низших мирах. Когда куда-нибудь идете, вместо того чтобы думать о том, что этот человек с вами не так поступил, а тот не так сделал, лучше три раза подумайте о страданиях в низших мирах.

Теперь вторая подготовка. Это учение Манджушри дал напрямую Дже Ринпоче. Оно очень сжатое. Для того чтобы открыть дверь благословения, нужно возвращать в себе почитание Учителя. Манджушри не говорил, что нужно сто тысяч раз прочитать мантру почитания Учителя. Нет, не так. Заглавие звучит так: «Для того чтобы открыть дверь получения благословения, возвращай в себе почитание Учителя». Само заглавие очень интересно, в нем заложено очень много смысла. Мы все время говорим: «Будды, бодхисаттвы, пожалуйста, благословите меня!» Но если нет почитания Учителя, то дверь закрыта. Тысячи будд и бодхисаттв день и ночь благословляют вас, а дверь закрыта. Благословения не получатся. Если вы откроете дверь благословения, то тогда день и ночь, даже когда вы будете спать, вы все равно будете получать благословение всех будд и бодхисаттв.

В практике почитания Учителя есть две главные вещи. Начитывание мантры Учителя – это не почитание Учителя. У вас в сердце должны быть вера и уважение к Духовному Учителю. Это и есть практика почитания Учителя. Веру вы возвращаете через видение качеств Духовного Учителя. Вы не можете увидеть внутренние качества Учителя, но вы можете судить о его внутренних качествах по тем наставлениям, которые он вам дает, по его речи. Особенно тот Учитель, который дает вам наставления по Ламриму, должен быть вашим коренным Духовным Наставником. Атиша получал самые различные наставления и посвящения от сотен учителей, но он говорил: «Серлингпа – это мой коренной Учитель, потому что от него я получил наставления по Ламриму». Учитель, который открыл ваш ум, который дал вам полные наставления, – вот этот Учитель должен стать вашим коренным Учителем. Вы должны сравнить, каким вы были и что вы знали до того, как встретили Учителя. И теперь – что вы знаете, каким вы стали, после того как встретили его и получили от него наставления. Вот это есть доброта Учителя. Чем больше вы начинаете понимать, чем больше ваш ум открывается, тем лучше вы начинаете осознавать, что ваш Учитель подарил вам самую большую драгоценность – Дхарму. Ваш Учитель становится

для вас драгоценностью, исполняющей желания. Все знания, которые вы получаете от Учителя, и которые остаются у вас в сердце, становятся сокровищем, исполняющим желания. Когда вы получаете драгоценные наставления от Учителя, вы начинаете видеть, насколько высоки качества вашего Духовного Наставника. Поэтому вы должны судить о своем Учителе только по тем духовным наставлениям, которые вы получаете от него, а не по тому, как он выглядит.

Один монгольский геше, будучи в Тибете, услышал, что Его Святейшество Далай-лама XIV, которому тогда было пятнадцать лет, дает наставления. Он сказал: «Если я не пойду на это учение, то люди будут говорить, что я высокомерен, а если пойду, то, что я могу полезного и ценного услышать от пятнадцатилетнего мальчика?» И он сказал об этом другим геше. Он как думал, так и сказал, он не стал хитрить. Но все-таки он решил: «Ладно, я пойду». Он пошел туда, и после того как он вернулся с учения, другие геше начали его спрашивать: «Наверное, тебе было очень скучно и неинтересно сегодня?» На что он им ответил: «Не надо так говорить. Я глупец, как я мог говорить такое! Он настоящий Авалокитешвара! Как я мог говорить, что он просто пятнадцатилетний мальчик, он – настоящее божество. Это настоящий Авалокитешвара, потому что невозможно, чтобы простой пятнадцатилетний юноша давал такие наставления. Сегодня я получил так много знаний, так много узнал того, чего раньше даже никогда не слышал! Невозможно, чтобы обычные люди давали такие наставления. В такой ясной последовательности, без всяких противоречий, – только Авалокитешвара может давать такие наставления!»

Если у вас логика высокого уровня, то вы можете судить, кто из ваших Учителей является Буддой, а кто не является Буддой, исходя из их учений. Но пока вашей логики недостаточно, чтобы различать, кто Будда, а кто нет. Кто-то из Учителей вам скажет: «Ты очень умный, ты особый ученик, особый человек». Ваше эго начинает говорить: «О, он все видит, он настоящий Будда, он сказал, что я особенный!» А если Учитель начинает ругать вас: «Ты глупый!», то вы сразу говорите: «Он не Будда, потому что Будда не может не видеть, что я умный».

Поэтому, во-первых, думайте и помните о качествах своего Духовного Наставника. Не надо смотреть на его плохие качества, смотрите только на его хорошие качества. И тогда ваша вера будет увеличиваться. Его доброта, его мудрость, его знания – вот это вы должны ценить. И тогда ваша вера будет по-настоящему увеличиваться. Во-вторых, помните о доброте вашего Учителя. Как говорил Нагарджуна: «Каждый день, три раза в день, помните о страданиях от рождения в низших мирах». Точно также, три раза в день помните о хороших качествах и доброте вашего Духовного Наставника. Это и есть преданность Гуру. Как отец, он жизнь за жизнью защищает вас. У вас с ним кармическая связь еще с прошлых жизней, поэтому он приезжает из самых отдаленных мест и дает вам учение. Вот это и есть доброта вашего Учителя. Если есть хорошая связь между учеником и Учителем, то где бы ученик ни родился, Учитель приезжает туда и дает ему наставления. Это и есть доброта Духовного Наставника. В прошлом Наропа три года искал Тилопу, чтобы получить наставления. Вам же не надо ходить и искать три года, Учитель к вам сам приезжает и дает наставления. Это и есть доброта Учителя.

«Учитель устраняет мое неведение, как солнце устраняет темноту. Как луна, он устраняет мои страдания. Он как проводник, который ведет меня к состоянию будды», – думайте так о доброте вашего Учителя, и тогда почитание Учителя само будет возникать в вашем сердце.

Мантра Духовного Наставника, краткая мантра: ОМ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ. Духовный Наставник проявляется как обычный человек, но на самом деле он – Будда Ваджрадхара.

Иногда визуализируйте Будду Ваджрадхару в своем сердце, когда читаете мантру ОМ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ, – белый свет и нектар, которые растворяются в вас и очищают вас. Визуализируйте своего Духовного Наставника в облике Будды Ваджрадхары на макушке головы, а в тот момент, когда вы читаете мантру ОМ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ, вы видите, как от него исходят белый свет и нектар, которые очищают вас и даруют вам благословление. Это вторая подготовка.

Когда вы раскрываете врата прибежища и входите в буддизм, вы становитесь буддистом. Затем вы раскрываете врата благословения с помощью возвращения почитания Учителя, и тогда постижение пустотности будет гораздо легче. Медитация на пустотность будет более эффективной. Затем, для того чтобы накопить добродетели, важна практика подношения мандалы. Каждый день, три раза нужно делать подношение мандалы.

Как мы обычно занимаемся практикой? Мы делаем практику абсолютно неправильным образом. Мы каждый день делаем что-то типа практики: начитываем очень много молитв, садхан, получаем посвящения, читаем целыми днями, а в голове крутятся мысли: «Уже спать пора, быстрее уже надо заканчивать!» Это не практика. Я спрашиваю вас: «Делаете ли вы практику каждый день, таким образом, как я вам советую?» Нет, не делаете! Даже на пять минут вы не открывайте дверь в буддизм! На пять минут вы не раскрываете дверь для получения благословения! Если вы даже этого не делаете, какая тогда польза от того, что вы сидите по два-три часа и начитываете садханы? А потом говорите: «Я уже десять лет практикую, и нет никакого результата, нет никаких реализаций!» Конечно, не будет никакого результата, если вы неправильно, и поэтому неэффективно, занимаетесь!

Поэтому с этого момента не делайте большой упор на чтении многих садхан, получении огромного количества посвящений. Это не мой совет. Это совет, который дал Манджушри. Каждый день, перед тем как приступить к практике, помните о страданиях от рождения в низших мирах и пытайтесь возвращать в своем сердце прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе, особенно в Дхарме. Но самое главное прибежище – это Дхарма в вашем сердце. Когда вы развиваете в своем сердце немного доброты, сострадания – это Дхарма, которая защитит вас. Не надо думать, что Дхарма в уме Будды защитит вас. Ваша Дхарма, в вашем сердце – вот ваш главный защитник. Поэтому вы начинаете возвращать эту Дхарму. Это и есть прибежище.

Нужно понимать, что есть два вида Дхармы. Первый вид – это качества Будды, реализация, достигнутая им. Эта Дхарма в его сердце, в его уме. Второй вид – это Дхарма в вашем сердце, которая и есть настоящее прибежище. Не надо думать, что Дхарма в уме Будды защитит вас. Дхарма, которую вы сможете взрастить в себе, будет вас защищать. Доброта, сострадание, мудрость – вот это Дхарма вашего сердца. Это главный объект прибежища. Когда вы принимаете настоящее прибежище, это значит, что вы стремитесь увеличить все больше и больше Дхарму, которая есть в вашем сердце и уме. Это и есть буддийская практика – стремление взрастить в себе Дхарму. Если хотя бы пять минут практиковать именно так, то это будет истинной практикой прибежища!

Затем возвращение почитания Учителя. Не нужно слишком много визуализаций. Представляя Будду Ваджрадхару в своем сердце, вы должны взрастить веру и уважение к Учителю, потому что тайное тело Духовного Наставника – это Будда Ваджрадхара. Вы должны думать: «Так как сейчас я не могу видеть Будду Ваджрадхару, чтобы принести мне пользу, он является передо мной в обычном человеческом теле моего Учителя. Поэтому к нему я должен возвращать свое почитание, уважение и веру». Затем вы делаете подношение мандалы Будде Ваджрадхаре в вашем сердце. Эти вещи можно делать, даже не читая книги. Иногда книги лучше не читать. У Миларепы, когда он медитировал в горах, вообще ни

одной книги не было! Все его знания были из слушания учения. Потом он сел и медитировал. Сначала он развивал подготовку, и после этого каждый день медитировал.

Третья подготовка. Говорится, что для того чтобы накопить добродетели, нужно делать подношение мандалы. Существует четыре вида мандалы: внешняя, внутренняя, тайная и таковости.

Подношение внешней мандалы выполняется следующим образом. Визуализируйте Будду Ваджрадхару у себя в сердце или на голове; своего Духовного Наставника в облике Будды Ваджрадхары, потому что Будда Ваджрадхара в данный момент есть воплощение всех будд и бодхисаттв, всех божеств. Затем визуализируйте гору Меру, четыре континента, все красивые вещи, все, что есть красивого, прекрасного, лучшего, все это вы подносите как мандалу Будде Ваджрадхаре: «Пожалуйста, Будда Ваджрадхара, я Вам подношу все это с тем, чтобы Вы благословили мой ум, чтобы я смог накопить большие добродетели, с помощью которых впоследствии смогу помочь всем живым существам».

Когда вы делаете подношение внешней мандалы, визуализируйте перед собой гору Меру, четыре континента, но это не обязательно должно быть так. Вы можете внутри этого визуализировать все, что есть лучшего, все, что есть красивого. Затем от этой мандалы исходят две ветви, на концах которых располагается еще по одной мандале. От них еще две, на них еще две и так далее – бесконечное число мандал, которые вы подносите Будде Ваджрадхаре – воплощению вашего Учителя, всех будд и божеств, чтобы с помощью этого накопить добродетели и помочь всем живым существам. Когда вы делаете подношение внешней мандалы, вы визуализируете гору Меру, четыре континента, но не обязательно в такой форме, можно просто визуализировать любой красивый объект в таком виде. От этой мандалы сверху отходят две ветви, от них еще две и так бесконечное число мандал.

Внутренняя мандала – это ваше тело. Ваш живот – это гора Меру, руки и ноги – четыре континента. Все это вы визуализируете как мандалу и подносите Будде Ваджрадхаре. Тайная мандала – это союз блаженства и пустоты. В виде мандалы вы подносите это единство Будде Ваджрадхаре. Таковость, как мандала, хотя и пуста от истинного существования, но, тем не менее, проявляется как мандала, и вы эту таковость подносите Будде Ваджрадхаре.

По крайней мере, три раза в день делайте подношение мандалы. Когда вы принимаете пищу, визуализируйте ее как мандалу и преподнесите ее Будде Ваджрадхаре. Или жидкость, которую вы пьете, визуализируйте как нектар и тоже делайте подношение. В данный момент вы еще не понимаете, насколько это важно для накопления добродетелей. Подношение мандалы – это накопление добродетелей. Добродетель – причина вашего счастья.

Маленькие дети не понимают, когда наступает благоприятный момент – сезон для того, чтобы заниматься бизнесом, поэтому они в любое время начинают разбрасываться деньгами, и потом их просто теряют. Взрослый же человек знает, когда наступает необходимое время, когда наступает сезон. Знает, что именно в этот момент не надо терять времени. Тогда он начинает вкладывать деньги и много зарабатывать. После этого он может отдыхать. Сейчас, когда у вас есть драгоценная человеческая жизнь, у вас наступил кармический сезон для накопления добродетелей, накопления кармических денег. А те живые существа, которые переродились как животные, как собака, думают, насколько вы счастливые и удачливые. Вы, получив драгоценную человеческую жизнь, имеете возможность слушать драгоценное учение и накапливать добродетели. Каждый день вы можете накапливать огромные добродетели! А если вы не используете эту редкую возможность, тогда в чем смысл вашей драгоценной человеческой жизни? Поэтому, когда у

вас наступил сезон драгоценной человеческой жизни, не теряйте время, каждый день накапливайте добродетели! Каждый день старайтесь анализировать: «Взрастил ли я действительно сегодня в своем уме прибежище? Открыл ли дверь благословения? Накопил я сегодня добродетели или нет?» Каждый день старайтесь подводить итог. Тогда вы будете знать, занимаетесь вы эффективной практикой или нет.

Если бизнесмен каждый день не будет подсчитывать, сколько он потерял денег, сколько заработал, сколько вложил, сколько он получит; если он не занимается этим, то однажды потеряет все. Каждый день он будет крутиться, а результата не будет. Если каждый день не вести подсчет, то можно все потерять. Вы сейчас как бизнесмены, которые не следят за своим счетом. У вас нет бухгалтера. А как без бухгалтера? Как заниматься бизнесом, считать прибыль? У вас внутри должен быть бухгалтер! Одно из состояний вашего ума должно быть как бухгалтер, который каждый день подсчитывает, сколько добродетелей и сколько негативной кармы вы накопили за этот день. И когда он видит, что отрицательной кармы вы накопили больше, он должен обратиться к вам, как к королю вашего царства: «Вы знаете, в нашем царстве большие потери! Сегодня накоплено очень много отрицательной кармы и очень мало положительной кармы! Что я могу сделать? Надо что-то предпринимать!» Как бизнесмен, который в один день потерял много денег, он говорит: «Мы не должны этого больше допускать!» Ваш внутренний бухгалтер видит, что в этот день вы испытали сильный гнев, а это значит, что вы потеряли огромное количество позитивной кармы и накопили очень много не благой кармы. И тогда ваш король должен решить, что такого вы больше не будете допускать. Иначе вы обанкротитесь.

Вот это и есть буддийская практика! Это не помешает вашим мирским делам. Например, женщины, когда еду готовите, вместо того чтобы думать: «Мой муж такой-сякой, никогда не помогает мне готовить!» – вы должны, как бухгалтер, подсчитывать, сколько у вас хороших мыслей было, сколько плохих: «Вот тут я хорошо поступила, вот здесь не очень, не буду так больше поступать!» Ваша буддийская практика может не мешать вашей мирской деятельности. Они могут сосуществовать в гармонии. Ленивые люди, для того чтобы избежать мирской деятельности, заявляют: «Я хочу заниматься медитацией в горах». Мой Учитель говорил мне: «Люди, которые ничего не могут достичь в мирских делах, и в духовной практике никогда ничего не смогут сделать!» Такой человек, уйдя в горы, через некоторое время скажет: «Нет, я хочу заняться чем-то другим!» Всю жизнь такой человек будет избегать всякой ответственности. Поэтому никогда не отказывайтесь от своей ответственности. Все время думайте о своей ответственности – это тоже практика!

Теперь четвертая подготовка. Для того чтобы очиститься от отрицательной кармы, необходима практика Ваджрасаттвы. Главное в практике Ваджрасаттвы – возвращение четырех противоядий. Первое – это раскаяние. Необходимо искренне раскаяться во всех негативных поступках, которые вы совершили в прошлом и в настоящем. Сила вашего раскаяния в отрицательных поступках будет зависеть от того, насколько глубоко вы размышляете о последствиях совершенной вами не благой кармы. Очень важно размышлять о том, что результатом накопления отрицательной кармы станет перерождение в низших мирах. Следует также верить и размышлять о том ужасе и невыносимых страданиях, которые испытывают существа в мире ада: «Если я не хочу получить рождение в низших мирах, я должен избавиться от тех негативных кармических отпечатков, которые являются прямой причиной получения рождения в низших мирах».

Это как опасный вирус. Если не избавиться от вируса сейчас, то можно потерять свою жизнь. Вирусы мы не можем увидеть глазами, но ученые могут нам подтвердить, что такой-то вирус является причиной определенного заболевания, которое может стать причиной смерти. Хотя вы никогда не видели ни одного вируса, но когда врач говорит вам, что у вас

вирус, он может привести к болезни, и вы потеряете свою жизнь, вы начинаете испытывать жуткий страх и стремитесь любыми способами избавиться от этого вируса. Вы же не говорите: «Я не видел этого вируса, поэтому я не верю в его существование!» Это научное открытие – оно очень чистое. Это не пустословие! Сначала все посмотрели, изучили, потом проверили все анализы и сделали научное открытие. Это правда. Я не вижу вирусы, но я верю в их существование. Мы все верим, потому что мы не можем всего увидеть своим зрительным сознанием, но мы верим подлинной информации. Мы верим в подлинный источник. Точно также с кармой. Отрицательные кармические отпечатки – это вирус, который открыт Буддой. Если сейчас не очиститься от этих негативных кармических отпечатков, то они могут стать причиной рождения в низших мирах. Хотя вы и не видите негативные отпечатки, но вы должны верить, что это открытие Будды, и вы должны каждый день очищаться от этих негативных отпечатков. Вот это и есть ваша практика. Две с половиной тысячи лет назад Будда открыл это, после этого данный факт был исследован многими подлинными мастерами буддизма, и они пришли к такому же выводу. Они действительно очищались от негативных отпечатков и достигали желаемого результата.

Второе противоядие – вверение себя объекту прибежища. Это Ваджрасаттва над вашей головой. Третье противоядие – начитывание мантры ОМ ВАДЖРАСАТТВА ХУМ ПЭ или стослоговой мантры Ваджрасаттвы. Визуализируйте, как от Ваджрасаттвы исходят белый свет и нектар, очищая вас от отрицательных кармических отпечатков. Четвертое противоядие – возвращение решимости: «Я больше никогда не буду совершать таких негативных поступков – накапливать отрицательную карму!»

Каждый день старайтесь заниматься практикой Ваджрасаттвы в течение двух-пяти минут. Не обязательно полностью читать садхану Ваджрасаттвы. Достаточно просто подумать о том, сколько негативной кармы вы уже накопили, взрастить в себе истинное раскаяние, подумать о том, что вы столько всего натворили за все свои предыдущие жизни и что у вас большая вероятность переродиться в низших мирах. Вы должны думать: «Сегодня я уже столько плохого сделал, вчера я тоже много всего натворил. Это очень плохо!»

Сначала вы искренне раскаиваетесь, представляете Ваджрасаттву у себя на голове, затем начитываете мантру и представляете белый свет и нектар, которые очищают вас от негативной кармы, накопленной деяниями ваших тела, речи и ума, а в конце возвращаете решимость впредь не совершать негативных поступков. Вот эти четыре практики делайте каждый день! Не обязательно начитывать садхану, теперь вы можете запросто запомнить наизусть и применять эти четыре практики. Вот тогда вы занимаетесь настоящей практикой.

Формально вы можете заниматься практикой в форме медитации. Садитесь на свою подушку и начинаете заниматься. Сначала вы возвращаете прибежище, и начитываете мантру НАМО ГУРУБЭ, НАМО БУДДАЯ, НАМО ДХАРМАЯ, НАМО САНГХАЯ. Затем развиваете почитание Учителя, возвращая уважение и веру в него, начитываете мантру ОМ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ. Затем делаете подношение мандалы Будде Ваджрадхаре. Затем выполняете практику Ваджрасаттвы. При этом Будда Ваджрадхара на макушке вашей головы преобразуется в Будду Ваджрасаттву. Тогда с каждым днем ваш ум будет становиться все счастливее и счастливее! Ваши тело, речь и ум будут находиться под контролем. Потому что, если вы каждый день будете снова и снова применять четвертое противоядие – решимость не совершать негативных поступков: «Я никогда больше не буду этого делать. Я буду стараться изо всех сил не совершать больше такого плохого поступка!» – то ваш ум будет становиться все сильнее и сильнее. Ваш ум будет успокаиваться.

Один раз разозлился – сразу же нужно вспомнить о практике Ваджрасаттвы и сказать себе: «Я больше злиться не буду!» Через неделю опять разозлитесь, нужно сразу же сделать

практику Ваджрасаттвы и сказать себе: «Я больше не буду никогда злиться!» Потом вы вообще никогда не сможете злиться. Вот тогда будет прогресс! А вы думаете: «Если я буду заниматься медитацией, то Ваджрасаттва даст мне благословление, и я больше никогда не смогу злиться!» Вы сами себя должны контролировать, вы должны ругать себя и развить в себе решимость: «Я больше никогда так делать не буду! Так дальше нельзя!» Сами злитесь, и другим покоя не даете, всем мешаете. Что это, разве так можно? Скажите себе: «Ты злой дух!» Вы и вправду как злой дух. Что такое злой дух? Когда вы злитесь, вы как злой дух, потому что никому покоя не даете, всем мешаете. Это значит, что у вас здесь, в сердце – злой дух!»

Теперь сама практика. Я даю вам это учение в очень сжатом виде. Детально вы эту практику можете найти в Ламримае. Я даю вам эти четыре подготовительные практики в сжатом виде, а когда вы все будете более детально получать наставления по Ламриму, то эти четыре практики – подготовки будут становиться все эффективней и эффективней. Чем более детально вы будете получать наставления по Ламриму, тем сильнее и сильнее будут становиться эти четыре практики подготовки. Вы начнете понимать, что такое Дхарма. Ваша ежедневная практика будет становиться все эффективней и могущественней!

В результате применения этих четырех практик вы будете становиться счастливее день за днем, ваш ум будет успокаиваться, ваши реализации будут увеличиваться, негативная карма будет очищаться. Вы будете чувствовать, что даже ваше тело становится чище, вам будут сниться сны, будто вы купаетесь в очень чистой воде, будто вы летаете, – все это знаки того, что ваша подготовительная практика очень эффективна. Ваш ум становится очень спокойным. Вы уже не ищете для себя чего-то большего снаружи. У вас появится желание еще больше углублять вашу практику. Сейчас ваш ум постоянно что-то ищет. Даже когда вы стали буддистом, ваш ум все равно продолжает искать что-то новое: «Что будет говорить мне новый Учитель? Я хочу узнавать все больше и больше нового!» А потом вообще ничего не получаете.

В Тибете жил снежный человек йети. Он каждый день, с утра до вечера, ловил зайцев. Одного зайца поймает и кладет его под себя. Потом бежит второго ловить и его туда же складывает. Ночью, в конце концов, он хотел насладиться своей добычей, а у него не оказалось ни одного зайца! Потому что каждый раз, когда он поднимался, первый заяц убежал! Вы также делаете. Не надо так делать.

Теперь настоящая практика – настоящее учение. Здесь два раздела: обычная и необычная практика. Обычная практика. Манджушри сказал Дже Ринпоче: «Занимайся медитацией о двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения в прямой последовательности и в обратной последовательности». Это очень важная медитация. Во времена Будды большинство его учеников достигали высоких реализаций, занимаясь медитацией на двенадцатичленную цепь взаимозависимости.

Один старый монах получал наставления от Маудгальяянапутры. Он получил от него очень много наставлений, но не было никакого результата. Тогда Маудгальяянапутра с помощью ясновидения увидел, какое наставление может стать наиболее эффективным для совершенствования практики этого ученика. Маудгальяянапутра увидел, что лучшим толчком для увеличения эффективности практики данного ученика станет возможность увидеть тело, которым этот монах обладал в прошлой жизни. Маудгальяянапутра с помощью своей магической силы перенес ученика вместе с собой в то место, где находилось тело, которым он обладал при предыдущем рождении. Оказалось, что в своей прошлой жизни он был огромной рыбой, и вот эти останки лежали здесь. Старый монах, увидев целую гору костей, спросил своего Учителя: «А что это такое?» Маудгальяянапутра сказал:

«Это была большая рыба, и это ее кости, а обладал данным телом никто иной, как ты в своей прошлой жизни». Монах спросил: «Как, будучи в прошлой жизни рыбой, я смог получить человеческое рождение? А кем же я тогда был еще до этого? Какова эволюция моих рождений?»

Когда что-то касается вашей жизни, ваш ум открывается. Когда вы слушаете что-то, не касающееся вас, вам вообще неинтересно, что говорят. Но когда что-то касается вас, вам сразу хочется узнать и понять больше – открыть ум для этого. Двенадцатичленная цепь взаимозависимого происхождения открывает вашу эволюцию. Не чужих людей и то, что с ними было, а вашу эволюцию. Тогда ваше сердце открывается.

Старый монах сначала был в шоке, когда увидел, каким раньше было его тело. Ему стало интересно, какая была его эволюция, что с ним было еще раньше. Тогда Маудгальяянапутра дал ученику наставления по двенадцатичленной цепи взаимозависимости. Он показал монаху, кем он был в прошлой жизни и как продолжается круговорот сансары, через объяснение двенадцатичленной цепи взаимозависимости. Он сказал своему ученику: «Корень твоей сансары (сансара означает цикл вот этой цепи взаимозависимости, это и есть сансара) – неведение! Тогда старый монах спросил Маудгальяянапутру: «А каково противоядие от неведения?» Маудгальяянапутра объяснил, какое противоядие есть против неведения. Старый монах тут же сел в позу медитации внутри скелета тела своей предыдущей жизни и начал заниматься медитацией на двенадцатичленную цепь взаимозависимого происхождения в прямой и обратной последовательности. Это открыло его сердце. Когда с помощью эффективной медитации открывается ваш ум, это называется реализацией.

Каждый раз, когда вы открываете что-то новое в своем уме, это называется реализацией. Когда вы изучаете математику, каждый раз, когда вы достигаете понимания какого-то уравнения, получаете решение этого уравнения, это тоже может считаться своего рода реализацией. Это, конечно, небольшая реализация, но она тоже открывает ваш ум. Не слишком она, конечно, полезна. Эта реализация как чашка: есть чашка – хорошо, нет чашки – ничего страшного! Очень эффективны те реализации, которые позволяют вам избавиться от главной причины страданий, понять истину страданий и достигнуть высшего счастья! Это и есть настоящие реализации! Когда у вас есть болезнь, и вы с помощью врача узнаете о том, чем вы болеете, что у вас за болезнь, – это тоже реализация. Эта реализация поможет вам избавиться от болезни, но она не поможет вам избавиться от сансары. Потому что эта реализация связана лишь с небольшой болезнью. Даже если вы узнаете, какого цвета и размера планета Юпитер, это никак вам не поможет. Потому что ваше счастье никак не зависит от того, какого размера и цвета Юпитер.

Нужно понимать, что все знания хороши, но нужно искать такие знания, которые связаны с пониманием глубокого счастья и источников страданий. Существует огромная разница между открытием двенадцатичленной цепи взаимозависимости и открытием размера и цвета Юпитера. Научные открытия, касающиеся Юпитера, никак не связаны с вашей жизнью, а понимание двенадцатичленной цепи взаимозависимости поможет вам понять всю эволюцию ваших предыдущих жизней и эволюцию вашей будущей жизни. Эти знания о двенадцатичленной цепи взаимозависимости помогут вам понять, что есть источник ваших страданий и что есть источник вашего счастья. Вот это открытие – невероятное открытие!

Некоторые ученые делают открытия о кометах: куда они движутся, размер и цвет этих комет. Они очень детально все анализируют, но при этом их жизнь остается абсолютно такой же, как раньше. Ничего в их жизни от этого не меняется. Столько научных открытий о кометах – какой цвет у них, как он меняется и так далее. Огромное количество открытий, но

жизнь-то от этого не меняется. Все остается как раньше. Как маленький ребенок интересуется кометами, так и взрослый. Но от этого вся его жизнь остается прежней. Почему? Потому что тот, кто занимается научными открытиями, ничего не знает о своей собственной жизни!

Как говорил Атиша: «Открытия – это хорошо, но открытия, которые связаны с вашей жизнью, помогут изменить вашу собственную жизнь». Вы сами прекрасно знаете, что много ученых делают огромное количество открытий, но, в конце концов, некоторые из них сходят с ума. Это означает, что у них очень пронизательный, острый ум, который помогает им делать эти открытия, но весь этот ум направлен на внешнюю сторону жизни и абсолютно не касается совершенствования себя изнутри. Некоторые из-за этого теряются в мелких внешних вещах. Это происходит оттого, что они не повстречались с подлинным Духовным Наставником.

Несколько лет тому назад я встретился в Индии с одним американским ученым. Он рассказал мне, что до встречи с Его Святейшеством Далай-ламой XIV он упорно занимался научной деятельностью, но, в конце концов, пришел к такому состоянию, будто он наткнется на стену и не может преодолеть это препятствие, не может продвинуться дальше в своей работе. Он почувствовал себя очень несчастным. Когда он услышал, что Далай-лама дает где-то учение, он решил поехать туда. Он был настроен очень скептически: «Что может Далай-лама мне поведать, чему может меня научить такому, чего я не знаю?» После того как Далай-лама дал наставления, этот ученый сказал: «Он очень много говорил о моей собственной жизни. Мне показалось, что Далай-лама знает все о ней, и что он говорил именно о ней! Он мне рассказал столько вещей, которых я не знал. Я, оказывается, ничего не знал о своей собственной жизни, а интересовался только внешним миром. Когда я начал получать наставления по буддийской философии, для меня это стало как купание в океане. Сколько бы я ни плыл, все равно впереди остается очень много пространства». Поэтому я говорю вам, что наука Дхармы связана с вашей собственной жизнью. Нет ничего более важного и интересного, чем это.

Наше время вышло. Завтра мы продолжим учение о двенадцатичленной цепи взаимозависимости.

Сегодня вы должны заняться выполнением четырех практик, по которым вы получили наставления. Выполнение этих четырех практик называется «Испытание опытом». Поэтому вы должны сделать эту практику. Сначала принятие прибежища, но не так, как вы это обычно делаете. Сядьте и поразмышляйте, в чем обычно ваш ум находит прибежище? Он находит его в мирских вещах: в деньгах, в доме, в машине, – в ненадежных вещах. Это нужные вещи, но они ненадежные! Наверное, Борису вообще не нужны эти вещи, а мне нужны! Самое надежное – это Будда, Дхарма и Сангха. Есть жизнь после смерти. А если вы получите перерождение в низших мирах? Поразмышляйте о страданиях в низших мирах. Вот это кошмар.

Когда у вас вирус, вы болеете. Но это не кошмар. Настоящий кошмар, когда у вас вирус негативных кармических отпечатков. Вот это кошмар! Если вы родитесь в низших мирах – вот это кошмар! При том, что там вы будете находиться не один год, а очень длительное время. Просите: «Будда, Дхарма и Сангха, защитите меня от рождения в низших мирах!» Визуализируйте белый свет и нектар, который очищает вас. Поймите, что негативная карма – это как вирус! Две-три минуты, не надо много, делайте эту практику, и вы будете понемногу очищаться. Вот так будет хорошо. Вы говорите себе: «Сейчас я принял прибежище в Будде, Дхарме и Сангхе. Самый главный объект прибежища – это Дхарма. Каждый день я хочу развивать свою Дхарму».

Это одна ваша практика. Затем вторая практика – открытие двери благословения. Это зависит от преданности Учителю. «Благодаря моему Учителю моим глазам открылась Дхарма. У него столько знаний о Дхарме. Столько лет он посвятил изучению Дхармы!» Вы должны смотреть на его хорошие качества и понимать, что он Будда. Вы должны думать так: «Он дает такое чистое учение. Он настоящий Будда!» Думайте о качествах его тела, речи и ума, размышляйте о его доброте. Когда вы поймете по-настоящему, насколько он был добр к вам, у вас слезы польются из глаз: «Он настоящий Будда Ваджрадхара, но мне он является как обычный человек».

Визуализируйте Будду Ваджрадхару на макушке своей головы, читайте мантру ОМ ВАДЖРАДХАРА ХУМ ПЭ, представляйте, как белый свет и нектар очищают вас, и вы получаете благословение. «Мой ум стал немного чище! Очень трудно обуздать мой ум, потому что, сколько уже будд было, а мой ум даже чуть-чуть лучше не стал. Мой ум такой дикий, только благословениями Будды Ваджрадхары я могу его немного обуздать. Уже миллион будд приходили в этот мир, а мой ум нисколечко не изменился! Он такой дикий! Только мой Учитель – Будда Ваджрадхара может мне помочь. Мой Учитель Будда Ваджрадхара, пожалуйста, помогите мне! Миллион лет уже я не могу обуздать свой ум, пожалуйста, помогите мне!» Вы будете чувствовать, что ваш ум постепенно становится мягче. Вот это настоящая практика!

Ваш ум становится чувствительным к Дхарме. Когда вы слушаете учение, вы получаете нектар. Когда у вас нет благословения Учителя, ваш ум становится сухим, невосприимчивым к лекарству. Он становится невосприимчивым к Дхарме. Сколько ни слушай, толку не будет. Ум сухой. Если все делать правильно, то ваш ум становится подходящим сосудом. Тогда учение о пустоте сразу станет понятным. Вот эта подготовка очень важна. Нужно говорить себе: «У меня мало добродетелей, чтобы развивать реализации, поэтому если я хочу быть счастливым, нужно накапливать много добродетелей». Делайте подношение мандалы всем буддам и бодхисаттвам. Как я вам говорил, так и делайте. Потом вы говорите себе: «У меня очень много отрицательной кармы, поэтому мне нужно ее очищать». Не надо думать, что Ваджрадхара должен к вам откуда-то прийти, ваш Учитель – он и есть Будда Ваджрадхара. Представляя своего Учителя в виде Будды Ваджрадхары у себя на голове, вы делаете практику очищения. Вот это и есть ваша каждодневная практика. Пока не станете буддой, эту практику нельзя прекращать.

Не надо думать: «О, я начитал сто тысяч мантр прибежища, – все, я закончил свою практику! Сто тысяч простираций сделал – все, на этом можно закончить!» Нет, это не так. Эта подготовка очень важна! Даже если вы достигли прямого постижения пустоты, вы должны продолжать заниматься четырьмя подготовительными практиками». Потому что, если вы будете продолжать заниматься этими четырьмя подготовительными практиками, вы сможете достигнуть еще более высоких реализаций! Эти четыре подготовительные практики позволяют вам очиститься от не благой кармы, которая является препятствием к вашим высоким реализациям. Они также позволяют накопить добродетели, которые являются помощниками для достижения высших реализаций. Вы перестанете заниматься четырьмя подготовительными практиками, когда станете буддой. Эти подготовительные практики выполняются постоянно, а к ним потом добавляются разные дополнительные практики.

До свидания! Спокойной ночи! Эту практику не забывайте, хорошо?! Перед тем как лечь спать, позанимайтесь качественно две-три минуты.

Как обычно, установите в потоке своего сознания правильную мотивацию. Вчера мы начали с вами говорить о том, каким образом заниматься медитацией на двенадцатичленную цепь взаимозависимости в прямой и обратной последовательности. Когда вы эффективно занимаетесь медитацией на двенадцатичленную цепь взаимозависимости, вы естественным образом развиваете в себе отречение. Чем эффективнее будет становиться ваша медитация на двенадцатичленную цепь взаимозависимости, тем больше будет ваше желание искать наставлений о пустотности. Вы, как человек, испытывающий жажду, будете искать воду. Иначе поиски наставлений о теории пустоты будут просто ради интереса, просто как дополнительная информация.

Сейчас я буду объяснять, как заниматься медитацией на двенадцатичленную цепь взаимозависимости. Первое – это то, каким образом заниматься медитацией на двенадцатичленную цепь взаимозависимости в прямой последовательности.

Наш ум, так как ему не хватает мудрости, когда видит пять агрегатов – пять скандх, иначе – ваше тело и ум, он спонтанно цепляется за эти тело и ум как за «я», имеющее самосущее бытие. Оно ему видится как какое-то прочное «я», которое не зависит от наименования мыслью. А когда ваш ум видит тела и деяния ума других живых существ, он тут же цепляется за этих живых существ, как за имеющих самосущее бытие. Поэтому то, что не обладает истинным существованием, представляется нашему «я» как истинно существующее. Все феномены, которые проявляются перед нами, поскольку наш ум сразу же цепляется за них, представляются нам так, будто они имеют истинное, самосущее существование. Все феномены, которые предстают перед нами, – это все иллюзия! Все, что представляется перед нами, – все видимость! Все наши представления о феноменах ошибочны! Но нам они кажутся имеющими истинное существование.

Неведение – это первое звено двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения. Точно также проявляется перед нами Земля – она видится нам плоской. Люди в древности считали, что Земля плоская, потому что им не хватало научных знаний. Так как нам не хватает мудрости, все феномены предстают перед нами как имеющие самосущее бытие, как будто это объекты, до которых можно действительно дотронуться. Когда мы видим желтый цвет, нам кажется, что он существует сам по себе, что мы действительно можем до него дотронуться, пощупать его. На самом деле мы не можем дотронуться до этого цвета. Даже ученые знают, что желтый цвет – это отражение света от той или иной субстанции. Мы же, не знающие этого, думаем, что мы трогаем желтый цвет. На самом деле мы дотрагиваемся до субстанции, которая отражает желтый цвет.

Таким образом, так как у вас есть цепляние за истинно существующее «я», поэтому и возникает это себялюбие: «Я, я, я..., я должен быть самым главным», – все это из-за цепляния за «я». Вот тут-то и возникает премьер-министр Себялюбие, который является одним из главных создателей проблем. Из-за этого себялюбия вы воспринимаете какую-то группу людей, которые помогли вашему эго, сделали вам приятное, как истинно существующих друзей, и вы сразу же цепляетесь за это обозначение. Как будто эти друзья существуют с объективной стороны. Но нет никакого объективного друга. Если бы он был истинно существующим другом, то он был бы другом для всех. Например, если бы Борис был истинно существующим другом, то он бы стал другом для всех. Но для некоторых он друг, а для некоторых – худший враг! Поэтому становится очевидно, что друга или врага, истинно существующего, имеющего самосущее бытие, нет! Но наш ум цепляется таким образом. К категории людей, которых мы определяем как друзья, у нас возникает привязанность, нам не хочется расставаться с ними. Вы не желаете, чтобы кто-то другой стал ближе к ним. Когда кто-то начинает разговаривать с ними чуть дольше, у вас тут же

возникает ревность. Это общий механизм для всех живых существ, не только для вас. Затем у вас возникает боязнь расставания.

Далее категория «враги»: мы начинаем воспринимать кого-то как самосушего врага, когда он делает нам что-то неприятное. На самом деле нет никакого самосушего, истинно существующего врага. Поэтому к категории врагов возникает гнев. Мы желаем им несчастья и радуемся, когда у них возникают какие-то проблемы. Мы не рады, когда они испытывают радость. Все эти ненормальные состояния ума возникают из-за цепляния. У нас у всех есть это ненормальное состояние ума, и все это из-за неведения. Когда вы видите, что другие люди испытывают радость от страданий других, вам кажется это ненормальным. А когда вы так поступаете – испытываете горечь от счастья других, то говорите, что у вас есть на это веская причина для того, чтобы не радоваться счастьем других. Иногда вы даже пытаетесь отыскать эти веские причины с помощью буддийской философии. Вы говорите: «Он ужасный человек, а если к нему придет успех, то от этого он станет еще хуже. Поэтому я не буду радоваться его счастьем!» Это очень опасно – использовать духовность для поддержки отрицательных состояний ума. В такой момент ваше эго использует духовный материал для того, чтобы еще раз подпитать себя. С другой стороны, эгоистичный человек радуется, когда другие страдают. Это ненормально. Даже если кто-то, кто считается врагом Дхармы, умирает, а вы этому радуетесь, это очень неправильно. Вы должны радоваться, когда враг Дхармы перестает совершать отрицательные поступки, но когда он умирает, вы не должны думать: «О! Он наконец-то умер, он переродится в мире ада! Как хорошо!» Это очень неправильно, радоваться тому, что он может получить перерождение в низших мирах. Потому что в данный момент во имя Дхармы вы тем самым создаете себе огромную негативную карму. Это происходит из-за того, что ваше неведение делает ваш ум ненормальным.

Из-за этого неведения непостоянное видится нам как существующее постоянно, уродливое мы воспринимаем как красивое. Природу страдания мы воспринимаем как природу счастья. Из-за этих ошибочных состояний сознания в нашем уме возникает огромное количество омрачений. Из-за этого неведения возникают все омрачения: гнев, привязанность, ревность, зависть, высокомерие – все отрицательные эмоции. Когда у ваших врагов, как таковых, которых вы воспринимаете как врагов, случаются трагедии, болезни, они теряют известность, богатство, вы радуетесь всем этим несчастьям. Если такого с ними не случается, вы желаете, чтобы это непременно с ними случилось: «Пусть с ними так будет!» Когда вы возвращаете такое желание в себе, а этого с ними не происходит, у вас возникает желание что-то сделать, чтобы это с ними обязательно произошло. Вы начинаете заниматься различными интригами, а когда результата от них нет, вы начинаете действовать напрямую, стремясь нанести вред. И, таким образом, вся ваша жизнь проходит впустую. Что касается друзей, то вы постоянно стремитесь к тому, чтобы использовать их для своей выгоды. Как только они становятся бесполезными, вы отворачиваетесь от них. Из-за этого цепляния за обозначение кого-то другом, а кого-то врагом и возникают десять негативных кармических деяний. Они начинают возникать сами по себе. Эти десять негативных кармических отпечатков и есть второе звено в цепи взаимозависимого происхождения.

Из-за этого ненормального состояния ума, из-за неведения возникают отрицательные деяния тела, такие как убийство, воровство, развратное поведение. Вы совершаете их, думая, что эти действия принесут вам счастье, а на самом деле эти поступки являются причиной ваших страданий. Затем неведение приводит к тому, что вы совершаете четыре отрицательных поступка речи – это ложь, грубая речь, клевета и пустая болтовня. До тех пор пока у вас сохраняется ненормальное состояние ума, которое возникло из-за неведения, даже если вы закроете свой рот, в уме вы все равно будете произносить все эти плохие слова – грубую речь. Даже если ваш рот замкнуть на замок, то по выражению вашего лица можно увидеть,

что вы ругаете других, произносите грубые слова. Даже когда человек едет в машине и его речь не слышна окружающим, благодаря сигналу гудка можно понять, что он ругается. Вот из-за этого неведения, из-за ненормального состояния ума, если вы не остановите это ненормальное состояние ума, то отрицательные деяния вашей речи, даже если рот будет закрыт, любым способом найдут выход этой отрицательной энергии, даже пусть с помощью машинного сигнала, выражения лица, стука ноги о пол. Когда женщина начинает испытывать гнев, она многое может сказать топотом своих ног.

Из-за вот этого ненормального состояния ума совершаются и три отрицательных поступка ума – алчность, вредоносные мысли и неправильные воззрения. В вашей повседневной жизни очень ясно видно, когда из-за ненормального состояния ума у вас возникает зависть к человеку, который лучше вас. Эта реакция возникает у вас спонтанно. Хотя вы, может быть, ничего не говорите, улыбаетесь, смеетесь, но внутри у вас жуткая зависть, она даже чувствуется. Вы даже, может быть, и не заметите, что вы завидуете в данный момент. Как можно это увидеть? Когда этот человек начинает говорить о своих успехах, у вас постепенно возникает зависть, даже если это ваш родной брат или сестра. Вы обычно говорите: «О, брат, сестра, я очень вас люблю! Самое главное, чтобы вы были счастливы!» Но затем вы встречаетесь со своим братом или сестрой, немного выпьете, и брат или сестра начинают говорить: «Вот в таком-то и таком-то бизнесе, в этих делах у меня очень большой успех! Теперь у меня еще другие проекты появились, я думаю, что они тоже будут успешными!» А у вас внутри потихонечку начинает возникать дискомфорт: «Почему мой брат такой успешный, а не я?»

До тех пор пока у вас будет вот это ненормальное состояние ума, неведение, такие ситуации будут происходить постоянно, в этом нет ничего шокирующего. В отношении людей, которые имеют равное положение с вами, у вас начинает возникать конкуренция. Вот из-за этого состязательного состояния ума возникает очень много негативных деяний, поступков, очень много различных мыслей, концепций: «Как бы мне выиграть у него, как мне стать лучше, чем он?» Такие деяния – это потеря времени, потеря жизни. Вы не должны ни с кем соревноваться, вы должны соревноваться со своими омрачениями! Вы должны сказать себе, когда отрицательное состояние вашего ума становится сильнее: «Вот здесь прояви соревновательность! Мое положительное состояние ума должно стать сильнее! Выше!» Если отрицательное состояние вашего ума становится активней, то вы должны сказать себе: «Мое положительное состояние ума должно стать еще более активным!» Вот это и есть духовная практика. Состязание с другими людьми, зависть к другим людям – это нечто противоположное практике Дхармы.

Если ваш друг сделал сто тысяч простираний, а вы говорите: «Тогда я сделаю двести тысяч простираний!» – это не практика Дхармы. Если кто-то из ваших друзей перевел текст по Дхарме, а вы говорите: «Я сделаю этот перевод лучше!» – это тоже не практика Дхармы. Вот из-за этого состояния ума – состязательности с другими людьми, что бы вы ни делали, это не является практикой Дхармы, это просто потеря времени! Самое лучшее в данном случае – просто спать! Мой совет вам такой: когда ваш ум находится под сильным контролем отрицательных эмоций, в этот момент ничего не переводите, не читайте никакие мантры. В этот момент лучше просто спать! Вот это будет практикой Дхармы, потому что в тот момент, когда вы спите, вы никому не мешаете, никому не причиняете вреда. Когда очень вредная мама спит, папа говорит сынишке: «Тихо, тихо, пусть мама спит!» Потому что, когда она спит, в семье гармония, ее сон в данный момент создает радость и счастье. Когда вы становитесь вредоносными, в такой момент лучше пойти и лечь спать!

Далее Манджушри говорит: «Когда ум находится под влиянием неведения, он становится ненормальным, и из-за этого он создает очень много отрицательных кармических деяний, он

заставляет нас совершать очень много негативных кармических деяний, которые становятся причиной получения рождения в низших мирах, причиной страданий в сансаре». Подобные кармические отпечатки являются вторым звеном двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения. Неведение этой жизни делает ваш ум ненормальным, и из-за этого ненормального состояния ума вы создаете очень много негативных кармических отпечатков. Из-за этого неведения даже положительные деяния, которые вы совершаете, становятся загрязненными кармическими отпечатками. Загрязненная карма не может стать причиной истинного счастья, причиной достижения нирваны, она будет являться причиной счастья сансары, то есть она становится причиной сансары. Эта причина сансарического счастья, которая не есть причина истинного счастья, становится причиной страдания перемен.

Между страданиями страданий и страданиями перемен есть большая разница. Страдания перемен обычными людьми воспринимаются как счастье. Кармическая линия поступков накладывает кармический отпечаток на сознание, и сознание с данным кармическим отпечатком является третьим звеном взаимозависимого происхождения. Из-за неведения возникают отрицательные эмоции, под воздействием которых мы накапливаем отрицательную карму. Эта отрицательная карма становится отпечатком в нашем сознании, и вот такое сознание становится третьим звеном взаимозависимого происхождения. Думайте таким образом: из-за неведения, которым мы обладали в прошлой жизни, под властью отрицательных эмоций мы создали негативную карму, которая стала отпечатком в нашем сознании. Мы должны понимать, что когда мы получаем рождение человеческим существом, то это не есть проявление отрицательной кармы, но это есть проявление загрязненной кармы. Любая, даже положительная карма, совершенная под властью неведения, является загрязненной кармой, причиной сансары.

Вот это имя и форма, которые мы получили в этой жизни, благодаря кармическим отпечаткам прошлых жизней, которые находились в нашем сознании, являются четвертым звеном цепи взаимозависимого происхождения. Имя и форма означают пять скандх, пять агрегатов, пять составляющих. Эти пять скандх, которыми мы сейчас обладаем, есть проявление кармических отпечатков наших предыдущих жизней. Имя – это четыре составляющих, четыре скандхи; форма – это формная скандха. Очень важно знать, что такое пять скандх, пять составляющих. Когда вы говорите: «Я, я, я...», вы имеете в виду не только ум и тело. Вы говорите обо всех пяти составляющих, пяти скандхах.

Некоторые низшие школы считают, что собрание этих пяти составляющих и есть «я». Другие низшие школы думают, что ментальное сознание есть «я». Школа Прасангика Мадхьямака считает, что «я» – это только имя, наложенное на эти пять составляющих, просто наименование. Некоторые небуддийские школы считают, что это «я» существует отдельно от пяти скандх. Почему такая концепция возникает в небуддийских школах? Раньше все философские школы, буддийские и небуддийские, занимались поисками, исследованиями, что есть «я». Потому что это очень интересный предмет, и очень сложно найти и понять, что есть «я». Некоторые из них считали, что «я» – это наше тело, но когда они начинали исследовать, то не находили «я» в теле. Некоторые считали, что «я» есть ум, но когда они начинали искать это «я», то не находили его в уме. Поэтому они считали, что «я» – это хозяин-собственник данного тела и ума. Это «я» есть нечто постоянное. Тело меняется, но «я» никогда не меняется. «Я» – это прочный собственник данного тела. Когда вы смотрите на фотографию, на которой видите себя ребенком, вы говорите: «Это я». Вы видите, что тело изменилось. Каким вы были молодым, и каким вы стали сейчас? Но вы все время говорите: «Тело изменилось, но я все тот же! «Я» не меняется». Вот поэтому возникает такая концепция, как постоянство «я». «Я» было всегда, когда я был юным, когда я был среднего возраста, когда я стал старым, а когда я умру, и меня кремируют, «я» все

равно будет продолжаться. Это «я» – что-то такое постоянное, некое единство, в котором нет никакой комбинации. Такая концепция проявляется в нашем сознании. Но на самом деле нет никакого единства, все есть собрание, комбинация.

В буддизме говорится, что нет никакой единственности, нет ничего единого, все есть комбинация, соединение чего-либо с чем-нибудь. Когда буддийская теория открыла отсутствие неделимых частиц, то это начало противоречить теории единственности. Мы считаем, что существует нечто такое неделимое, независимое от тела и ума. Но это не сегодняшняя тема, поэтому вернемся назад, к нашей теме.

Все эти исследования, вот этот анализ происходят в зависимости от наличия пяти составляющих имени и формы, которые являются четвертым звеном в цепи взаимозависимого происхождения. Первая составляющая – это форма. Вторая – это ощущения. Тут все очень ясно – приятные ощущения, неприятные ощущения. Третья – различие, все это является вторичным сознанием: это плохое, это хорошее, мне нравится, мне не нравится и так далее. Четвертая скандха – волевые импульсы.

Все они являются основами для «я». Когда у вас возникают приятные ощущения, вы говорите: «Порой я чувствую себя счастливым», а когда у вас неприятные ощущения, вы говорите: «Я несчастный человек». В данном случае все эти названия происходят из ваших собственных ощущений. Когда ваше тело идет, вы говорите: «Я иду», когда ваше тело сидит, вы говорите: «Я сижу». В этот момент вы больше фокусируете «я» на своем теле. Затем различие. Когда вы убеждаетесь, что что-то делаете правильно, вы говорите: «Я умный!» Когда вы признаете, что приняли неправильное решение, вы говорите: «Я дурак!» Далее волевые импульсы. Иногда вы накладываете наименование «я» на обозначение волевого импульса. «Я» как ваш волевой импульс – что это? Это что-то такое, что не является формой, не является сознанием, но это то, что функционирует. Это то, что связано с вашим счастьем, с вашей жизнью. Что же это такое? Это не форма, это не сознание, но это непосредственно связано с вашей жизнью! Что это? Любой может ответить! Да, кармические отпечатки.

Кармические отпечатки не имеют формы, они не являются сознанием, но эти отпечатки находятся в вашем сознании. Из-за кармических отпечатков вы испытываете счастье, а иногда страдания. Когда вы чувствуете, что у вас больше положительных кармических отпечатков, вы говорите: «У меня много добродетелей!» или на бурятском: «Би буюте!» «Я очень добродетельный человек, потому что у меня очень много положительных кармических отпечатков!» Это тоже является достоверным познанием. Когда вы чувствуете, что у вас очень много отрицательной кармы, то, как говорят в России: «О, как я грешен!» В этот момент вы больше накладываете наименование «я» на свои кармические отпечатки.

Пятая скандха – это ментальное сознание. Когда есть пять составляющих – пять скандх, Прасангика Мадхьямака утверждает что в этот момент «я» существует, потому что есть основа для «я». Прасангика Мадхьямака говорит, что каждая из скандх не является «я», собрание этих скандх тоже не является «я». «Я» – просто наименование, накладываемое на эти пять скандх. Поэтому когда совершается любое деяние этими пятью составляющими, вы говорите: «Я совершил это». Номинально такое может существовать. Детально я потом объясню.

Из-за существования четвертого звена двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения – имя и форма, возникает пятое. Что есть пятое звено? Пятое звено – это органы чувств. Благодаря ним возникают чувства, ощущения, по-другому – контакт, шестое звено цепи. Приятные, неприятные ощущения – это седьмое звено. Из-за приятных

ощущений возникает влечение – восьмое звено цепи, как у маленьких детей возникает влечение к чему-то приятному. Из-за неприятных ощущений возникает влечение нежелания, хотя влечение все равно существует в данном смысле. В течение всей жизни возникает столько много влечений: «Я хочу это, я хочу то!» Влечение к причине приятных ощущений. Поэтому возникает столько планов, желаний. Из-за этого влечения возникает цепляние: «Я хочу это!» Не только желание, но и само упорное осуществление своих планов – это называется цеплянием. Когда вы всю ночь напролет думаете: «О, какая красивая шуба! Как здорово было бы, если бы у меня была такая шуба!» Потом всю ночь мужа кусаете: «Купи, купи, купи!» На утро муж соглашается: «Да, хорошо, давай купим!» Утром вы берете деньги и говорите: «Поехали!» Вот это и есть цепляние – девятое звено цепи. Сильное желание жены и планы по осуществлению этого желания – это цепляние. Муж так же поступает: всю ночь строит планы и говорит жене: «Завтра я пойду с друзьями в баню, будем пить водку! Ты мне завтра ничего не говори, я все равно пойду!» Тогда жена соглашается: «Ладно, иди, но только завтра!» Муж соглашается: «Да, только завтра и все». И тогда он покупает водку и идет в баню. Вот это и есть цепляние. Ночью – влечение, вы планируете, думаете, строите планы, как долго это займет. Назавтра начинаете осуществлять свое влечение – это уже и есть цепляние. В течение всей жизни влечение и цепляние заставляют нас совершать очень много отрицательных поступков и тем самым накапливать огромное количество негативной кармы. Наша жизнь становится похожей на «Санта Барбару» как раз из-за этого влечения и цепляния. Мы страдаем оттого, что не можем получить желаемый объект, страдаем, когда расстаемся с желаемым объектом, и затем страдаем оттого, что у нас есть этот желаемый объект.

Влечение и цепляние, которое у нас сейчас есть, чем они становятся в момент смерти? Эти влечение и цепляние становятся условием для того, чтобы во время смерти проявились кармические отпечатки предыдущей или этой жизни. Если в этот момент проявятся негативные кармические отпечатки, то это станет условием для рождения в низших мирах. Если проявится больше загрязненных отпечатков, но положительных, то это станет условием для нового рождения человеком, но все равно мы продолжим вращаться в сансаре. Это все равно становится причиной страданий.

Далее кармические отпечатки вместе с влечением и цеплянием становятся условием для следующего звена. Десятое звено – это существование. Кармический отпечаток – сухое семя, а существование – это как проросшее семя. Кармический отпечаток и существование – это все карма. Но существование – это кармический отпечаток (семя), который полили водой, и он дал росток, то есть стал проросшим семенем. Вот тогда это уже существование.

Итак, первое звено – это неведение, второе – карма, третье – сознание, четвертое – имя и форма, пятое – основы органов чувств, шестое – контакт, седьмое – ощущение, восьмое – влечение, девятое – цепляние, десятое – существование.

Из-за контакта возникает ощущение, поэтому контакт является шестым звеном двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения. Из-за контакта возникает ощущение. Это не только физический контакт. Зрительное сознание осуществляет контакт с объектом, и из-за этого возникает ощущение. Ощущение может быть приятным или неприятным. Орган слуха также осуществляет контакт, и благодаря этому контакту возникает ощущение приятного или неприятного звука. Из-за этого приятного ощущения возникает влечение. Язык вступает в контакт с едой, и опять возникает ощущение. Из-за этого вкусового ощущения возникает влечение. Из-за контакта возникает приятный или неприятный вкус, из него – приятное или неприятное ощущение, затем возникает влечение, а из него – цепляние. Цепляние, что это? Когда вкусно, еда поглощается с удовольствием, а когда невкусно – выкидывается!

Десятое звено – это существование. Во время смерти доктор говорит: «Он умер». В этот момент вы еще не полностью умерли. Этот момент еще называется существованием. Есть три вида существования: существование смерти, существование бардо и существование нового рождения. Что есть существование? Существование – это тоже кармический отпечаток. Второе звено двенадцатичленной цепи взаимозависимого существования – тоже кармический отпечаток. Второе звено – это и карма и кармический отпечаток. Вы должны понимать разницу между кармой и кармическим отпечатком.

Карма есть действие, деяние. В основном карма относится к деяниям ума (сознания). Намерение есть карма. В простой форме: намерение осуществить плохое есть негативная карма. Намерение совершить положительное деяние – положительная карма. Из-за этого намерения ваше тело и речь начинают осуществлять деяния. С отрицательным намерением любое деяние вашей речи будет называться отрицательной кармой речи. Любое деяние, совершенное вашим телом с отрицательным намерением, будет называться отрицательной кармой тела. Например, намерение побить кого-то или отругать Бориса становится отрицательным намерением. Вы выходите из дома, и каждый ваш шаг становится отрицательной кармой вашего тела. Когда вы увидели Бориса и говорите: «Дурак!» – в этот момент это уже отрицательная карма речи. И каждое такое действие оставляет отпечаток в нашем сознании. Все эти кармические отпечатки, пока они не встретились с подходящими условиями, являются вторым звеном двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения. То есть до тех пор, пока кармические отпечатки не встретились с условиями для своего проявления, они являются вторым звеном двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения. Существует огромное количество кармических отпечатков – это второе звено двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения.

Десятым звеном, которое называется существованием, может быть только один кармический отпечаток, который встретился с условием, то есть с влечением и цеплянием. Этот кармический отпечаток – как семя, которое уже проросло, встретившись с условиями – влечением и цеплянием. Вот это уже существование. Остальные кармические отпечатки остались сухими. Вот это существование может быть только одним кармическим отпечатком, который уже встретился с условием для своего проявления. Если этот кармический росток являлся кармическим отпечатком, чтобы родиться животным, если уже он стал существованием, значит, вы получите рождение животным. Вот это существование, этот проросший кармический отпечаток момента смерти называется существованием смерти. Кармический отпечаток как существование существа, находящегося в состоянии бардо, называется существованием бардо. Кармический отпечаток существования рождения, первый момент рождения, называется существованием рождения. И это становится следующей жизнью.

Вот это существование рождения связано с рождением, которое является одиннадцатым звеном цепи взаимозависимого происхождения. Первый момент – ваше существование в чреве матери – называется существованием рождения. Второй момент – это уже рождение. То есть после зачатия и нахождения в чреве матери второй момент – это рождение. Тогда происходит ваше рождение в следующей жизни. Одиннадцатое звено – это рождение, а двенадцатое – старение и умирание.

Вот это – двенадцатичленная цепь взаимозависимого происхождения, полная цепь, которая связывает три жизни, – вашу предыдущую, нынешнюю и будущую жизнь. Из-за неведения и кармических отпечатков вашей прошлой жизни возникают имя и форма этой жизни. Первые три звена – из вашей предыдущей жизни. А в этой жизни у вас возникают имя и форма. Благодаря имени и форме возникают органы чувств в этой жизни. Благодаря органам

чувств возникает контакт, приводящий к приятным или неприятным ощущениям. Из-за ощущений возникает влечение и цепляние, а так как мы всю жизнь проводим во влечении и цеплянии, то во время смерти это становится условием для возникновения существования – десятого звена двенадцатичленной цепи взаимозависимого возникновения. Из-за влечения, цепляния и неведения мы в этой жизни создаем огромное количество негативной кармы. Мы создаем много негативных кармических отпечатков и кармы в этой жизни. Не надо думать, что неведение, отрицательная карма и кармические отпечатки приходят к нам только из предыдущей жизни, нет! Мы и в этой жизни из-за неведения создаем отрицательную карму, которая приводит к возникновению отрицательных кармических отпечатков. Влечение и цепляние приводит к возникновению существования: существования смерти, существования бардо и существования рождения, а оно приводит к тому или иному следующему рождению. Из-за одиннадцатого звена, рождения в следующей жизни у нас снова происходит старение и умирание. И этот цикл опять повторяется. Каким образом он продолжается?

Нагарджуна говорил: «Из трех возникает два, из двух возникает семь, из семи возникает три, из трех – два, из двух – семь и так далее». И таким образом цикл продолжается бесконечно – круговорот сансары. Это и называется сансарой.

Правильное и глубокое понимание всей цепи взаимозависимого происхождения приведет вас к тому, что, просто услышав формулу: из трех возникает два, из двух – семь, из семи – три и так снова по кругу, – вы осознаете, что из-за этого все живые существа находятся в круговороте сансары. И у вас возникнет чувство сострадания ко всем живым существам, что именно из-за этого они находятся в круговороте сансары, и вы просто не сможете сдержать слез! И тогда у вас возникнет чувство отречения: «Каким образом я могу вырваться из круговорота сансары? Каким образом мне порвать эту цепь взаимозависимого происхождения, которая держит меня в сансаре?» Вот это и есть отречение.

Отречение – это не то, что вы поругались с женой и говорите: «Все, я отрекаюсь, у меня возникло буддийское отречение! Я уйду в горы! Настоящая сансара – это жена!» Вы должны понять, что жена – это еще не сансара! Муж – это тоже еще не сансара! Жена будет говорить: «О, какой ужасный у меня муж, уйду к другому мужчине! Отрекаюсь от этой сансары!» Другой муж будет точно такой же сансарой! Может, это будет немножко другая сансара, но на самом деле – все та же. Поэтому не слишком часто меняйте партнеров. Не надо менять своего партнера по жизни, меняйте свой ум, образ мыслей. Посмотрите с другой стороны, вместо того чтобы говорить, какой он плохой, подумайте, как вам это полезно и как вам это помогает. С другой стороны посмотрите и поймете, как это полезно.

Теперь, наверное, вы хотите узнать, что это за секретная формула: «Из трех возникает два, из двух возникает семь, из семи возникает три». Чем в двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения является «три»? «Три» – это неведение, влечение и цепляние. Это три омрачения. Неведение – это источник кармических отпечатков. Из неведения возникает второе звено двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения – кармические отпечатки. Из влечения и цепляния возникает существование. Поэтому и говорится: «Из трех возникает два». Что есть «два»? «Два» – это кармический отпечаток и существование. Существование возникает не только из влечения и цепляния, но и из-за неведения, потому что это тоже кармический отпечаток. Из неведения, влечения и цепляния возникает «два» – кармический отпечаток и существование (десятое звено). Из этих «двух» возникает «семь» результатов, которые являются природой страданий, потому что они возникают из кармических отпечатков и существования.

Вот эти «семь» являются сансарой – природой страданий. Ваши пять составляющих (пять скандх) – это четвертое звено, имя и форма – это тоже сансара, потому что они являются

результатом кармических отпечатков и существования. Затем органы чувств, контакт, ощущения. Большая часть из них – ощущения страдания. Иногда мы ощущаем страдания перемен, но это все равно страдание, хотя нам кажется, что это счастье. На самом деле в сансаре нет подлинного счастья, все по природе страдание. Затем рождение, старение и смерть. И опять из-за этих «семи» возникают неведение, влечение и цепляние. То есть из «семи» снова возникает «три». Когда есть контакт, то возникает неведение, потому что происходит цепляние за истинное существование. Из контакта возникает ощущение, а затем влечение и цепляние. Когда ваше зрение контактирует с объектом, этот объект представляется вам существующим сам по себе, и тогда вы цепляетесь за него, как за имеющий истинное существование. Из-за ощущения у вас возникают влечение и цепляние, поэтому говорится, что из «семи» возникает «три». И опять из этих «трех» возникают кармические отпечатки и существование, а затем следующее рождение и жизнь. Вот таким образом мы находимся в круговороте сансары.

Сегодня поразмышляйте применительно к себе о том, каким образом из «трех» возникает «два», из «двух» – «семь» и так по кругу. Вот таким образом мы находимся в круговороте сансары. Это называется «последовательная медитация о двенадцатичленной цепи взаимозависимого происхождения».

Лекция № 3

Как обычно, установите в потоке своего сознания правильную мотивацию. Теперь мы переходим к нашей теме «Двенадцатичленная цепь взаимозависимости». Говоря о двенадцатичленной цепи взаимозависимости, Васубандху охарактеризовал ее следующим образом: «Из двенадцати звеньев данной цепи первое, восьмое и девятое звенья являются омрачениями. Второе и десятое – это карма. Все остальное – это страдания».

Первое звено – это неведение, которое является омрачением. Восьмое – это влечение, которое тоже является омрачением, потому что это есть привязанность. Девятое – цепляние, то есть сильная привязанность также является омрачением. Первое, восьмое и девятое звенья цепи являются омрачениями. Вы должны знать эти звенья двенадцатичленной цепи взаимозависимости наизусть.

Первое звено – это неведение. Второе – карма, кармические деяния. Третье – сознание, то есть сознание с отпечатками. Четвертое – имя и форма. Пятое – органы чувств. Шестое – контакт. Седьмое – ощущение. Восьмое – влечение. Девятое – цепляние. Десятое – существование. Одиннадцатое – рождение. Двенадцатое – старение и смерть.

Среди этих звеньев цепи, что является благородной истиной источника страданий? Какие звенья цепи? Вы должны понимать, что существует два вида благородной истины источника страданий: первый – это омрачения, второй – кармические отпечатки. Обычно говорится «карма», что означает «карма и кармические отпечатки».

Омрачений благородной истины источника страданий три, поэтому и говорится: «Из трех возникает два». Три – это неведение, влечение и цепляние: первое, восьмое и девятое звенья. Это омрачения, которые являются источником ваших страданий, поэтому они и называются омрачения благородной истины источника страданий. Источник страданий – это источник ваших страданий. Мы же думаем, что источник наших страданий находится где-то вне нас, но на самом деле источник наших страданий находится внутри нас.

Кармический источник страданий состоит из двух: второе и десятое звенья – кармическое деяние и существование. Остальные семь – это благородная истина страданий. Теперь вы более точно все знаете.

Теперь, медитация о двенадцатичленной цепи взаимозависимости в обратном порядке. Как заниматься последовательной медитацией на двенадцатичленную цепь взаимозависимости, я вам уже рассказал. В сжатой форме медитация основана на формуле: «Из трех возникает два, из двух – семь, из семи – снова три, и так далее». Таким образом, мы находимся в круговороте сансары. Согласно этой схеме вы и занимаетесь медитацией.

Нагарджуна сказал: «До тех пор пока существует цепляние за тело, за форму, есть цепляние за «я». Там, где есть цепляние за «я», там будет возникать кармический отпечаток, который является вторым звеном двенадцатичленной цепи взаимозависимости. Из-за этого кармического отпечатка будет возникать перерождение, и таким образом, происходит бесчисленное количество перерождений под контролем омрачений».

Чандракирти сказал: «Сначала будет цепляние за «я». Из-за того, что будет цепляние за «я», будет цепляние за феномены, для того чтобы использовать эти феномены для «я». Как колесо водяной мельницы постоянно крутится под воздействием воды, так будет происходить постоянный круговорот в сансаре. Сострадательные существа, испытывающие сострадание к тем, кто находится в таком круговороте, я выражаю вам свое благоговение и поклоняюсь вам!»

Поэтому Дже Ринпоче говорит: «Те, кто стремится вырваться из этого круговорота, пусть даже ценой своей собственной жизни, потерей собственности и славы, должны быть готовы к тому, чтобы потерять все это. Стоит пожертвовать всем этим ради того, чтобы найти такое учение, которое является противоядием от этого цикла перерождений и поможет освободиться из этого круговорота!»

Теперь, каким образом медитировать в обратной последовательности. Во-первых, необходимо положиться на подлинного Учителя – Духовного Наставника традиции Махаяны. Также необходимо понять теорию пустоты концептуально, то есть теоретически. Когда же вы будете заниматься медитацией на пустотность, цепляние за истинное существование будет остановлено. Сначала через концептуальное понимание, затем благодаря прямому постижению пустоты цепляние за истинное существование будет остановлено и неведение будет прекращено! Неведение является вторичным сознанием, а не первичным. Первичное сознание невозможно остановить, тогда, как вторичное сознание можно остановить, потому что оно возникает из концептуальных мыслей. Когда неведение прекратится, и вторичное сознание будет остановлено, не будет разделения на друзей и врагов, кармические деяния и омрачения автоматически прекратятся. Здесь имеется в виду загрязненная карма. Когда неведение будет остановлено, сознание с новыми кармическими отпечатками будет остановлено само по себе. Здесь не говорится о том, что вообще сознание будет прекращено, так как сознание является третьим звеном двенадцатичленной цепи взаимозависимости, и о том, что прекратится сознание со старыми кармическими отпечатками. Речь идет о том, что сознание с новыми кармическими отпечатками будет остановлено.

Когда есть такое прекращение, не возникает имени и формы под контролем омрачений. Когда нет имени и формы, значит, нет органов чувств. Здесь говорится об основе органов чувств под контролем омрачений. Имя и форма под контролем омрачений прекращаются, но имя и форма под контролем сострадания, без омрачений, не прекращаются и могут принять новое рождение. Перерождение будет возникать под вашим собственным контролем, так называемое контролируемое перерождение. Существование имени и формы под контролем омрачений прекращается, так как это природа страданий. Имя и форма, которые мы приобретаем осмысленно, то есть под своим собственным контролем, без кармических

отпечатков – это уже не природа страданий, потому что даже Будда может принимать контролируемые перерождения, то есть будет проявляться Нирманакая Будды.

Двенадцатичленная цепь взаимозависимого происхождения не говорит о том, что вы полностью прекращаете существование. Неконтролируемые перерождения, имя и форма, которые вы обретае под контролем омрачений, – это прекращается. А имя и форма, которые вы обретае по своему собственному выбору, под влиянием незагрязненных, чистых кармических отпечатков, – это продолжается. Когда прекращают существовать имя и форма, полученные под контролем омрачений и отрицательных кармических отпечатков, перестает существовать основа для органов чувств, прекращаются контакт и ощущения. Когда есть прекращение ощущения, тогда нет влечения, а там, где нет влечения, нет и цепляния. Из-за прекращения цепляния перестает возникать существование, таким образом, возникает прекращение рождения и, следовательно, возникает прекращение старения и смерти. Таким образом, когда возникает прекращение страдания и источника страдания, это и называется нирваной.

Теперь вторая – необычная практика. Эта практика объясняется в двух разделах. Первый раздел – первая практика, – каким образом возвращать шаматху. Второй – каким образом возвращать випашьяну.

Здесь Манджушри объясняет, каким образом возвращать шаматху на основе трех объектов медитации. Раньше я никогда не давал это учение, теперь я даю его вам. Эта техника развития шаматхи выполняется на основе святого тела божества, на основе святой речи божества и на основе святого ума божества. Это особенная техника, с помощью которой можно гораздо легче и быстрее достигнуть шаматхи. Сама техника, как развить шаматху, остается прежней, но если раньше я объяснял вам обычные правила: пять ошибок медитации, применение восьми противоядий, девять стадий, шесть сил, – вся эта основа остается, но сверх этого добавляется еще уникальный объект медитации.

Что касается святого тела божества, каким образом вы должны заниматься медитацией? Вы представляете себя в облике божества – белого Манджушри. Затем на своей голове вы визуализируете своего Духовного Учителя в облике Вайрочаны. Перед собой, на уровне лба, на расстоянии вытянутой руки, размером с большой палец – божество синего цвета Акшобхья. Все очень просто! Вы представляете себя в облике белого Манджушри. На голове белого Манджушри, то есть на вашей голове – ваш Духовный Наставник в облике белого Вайрочаны. В сердце белого Вайрочаны на лунном диске – слог ОМ. Если не можете визуализировать тибетский слог ОМ, то можете представить русские буквы. Напротив вас, на уровне лба, размером с большой палец, божество синего цвета Акшобхья. Очень важный момент в этой практике тантры – на уровне своего межбровья визуализируйте белую каплю.

Раньше в Индии мастера визуализировали ОМ на санскрите, затем уже тибетские мастера стали визуализировать ОМ на тибетском. Почему бы вам не визуализировать ОМ на русском!

А теперь я расскажу вам, каким образом заниматься концентрацией. Манджушри говорит: «Когда наш ум начинает концентрироваться на одном объекте и пытается удержаться в сосредоточенности на одном объекте долгое время, этот объект очень быстро исчезает. Наш ум настолько привык прыгать с одного объекта на другой, что нам очень сложно удержать его на одном объекте в течение долгого времени». Поэтому, для того чтобы развить концентрацию, нам нужен очень действенный метод. Такой метод, с помощью которого можно было бы достигнуть растворения ветра в центральном канале. Когда ветер медленно входит в центральный канал, движение ветров в правом и левом канале приостанавливается,

и концептуальные мысли автоматически сами прекращаются. Почему тантрические методы эффективны для быстрого достижения шаматхи? Потому что с помощью тантрических техник можно не только обуздать свой ум, но и достигнуть контроля над энергией ветра, который является основой для возникновения концептуальных мыслей. Ведь концептуальные мысли не могут возникнуть без энергии ветра. Когда вы почти спите или выходите из сна, и кто-то в этот момент спрашивает вас о чем-то, разговаривает с вами, в этот момент концептуальные мысли возникают у вас с трудом, что бы вам ни говорили, вы будете отвечать: «Да, да, да....», потому что в этот момент ветер естественным образом растворился в центральном канале, и нет причины для возникновения концептуальных мыслей. Но когда кто-нибудь брызнет на вас водой и разбудит, в этот момент энергия ветра снова возникнет, и вы опомнитесь и скажете: «Нет, нет, нет!» До того, как вы проснетесь, вам говорили: «Я все твои деньги заберу». Вы говорили: «Да, да, да...». Вам говорили: «Я часы твои заберу!» Вы отвечали: «Да....».

Эта визуализация очень легкая. Хотя на самом деле, она не такая уж и легкая, но я говорю вам это, чтобы вдохновить вас! Манджушри говорит: «Какой бы визуализацией, развитием сосредоточенности или концентрацией вы ни занимались, делайте это с очень сильным состраданием. Делайте все с любовью и состраданием, это поможет вам быстрее продвинуться вперед!» Если у вас очень сильная привязанность к достижениям, и вы говорите себе: «Я сейчас достигну шаматхи, стану особым человеком, научусь летать!» – то это очень опасно, тогда лучше не заниматься практикой.

Сначала вы должны подумать о том, как страдают другие живые существа в сансаре, как им не хватает счастья: «Для того чтобы освободить их от страданий, привести их к совершенному счастью, я достигну развития шаматхи. С помощью шаматхи я смогу реализовать все свои возможности, и затем жизнь за жизнью буду помогать всем живым существам!» – вот так вы должны думать.

С такой мотивацией визуализируйте себя в облике Манджушри. Затем на своей голове вы представляете своего Духовного Наставника, который постоянно благословляет вас («дарующий благословение»), в облике белого Вайрочаны, в сердце которого слог ОМ. Напротив вас Будда Акшобхья синего цвета, размером с большой палец.

Сначала сосредоточьтесь на белой капле на уровне вашего межбровья. На уровне межбровья находятся так называемые «врата» в центральный канал. Когда вы концентрируетесь на этом месте, движения энергии ветра постепенно будет становиться все меньше и меньше. Время концентрации на этом месте не должно быть больше, чем на одну-две минуты. По-тибетски подсчет времени ведется таким образом: время концентрации не должно превышать времени, требующегося для начитывания мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ сто раз. Это количество начитываний как раз соответствует одной-двум минутам.

Если вы слишком долго будете концентрироваться на этой точке, то это будет бесполезно, потому что вы потеряете концентрацию. Поэтому после одной-двух минут концентрации на белой капле вы должны перенести свою концентрацию, как бы освежить свою внимательность, на синего Акшобхью. Когда вы сфокусируетесь на Акшобхье, вы не должны потерять концентрацию на белой капле. То есть, когда вы переносите свое внимание с одного объекта на другой, предыдущий объект концентрации не должен исчезнуть из вашего поля зрения. Даже если вы не можете четко визуализировать божество Акшобхью синего цвета, визуализируйте образ синего божества размером с большой палец. И затем удерживайте концентрацию на нем в течение одной-двух минут.

Манджушри говорит: «Максимальное время для концентрации на одном объекте – не более ста начитываний мантры ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, минимум – семь-восемь начитываний этой мантры». Получается, минимум – это тридцать секунд. Это очень эффективно! Эта практика – большая драгоценность. Я тоже, когда занимался развитием шаматхи, использовал эту технику. Эта техника невероятно эффективна. Для тех людей, которые действительно интересуются медитацией, для них это действительно бесценное учение. С помощью одной «умелой» техники можно достигнуть прогресса очень быстро. Без наличия таких техник и методик можно провести два-три года в занятиях практикой, но результата не будет. Мой друг из Таиланда рассказал мне, что некоторые тайландские мастера в течение трех-четырёх лет занимались только медитацией на шаматху, но все равно не продвинулись дальше пятого уровня. Не важно, как долго вы занимаетесь медитацией, важно насколько эффективна эта медитация. В Индии современные тибетские мастера говорят, что достигнуть шаматхи возможно за шесть месяцев. Это не очень сложно. Если иметь совершенные, эффективные техники, то достигнуть прогресса можно очень быстро.

Если вы сейчас получаете это учение, это не значит, что вы должны сразу же начать медитировать. В будущем наступит время, когда вы сможете заниматься медитацией. Рано или поздно, в будущем наступит время, когда с помощью данной техники вы сможете развить шаматху. Когда вы уйдете на пенсию, наступит самое подходящее время для занятий медитацией. Для обычных людей, когда они узнают, что их отправляют на пенсию, это очень печальная новость. Для вас же это очень хорошая новость! Уход на пенсию будет означать, что ваша обыденная деятельность закончилась. Бабушки должны понимать, что после того как вы достигли шестидесяти лет, вы уже не несете никакой ответственности за детей! Наоборот, теперь уже ваши дети несут за вас ответственность! Когда после шестидесяти лет вы уйдете в горы или в другое изолированное место, это будет самое подходящее время для занятий практикой.

Вы же делаете все наоборот! Когда вы молоды, вы постоянно думаете о том, как бы избежать какой-нибудь ответственности. Когда же вам исполняется шестьдесят лет, вы начинаете искать для себя новые обязанности: «Мне надо за этой внучкой ухаживать, за другой ухаживать!» Даже если дети говорят вам: «Мы сами справимся!» Вы им говорите: «Нет, бабушка должна ухаживать за внуками!»

После того как вы концентрировались на синем Акшобхье в течение одной минуты или тридцати секунд, вы переносите концентрацию на слог ОМ, который находится в сердце вашего Учителя в облике белого Вайрочаны у вас на голове. Постарайтесь удержать эту концентрацию в течение одной минуты. Затем вы визуализируете, как из этого слога ОМ исходят лучи белого цвета, а потом снова возвращаете свою концентрацию на уровень лба – на белую каплю.

Затем вы должны будете менять объекты концентрации – образы пяти дхьяни-будд перед собой. Во время второго круга медитации вы представляете, как синий Акшобхья преобразуется в белого Вайрочану. Вы также концентрируетесь на нем в течение одной минуты, а затем ваша концентрация переходит на слог ОМ. Вы возвращаете концентрацию на уровень лба, на белую каплю, а затем меняете образ белого Вайрочаны на божество желтого цвета Ратнасамбхаву. В следующем цикле Ратнасамбхаву преобразуете в красного Амитабху. Опять повторяете цикл, и красный Амитабха преобразуется в зеленого Амогасиддхи. Вот такой, достаточно сложный, метод не позволяет вашему уму отвлечься, не дает уму заснуть. Ведь когда постоянно совершаешь одни монотонные действия, ум притупляется, а когда приходится поочередно делать разные вещи, совершать разные действия, ум постоянно находится в сосредоточенности, остается «свежим». Когда вы сидите в позе медитации и все время представляете только одно белое божество, ваш ум

заснет, потому что работы для ума нет. Или ваш ум в этот момент находится совсем в другом месте: «О, там еду готовят. Еда, еда!» Когда все время только одного маленького Будду представлять – результата нет. Здесь не так.

Для тех, кто не подготовлен к такой медитации, эта техника будет очень сложна. Для вас же она многообещающая, попытайтесь ее сделать. Еще раз повторю для вас всю технику. Вы в облике белого Манджушри. Ваш Учитель в облике белого Вайрочаны – на голове белого Манджушри, то есть на вашей голове. У вашего Учителя в облике белого Вайрочаны в сердце на лунном диске – белый слог ОМ. В области вашего лба – белая капля.

Расслабившись, вы сначала концентрируетесь на белой капле. Затем через минуту вы концентрируетесь на синем Акшобхье, размером с большой палец, который находится перед вами. В этот момент не думайте о прошлом или будущем. Не думайте о том, что вы будете делать в будущем, не думайте о том, что вы сделали в прошлом, о том, какой вы великий. Никакой вы не великий! Просто ваш ум сосредотачивается на этом в течение одной минуты. Затем после этого вы концентрируетесь на слоге ОМ в сердце вашего Учителя в течение одной минуты. Затем снова возвращаетесь вниз, концентрируетесь на белой капле, и здесь тоже удерживаете свой ум в течение одной минуты. В этот момент вы можете почувствовать движение энергии ветра в области вашего лба. На это не надо обращать внимания и отвлекаться. Не думайте: «О, сейчас энергия ветра войдет в центральный канал, и я стану особым». Не стоит обращать внимания на эти ощущения. Просто сосредоточьтесь только на белой капле. Далее синий Акшобхья превращается в белого Вайрочану. После цикла белый Вайрочана преобразуется в желтого Ратнасамбхаву. Не меняйте облик божества, пусть он будет одинаковым, просто меняйте цвет божества. Синий превращается в белый, белый – в желтый, желтый – в красный, красный – в зеленый.

Этой практикой нужно заниматься интенсивно не более пяти дней подряд, по четыре сессии. Одна полная сессия длится два часа, после двадцати минут занятий небольшой отдых. В течение этого небольшого отдыха немного разомнитесь и продолжайте практику. То есть два часа – одна сессия, по двадцать минут – цикл, затем отдых одна-две минуты и снова цикл. Через двадцать минут занятий не бегите сразу в туалет!

Говорится, что когда у вас возникнет боль в коленях, болевые ощущения в спине, не меняйте позу и положение вашего тела, боль сама пройдет. Во время сессии не слишком напрягайтесь, это нехорошо, потому что когда вы слишком напрягаете свое тело, это способствует появлению болезней ветра. Тело должно быть в расслабленном состоянии, ум должен быть сконцентрирован, ум должен удерживать объект медитации.

Когда я смотрю на вас во время того, как вы пытаетесь сосредоточиться на чем-то, я вижу, что ваше тело автоматически начинает напрягаться. Вы должны научиться концентрироваться умом, а расслабляться телом. Ваша концентрация должна быть похожа на хлопковую нить – она мягкая, но крепкая. В наши дни есть гораздо больше подходящих примеров, чем тибетских примеров из прошлого. Это раньше хлопковая нить считалась очень прочной, а теперь, наверное, парашютная стропа – лучший пример, она очень прочная, но гибкая. Ваша сосредоточенность не должна быть похожей на палку, которая кажется прочной, но из-за того, что она не гибкая, ее легко сломать. Парашютной стропой можно все, что угодно привязать, потому что она одновременно и гибкая, и прочная. Размышляйте над этим примером, и тогда вам будет становиться яснее, каким образом нужно заниматься медитацией.

Далее Манджушри объясняет интенсивную практику медитации. Сейчас вы этой практикой не занимаетесь, просто один-два раза в день попытайтесь опробовать в качестве

эксперимента. На данный момент не занимайтесь интенсивно. Когда вы уйдете в уединение, то тогда можно проводить по четыре сессии в день. Когда вы будете проводить такой ретрит, вы должны прекратить всякие действия тела, речи и ума. Во время такого затворничества даже простирания не надо делать. Потому что в этот момент движения тела будут мешать развитию сосредоточенности ума. В течение всего дня вы стараетесь двигаться как можно медленней, не совершать никаких действий, которые могут помешать вашей концентрации. Даже еда, которую вы принимаете во время данной практики, не должна быть тяжелой, она должна быть легкой. Между сессиями занимайтесь своей обычной практикой, но в очень краткой форме, то есть в этот момент вы направляете все свои усилия только на развитие шаматхи.

В межсессионный период, когда вы не занимаетесь медитацией, думайте о непостоянстве и смерти. Думайте о том, что конец рождения есть смерть; конец встречи – расставание; конец накопления – истощение; конец высокого положения – падение вниз. Размышляйте об этом, потому что это и есть непостоянная природа феноменов. К чему здесь привязываться? Не привязывайтесь к известности, к репутации – это просто пустой звук! Не привязывайтесь к родственникам, к друзьям, потому что конец любой встречи – это расставание. Не привязывайтесь ни к каким богатствам, деньгам, потому что конец накопления есть истощение. Не привязывайтесь даже к этому телу, потому что конец рождения есть смерть.

В межсессионный период ваш ум должен быть движим любовью и состраданием. Вы должны размышлять о том, насколько живые существа страдают, как им не хватает счастья. Как было бы хорошо, если бы все живые существа избавились от страданий, и все обрели счастье! Пусть я стану источником счастья для всех живых существ! Начитывайте мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ с пожеланием достижения счастья всеми живыми существами.

В межсессионный период не позволяйте никаким другим концептуальным мыслям появляться в вашем уме. Не слушайте разговоры других, потому что это будет мешать вам. В особенности, не пытайтесь узнавать, что происходит в городе, и интересоваться, а что там про вас говорят люди. Все это станет огромным препятствием для вашей практики.

Манджушри говорит: «В межсессионный период не позволяйте концептуальным, дурацким мыслям возникать в вашем уме». Но так как не мыслить невозможно, в это время попытайтесь занять свой ум размышлениями о прибежище, обдумывайте темы мудрости, любви и сострадания, думайте о том, что является наиболее надежным объектом прибежища, каким образом развивать в себе прибежище. Есть много тем для размышлений. Когда вы будете размышлять над этими темами, ваш ум будет становиться все сильнее и сильнее. А во время сессионного периода размышляйте и занимайтесь только сосредоточением и концентрацией на объекте, то есть практикой шаматхи. Тогда прогресс будет очевидным, и вы сможете развить шаматху.

Каким же образом вам заниматься? Во время сессии вы зажигаете небольшой огонь. Некоторые и вовсе никакого огня не разжигают. Когда же сессия заканчивается – огонь затухает. В течение двух-трех часов абсолютно нет никакого огня. Когда сессия снова начинается, появляется немного огня. Огонь возникает у тех, кто хоть что-то умеет, у остальных же и вовсе ничего не возникает. Как же можно вскипятить воду без огня? Ведь шаматха – это огромный котел с водой, как же его можно вскипятить тогда? Для того чтобы такой огонь появился, его нужно поддерживать в межсессионный период, чтобы он не затухал. Этот огонь должен поддерживаться постоянно на протяжении шести месяцев до достижения шаматхи. Если в течение шести месяцев поддерживать огонь сосредоточенности и концентрации без перерыва, то огромный котел воды – шаматхи –

сможет закипеть! Почему некоторые люди в течение трех лет зажигают огонь, для того чтобы вскипятить котел шаматхи, но этот огонь не то чтобы вскипятить этот котел, он даже разогреть его не может! В чем же их ошибка? Они просто не знают, как правильно зажечь и поддерживать этот огонь. Для того чтобы разжечь огонь во время практики, которую я вам дал, нужны специальные дрова. Эти дрова – пять объектов для концентрации, с помощью этих дров огонь концентрации может быть невероятно сильным. В тантрической практике есть специальные дрова. Не дрова, в тантре есть специальный уголь. С помощью этого угля огонь может гореть очень долго, потому что этот уголь дает очень хороший жар. Чем более продвинутой техникой вы обладаете, тем быстрее вы можете вскипятить эту воду шаматхи. Если вы будете делать все в точном соответствии, как я вам сказал, как учил вас, и будете усердны в этом, то можете вскипятить воду шаматхи в течение трех-четырёх месяцев.

Если однажды вы возрастите в себе шаматху, то будете обладать невероятными способностями. Ваш ум обретет такой покой и счастье, которое не сравнимо с мирским счастьем. Ваш ум станет таким ясным, острым и чистым, что вы сможете анализировать все очень быстро, ваша аналитическая медитация станет очень легкой и эффективной.

Теперь, как медитировать на речь божества. Некоторым людям предпочтительнее медитировать на тело божества, другим – на речь божества. Я вам дам все эти практики, а вы выберете ту, которая вам больше всего подходит. Визуализируйте себя в качестве красного Амитабхи, который является божеством очищения речи. Перед собой в области лба вы визуализируете белый слог ОМ. На вашей голове находится ваш Духовный Учитель в облике белого Вайрочаны, но теперь у него в сердце на лунном диске вместо слога ОМ слог А. Техника такая же, как в предыдущем цикле: вы – как красный Амитбха. Между бровями у вас белая капля, на которой вы сосредоточиваетесь, затем вы переносите концентрацию на белый слог ОМ перед собой, затем переносите концентрацию на красный слог А, который находится в сердце вашего Учителя в облике белого Вайрочаны, а затем снова концентрируетесь на белой капле.

Вы можете выбрать, какую практику – медитацию на тело божества или на его речь – вы хотите делать. Вам не обязательно делать и то и другое. Попробуйте, испытайте все эти практики и выберите ту, которая вам больше подходит. Некоторым легче представить себя красным Амитабхой, некоторым – белым Вайрочаной. Некоторым легче визуализировать перед собой божество, некоторым буквы, слог. У разных людей разные умственные способности. Некоторые люди больше связаны с телом божества, а некоторые с речью божества. Духовный Наставник вам все дает, а вы уже выбирайте то, что легче для вас.

Сегодня проведите опыт и посмотрите, что вам больше подходит. Вы должны почувствовать: «Вот с помощью такой визуализации я действительно смогу достигнуть шаматхи». Цикл такой: концентрация на белой капле в районе вашего межбровья; концентрация на белом слоге ОМ перед собой; концентрация на красном слоге А в сердце вашего Учителя, который находится на вашей голове в облике белого Вайрочаны.

Затем белый слог ОМ преобразуется в красный А – цикл повторяется, затем, красный А преобразуется в синий слог ХУМ. При этом красный слог А, который находится в сердце вашего Учителя никогда не меняется. В медитации на развитие шаматхи с помощью речи божества визуализация немного легче. Белый ОМ преобразуется в красный А, а красный А трансформируется в синий ХУМ, и снова цикл повторяется. Это очень просто!

Когда вы будете заниматься этой эффективной медитацией, результаты появятся уже через пять-шесть дней. Знаком того, что вы достигли определенного успеха, станет ощущение блаженного состояния. Будет возникать ощущение, что все растворяется в пустоте, нет

никаких концептуальных мыслей, вы будете испытывать покой и умиротворение. У вас могут возникнуть некоторые видения, в этот момент не привязывайтесь к ним. Не надо думать: «О, я теперь особенный!» На самом деле вы еще никто, потому что у вас все еще нет шаматхи, поэтому не привязывайтесь к видениям. Скажите себе: «Все, что проявляется передо мной, или наоборот, если ничего не проявляется, – это неважно и не имеет значения. Самое главное для меня то, что я буду стремиться к достижению шаматхи». В состоянии полусна или полудремы у вас могут возникать видения животных, странных существ, но на это не стоит обращать внимание. У вас также могут возникать видения Будды и божеств, которые будут давать вам учение, но на это тоже не стоит обращать внимание, потому что это просто игра вашего ума, это опыт, иллюзия. Это следствие того, что ветер постепенно начинает растворяться в центральном канале. Поэтому и возникают такие видения – это не настоящие божества. Поэтому не привязывайтесь к этим видениям и не надо думать, что вы стали особенным. Иногда, находясь в полудреме, вам кажется, что вы бодрствуете, и в этот момент у вас возникает видение даков и дакинй, которые делают вам подношение. Опять же, не надо привязываться к этим видениям. Это не иллюзия – это настоящее. Говорится, что когда возникают такие видения, их надо использовать. То есть если вы увидели дакини, сосредоточьтесь только на ней. Вы можете использовать эти видения для дальнейшего развития своей концентрации. Когда дакини или другие видения исчезнут, не надо думать: «О, что-то я, наверное, не так сделал!» Исчезла, так исчезла – пусть. В такой момент вы снова возвращаете свою концентрацию на слог, на божество или на Учителя и продолжаете цикл визуализаций. Если вы так будете поступать, то ваша концентрация и сосредоточенность будут постепенно развиваться.

Сегодня попытайтесь провести опыт медитации на тело и речь божества и посмотрите, что вам больше подходит. Что вы увидите – слона, даков, дакинй или бодхисаттв? Я просто шучу! До свидания!

Лекция № 4

Как обычно, установите в потоке своего сознания правильную мотивацию. Для того чтобы развить в себе шаматху, нужно взять в качестве объекта медитации святой ум божества, святой ум Будды. Такая медитация необходима, потому что когда вы научитесь однонаправленно сосредоточиваться, то сможете достичь реализации постижения пустоты напрямую гораздо легче.

Вы должны визуализировать следующим образом: себя представляете в облике Будды Ваджрадхары синего цвета, в своем сердце – своего Духовного Наставника в облике синего Акшобхьи, в сердце которого слог ХУМ тоже синего цвета. Все очень просто: вы в облике божества синего цвета, в сердце у вас божество также синего цвета, а в его сердце слог ХУМ синего цвета. На своем лбу в области между бровей, визуализируйте каплю синего цвета. Перед собой вместо божества или буквы визуализируйте синюю ваджру размером с большой палец. Это будет способствовать улучшению вашей концентрации и визуализации. Ваш ум будет становиться все острее, вы будете обладать способностью проникновения в суть вещей. Сначала концентрируйтесь на синей капле, потом ваша концентрация перейдет на слог ХУМ в сердце вашего Учителя в облике синего божества, а затем на синюю ваджру размером с большой палец. Это очень хорошее умственное упражнение. В этот момент не надо думать о прошлом или будущем, просто пребывайте в настоящем, это поможет вам успокоить ваш ум. Иногда вы испытываете чувство злости, пребываете в депрессии, но в этот момент не думайте о том, что говорят о вас другие, просто сосредоточьтесь на процессе медитации – вы в облике синего божества, концентрируетесь сначала на синей капле, затем на синем слоге ХУМ, а затем на синей ваджре. Концентрируетесь не более чем одну-две минуты на одном объекте, а затем меняйте его. Когда вы будете заниматься таким образом, ваш ум будет успокаиваться, умственные болезни будут уменьшаться. Это тоже своего рода

йога, это очень хорошие йогические упражнения. Это упражнение очень помогает для успокоения эмоциональной возбужденности, гнева. Когда вы испытываете гнев, попробуйте эту технику. Ведь когда мы испытываем гнев, мы все время продолжаем думать и размышлять о том, что люди нам сказали плохого, что они плохого сделали нам в прошлом. Таким образом, вам становится все хуже и хуже, и «молоко» вашего ума начинает закипать!

Не обязательно видеть себя в точности как божество во всех деталях, просто визуализируйте себя в образе синего божества. Не надо визуализировать синее тело, как человеческое, которое состоит из костей и мяса, представляйте энергетическое тело синего цвета, это тоже очень полезно для уменьшения ваших болезней. Вы сосредоточиваетесь на синей капле, потом перенесите концентрацию на синий слог ХУМ в сердце синего божества, который находится у вас в сердце, а потом концентрируетесь на синей ваджре. После этого снова концентрируетесь на синей капле, потом на синем слоге, а потом снова на ваджре. Это очень хорошее упражнение для ума.

После того, как ваша концентрация станет стабильной, эта синяя ваджра преобразуется в желтую драгоценность. И вы снова сначала концентрируетесь на синей капле, затем на синем слоге ХУМ, а затем – на желтой драгоценности. Это очень полезно! Вы можете в жизни это попробовать. Попробуйте эту технику в вашей повседневной жизни. Это подлинная йога – йогическое упражнение, которое было дано Манджушри. Нет более высокой йоги, чем эта йога ума. Эта йога также способствует улучшению вашего здоровья.

Вы должны понимать, что йога низшего уровня слишком много внимания уделяет упражнениям для тренировки, совершенствования физического тела. Упражнения для ног, головы, – в этом нет большой пользы. Нога болит, а пользы нет! А высшая йога больше внимания уделяет умению сосредоточиваться. Йога ветра – очень мощная и эффективная йога! Самая высшая йога – это йога единства блаженства и пустоты. Эта йога сделает ваш ум совершенным, также и ваше тело станет совершенным. Достигнуть совершенства в этой йоге очень сложно, но когда это совершенство достигается, даже если кто-то попытается проткнуть вас ножом, то у него это не получится, потому что нож не сможет войти в тело. Многие тибетские мастера доказывали это – когда китайские солдаты стреляли в них, пули не пробивали их тело. Это правда! Действительно есть такие истории. Однажды китайцы посадили одного тибетского мастера в тюрьму, из которой невозможно сбежать, а на следующий день они его не обнаружили в камере. Оказалось, что он был уже в городе – давал учение. Он просто мгновенно исчез!

Когда я рассказываю о результатах, которые можно получить, ваши глаза становятся большими, а когда я говорю о том, сколько усилий нужно приложить, чтобы достичь этого, вы сразу голову опускаете! Мой отец видел собственными глазами результаты такой тренировки. Мастера, которые занимаются практикой, после продолжительного затворничества, которое длится около трех лет, должны продемонстрировать результаты своей практики. Это тибетская традиция. У нас в Тибете есть такая традиция: после трехлетнего ретрита человек должен показать свои реализации. В будущем вы тоже должны будете показывать свои реализации после трех лет ретрита! Во время этой практики на протяжении трех лет жители деревни помогают мастеру, кормят его, поэтому по окончании этого затворничества он должен показать, каких результатов достиг. Если он реализаций не показывает, то они его не отпускают! Отец рассказывал мне, что люди со всей округи собирались посмотреть на результаты, которых достиг этот мастер. Во время такого затворничества мастер находился в закрытом помещении, в котором нет дверей, а есть только маленькое отверстие, похожее на крохотное окно. Отец и все жители деревни за всем этим наблюдали. Они слышали, как там внутри звенел колокольчик, звучал дамару. Сначала из окна вылетела подушка, на которой сидел мастер, и легла перед окном. Затем раздался

звук ПХЕ! – и мастер вылетел через это маленькое отверстие и приземлился на подушку! Это правда! Такое есть. Если правильно заниматься такой йогой – внутренней йогой, а не индийской!

Следующее испытание было таким: насыпали гору зерна, а мастер должен был подняться на вершину этой горы, воткнуть флаг и спуститься обратно. При этом ни одно зернышко не должно было скатиться вниз. Этот мастер так и сделал. Он поднялся на вершину, воткнул флаг и спустился вниз, и ни одно зернышко не скатилось. Другое испытание заключалось в том, что он должен был из своей деревни, которая находилась очень далеко, добраться до Лхасы, поднести хадак, и вернуться обратно – и все это за один день. Обычно, для того чтобы преодолеть это расстояние на лошади, требовался месяц. Отец рассказывал мне, что когда этот мастер бежал, его пятки не касались земли, а из-под его ног вырывались искры, огонь и ветер, который поднимал пыль. Было впечатление, что он не бежал, а летел. Люди говорили, что через какое-то время йогин исчез, они его ждали, а после обеда он снова появился. Такое тоже возможно. Такие случаи действительно бывают.

Когда вы достигаете контроля четырех внутренних элементов, контролировать внешние четыре элемента становится гораздо легче. Миларепа мог ходить по воде. Мы можем подумать: «Как это вообще возможно – ходить по воде?» Теоретически это достаточно просто! Теория такова: вода также содержит элемент земли. Ваше ментальное сознание концентрируется на воде как состоящей из элемента земли. Таким образом, элемент земли начинает преобладать. Когда под контролем сознания в воде начинает преобладать элемент земли, вы можете ходить по ней как по льду, потому что она становится очень прочной.

Каким образом люди начинают летать? Когда вы контролируете внутренние элементы, вы также можете контролировать и внешние элементы. В данный момент в нашем теле преобладает элемент земли, хотя элемент ветра тоже присутствует. Когда с помощью концентрации элемент ветра начинает преобладать над элементом земли, наше тело перестает испытывать на себе воздействие гравитации. К тому же элемент ветра подталкивает вас, и вы летите. Все как в науке. Почему самолет летит? Потому что существует определенный механизм. Чудес нет. На все есть причина. Однажды во время дождя Миларепа спрятался внутри рога яка. При этом рог сам по себе не увеличился, а Миларепа не уменьшился, но он находился внутри этого рога яка до тех пор, пока дождь не перестал идти. Это из разряда теорий вне нашего концептуального понимания. Существует очень много таких теорий.

Теперь снова вернемся к нашей практике. Желтая драгоценность, на которой вы концентрировались перед собой, преобразуется в красный цветок. Вы снова проделываете цикл концентраций. Сначала концентрируетесь на синей капле, затем на синем слого ХУМ, затем – на красном цветке, затем этот цветок преобразуется в меч зеленого цвета, а меч – в колесо белого цвета.

Когда вы будете заниматься такой практикой, через пять-шесть дней наступит время опыта, духовных экспериментов, начнут появляться результаты практики. Ваше тело начнет трястись, дрожать. Не бойтесь, это происходит потому, что движение энергии в вашем теле изменяется. Вы начинаете понемногу контролировать энергию ветра, и как реакция, тело начинает дрожать. Затем вы чувствуете, что ваше тело начинает испытывать удовольствие и наслаждение. До этого во время медитации вы испытывали болезненные ощущения, неудобства: то нога затечет, то еще что-нибудь, а после такого опыта вы начинаете испытывать блаженство.

Когда, занимаясь практикой, вы в качестве объекта медитации берете святую речь божества, знаком опыта этой практики является то, что у вас изо рта непроизвольно вырываются слова на санскрите. То есть вы спонтанно начинаете правильно произносить слова на санскрите, которые раньше даже никогда не слышали.

Другой результат практики – то, что ум становится менее концептуальным. Ваш ум перестает интересоваться только внешней стороной жизни. Ваш ум, на чем бы вы ни концентрировались, становится таким счастливым. Возникает ясное, не концептуальное, блаженное сосредоточение. Но это еще не реализация, это просто духовный эксперимент.

Иногда во время неправильной медитации ваш нос начинает распухать, и вы слышите разные странные звуки. Это знак того, что энергии ветра становятся сильнее и начинают подниматься. Когда такое происходит, в этот момент очень важно расслабиться. Для занятий подобного рода практиками очень важно иметь коренного Духовного Наставника, который будет объяснять вам, что есть правильное духовное переживание и что есть неправильное духовное переживание.

Если вы будете испытывать подобного рода ощущения, вам необходимо туго перевязать свою голову платком. Затем визуализируйте слог ХУМ в своем сердце. Получается, что в точке вашей концентрации начинает сосредотачиваться ветер. Ощущение распухшего носа и шума в ушах является знаком того, что ветер слишком сильно поднялся вверх. Это происходит из-за того, что вы слишком сильно концентрируетесь на капле, на слоге в сердце и так далее. В том, что вы умственно так сконцентрировались, нет ничего неправильного, и сам по себе результат движения ветра является естественным. Но вы начинаете ощущать дискомфорт из-за того, что слишком интенсивно физически концентрируетесь и при этом очень сильно напрягаете свое тело. Из-за этого и происходит слишком сильное поднятие ветра. Точно так же как в биологии, почему тело реагирует подобным образом? Если вы сделаете действие, противоположное движению вверх, то процесс движения вниз произойдет сам по себе. Это все естественно.

Затем визуализируйте, как слог ХУМ, который является вашим умом в форме этого слога, медленно опускается вниз и исходит из вас через задний проход. Небольшое количество времени он находится снаружи вас, затем снова входит внутрь и поднимается на уровень сердца. Это упражнение способствует тому, что все болезни и загрязненные энергии ветра покидают ваше тело через задний проход. Слишком детально я не имею права вам об этом рассказывать.

Через пять-десять дней такого опыта и переживаний с помощью этой медитации вы берете в качестве объекта медитации свой ум. Сначала постарайтесь избавиться от всяких мыслей, не нужно ничего визуализировать, свет видеть, и все такое. До этого были визуализации, в которых постоянно цвета менялись, теперь же никаких таких упражнений не нужно делать. Просто расслабьтесь, даже не думайте о своем уме. Нет ни прошлого, ни будущего, даже не надо представлять себе настоящее. Прошлое ушло, будущее еще не наступило, а настоящее – это просто миг, вы не можете его схватить. Когда вы его схватываете, то оно сразу же становится прошлым. Поэтому ни за что никогда не держитесь и не цепляйтесь. Просто пребывайте в обнаженном состоянии своего ума.

Не надо стараться увидеть свой ум. У нас есть тенденция увидеть свой ясный свет. Невозможно увидеть свой ясный свет ума. Это как ваш орган зрения пытается увидеть свой глаз – это невозможно. Зрительное сознание не может увидеть зрительное сознание. Ваши глаза не могут увидеть сами себя! Точно также ваш ум ясный свет не может увидеть свой

собственный ясный свет ума. Поэтому не думайте о своем ясном свете ума, просто оставайтесь в обнаженной природе своего ума.

Прасангика Мадхьямака утверждает, что невозможно увидеть свой ум, но вы можете пережить свой ум, почувствовать его. Когда вы пребываете в обнаженной природе своего ума, не пытайтесь визуализировать какой бы то ни было цвет ясного света ума – синий, белый и так далее. Вы просто можете пережить обнаженное состояние ясного света ума. Я слышал, что некоторые мастера, которые приезжают в Россию и проводят коллективные медитации, после занятий спрашивают учеников о том, какого цвета те видели свой ясный свет ума. Некоторые говорили: «Мой ясный свет ума был белого цвета!», а некоторые говорили, что их ясный свет ума был голубого или синего цвета. На что им эти учителя говорили: «О, это уже близко!» Это неправильно! Такого учения в тибетском буддизме нет.

Вы должны понять, что ясный свет ума – это сознание, а у сознания нет формы, и то, что не имеет формы, не может иметь цвет – как можно его тогда увидеть! Вы не можете видеть сознание других людей. Ваш орган зрения не может увидеть свой орган зрения, но он может видеть орган зрения других людей. Но ваш орган зрения не может видеть зрительное сознание других людей. Если ваш орган зрения не может видеть зрительное сознание других существ, а тем более свое, то, как же тогда ваше ментальное сознание может видеть самого себя?

После такой медитации, таких упражнений ваш ветер медленно и постепенно растворяется в центральном канале, ваше дыхание становится все тоньше и тоньше. Вы только чувствуете, что ваше дыхание настолько тонкое, что воздух едва касается кончика вашего носа, а ум естественным образом успокаивается и пребывает в состоянии без всяких концепций. Когда вы вдруг слышите какой-то звук, от неожиданности все ваше тело вздрагивает. Это уже показатель прогресса. Во время таких занятий вам потребуется будильник, иначе, погрузившись в такую медитацию, вы будете способны находиться в ней долгое время и не сможете понять, что сессия окончена и пришло время перерыва. Звон будильника нужно ставить на самый тихий звук, иначе он может вас сильно напугать. Иногда сильный звук, даже если кто-то просто хлопнет дверью, очень опасен и может даже привести к инфаркту. Когда все ветра растворяются в центральном канале, при сильном и неожиданном воздействии они резко выходят из центрального канала – это очень опасно для здоровья! Для такой медитации необходимо действительно уйти в уединение. Но сейчас не беспокойтесь о том, что вы достигнете прогресса в такой медитации – это будет в будущем для вас, через долгое время!

Когда в это время у вас возникает какая-то мысль, признайте, что это просто мысль. Не надо пытаться избавиться от нее, не надо следовать за ней – она сама по себе исчезнет. В данном случае, когда возникает какая-то мысль или притупленность ума, когда объект медитации становится все мутнее и мутнее, необходимо применить самое главное противоядие – бдительность, осознание и внимательность. Самое главное в данном случае – это профилактика. Когда помехи проявились, становится уже слишком поздно. Но если признать их и быть бдительным до того, как они проявились, тогда они становятся бессильны. Когда они уже проявились в вашем уме, и вы начали следовать за ними, тогда они становятся еще сильнее, и избавиться от них очень сложно. В этот момент необходимо срочно применить противоядие.

Во время медитации иногда у вас появляются картинки. Когда вы голодны, вы видите курицу! Потом вы думаете: «Как давно я не кушал курицу! Наверное, мой друг кушает что-то вкусное!» Когда вы так думаете, очень трудно это убрать. Если появилась курица, ничего не думайте о ней, просто наблюдайте. Не надо думать: «О, как давно я не кушал!» Если не

давать оценку этим мыслям, а просто признать эти мысли, которые пришли сами, они сами же и уйдут. Смотрите на курицу как ребенок, который смотрит на картину, – просто как на картину. У взрослого человека, когда он голоден и видит картину с жареной курицей, изо рта текут слюны. Почему сразу появляется слюна? Потому что он давно не ел и как только увидел курицу, его ум сразу начал давать оценку: «Какая хорошая курица! Как я давно ее не пробовал!» Смотрите как ребенок – без всякой оценки. Иногда перед вами может проявляться картинка в виде вашего друга. Это как приглашение умственного беспокойства. Иногда будут возникать образы вашей местности, вашего дома – это так называемая ментальная возбужденность. Эти картинка-образы возникают из вашего ума и точно так же растворяются в этом уме.

Миларепа сказал одному из своих учеников, который занимался медитацией по махамудре: «Твоя практика медитации должна быть глубокой, как океан, и прочной, как гора». На следующий день, когда ученик пришел к Миларепе, Миларепа спросил его: «Как прошла твоя практика медитации?» Ученик ответил ему: «Когда я занимался медитацией на приведение своего ума к «состоянию океана», мне сначала было очень удобно. Но, когда на поверхности океана стали появляться волны, мне стало неудобно. Затем, когда я перешел к медитации на прочность своего ума в образе горы, было удобно, но когда на этой горе я начал видеть движение ветвей деревьев, шевеление листьев, тогда мне стало неудобно! На это Миларепа ему ответил: «Не важно, сколько волн появится в океане, эти волны неотделимы от этого океана. Они проявляются из этого океана, и так же растворяются в нем. Пусть эти волны не мешают тебе! Деревья и листва, которые ты видишь на горе, – все это проявляется из этой горы, поэтому они и растворяются в этой горе. Зачем испытывать неудобство, когда ты видишь эти деревья и ветви? Точно также, какие бы мысли у тебя ни появлялись, эти мысли проявляются из твоего ума, и они вновь растворяются в твоём уме».

Не думайте, что ученик видел свой ум в образе горы, это просто фигуральное выражение. Миларепа учил своего ученика медитации с помощью образов. Он говорил, что старался медитировать на свой ум настолько глубоко, насколько глубокий океан, но когда пропадала концентрация, это начинало его волновать. Он старался медитировать на свой ум настолько стабильно, насколько несокрушима гора, но когда пропадала концентрация, это также начинало его волновать. Поэтому для того чтобы было понятно, для объяснений использовался фигуральный метод сопоставления. То есть ученик медитировал на глубине своего сознания, не визуализируя при этом настоящий океан, а волны – это проявление концептуальных мыслей. Ум, как гора – это значит, что он стабилен, не отвлекается ни на что, но даже в таком прочном состоянии ума проявляются концептуальные мысли, как деревья на горе.

Поэтому иногда, когда люди читают такое, они говорят: «О, Миларепа сказал – как океан! О, ясный свет – это как океан, поэтому на него надо смотреть, как на океан!» Не надо визуализировать свой ум в образе океана, волны и так далее. Вы должны заниматься медитацией, как птица, парящая в небе. Как летают птицы? Когда птица летит по небу, после нее не остается никакого следа, когда же лягушка прыгает по земле, то после нее всегда остаются следы. Поэтому состояние вашего ума должно быть подобно полету птицы в небе. Даже когда в вашем уме возникают концептуальные мысли, они тут же бесследно исчезают.

Вот эти примеры в учении по махамудре очень важны. Каждый такой пример – как подробная инструкция для понимания того, какой должна быть ваша концентрация во время медитации. Существует еще такой пример: раньше на кораблях держали воронов, для того чтобы узнавать, насколько далеко от берега находится корабль. Ворона отпускали в полет, и если он вскоре возвращался на корабль, то это означало, что земля еще далеко. Вы должны

медитировать подобно ворону. Что это значит? Когда в вашем уме появляется мысль, позвольте ей прийти, не отбрасывайте ее. Не надо ее как-то инициировать, не надо «подливать ей бензин». Пусть эта мысль думает то, что она хочет думать. Пусть эта мысль, как ворон, улетает! Когда же у вас есть некоторое понимание отсутствия истинного существования вовне, некоторый уровень понимания теории пустоты, тогда эта мысль, как ворон, сделав круг и обнаружив отсутствие основы, на которой можно было бы приземлиться, за которую можно было бы ухватиться, возвращается и успокаивается. Такая техника очень полезна для того, чтобы познать пустотность.

Следующий пример. Вы должны заниматься медитацией как орел, летящий высоко в небе. Когда орел взлетает, он машет крыльями. В течение десяти дней вы учитесь летать, широко размахивая крыльями: вы визуализируете капли разного цвета, меняете расположение объекта медитации. То есть вы стараетесь научиться летать, постоянно используя крылья. Это самое сложное. Когда орел взлетает – это самое сложное. Когда вы высоко взлетите, то использование «крыльев» – визуализация капли, смена расположения объекта медитации – все это станет уже помехой для вас. В этот момент не должно быть никаких визуализаций. Не надо применять никаких противоядий. Не стоит испытывать страх оттого, что у вас появится какая-нибудь концептуальная мысль. Просто расслабьтесь и парите! Это техника из учения махамудры, дзогчена, поэтому пользоваться ею в самом начале очень опасно!

В Москве, Петербурге и Европе есть много «орлов», которые сидя на земле, пытаются парить, распахнув крылья. Они считают, что уже с самого начала находятся в спонтанном полете, сидя на земле! Я знаю, что вам тоже хочется сразу находиться в спонтанном состоянии полета, потому что вы ленивы! Но это все не сейчас, это все будет потом. В тот момент, когда ваш ум станет все тоньше и тоньше, когда вы почти не будете замечать собственного дыхания, перестанете слышать что-либо вовне, перестанете чувствовать свое тело, вот в этот момент вы переходите в спонтанное состояние. В момент, когда все ваши ветра растворились в центральном канале, если вы начнете применять противоядия, то будете мешать этому внутреннему покою, и тем самым снова приведете в движение энергию ветра.

Далее, ваша внимательность должна быть как хлопковая нить – прочная, но мягкая. Очень важно постоянно возвращать в себе это осознанное состояние. Что есть это осознание, внимательность? Это состояние постоянной осознанности и отслеживания того, что происходит в вашем уме. Внимательность – это состояние постоянного наблюдения за своим умом. Вы как будто постоянно находите со своим умом. Бдительность же – это постоянное фиксирование и отслеживание того, что происходит с вашим умом, вы всегда начеку. Таким образом, ваш ум будет становиться все более обузданным и более тонким. Вы сможете находиться в этом состоянии сосредоточения и концентрации все дольше и дольше. Вы будете способны почувствовать, что ваш центральный канал открывается, ваши ветра входят и сосредоточиваются внутри него. Когда ветер проходит через центральный канал, как через небольшое отверстие, и достигает сердечной чакры, вы даже сможете услышать звук этого движения.

Для развития данной практики я советую вам прочитать мою книгу «Шаматха» о том, как развить шаматху. Эта книга подобна инструкции, где подробно описано, что есть пять ошибок, шесть сил, восемь противоядий, девять ступеней. Прочитав все это, вы будете знать, как пройти девять уровней шаматхи, и сможете сами определять, на каком уровне вы находитесь.

Теперь приступаем к наставлениям по теории пустоты. Випашьяна – это наставления по медитации на пустотность. Данные наставления объясняются в двух разделах: первый –

теоретическое представление о пустоте; второй – инструкция о том, каким образом постигнуть пустоту с помощью практики медитации.

Первое – теоретическое представление о пустоте. Во-первых, вы должны понять, что буддийский термин «пустота» не означает, что феномены не существуют. Пустота означает отсутствие чего-либо, что проявляется перед нами неправильным образом. Это отсутствие чего-то, что мы неправильно воспринимаем. Под пустотой подразумевается пустота феномена от того, что мы неправильно воспринимаем. Это не означает, что феномен не существует. То есть феномены проявляются перед нами, а мы их воспринимаем не так, как они существуют на самом деле.

Первое исследование проводится по поводу понятия собственного «я». Каким образом собственное «я» проявляется перед нами? Каким образом это «я» существует? Вы должны понять, что то, каким образом это «я» существует, есть относительная истина. То, каким образом это «я» не существует, есть абсолютная истина. Для того чтобы понять это вы должны в первую очередь знать, что существует две категории феноменов. Наш ум считает, что если что-либо существует, то оно должно существовать утвердительным образом. То, на что мы можем указать, ткнуть пальцем, то, что мы можем утверждать, – вот это кажется нам феноменом. То, что мы отрицаем, мы уже не считаем феноменом. Это неправильно!

Основная теория состоит в том, что есть утвердительные феномены и есть отрицательные феномены – феномены утверждения и феномены отрицания. Наука тоже не совсем ясно понимает, что такое феномены. Даже в науке нет ясного определения, что есть феномен. Наука даже не может утверждать точно, что существует, а что не существует. Потому что в науке нет точного определения, что есть феномен. В буддизме определение феномена следующее: «То, что является объектом достоверного познания, является феноменом». Достоверное – это то, что не имеет противоречий. Эта чашка является феноменом, потому что она является объектом достоверного познания с помощью нашего зрительного сознания.

Теперь феномены отрицания. Отсутствие рогов на вашей голове – это тоже феномен, но это феномен отрицания. Если отсутствие рогов на вашей голове не является феноменом, то на вашей голове есть рога. Отсутствие рогов на вашей голове может быть познано с помощью достоверного познания. Если я спрошу вас: «Есть ли рога на вашей голове?» – вы мне ответите: «Нет, на моей голове нет рогов!» Почему? Потому что это есть объект достоверного познания. Ваш ум познал, что у вас нет рогов на голове. Рога на голове являются видимыми объектами, а если ни вы, ни кто-либо другой не видит их, это значит, что они не существуют. Их наличие можно проверить путем достоверного познания с помощью зрительного сознания. Если же видимые объекты не видны зрительному сознанию, значит, они не существуют. Это логично. Если же вы скажете, что рогов на вашей голове нет, потому что вы их просто не видите, то это нелогично. Ваша логика становится такой: «У меня нет рогов на голове, потому что я их не вижу!» Получается так: «То, чего я не вижу, не существует вообще!» Тогда можно сделать вывод, что у вас нет мозгов, потому что вы их не видите! Надо рассуждать логически. Рассуждать нужно следующим образом. Рога являются видимым объектом. Видимые объекты, которые вы не видите, и не видят другие, не существуют. Поэтому, когда я вас спрошу: «Есть ли рога на вашей голове?» Вы мне ответите: «Нет!» А я вас спрошу: «Почему?» Вы скажете: «Потому что я их просто не вижу!» – никогда так не говорите! Потому что это нелогично. Если вы так ответите, то вы должны согласиться с тем, что у вас нет мозгов!

Существует очень много феноменов отрицания. Вы должны понять, что среди феноменов утверждения и феноменов отрицания, согласно буддийской философии больше феноменов отрицания. Почему? Потому что там, где есть феномен утверждения, присутствует также

пустота. Например, чашка – феномен утверждения, но в чашке присутствует и пустота этой чашки. Что есть пустота чашки? Так как эта чашка является взаимозависимо возникшей, значит, она пуста от истинного существования. Она кажется истинно существующей, но она пуста от истинного существования. Это есть абсолютная природа данной чашки. С того момента, как чашка начала существовать, пустота проявилась вместе с ней. К моменту существования данной чашки вместе с ней проявляется и пустота данной чашки. Поэтому Будда сказал: «Придет Будда или нет, пустота всегда присутствует». Это не значит, что пустота появилась только тогда, когда появился Будда и создал теорию пустоты. Это не похоже на то, что избрали нового депутата, и он создает новый закон, а после этого закон начинает существовать. Теория пустоты – это не какая-то новая теория, это естественно пребывающая теория, которую Будда не создавал, он просто открыл существование этой теории. Как существование субатомных частиц. Появились ученые или не появились, субатомные частицы всегда существовали. До появления каких-либо ученых атомы существовали, мы просто не знали об этом. Мы не знали, что существуют потенциалы атомной энергии, ученые же открыли существование всего этого, но они не создали что-либо новое.

В самом начале вы не можете видеть отрицание этой чашки. Чашка пуста от истинного существования, но это нельзя увидеть сразу. Вначале это можно познать концептуально. Через глубокий анализ вы приходите к выводу: вот что значит пустота чашки, вот она какая. Концептуально вы говорите: «Это вот так».

Допустим, вы никогда не были в Москве. Затем я начинаю вам объяснять и рассказывать, что Красная площадь – такая-то. У вас начинает складываться картинка, представление о ней. Вначале картинка абсолютно противоположна тому, как на самом деле все это выглядит. Чем больше вы слушаете описание Красной площади, тем яснее становится ваше представление, образ Красной площади. Но, тем не менее, это все еще концептуальное представление. Вы снова и снова слушаете, какие стены, башни у Кремля, что кирпичи там не такие, как в Новосибирске и, в конце концов, вы получаете фактически точный образ Красной площади. Хотя вы сами и не видели Красную площадь, ваша умственная картинка полностью совпадает с реальной Красной площадью. Но это все равно еще концептуальное представление.

Когда ваше концептуальное познание пустоты становится все более точным, в конце концов, вы напрямую познаете пустоту. Сначала у вас размытое представление об объекте посредством концептуального познания Кремля, а когда вы напрямую видите Кремль, то это уже прямое постижение. Прямое постижение пустоты достигается только с помощью медитации. Что касается прямого постижения Кремля, то вам необходимо его увидеть наяву, а для этого нужно туда поехать на поезде или полететь на самолете и затем прийти на Красную площадь и увидеть своими глазами Кремль – это будет прямое постижение Кремля.

Буддийская философия говорит о том, что феномен отрицания – пустоту можно увидеть напрямую. Ее можно постигнуть напрямую не с помощью зрительных органов, а с помощью прямого йогического умственного познания, причем такое познание пустоты напрямую еще более ясно, чем напрямую глазами видеть книгу. Пустота – это феномен.

Вы должны понимать, что пустота не является утвердительным отрицанием. Пустота есть неутвердительное отрицание. Теперь я объясню вам, что такое утвердительное и неутвердительное отрицание. Это базовая терминология, и если ее не знать, то невозможно получить точный образ пустоты, представление о том, что есть пустота. Если я попытаюсь объяснить вам, как выглядит Кремль, а вы вообще не знаете, что такое кирпич, то, как же я смогу вам тогда описать Кремль? Сначала вы должны знать, что такое кирпич, а затем я уже

смогу объяснить, что существуют разные кирпичи – есть белый, красный, новый и старый кирпичи. Много разных бывает кирпичей. Только тогда я смогу объяснить вам, как выглядит Кремль. Это терминология, которая помогает вам концептуально создать образ пустоты. Я не могу показать вам пустоту, как книгу, потому что пустота не является утвердительным отрицанием. Пустота – это неутвердительное отрицание.

Отрицание существует двух видов: утвердительное отрицание и неутвердительное отрицание. Что есть утвердительное отрицание? Очень простой пример: я говорю, что толстый Олег не принимает пищу днем. Это отрицание, но это утвердительное отрицание. Утверждается, что Олег не принимает пищу днем. Что значит здесь отрицание? Отрицается, что он ест днем, но одновременно утверждается, что он ест ночью! Это называется утвердительным отрицанием, но это еще не пустота. Пример неутвердительного отрицания: дом пуст от людей. Дом, пустой от людей, – это неутвердительное отрицание.

Люди, которые занимаются медитацией по махамудре и дзогчену, если неправильно поняли теорию пустоты, то они будут говорить, что пустота есть утвердительное отрицание. Что это значит? Они будут медитировать следующим образом: хотя ясный свет пуст от истинного существования, но он проявляется как иллюзия, он существует взаимозависимо. Вот они и медитируют на ясный свет, который является взаимозависимым. Они остаются, пребывают в состоянии ума, которое подобно иллюзии, думая ошибочно, что это и есть медитация на пустоту. Кхедруб Ринпоче говорит, что это не есть медитация на пустоту. Это не может служить противоядием к неведению. Ум как иллюзия – это условный феномен, но это еще не пустота. Ум подобен иллюзии, которая функционирует, действует, но это не пустота

Лекция № 5

Как обычно, установите в потоке своего сознания правильную мотивацию. Мотивацию, направленную на обуздание собственного ума. Вчера мы начали говорить с вами о пустотности. В практике випашьяны существует два раздела: первый – общее представление о пустоте; второй – каким образом медитировать на пустоту.

Итак, первое – общее представление о пустоте. В буддизме воззрения о пустоте представлены четырьмя философскими школами: Вайбхашика, Саутрантика, Читтаматра и Мадхьямака. Представления всех четырех философских школ являются воззрениями Будды. У этих школ несколько различные уровни представления пустоты, но, тем не менее, это все воззрения Будды. Вы должны понять, откуда возникли эти четыре философские школы.

Когда Будда давал учение, то он совершил три поворота Колеса Учения. Вы должны понять, что все Учения Будды содержатся в трех поворотах Колеса Учения. Каждый раз Будда передавал свое учение ученикам на разных уровнях, представлял учение немного под другим углом – это и называлось поворотом Колеса Учения. Так возник первый, второй и третий поворот Колеса Учения.

Когда Будда давал учение первый раз, – это первый поворот Колеса Учения, – то он представлял пустоту следующим образом. Он говорил о том, что есть истинное существование и самосущее бытие, но нет независимого субстанционального существования. В тот момент, если бы Будда сказал, что нет истинного существования, то его последователи могли впасть в крайность нигилизма. Поэтому Будда при первом повороте Колеса Учения показал, что есть истинное существование, но нет независимого субстанционального существования. Истинное существование означает: каким образом вы видите феномены, таким образом они и существуют. Каким вы видите Бориса, такой Борис и есть. Если я скажу, что такого Бориса, каким вы его видите, не существует, то вы

подумаете, что тогда жене Бориса будет очень трудно! Тогда она подумает: «Бориса-то нет! Я привязалась к иллюзии!»

Если вы поймете глубже значение термина «истинное существование», и я вам скажу, что что-то не имеет истинного существования, то для вас это не станет шоком. Если я вам скажу, что эта чашка не имеет истинного существования, то шока у вас от этого не будет, но, если я вам скажу, что кто-то, кого вы любите, не имеет истинного существования, например, ваш сын, ваш муж, ваша жена не обладают истинным существованием и не существуют таким образом, каким проявляются перед вами, вот это действительно может вызвать у вас шок! Вы скажете: «Как такое может быть? Я же разговариваю с ним, и он меня понимает! Да, мы иногда ругаемся с ним! Иногда мы находим общий язык! Я же не с отражением в зеркале разговариваю! А он, оказывается, не обладает истинным существованием, он лишь как отражение в зеркале, как отражение луны в озере! Но ведь отражение луны в озере не может общаться со мной! Как это так? Как мой близкий человек может быть просто иллюзией, как луна в озере!» Если кто-то общается с вами, это еще не означает, что они обладают истинным существованием. В наши дни иногда общение с компьютером намного приятней, чем общение с живым человеком. У нас неверная логика. Мы думаем, что если кто-то общается с нами, то он обладает истинным существованием. Это неверно!

Если бы при первом повороте Колеса Учения Будда сказал, что ничто не обладает истинным существованием, то люди подумали бы, что и Будда не обладает истинным существованием, и нирвана не обладает истинным существованием, и впали бы в полный нигилизм. Они стали бы думать, что учение тоже не обладает истинным существованием: «Кто дает учение? Кто слушает учение? Никто и ничто не обладает истинным существованием!» Была велика опасность того, что те, кто слушал учение, могли впасть в крайний нигилизм. Поэтому Будда не стал поднимать вопрос об отсутствии истинного существования, он только сказал, что феномены не обладают независимым субстанциональным существованием.

Если я скажу, что Борис не обладает независимым субстанциональным существованием, то его жена скажет: «Да и черт с ним! Это не важно – зависимое или независимое субстанциональное существование! Какая разница!» То есть ваш объект привязанности не исчезает полностью, как-то он все-таки существует, хотя и зависим от чего-то и не обладает независимым субстанциональным существованием, но это не важно! Он находится под контролем чего-то, но он все же как-то существует, я могу дотронуться до него!

На самом деле вы не сможете дотронуться до Бориса! Вы дотрагиваетесь до его тела, но тело Бориса – это не есть Борис! Если дальше полемизировать, то мы придем к выводу, что мы даже не касаемся тела Бориса, мы дотрагиваемся до каких-то частиц – атомов, протонов, нейтронов.

Первый поворот Колеса Учения отражает взгляды школ Вайбхашика и Саутрантика. Вы должны понять, что воззрения этих школ основаны на первом повороте Колеса Учения. Когда вы говорите о четырех буддийских школах, вы должны знать, на каком учении основаны эти школы. Они все основаны на Учении Будды, а не на каком-то тибетском буддизме. Понятия «тибетский буддизм» вообще, в принципе, нет. Вы должны понять, что все эти школы основаны на Учении Будды.

Вы должны понять, что в своих философских обоснованиях ученые школ Вайбхашика и Саутрантика основываются на положениях первого поворота Колеса Учения, положений второго и третьего поворотов Колеса Учения они не касаются. Последователи этих школ

считают, что конечное воззрение Будды – это первый поворот Колеса Учения, тогда как второй и третий повороты не являются конечными воззрениями Будды.

Во время второго поворота Колеса Учения в Раджагрихе на горе Коршунов Будда дал учение по «Сутре сердца». Эти наставления по «Сутре сердца» стали основными положениями для воззрений школы Мадхьямака. В это время Будда дал не только наставления по «Сутре сердца», но и множество других наставлений по «Праджняпарамите». Здесь Будда уже говорит о пустоте от истинного существования, о пустоте от самосущего существования. Во втором повороте Колеса Учения Будда сделал упор на самопустотности. Это означает, что феномены пусты не от чего-то, а феномены сами по себе уже пусты от самосущего существования, сами феномены пусты от истинного существования.

Смотрите, если бы феномены были просто пусты от чего-то, то они все равно бы казались нам существующими сами по себе. Если мы будем говорить, что Борис пуст от независимого субстанционального существования, то нам будет казаться, что Борис – существование Бориса – остается таким, каким мы его видим. Но Борис сам по себе пуст от истинного существования, а не что-то другое пусто от него. Когда говорится об отсутствии истинного существования, или о пустоте от истинного существования, то имеется в виду, что сам по себе Борис не существует таким образом, каким он проявляется перед нами. Если мы будем говорить о том, что Борис пуст, например, от волос, или от чего-то еще, то это означает, что он не становится пуст от самосущего существования. Сам Борис при этом остается, остается Борис как объект привязанности.

Второй поворот Колеса Учения Будды явился основой для воззрений школы Мадхьямака. Существуют два подвида Мадхьямаки: это Сватантрика Мадхьямака и Прасангика Мадхьямака. А из этих двух подразделений Мадхьямаки философская школа Прасангика Мадхьямака – это высшая школа буддийской философии. Философское воззрение Прасангики Мадхьямаки – это наивысшее философское воззрение буддизма, в котором излагается конечное воззрение Будды о пустоте. Основателем школы Мадхьямака является Нагарджуна. Вы должны понять, что после того как Будда ушел из жизни, Нагарджуна стал тем, кто выразил воззрение Мадхьямаки. Появление Нагарджуны предрек сам Будда. Будда сказал: «После того как я уйду из этой жизни, мои окончательные философские воззрения о пустоте будут представлены Нагарджуной». Среди многих величайших индийских учителей, махасиддхов только появление Нагарджуны было предречено самим Буддой. Среди тибетских великих мастеров самим Буддой было сделано пророчество о появлении Дже Ринпоче – Дже Цонкапы.

Философские воззрения Сватантрики Мадхьямаки были представлены учеником Нагарджуны Бхававивекой. Воззрения Прасангики Мадхьямаки были представлены Буддапалитой, который также являлся учеником Нагарджуны. Теперь, третья философская школа – Читтаматра. Каким образом появилась школа Читтаматра?

После второго поворота Колеса Учения многие люди пришли в замешательство, возникла путаница с пониманием учения. Тогда, во время уже третьего поворота Колеса Учения ученики задали Будде вопрос: «Во время первого поворота Колеса Учения Вы сказали, что нет независимого субстанционального существования, но есть истинное существование. Во время второго поворота Колеса Учения Вы сказали, что нет никакого истинного существования, и нет самосущего бытия. Вы сказали, что все феномены пусты от самих себя! Мы не можем понять!»

Будда увидел, что перейти сразу от философских воззрений Вайбхашики и Саутрантики к воззрениям Мадхьямаки ученикам нелегко и необходимо дать промежуточное философское воззрение, чтобы воззрения Мадхьямаки стали понятнее. Тогда Будда дал промежуточное учение о пустоте. В этом повороте Колеса Учения Будда сделал упор на определении, что такое «пустота от истинного существования», – это и стало основой для философских воззрений школы Читтаматра.

В этом повороте Колеса Учения Будда разъяснил, что все феномены содержат три составляющих: кунтаг – номинальная концептуализация без основы, шенванг – зависимый от другого, и йондуп – отсутствие кунтага в шенванге. Каждый феномен обладает этими тремя характеристиками: характеристикой кунтаг, характеристикой шенванг и характеристикой йондуп. Вы должны использовать тибетскую терминологию, иначе запутаетесь.

Теперь я объясню вам, что есть кунтаг. Когда мы начинаем глубже изучать буддийскую философию, необходимо использовать тибетские термины, это как использование латинской терминологии в науке. Эти тибетские термины для вас как научные термины. Если бы я вам давал научные лекции на тибетском языке, то чем глубже бы мы исследовали научную тему, тем больше я стал бы использовать не тибетских научных терминов. В данном же случае эти названия – как научные термины. Вы же в России в научной сфере используете латинскую терминологию. А когда доходят до высоких философских воззрений, то используют терминологию на тибетском языке.

Вот, например, чашка. Эта чашка содержит в себе три характеристики – кунтаг, шенванг и йондуп. Что есть кунтаг этой чашки? Когда эта чашка появляется перед вами, у вас возникает неправильное восприятие этой чашки, неправильное понимание способа существования этой чашки. Например, независимое субстанциональное существование этой чашки есть кунтаг. Вот эта видимость независимого субстанционального существования чашки – это просто наименование, кроме этого наименования в самой чашке нет никакого субстанционального существования, нет никакой основы. Независимое субстанциональное существование этой чашки – это просто номинальное существование этой чашки.

Кунтаг – это просто наименование. Кроме названия «чашка» нет никакого существования со стороны объекта. Оно существует только в наименовании. Нет никакой основы для существования с объективной стороны. Когда вы смотрите на Бориса, то перед вами проявляется, как вам кажется, независимо существующий, такой «прочный» Борис. Но это просто наименование! Нет ничего, что было бы тем, что являлось бы Борисом. Когда Борис проявляется перед вами, то он проявляется перед вами, как кто-то, кто является именно таким самосущим, «прочным» Борисом. Такое независимое субстанциональное существование есть кунтаг, и оно, по сути, не существует. Такого, как независимо субстанционально существующий Борис, такого не существует, это кунтаг. Кунтаг существует просто как концепция в вашем уме, а кроме концепции нет ничего, что существовало бы со стороны объекта. Наш ум думает по-другому, но в действительности нет никакой основы для таких умозаключений. Кунтаг – это отсутствие истинного существования.

В третьем повороте Колеса Учения объясняется, что, когда во время второго поворота Колеса Учения Будда говорил о том, что нет никакого истинного существования, он имел в виду кунтаг. Кунтаг и есть отсутствие истинного существования. А что же тогда истинное существование? Будда ответил, что это шенванг и йондуп.

Что же такое шенванг? Шенванг – тибетское слово, которое означает «зависимый от другого». Возьмем в качестве примера воду, так будет легче понять. Люди, которые не обладают научными знаниями, думают, что вода обладает независимым субстанциональным существованием, как некая «прочная» вода, вода как таковая. Но, на самом деле, нет никакой независимо существующей воды. Это и есть кунтаг. Вода, которую мы можем потрогать, выпить, кажется нам независимо субстанционально существующей. Если я таким людям, не имеющим научных познаний, скажу, что нет никакой независимо субстанционально существующей воды, они мне ответят: «Как не существует? Я же могу трогать эту воду, могу пить ее! Что вы такое говорите! Я же умываю этой водой лицо! Я же не пью водород и кислород, я пью воду!»

В действительности та вода, которая, как нам кажется, имеет независимое субстанциональное существование, есть кунтаг. Но если сказать, что вода вообще не существует, то это уже будет нигилизм. Вода существует, но она существует, как взаимозависимо возникающая вода, – это и есть шенванг. Вода возникает в зависимости от соединения кислорода и водорода. Такое существование воды, зависимой от кислорода и водорода, – это шенванг. Если вам сказать, что такое существование воды, как шенванг, то есть как соединение кислорода и водорода не обладает истинным существованием, то появится опасность впасть в нигилизм, и тогда мы уже не сможем определить, что есть вода, а что – не вода.

В третьем повороте Колеса Учения говорится о том, что вода – шенванг, то есть существующая взаимозависимо от кислорода и водорода, такая вода существует, обладает истинным существованием. Кунтаг же – это независимая субстанционально существующая вода, и вот такая вода – кунтаг – не существует. Такая вода существует только в нашей концепции, если начать искать эту воду, то мы не сможем ее найти. Это кунтаг, он существует только в нашей концепции, а для нее нет никакой основы. Но вода, возникающая в зависимости от соединения кислорода и водорода, шенванг – «зависящий от другого», существует, обладает истинным существованием.

В Мадхьямаке вы не сможете обнаружить эту взаимозависимость, потому что даже это соединение кислорода и водорода не обладает истинным существованием. В Мадхьямаке шенванг также не обладает истинным существованием.

Реплика из зала: «Геше Ла, а в то же время кислород и водород – это тоже просто наименование?!» Да, правильно! Это уже Прасангика Мадхьямака. В Прасангике Мадхьямаке и кислород, и водород – это просто наименования, ярлыки, они не существуют как таковые, потому что они тоже существуют взаимозависимо. Вы не можете обнаружить какой-то плотный водород или какой-то плотный кислород, какой-то конкретно существующий со стороны объекта кислород и водород. Это воззрения философской школы Прасангика Мадхьямака, но я вам расскажу это позже.

В наши дни те научные знания, которыми мы обладаем, очень сильно помогают развитию нашего понимания философских положений буддизма. Это правда, потому что, когда у вас есть научные знания, вы уже имеете опыт анализа феноменов, и это очень вам помогает. В науке как раз анализируют природу феноменов. В конце концов, буддийский анализ феноменов и анализ, который проводит современная наука, приходят к одному и тому же выводу. Есть небольшая разница в представлениях буддизма и науки, но, в конечном счете, выводы оказываются одинаковыми. Поэтому если вы будете использовать свои научные знания для познания буддийской философии, то это будет очень полезно для вас, а иначе это будет простая трата времени. Просто – знания, знания!

Да, мы обладаем научными знаниями, но не используем их для обуздания ума, для совершенствования самих себя, они не направлены на то, чтобы сделать человека лучше. Тогда эти научные знания становятся просто «сухими» знаниями, которые не приносят какой-то настоящей пользы. Они используются только для того, чтобы сделать какое-то новое открытие, обнаружить новый объект – и все. Но эти знания абсолютно не используются для того, чтобы сделать себя хорошим человеком. В этом и есть ошибка, недостаток научных знаний. Они не направлены на то, чтобы сделать человека высочайшего уровня, сделать человека внутри добрым и чистым. Поэтому жалко науку. Наука стала слишком коммерческой, капитализированной. Показывают какие-то новые изобретения по телевизору, потом их продают, забирают у народа деньги. Это не очень хорошо!

Поэтому в будущем научные познания должны использоваться для прогресса человечества не в области технологий, а в области духовного совершенствования. Теперь вы понимаете, что кунтаг существует только как концепция в вашем уме – это просто наименование, нет никакой основы, объективной основы для независимого субстанционального существования. Это и называется кунтаг. Потому что независимое субстанциональное существование – это просто ваша концепция, не имеющая никакой объективной основы. Независимое субстанциональное существование любого объекта, феномена – это существует только как концептуальный вывод, как концепт. На самом деле, как таковой объективной основы для независимого субстанционального существования нет. Это называется кунтаг. Этого нет.

Шенванг – это «зависящий от другого». Это взаимозависимое происхождение. Это существует. Когда я дотрагиваюсь до чашки, то я дотрагиваюсь до шенванга чашки, а кунтаг чашки я не могу потрогать, потому что он не существует. Он с самого начала не существует. Шенванг – это соединение множества частей чашки, частиц. До этого я и дотрагиваюсь. Шенванг означает «зависящий от другого», а в контексте «чашки» можно сказать – «зависящий от других».

Теперь третий термин – йондуп. Йондуп означает абсолютное, «конечное» существование. Что же такое йондуп чашки? Чашка пуста от независимого субстанционального существования – это и есть йондуп. Это есть окончательная абсолютная истина существования чашки – йондуп. Пустая от независимого субстанционального существования, обладающая взаимозависимым происхождением чашка, это есть йондуп. Вы должны понять, что кунтаг, отсутствующий в шенванге, это есть йондуп. Кунтаг – это независимое субстанциональное существование, оно означает отсутствие взаимозависимого происхождения. Взаимозависимое происхождение не может быть тождественно независимому субстанциональному существованию. Поэтому отсутствие независимого субстанционального существования и есть йондуп.

Чашка обладает взаимозависимым происхождением. Так как чашка взаимозависима, то она, получается, пуста от независимого субстанционального существования. Это дихотомия – несовместимость. То, что зависит от чего-то, не может быть независимым. Если чашка имеет взаимозависимое происхождение, это шенванг, и она уже никак не может быть независимо субстанционально существующей. То есть эта чашка, обладающая взаимозависимым происхождением, пуста от независимого субстанционального существования. Вот эта пустота от независимого субстанционального существования и называется йондуп. Это есть абсолютная природа чашки.

Эта чашка обладает двумя истинами. Есть абсолютная истина чашки – йондуп, она пустая от независимого субстанционального существования. И есть относительная истина этой чашки, взаимозависимое происхождение чашки – шенванг.

Кунтаг – это объект отрицания. То, что убирается. Это галлюцинация. Кунтаг – это иллюзия. Что вы пытаетесь устранить в пустоте? Вы пытаетесь устранить кунтаг. Это как операция. Когда вы проводите операцию, вы не можете вырезать все тело, вам нужно устранить очаг заболевания – это и есть кунтаг. Отсутствие заболевания – это абсолютная истина. Взаимозависимое тело вы не можете полностью вырезать, то, что вам необходимо удалить – это кунтаг.

Устранение объекта отрицания – это как операция. Вы должны найти то, что должно быть устранено. Это то, чего на самом деле нет, но мы должны найти это и устранить. Как в хирургической операции, то, что должно быть удалено, – это кунтаг. Кунтаг есть объект отрицания. Когда вы устраняете этот объект отрицания, кунтаг, то, что остается? Остается шенванг – взаимозависимое происхождение.

С точки зрения школы Читтаматра, если и шенванг удалить, то тогда ничего не останется, а это уже впадение в крайность нигилизма. Тогда мы вообще не можем говорить о том, что есть чашка. Если вы, говоря о взаимозависимой воде, скажете, что и шенванг не существует, не имеет истинного существования, то, что же тогда останется, и как тогда можно сказать, что я пью воду? Что же тогда есть относительная истина? Относительная истина не должна быть отброшена. Относительная истина должна присутствовать. Абсолютная и относительная истина должны присутствовать обе. Если вы отбросите относительную истину, то впадете в нигилизм. А если вы отбросите абсолютную истину, то впадете в крайность этернализма. Эти две истины не должны быть отброшены.

Вы должны понимать, что в анализе феноменов, если разрушить относительную истину, шенванг, то невозможно говорить об относительной истине. А если разрушить абсолютную истину, йондуп, то есть опасность впасть в этернализм. Поэтому когда вы анализируете феномены, вам необходимо устранить только кунтаг. Если вы устраните шенванг, относительную истину феномена, и йондуп, абсолютную истину феномена, без них вы не сможете говорить ни об относительной истине, ни об абсолютной истине. Эти две истины существуют всегда.

Реплика из зала: «Христиане, наверное, этерналисты, потому что они говорят, что бог создал в один день воду, в один день свет. Хотя, на самом деле, ему надо было сначала создать атомы, молекулы, а потом уже воду. То же самое и со светом. То есть они этерналисты?»
Другая реплика: «Один день – это миллион лет!»

Мне кажется, что это не христианское воззрение. Христианское воззрение – это учение Христа. Его воззрение было очень высоким. Многие христиане не понимают настоящих воззрений Христа. Может быть, то, о чем вы говорите, это представление не самого Христа, а какого-то христианского священника. Когда я смотрю на высказывания самого Христа, то можно сказать, что Иисус Христос привнес буддийские идеи в Иудею, но люди не поняли его воззрений. В то время многим не понравились его воззрения, хотя это были идеи очень высокого уровня. Даже многие его ученики не смогли правильно понять его учение. Они переиначили его учение, перемешав идеи Христа с иудейскими. Точно так же и в буддизме после ухода Будды многие его положения и высказывания были переиначены. И только Нагарджуна, спустя шестьсот лет после ухода Будды восстановил окончательные воззрения Будды. До этого люди не могли понять Прасангику Мадхьямаку. До Нагарджуны воззрения Мадхьямаки были очень извращены, и до конца, правильным образом воззрения Будды не были поняты. Поэтому мне неудобно говорить, что Христос имел неправильные воззрения, потому что, на взгляд буддистов, Иисус Христос является высочайшего уровня бодхисаттвой.

Третий поворот Колеса Учения является основой для воззрений школы Читтаматра. Вы должны понять, что все четыре буддийские школы, когда анализируют, что есть «я», согласны с тем, что «я» как таковое неотделимо от пяти совокупностей. Небуддийские же школы утверждают, что «я» существует отдельно от пяти совокупностей. Поэтому, например, в индийских школах возникает понятие атман, в христианских школах – понятие душа. Что означает атман, душа? Это некое «я», которое существует отдельно от тела и ума. «Я» же, которое пусто от независимости, единственности и постоянства, признается всеми четырьмя буддийскими школами. Это называется «грубая пустота».

Каким образом индуисты приходят к выводу, что такое «я», отдельное от тела и ума, существует? Когда они начинают искать это «я» и не находят его ни в теле, ни в уме, они приходят к выводу, что «я» существует отдельно от тела и ума. Потому что они ищут его в качестве независимого «я». Независимое «я» никогда невозможно будет найти! Если вы будете искать независимо существующую воду, то вы не сможете ее обнаружить как таковую. В кислороде вы не сможете ее найти, в водороде вы также не сможете ее обнаружить. Так приходят к выводу, что есть «вода» как «душа», которая существует независимо от кислорода и водорода, отдельно от этой комбинации. Это абсолютно концептуальная мысль, кунтаг, от которой необходимо избавиться. Это просто концепция, для ее существования нет никакой основы.

Кунтаг – это бесосновательная концепция, просто имя, название. Если Борис скажет, что у него есть миллион долларов в швейцарском банке, то это кунтаг. Это существует только в его уме! Потому что нет оснований для существования этого в действительности. Вот это и есть кунтаг. Когда Борис выпьет, то он иногда говорит, что у него есть миллион долларов. Борис может сказать: «Не беспокойтесь, завтра я вам отправлю сто тысяч долларов!» Это и есть кунтаг. Если кто-то ему поверит, то этот человек тоже кунтаг! Этот человек уже начинает радостно потирать руки и думает: «О, завтра Борис пришлет мне деньги!»

Независимая «душа», о которой говорят небуддийские школы, это тоже кунтаг. Все очень ясно. Например, вам же ясно, что никакой постоянной, единственной, плотной и независимо существующей от кислорода и водорода воды не существует. Вот такая вода, не зависящая от кислорода и водорода, такая «постоянная и плотная» вода, не существует. Такой воды нет, это кунтаг. Точно также нет никакой независимой души, которая бы существовала отдельно от тела и ума. Когда говорят: «Моя душа», то имеют в виду как бы отдельно существующую душу, независимую от тела и ума. Но никакой такой души нет. Иногда говорят: «Кто-то отнял мою душу! Поэтому я так расстроен!» Как можно забрать чью-то душу!? Это же кунтаг! Никто не может никакую душу забрать! Какую душу? Где? Это называется суеверием. Не волнуйтесь, никто не может «отнять у вас вашу душу». Некоторые люди говорят мне: «Геше Ла, помогите мне, пожалуйста, я потерял свою душу семь дней назад! Помогите мне вернуть ее обратно!» Как я могу вернуть то, что не ушло! Если с самого начала вы не теряли никакую душу, как же я тогда могу вернуть вам ее обратно? Если она с самого начала не существовала, как же я могу ее вернуть? Души как таковой вообще не существует!

Высшие буддийские школы утверждают, что в пустом доме невозможно ничего потерять, из пустого дома невозможно ничего украсть. Когда вы верите, что есть этот кунтаг, то у вас появляются беспокойства, проблемы. Когда же вы начинаете думать, что эти беспокойства и проблемы имеют истинное существование, то вы еще больше начинаете переживать!

Во втором повороте Колеса Учения приводится такой пример. Женщине снился сон, что она родила ребенка. Она была очень счастлива, что родила этого ребенка! Но в этом же сне ее

ребенок умер. От этого она испытала очень сильное горе. Когда же она проснулась, то осознала, что никого не рожала и никого не теряла. Также и все феномены существуют, как сон. Старайтесь таким же образом видеть все феномены – «ничто не рождается и ничто не умирает». В действительности, с точки зрения абсолютной истины вы не рождались, вы не пребывали и не умирали.

С мирской точки зрения, когда появляется ваше тело, вот эти мясо и кости, которые появляются благодаря семени отца и матери, то говорят о вашем «рождении», что «вы родились». Но это же не ваше тело, это же соединение семени отца и матери. В этих костях и мясе нет ничего «нашего». «Мы» как таковые ничем не обладаем. Когда появляется тело, то говорят «я родился». «Я родился, я пребываю, я умираю».

Другой пример, который приводят школы высшей буддийской философии, следующий. Когда мы рассматриваем Луну с нашей Земли, то видим, что Луна начинает прибывать, затем становится полной и затем начинает убывать. Если вы находитесь на Луне, то вы видите, что она не прибывает, не становится полной и не убывает. Только с точки зрения нашего мирского восприятия мы видим, что Луна прибывает, становится полной и убывает. А со стороны Луны она и не прибывает и не становится полной и не убывает. Точно таким же образом старайтесь видеть все феномены.

Теперь, каким образом вы можете рассуждать об относительной истине – шенванге. В Прасангике Мадхьямаке самым сложным считается понимание понятия шенванг. Когда вы говорите, что нет никакого истинного существования, то и шенванг не обладает истинным существованием. Тогда каким образом можно рассуждать об относительной истине? Поэтому Чандракирти утверждал, что нельзя разрушать мирскую относительную истину. Если разрушить мирскую относительную истину, то есть опасность впасть в нигилизм. Последователи воззрений Читтаматры считают мадхьямаков нигилистами, потому что те утверждают, что даже шенванг не обладает истинным существованием.

Теперь подробнее поговорим о воззрении школы Читтаматра. Все буддийские школы сходятся в том, что нет никакого «я», которое является постоянным, единственным и независимым. Вайбхашика и Саутрантика говорят о том, что если такого «я» не существует, то какое все-таки «я» существует? Они говорят, что «я» обладает взаимозависимым происхождением. Соединение пяти совокупностей и есть «я» по их мнению.

Школа Читтаматра говорит о бессамости и пустотности феноменов, то есть о пустотности личности и пустотности феноменов. В школе Читтаматра, когда говорится о пустотности личности и феноменов, то пустота личности – бессамость является отрицанием более грубого уровня, а когда говорится о пустоте феноменов, то это более тонкий уровень понимания пустоты. Когда в воззрениях Читтаматры говорится о пустоте личности, то есть отсутствие кунтага в шенванге есть йондуп, то это просто отсутствие независимого субстанционального существования личности. Когда говорится о пустоте «я», то имеется в виду пустота от независимого субстанционального существования. Это грубый уровень пустоты. Например, эта чашка пуста от независимого субстанционального существования, но это грубое понимание пустоты.

Что касается более тонкого понимания пустоты в школе Читтаматра, то есть когда речь идет о пустоте феноменов, то имеется в виду, что субъект и объект пусты от различия по сути. Например, чашка. Каким образом можно проследить грубую пустоту в чашке? Кунтаг этой чашки не существует, то есть она пуста от независимого субстанционального существования, то есть независимого субстанционального существования чашки, как таковой, нет. Но взаимозависимо возникающая чашка есть. В грубой пустоте вы

отбрасываете кунтаг, но шенванг остается. Но если чашка, как взаимозависимо существующая вовне, остается, то возникает опасность привязаться к ней. Я это хочу! У вас возникнет желание, и вы начнете искать это.

Откуда берутся наши проблемы в сансаре? Мы считаем, что что-то существует вовне. Мы начинаем искать это, привязываемся к этому. Поэтому мы всегда заняты поиском. Едем куда-то на поезде, на самолете, чего-то ищем, думаем, что где-то там мы будем счастливы. Звоним своей подруге или парню, потом приезжаем. Едем – ищем! Счастье ищем! А его там и нет! Поэтому можно спокойно сидеть дома и убедиться в том, что того, что вы ищете, нет нигде вовне. Такого нет.

Читтаматрины утверждают, что эта взаимозависимая чашка не существует отдельно от ума. Это «тонкая» пустота с точки зрения школы Читтаматра. Когда мы устранили кунтаг, что осталось? Осталась взаимозависимая чашка – шенванг. Но возникает опасность, что, раз это взаимовозникшая чашка существует вовне, к ней можно привязаться, и таким образом продолжить свое пребывание в круговороте сансары. Поэтому читтаматрины утверждают, что этот шенванг чашки пуст от существования отдельно, независимо от ума. Это называется единая сущность объекта и субъекта, они неотделимы друг от друга. То есть чашка существует, как взаимозависимо возникающая чашка, но она не существует отдельно от ума. Объект не существует отдельно от субъекта.

Теперь рассмотрим следующее положение. Последователи школы Читтаматра утверждают, что если чашка существует отдельно от ума, то в процессе анализа вы должны обнаружить ее. Если эта взаимозависимо существующая чашка действительно существует, и мы начнем ее искать, то мы должны будем найти ее. Сначала нам необходимо обнаружить неделимые частицы. В Читтаматре утверждается, что если действительно вовне есть неделимые частицы, то можно доказать, что существует внешний объект, независимый от нашего ума. С точки зрения Читтаматры нет никаких неделимых частиц во внешнем мире. Если действительно существуют неделимые частицы, то мы будем думать, что в процессе деления должен наступить такой момент, когда частица не сможет быть поделена. Но на самом деле не существует такой частицы, которая бы не подвергалась делению. Сколько бы мы ни делили, это деление будет продолжаться бесконечно, потому что неделимых частиц не существует.

Каким образом в буддизме логически доказывается, что неделимых частиц не существует? Буддийские философы утверждают, что для того чтобы доказать, что неделимых частиц не существует, вам не обязательно заниматься делением частиц, как это делают ученые, потому что это займет у вас бесконечное время! Как ученые, которые все делят и делят, а конца и края не видать! Логически можно очень просто доказать, что неделимых частиц не существует. Логика здесь такова. Если действительно существует неделимая частица, то есть ли у нее верхняя и нижняя часть, северная и южная стороны, левая и правая стороны? Если она обладает этими частями, то она уже не является неделимой. То есть если верхняя часть не касается нижней, а левая часть не касается правой, это означает, что частица делима. Если же у частицы нет ни верхней, ни нижней, ни левой, ни правой части, тогда эта частица не существует! Что есть? Ничего нет! Все очень ясно! Поэтому существование неделимых частиц невозможно, и значит, она делима. Если вы собственноручно не можете поделить какую-то частицу, это не значит, что она неделима. Поэтому в Читтаматре утверждается, что, так как нет никаких неделимых частиц, невозможно говорить о существовании внешних объектов. Нет ни одной, даже мельчайшей неделимой частички, которую бы вы могли обнаружить вовне, все является проекцией вашего ума.

Читтаматрины утверждают, что, например, чашку, которую вижу я, вы не видите. Та чашка, которую видите вы, не вижу я. Бориса, которого вижу я, другие люди не видят. Если бы все видели Бориса так, как его вижу я, то никто бы его никогда не любил!

Есть одна история. У одного великого тибетского геше из Амдо, Гендуна Чопела, была очень некрасивая жена. Все его друзья говорили ему: «То, что ты снял монашеские одежды, в этом нет ничего страшного, но почему ты не выбрал себе красивую жену? Твоя жена просто уродина!» На что он им отвечал: «Вы смотрите на нее своими глазами, а попробуйте посмотреть на нее моими глазами. И тогда вы увидите, что она очень красивая!»

Поэтому с точки зрения школы Читтаматра нет никаких внешних объектов, так как нет неделимых частиц, поэтому ничего не существует отдельно от ума. То есть вне себя вы не можете найти ни одного объекта, потому что все частицы этого объекта делятся. Например, чашка не может существовать отдельно от нашего сознания. Поэтому в Читтаматре утверждается, что нет внешних объектов как таковых – все есть проекции нашего ума. Возникает вопрос: каким образом феномены являются проекцией нашего ума? Читтаматра говорит, что феномены не существуют отдельно от ума, потому что они возникают из кармических отпечатков нашего ума. В Читтаматре приводится пример чашки с водой. Божество увидит эту жидкость как нектар. Это действительно так. Это слова самого Будды. Когда человек смотрит в эту чашку с водой, то он видит в ней воду. Когда голодный дух смотрит на эту воду, то она предстает перед ним как кровь. Почему одну и ту же чашку с жидкостью разные существа воспринимают по-разному? Потому что все есть проекции кармических отпечатков разных существ. Для Будды любая жидкость является нектаром. Почему? Потому что у него абсолютно чистая карма.

Читтаматрины утверждают, что нет никакого «прочного», единообразного ада, существующего где-то под землей. Ад – это проявление кармических отпечатков. Вы должны понять, что когда вы умираете и у вас проявляется негативный кармический отпечаток для рождения в аду, то место, где вы умрете, и превратится в ад. Для вас это будет ад, а другие люди будут рассматривать это место таким же, каким оно было прежде. Здесь, в Новосибирске, вместе с вами проживают не только люди, но и очень много духов. Иногда, проезжая по той или иной местности, вы видите горы, нагромождение скал. Для вас это просто горы. Для других существ это великолепные дворцы. Шамбала находится в нашем мире, но мы не видим ее. Она находится где-то севернее Бодхгаи, может быть, это даже где-то в России, на севере. Но даже если мы туда поедem, мы не сможем найти ее, мы не сможем увидеть ее, потому что у нас нет кармических отпечатков для этого. Когда проявится положительный кармический отпечаток, тогда увидеть ее станет возможно. Например, мы с вами видим это помещение. Это результат коллективной кармы. Мы все его воспринимаем почти одинаково. Это есть проявление коллективного кармического отпечатка, помещение кинотеатра мы все воспринимаем почти одинаково. Наш мир – проявление коллективной кармы людей, которые должны родиться в этом мире. Поэтому люди, которые рождаются в этом мире, почти одинаково его воспринимают. Наша Земля, эволюция нашей Земли, это тоже результат коллективной кармы обитателей всей Земли. Поэтому мы все воспринимаем ее почти одинаково. Но так как существуют индивидуальные, приобретенные кармические отпечатки, которые различаются, разные люди воспринимают этот мир по-разному. Для некоторых людей это очень хорошее место, а для некоторых людей это ужасное место.

Что есть кунтаг? В переводе с тибетского языка «кунтаг» значит «номинальное существование». Кунтаг существует только как название. На самом деле основы для его существования нет. Шенванг – «зависимый от других». Это существует. Йондуп – «окончательное существование». Отсутствие кунтага в шенванге и есть йондуп.

Лекция № 6

Как обычно, установите в потоке своего сознания правильную мотивацию. Мотивацию, направленную на обуздание своего собственного ума, а не для того чтобы стать каким-то особенным человеком. Особенно, когда вы получаете наставления по пустоте, ваша мотивация должна быть непосредственно направлена именно на обуздание своего ума, для того чтобы разрушить ваше эго, а не для того чтобы сделать его еще больше. Учение о пустоте – это наилучшее, абсолютное лекарство для уничтожения вашего эго. Если же это учение о пустоте делает ваше эго еще сильнее, то лекарство превращается в яд. Это очень опасно! Тогда даже в этой кальпе у вас нет шанса достичь состояния будды. Может быть, если вам повезет, то вы станете буддой в следующих кальпах. Тысяча будд этой кальпы вам уже не смогут ничем помочь, и тогда вам придется ждать следующей кальпы, следующей тысячи будд.

Поэтому я всегда вам говорю: сколько бы вы ни знали о Дхарме, сколько бы вы ни занимались практикой, сколько бы, и каких бы вы ни получали наставлений по Дхарме, самое важное – быть скромным. Для меня самый высокий ранг среди моих учеников имеет тот ученик, который является самым скромным. Вы также должны понимать, кто из учителей является учителем высоко уровня, а кто низкого. Самым «высоким» учителем является тот, кто самый скромный. А тот, кто проявляет высокомерие, является учителем «низкого» уровня. Вы не должны судить об учителе по тому, насколько высок его трон. Вы должны судить об учителе, глядя на то, какие знания он вам дает, насколько он скромен. Ваша скромность не должна быть показной. Скромность не состоит в том, чтобы сидеть с опущенной головой. Вы внутри должны быть скромным. Мне не очень нравится, когда всегда сидят с поникшей головой – это не показатель скромности. Главное – быть скромным внутри. Некоторые люди проявляют показную скромность, опуская голову, а внутри они совсем не скромные. Скромность должна быть в сердце, а голову нужно держать естественно и смотреть прямо. Опущена голова или не опущена – это не важно! «Язык» скромный – это тоже неинтересно. Иногда еще и речью хотят показать свою скромность, разговаривая очень скромно, – это показная скромность, это лицемерие.

Когда я учился в Варанаси, у меня был друг, у которого был очень красивый почерк. При этом он всегда говорил: «Да брось ты, у меня абсолютно некрасивый почерк. Я вообще очень плохо пишу. Это у тебя красивый почерк!» Я начал думать, а действительно ли он такой скромный? Однажды он в очередной раз сказал мне, что у него плохой почерк. В этот раз я с ним согласился и сказал: «Да, у тебя действительно очень плохой почерк!» Его лицо тут же покраснело от злости! Вот это и есть ненастоящая скромность! Внутри ему сразу больно стало! После этого он перестал говорить мне, что у него плохой почерк.

Внутри ваш ум всегда должен думать, что «я» не выше кого-либо. Если вы будете думать, что вы «выше» кого-то, то это уже проявление высокомерия. Честно говоря, иногда я задумываюсь, кто кому помогает? Я помогаю вам или вы мне больше помогаете? Может быть, вы все являетесь бодхисаттвами! Ведете себя так, как будто ничего не знаете и просите меня дать учение. Поэтому я вынужден читать книги, заниматься, чтобы что-то узнать!

Однажды мой друг, юный Ринпоче восемнадцати лет рассказал мне, что к нему обратился монах с просьбой дать наставления по Праджняпарамите. Впервые в его жизни кто-то попросил его дать учение, и он был очень этому рад! Он очень тщательно и упорно готовился. Этот монах приходил к юному Ринпоче в течение трех дней, чтобы получать учение. В итоге он сказал мне, что был очень рад давать наставления, потому что это было

очень полезно для него самого. Через три дня этот монах перестал приходить к Ринпоче на учение, и он подумал: «Наверное, мое учение не интересно ему, наверное, ему скучно стало на моих занятиях!» Через какое-то время он случайно на улице встретился с этим монахом. Ринпоче сказал: «Пожалуйста, приходите ко мне, чтобы я давал вам учение. Может, для вас в этом и нет никакой пользы, но для меня от этого очень большая польза!» У этого Ринпоче очень чистое состояние ума. Когда я услышал эту историю, то подумал, что, наверное, в России люди получают наставления от меня не столько для своей пользы, сколько для моей. Кто знает? Если уж духовный учитель так думает, то вы должны думать еще глубже. Еще скромнее надо быть.

Школа Мадхьямака подразделяется на две подшколы: Сватантрика Мадхьямака и Прасангика Мадхьямака. Если мы будем рассматривать все школы, то увидим, что изучение каждой из них, это как ступени лестницы, по которым можно подниматься все выше и выше.

Подшкола Сватантрика Мадхьямака находится между Читтаматрой и Прасангикой Мадхьямакой. Вы должны понять, что в Сватантрике Мадхьямаке основное положение сводится к тому, что нет никакого истинного существования. Даже ум пуст от истинного существования. Если нет никакого истинного существования, то каким образом можно говорить о шенванге, то есть об относительной истине – взаимозависимом возникновении? Каждая школа согласна с тем, что если невозможно говорить об относительной истине, то есть опасность впасть в нигилизм. Но если нет истинного существования, то, что же тогда существует? Ничего не существует? Если ничего не остается, то и говорить не о чем. Это и есть нигилизм.

В Читтаматре также говорится о том, что нет никакого истинного существования. Но здесь Читтаматра имеет в виду, что внешний объект, существующий отдельно от ума, есть истинное существование. Вот такого не существует – это иллюзия. Этот внешний объект является проекцией ума, поэтому он «пуст» от существования отдельно от ума. Ум же, с точки зрения Читтаматры, обладает истинным существованием. Каким образом существуют феномены с точки зрения Читтаматры? Феномены существуют как проекции нашего ума в зависимости от наших кармических отпечатков. Это окончательные утверждения школы Читтаматра.

Хотите услышать более подробно? Сватантрика Мадхьямака также состоит из двух подшкол Йогачарья Сватантрика Мадхьямака и Саутрантика Сватантрика Мадхьямака. Йогачарья Сватантрика Мадхьямака очень схожа с Читтаматрой. В ней также не признается существование внешнего объекта – все есть проекции ума. В отличие от Читтаматры Йогачарья Сватантрика Мадхьямака утверждает, что даже ум не имеет истинного существования. В Читтаматре признается истинное существование ума, в то время как феномены пусты от истинного существования, потому что они являются проекцией ума. Йогачарья Сватантрика Мадхьямака говорит о том, что ничто не имеет истинного существования, даже ум.

Саутрантика Сватантрика Мадхьямака также утверждает, что ничто не обладает истинным существованием, но при этом признает существование внешних объектов. Не все является проекцией нашего ума. Сложность здесь состоит в следующем. Если есть внешние объекты, но нет никакого истинного существования, и, к тому же, Саутрантика Сватантрика Мадхьямака приходит к выводу, что нет неделимых частиц, то, как вообще можно утверждать, что внешние объекты действительно существуют? Вам будет достаточно сложно доказать людям, обладающим логическим познанием, что, независимо от того, что истинного существования нет, внешние объекты все же существуют. Если вы, например,

соглашаясь с тем, что неделимых частиц не существует, соглашаетесь и с тем, что внешние объекты все же существуют, то каким образом вы можете доказать их существование? Если вы еще и утверждаете, что эти внешние объекты не являются проекцией ума, да к тому же не обладают истинным существованием с объективной стороны. Как это можно доказать? Даже обладая логикой, очень сложно доказать это с помощью логических аргументов. Для этого требуется очень глубокое понимание. Если же у вас нет логики, то для вас вообще нет никакой разницы. Все, что вы скажете, не будет иметь никакого смысла.

Итак, согласно Саутрантике Сватантрике Мадхьямаке неделимых частиц не существует. Тогда каким образом можно утверждать, что есть внешние объекты, которые при этом еще и не обладают истинным существованием? Читтаматра утверждает, что внешние объекты не существуют, потому что все является проекцией нашего ума. Раз неделимых частиц не существует, то невозможно обнаружить внешние объекты.

Читтаматра и Йогачарья Сватантрика Мадхьямака признают отсутствие неделимых частиц. Поэтому они и утверждают, что, так как нет неделимых частиц, не существует и внешних объектов. Все внешние объекты являются проекцией ума, вы их не сможете обнаружить вовне. Потому что нет неделимых частиц вне нас.

Вы немного понимаете мою мысль? Когда люди говорят, что они понимают теорию пустоты, на самом деле это означает, что они абсолютно ничего не понимают. У них нет никакой логики, поэтому им и кажется, будто они все понимают.

Например, если вы никогда не были в Москве в Кремле, то если вам один раз расскажут, как он выглядит, одного этого объяснения недостаточно, чтобы получить в уме полный концептуальный образ Кремля. Я буду вам рассказывать про Кремль, а вы просто будете сравнивать его с соседним домом. Если невозможно получить правильное представление даже о том, как выглядит обычный дом, неважно, сколько разъяснений вы получите, то, получив два или три наставления о том, что есть пустота, невозможно сразу обрести правильное понимание этой теории. Это очень сложно. Люди, которые думают, что они поняли пустоту, вообще ничего не поняли! Если человек говорит: «Я немного что-то понял», это значит, что он действительно что-то понял. Вы должны понимать, что то учение о пустоте, которое я вам дал, это только поверхностный уровень понимания. Мое понимание пустоты не есть окончательное воззрение. Еще более высоким должно быть понимание. В будущем ваше понимание пустоты должно основываться не только на моих словах, но и на подлинных текстах. То учение, которое я вам даю, это ключ, которым вы откроете дверь Мадхьямаки.

Йогачарья Сватантрика Мадхьямака и Саутрантика Сватантрика Мадхьямака отличаются лишь воззрениями относительно существования внешних объектов. Йогачарья Сватантрика Мадхьямака полностью отрицает существование внешних объектов – все есть проекция ума, точно так же как в Читтаматре. Саутрантика Сватантрика Мадхьямака признает существование внешних объектов. Что есть объект отрицания в школе Сватантрика Мадхьямака? Что есть кунтаг в ее воззрениях?

Кунтаг в данном случае – это истинное существование конкретной чашки, которое отрицается. Что такое шенванг в Сватантрике Мадхьямаке? Шенванг – это взаимозависимое существование. Если нет истинного существования чашки, то, что остается? Каким образом в Сватантрике Мадхьямаке раскрывается взаимозависимое существование? Шенванг в Сватантрике Мадхьямаке также пуст от истинного существования, так как это существование объекта в зависимости от собственных характеристик. Шенванг чашки, например, – это собственные характеристики чашки. Сватантрика Мадхьямика говорит, что

чашка обладает собственными характеристиками «чашки», поэтому и наименование «чашка» очень тесно связано с собственными характеристиками самой чашки. Если я назову чашку «чашкой», то все со мной согласятся, потому что она обладает собственными характеристиками чашки. Иначе и «бумагу» можно назвать «чашкой», но в «бумаге» нет собственных характеристик «чашки».

В Сватантрике Мадхьямаке все является наименованием, но эти наименования зависят от собственных характеристик объектов. Если назвать бумагу «чашкой», то, сколько бы вы ее так ни называли, она от этого не станет «чашкой», потому что бумага не обладает собственными характеристиками чашки и не может функционировать как чашка. Когда вы даете наименование «чашка» чашке, то она и начинает функционировать как чашка. «Чашка» – это наименование, но это наименование дано в зависимости от собственных характеристик чашки. На пятьдесят процентов чашка зависит от собственных характеристик, которые являются объективной основой данной чашки, и на пятьдесят процентов она зависит от наименования, которое вы ей даете, и тогда этот объект становится «чашкой».

Если вы начнете искать чашку вовне, то вы не сможете ее обнаружить, потому что даже собственные характеристики чашки – это еще не «чашка». Собственные характеристики объекта не есть истинное существование. Если чашка обладает истинным существованием, то мы должны найти вовне некую сто процентную «чашку». Если объект не обладает собственными характеристиками «чашки», то он не может быть поименован, как таковой, как «чашка». Мы не можем найти чашку там, где ее нет. Если же чашка действительно обладает истинным существованием, то в процессе поиска мы должны ее обнаружить. Если бы чашка действительно обладала истинным существованием, то даже если бы мы не смогли обнаружить собственные характеристики чашки, это было бы не страшно, но саму истинно существующую «чашку» мы должны были бы обнаружить.

Собственные характеристики чашки – это еще не на сто процентов «чашка», это лишь на пятьдесят процентов «чашка». Если собственные характеристики объекта, например чашки, составляют пятьдесят процентов, а другие пятьдесят процентов – наименование данного объекта, «чашка», то тогда этот объект начинает существовать. Он начинает существовать как «чашка». И тогда получается номинально существующая чашка – условная чашка. Поэтому шенванг – это собственные характеристики чашки.

Теперь поговорим подробнее о кунтаге. Что есть кунтаг, как объект отрицания в Сватантрике Мадхьямаке? Что есть истинное существование с точки зрения школы Сватантрика Мадхьямака, каково точное определение «истинного существования»?

Определение «истинного существования» следующее: это нечто, существующее с объективной стороны, вне зависимости от того, как оно является достоверному сознанию, и вне зависимости от наименования.

Что это означает? Это означает, что то, что является достоверному сознанию и имеет наименование, существует. Все остальное, существующее со стороны объекта, и есть отрицание. Подобно тому, что я сказал бы вам: «Из всех своих десяти пальцев оставьте только два больших, остальные отрежьте». Два больших пальца остаются, а остальные должны быть убраны. Нечто, существующее со стороны объекта вне зависимости от проявления достоверному сознанию и наименования, – вот это отрицается. Подобное существование объекта, которое не зависит от проявления достоверному сознанию и не зависит от наименования, – вот такое восприятие должно быть устранено.

То, что проявляется достоверному познанию и именуется – вот это должно остаться, как таковое. Все остальное отрицается. Собственные характеристики чашки предстают достоверному сознанию, и я именуую это «чашка». Это очень тонкое взаимозависимое происхождение. Хотя это просто имя, название – «чашка», но оно зависит от собственных характеристик. В Прасангике Мадхьямаке все сложнее, потому что там утверждается, что объект не обладает никакими собственными характеристиками, которые были бы основой для наименования.

Вот эти собственные характеристики «чашки» остаются, и когда они проявляются передо мной, то благодаря ним я именуую ее «чашка». Вот такая почти иллюзорная чашка существует. Она существует, как взаимозависимо возникающая чашка. Нет никакой «прочной» независимой чашки, которая имела бы истинное существование. Но мы же думаем, что эта чашка существует истинно. Сватантрика Мадхьямика признает, что «чашка» – это только наименование, но это не просто наименование. Это наименование наложено на собственные характеристики чашки. Если бы у чашки не было собственных характеристик, то мы могли бы назвать «чашкой» что угодно.

Борис Дондоков тоже имеет собственные характеристики. Борис Дондоков – просто имя, и все это знают. Но это имя наложено на собственные характеристики Бориса Дондокова. Эти собственные характеристики Бориса Дондокова не обладают истинным существованием. Вы не сможете обнаружить Бориса Дондокова ни в одной из этих характеристик. Нет ничего, что существовало бы объективно, как Борис Дондоков. Это очень важный пункт.

Как только перед вами проявляются собственные характеристики чашки, вы тут же присваиваете ей наименование «чашка». Вот такая номинально существующая чашка существует. Поэтому мы можем говорить: «Я наливаю в чашку, я пью из чашки». Кроме этого, нет никакой истинно существующей чашки, какой-то «прочной», как нам кажется, объективно существующей чашки, которую можно было бы трогать, пить из нее. Такой чашки не существует.

Саутрантика Сватантрика Мадхьямака утверждает, что внешние объекты существуют. Не все есть проекции ума с их точки зрения. Существует очень много внешних, взаимозависимо возникающих объектов, происхождение которых в какой-то степени зависит от ума. Когда Борис смотрит на вас, то вы для него являетесь проекцией его ума. Когда вы смотрите на Бориса, то вы видите его как проекцию своего ума. Тогда, кто есть проекция кого? Логически все это очень сложно принять. Получается, что когда Будда смотрит на вас, он видит вас как проекцию своего ума.

Проекция ума Будды – это его эманации, тогда, значит, вы все Будды! Если рассматривать воззрения низших школ с точки зрения высокой логики, то выявляется очень много противоречий. Когда раньше в монастырях проходили дебаты, то монахам, придерживающимся воззрений Читтаматры, приходилось доказывать свою точку зрения. В конце концов, они должны были согласиться, что внутри них есть дерьмо, так как они держались за воззрения Читтаматры, а иначе вступили бы в противоречия с воззрениями своей школы. Когда дебаты доходили до представлений читтаматринов о том, что все является проекцией ума, логические рассуждения сводились к следующему:

- Если все есть – проекции ума, то и дерьмо является проекцией ума?»
- Да, оно является проекцией моего ума.
- Это дерьмо существует в твоём уме или вне твоего ума?
- Да, оно существует в моем уме.
- Тогда в твоём уме есть дерьмо?!
- Да, есть.

- Тогда в твоём уме очень много дерьма, да?
– Да!

Если вы являетесь последователями школы Читтаматра, то тогда вам необходимо признать, что у вас в уме есть дерьмо! Вне ума нет, а внутри есть! Если там нет, тогда здесь есть! С этим утверждением: «В твоём уме много дерьма» – читтаматринам приходится соглашаться!

Дебаты в монастырях – это очень интересное зрелище. Монахи могут всю ночь дискутировать и смеяться. Мирянам и монахам, которые придерживаются воззрений Читтаматры, иногда очень сложно до конца придерживаться взглядов своей школы, потому что в самой теории школы Читтаматра есть несколько ошибок. Поэтому иногда приходится соглашаться с существованием таких вещей, которые, по сути, являются абсолютно нелепыми.

Я расскажу вам одну историю, которая как раз связана с воззрениями школы Читтаматра. Однажды я был с геше Вангченом, а рядом с нами находился маленький Ринпоче. В своей предыдущей жизни он был великим мастером буддийской философии, который в свое время давал наставления Его Святейшеству Далай-ламе XIV по пустоте – это был Кенсур Нима. Он был действительно великим философом. Его перерожденец – этот маленький Ринпоче был моим очень хорошим другом. Этот маленький Ринпоче, которому тогда было всего восемь лет, сидел с нами, а мы с геше Вангченом обсуждали то, как мне однажды пришлось вести философский диспут с одним геше – директором школы, который был ярким сторонником воззрений Читтаматры. Я тогда сказал этому геше, что во взглядах Читтаматры есть очень много противоречий.

В этот раз я решил, что буду вести диспут не так, как обычно, на что этот геше согласился. Я привел следующий пример: есть стол, на котором стоит всего одна чашка. Этот стол настолько хрупкий и неустойчивый, что он не может выдержать на себе две чашки. Если на нем будет стоять две чашки, то он тут же сломается. Такое возможно или нет? Такой стол возможен? Этот геше согласился, что такой стол может существовать. Он сказал: «Да, да, да». Я задал ему вопрос: «Если рассматривать с точки зрения Читтаматры, то когда один человек будет смотреть на чашку на этом столе, стол не развалится. Но если одновременно на эту чашку на этом столе будут смотреть сразу десять человек, то развалится, сломается ли такой стол? С точки зрения воззрений школы Читтаматра этот стол должен сломаться, потому что в этот момент на столе должно быть десять чашек, то есть проекций ума десяти человек». Этому геше было очень трудно ответить на мой вопрос.

Все это время, пока мы разговаривали с геше Вангченом, восьмилетний Ринпоче слушал нас. Затем мы вместе пошли к нему домой. Когда мы пришли в его комнату, он сказал мне, притом, что он никогда еще в этой жизни не изучал этого: «Вот вы с геше Вангченом разговаривали о воззрениях Читтаматры, о том, выдержит ли стол десять чашек. Я думаю, что этот стол выдержит эти десять чашек, потому что здесь нет никакого противоречия». Я спросил его: «Почему? Как ты можешь это доказать?» На что он мне ответил: «Когда десять человек смотрят, то они видят десять столов и десять чашек. Поэтому у них у каждого свой стол и своя чашка. Поэтому стол не сломается». Обычный человек не может так рассуждать. Когда я рассказал об этом геше Вангчену, он по-настоящему расплакался и сказал: «Да, это действительно перерожденец моего Учителя. Это мой Духовный Наставник».

Этот Ринпоче все так же живет в Индии и является моим очень хорошим другом. Сейчас ему около пятнадцати-шестнадцати лет, и когда я в прошлом году встретился с ним, я сказал ему: «Я хочу подискутировать с тобой о воззрениях Читтаматры». Мы вместе сидели и пили коктейль, и я сказал ему: «Вот я сейчас пью коктейль. Когда ты смотришь на мой коктейль,

ты видишь его как свой коктейль, и я вижу его как мой коктейль. Сейчас я пью коктейль. Пью ли я при этом твой коктейль?» Он ответил: «Нет». Тогда я спросил его: «А где тогда твой коктейль?» Он не смог ответить на этот вопрос. Я сказал ему: «Когда тебе было восемь лет, твой ум был намного острее, и ты был умнее. Теперь твой ум немного отупел». Мы с ним от души посмеялись!

Если у вас есть принцип, который опирается на неправильную теорию и вы, например, говорите: «Твой коктейль здесь и мой коктейль здесь. Ты видишь свой коктейль, а я вижу свой коктейль». Когда я буду пить коктейль, что вы мне скажете? Если вы скажете, что я пью ваш коктейль, то, как же я могу его пить, если я даже его не вижу?! Очень сложно тогда будет ответить. Очень сложно защитить свои воззрения.

Когда нет опоры на верную теорию, то чем глубже рассматривать воззрение, тем труднее его защищать. Даже в шахматной игре, если вы сделаете первый ход, а он окажется ошибочным, а я сделаю ответный ход, то вы сможете выпутаться из этой ситуации. Но если все ваши ходы основаны на неправильной теории, то дальше вам будет все труднее и труднее. Можно поставить защиту с одной стороны, но если я нападу на вас с другой стороны, то вам будет сложно защититься. Если обороняться только с одной стороны, то вы всегда будете уязвимы, вы не сможете обеспечить защиту со всех сторон. Только обладая знаниями теории Прасангики Мадхьямаки, даже если против вас будет тысяча оппонентов, вы будете несокрушимы как гора. Это как в шахматах – существуют разные уровни игроков. Когда, например, шахматный мастер делает ход, но против него одновременно играют три-четыре игрока, которые анализируют каждый его ход и атакуют, ему очень сложно защититься. Гроссмейстер же делает очень точные и просчитанные ходы. Даже если тысячи человек будут анализировать его игру и атаковать его, то он будет спокойно защищаться и отвечать на их ходы. Кто-то атакует его, он тут же очень легко проводит контратаку. Поэтому причина прочности позиции Прасангики Мадхьямаки состоит в том, что сама теория Прасангики Мадхьямаки очень прочная.

Тем геше, которые защищают свои утверждения с помощью Прасангики Мадхьямаки, очень просто, у них не возникает никаких проблем. Когда же приходится доказывать утверждения с помощью теории Читтаматры, возникают сложности, так как сама теория неверна. Для тех, кто достиг уровня геше, очень хороших геше, теория Прасангики Мадхьямаки становится самой хорошей основой для защиты своих воззрений. Обычным же людям, которые не достигли хорошего уровня, даже с помощью аргументов, основанных на теории Прасангики Мадхьямаки очень сложно доказать свои воззрения, потому что у них еще очень плохое понимание самой теории Прасангики Мадхьямаки. Когда не понимаешь правильно теорию, можно сделать неправильные выводы.

Теперь теория Прасангики Мадхьямаки. Сначала я вам дам общее представление об этой теории. Прасангика Мадхьямака утверждает, что нет никакого истинного существования, нет никакого самосущего бытия и, кроме того, нет никаких собственных характеристик. Согласно этой теории внешние объекты существуют. Внешние объекты существуют, но при этом нет никакого истинного существования и нет никаких собственных характеристик этих объектов. Сватантрика Мадхьямака утверждает существование собственных характеристик объекта. Если бы не было этих собственных характеристик, то невозможно было бы говорить о взаимозависимом существовании. Собственные характеристики объекта – тоже всего лишь умственная игра обозначений. В самом объекте нет никакой основы для собственных характеристик – это всего лишь мысленное обозначение. Собственные характеристики объекта – это тоже кунтаг, в нем нет никакой основы. Где, например, в этой чашке собственные характеристики этой чашки? На самом деле нет никаких собственных характеристик у этой чашки. Это тоже кунтаг. Это то, что должно отрицаться.

Если нет никаких собственных характеристик, тогда что же остается? Прасангика Мадхьямака утверждает, что остается только имя, название. Нет никаких собственных характеристик, ничто не существует с объективной стороны, но при этом существуют внешние объекты. Эти внешние объекты не обладают объективным существованием. Есть внешние объекты, но нет их объективного существования. Почему существуют внешние объекты? Потому что не все есть проекции вашего ума. Есть очень много людей, живых существ, существующих отдельно от вас. Если все живые существа – лишь проекции вашего ума, то зачем вам возвращать сострадание к ним? Они же просто проекции вашего ума! Зачем испытывать к ним сострадание, если, кроме вашего ума, ничего не существует?!

Есть бесчисленное количество живых существ, которые существуют отдельно от вас. Есть внешние объекты. Но все эти живые существа имеют только номинальное существование. Кроме наименования нет никакого существования со стороны объекта. Когда вы начинаете анализировать любой объект, вы приходите к выводу, что он является лишь наименованием двух, трех, четырех и так далее объектных основ. Например, вода – это наименование, данное двум объектным основам: водороду и кислороду. Водород и кислород – тоже просто наименования, данные двум объектным основам. Когда вы дальше углубляетесь, оказывается, что эти объектные основы тоже являются просто наименованиями каких-то еще объектных основ. И чем дальше вы будете продвигаться, тем яснее будете видеть, что любая объектная основа является совокупностью еще каких-то основ, мельчайших частиц, которые тоже являются просто наименованиями. Все это деление не имеет конца, и любая объектная основа – просто наименование. Поэтому Прасангика Мадхьямака приходит к заключению, что когда мы начинаем исследовать любой объект, он оказывается просто наименованием, данным объектной основе.

Что остается? Остается только наименование. Теперь, если все есть просто наименование, я назову чашку столом – станет ли она от этого столом? Если утверждать, что все есть просто наименования, то мы можем называть все что угодно как угодно! Прасангика Мадхьямака утверждает, что все существует номинально, но невозможно называть что-либо как угодно, потому что любое наименование дается в зависимости от достоверной объектной основы, но эта достоверная объектная основа не обладает никакими собственными характеристиками.

Каким образом Мадхьямака Прасангика опровергает утверждение Сватантрики Мадхьямаки о существовании собственных характеристик объекта? Если маленький ребенок рождается и имеет собственные характеристики Андрея, то при рождении его никак, кроме как Андрей, нельзя было бы назвать. То есть его никак нельзя было бы назвать Борисом или Николаем, например. Он мог бы существовать только как Андрей. Но ведь когда рождаются дети, их можно назвать как угодно, потому что они не обладают какими-то собственными характеристиками, из-за которых их нельзя было бы назвать иначе как, например, Андрей. Когда, например, родился Борис, если бы я был его отцом, я мог бы назвать его Олегом. И сейчас все бы звали его Олегом. Потому что нет собственной характеристики Бориса как такового. Сейчас, в данный момент, если я назову Бориса Олегом, то все будут чувствовать себя неловко, потому что у нас в уме сложилось впечатление, что этот человек обладает собственными характеристиками Бориса как такового, а не какого-то Олега. Особенно, если я назову Бориса Наташей, то вы будете смеяться и говорить, что Борис – никакая не Наташа!

Если бы с самого начала всех мужчин в России звали Наташа, Света, Таня, а всех женщин – Борис, Николай, Олег, то сейчас бы для вас это было привычным. Тогда если бы я назвал Бориса Наташей, в этом не было бы ничего страшного. Но здесь нет какой-то характеристики Наташи, какой-то женской характеристики. Поэтому в Прасангике Мадхьямаке говорится о том, что собственные характеристики – это кунтаг. Это в мыслях

мы думаем, что там есть собственные характеристики. На самом же деле, нет никаких собственных характеристик. Нет никаких собственных характеристик Бориса. Борис – всего лишь имя.

Вначале вам кажется, что вы можете назвать феномен как угодно, потому что нет никаких собственных характеристик, чтобы быть названным так или иначе. Но если нет никаких собственных характеристик, это еще не означает, что можно называть все как угодно, потому что есть достоверная объектная основа. Сейчас же у Бориса есть очень прочная достоверная основа, чтобы быть названным Борисом: в его паспорте написано, что он – Борис Дондоков, все его называют Борисом Дондоковым. Поэтому есть достоверная объектная основа, чтобы называть его Борис Дондоков. Определенная группа людей очень хорошо знает Бориса, как Бориса Дондокова, и из-за этого им кажется, что он обладает вот этими собственными характеристиками Бориса Дондокова, благодаря которым он может быть назван только как Борис Дондоков. Поэтому нам кажется, что раз Борис известен многим как Борис Дондоков, он обладает собственными характеристиками, которые позволяют его так называть. Но это не так, его собственных характеристик не существует. Существует достоверная объектная основа, которая позволяет ему быть названным Борисом Дондоковым.

Когда сватантрики мадхьямаки ведут дискуссии с прасангиками мадхьямаками, они задают следующий вопрос: «Если все есть просто наименование, то, например, если песок назвать «золотом», станет ли этот песок «золотом?» Для нас объяснение Сватантрики Мадхьямаки абсолютно понятно. Так как мы знаем, что песок имеет собственные характеристики «песка», то, сколько бы мы ни называли песок «золотом», от этого он не станет золотом.

Прасангика Мадхьямака отвечает таким образом: если бы с самого начала этот «песок» был назван «золотом», то он не стал бы от этого «золотом», а просто был бы известен всем под названием «золото». И все бы называли его «золотом». Сейчас же, если вы назовете песок «золотом», то он не станет от этого золотом, потому что «песок» не имеет достоверной объектной основы, чтобы быть названным «золото». Почему если назвать золото «золотом», это будет достоверно? Потому что «золото» имеет достоверную, объектную основу, чтобы быть названным «золото».

Достоверная объектная основа обладает тремя характеристиками. Первая: она хорошо известна относительному сознанию. То есть, в нашем случае, основа для обозначения – «золото» хорошо известна мирскому, обывательскому сознанию как достоверная объектная основа для обозначения «золото». Вторая: она не противоречит относительной достоверности. Третья: она не противоречит абсолютной достоверности.

Достоверна объектная основа или нет, зависит от распознавания ее как хорошо знакомой или нет мирскому восприятию. Но это не означает наличие истинного существования. Просто эта достоверность зависит от мирского восприятия, она общеизвестна. Достоверная объектная основа не является при этом какой-то прочной основой, она тоже, по сути, очень шаткая. Потому что она достоверна только с точки зрения мирского восприятия. При этом нет никакого истинного существования, потому что достоверная основа хорошо знакома только для обыденного восприятия. Вот эта условная достоверность, по сути, очень хрупкая.

Например, понятия: Луна растёт, Луна полная, Луна убывает – воспринимаются как таковые только со стороны человеческого восприятия. Для живых существ с других планет или даже для человека, смотрящего на Луну со стороны, допустим, Венеры, это уже будет выглядеть абсолютно по-другому. Люди, которые, допустим, жили бы на Луне, вообще не видели бы как таковую растущую Луну, полную Луну или убывающую Луну. С точки зрения людей, проживающих на Земле, мы действительно видим растущую Луну,

убывающую и полную Луну. Но на самом деле это все условно. В действительности в начале нет никакой растущей Луны, в середине нет никакой полной Луны и в конце нет никакой убывающей Луны.

Точно также вы рождаетесь, пребываете, отмечаете дни рождения и однажды вы умираете, и все ваши друзья плачут. Но все это подобно тому, будто вы смотрите на Луну со стороны Земли, – все это существует только условно, только с точки зрения мирского восприятия. На самом деле с точки зрения абсолютной реальности вы не рождаетесь, вы не пребываете, вы не празднуете дни рождения и, в конце концов, не умираете. В реальности ничего этого не происходит, – с точки зрения абсолютной истины.

Кхедруб Ринпоче получал наставления о пустоте от ламы Цонкапы, и когда лама Цонкапа очень точно и подробно объяснял воззрения Прасангики Мадхьямаки, сначала ему казалось, что это почти нигилизм. В конце концов, ему стало казаться, что он все потерял, включая свое «я». Все основы, относящиеся к «я», за которые он цеплялся, – все они исчезли. Он сначала все цеплялся и цеплялся, но в конечном итоге не осталось ничего, за что могло зацепиться это «я». И тогда он схватился за свою одежду и начал говорить: «Я существует, «я» существует, условное «я» существует». Иначе можно испугаться. Если вы получили наставления по пустоте, и у вас не возник страх, то значит, вы пока ничего не поняли. Когда вы все больше углубляетесь в познании пустоты, то у вас возникает страх, что вы можете потерять все, включая себя, потому что не остается ни единой основы, на которую могло бы опереться это «я». Вот тогда и возникает страх. Если же нет страха, что вы можете потерять свое «я», то это значит, что вы ничего еще не поняли. Ваше эго вам еще продолжает говорить: «Не волнуйся! Есть еще так много достоверных основ, за которые это «я» может зацепиться, чтобы существовать».

Я желаю вам всего самого наилучшего. Самое главное – будьте добрыми. Если вы поняли философию, то это очень хорошо. Если же вы ничего не поняли, то в этом нет ничего страшного. Самое главное – будьте добрыми. Будьте радостными и счастливыми и делайте других людей счастливыми! Вот это должно стать вашей практикой! Не занимайтесь противоположной практикой. Ваша противоположная практика состоит в том, что вы сами несчастны и еще других делаете несчастными. Вот так не поступайте. Постарайтесь изо всех сил помогать другим. Не вредить другим. По крайней мере, старайтесь не наносить вреда другим. Еще я бы хотел сказать вам, чтобы вы не были слишком духовными. Иначе ваша голова станет ненормальной! Духовность должна быть внутри вас. Внешне вы должны выглядеть как все остальные люди. Говорите на обыденном языке, на котором говорят все обычные люди. Не используйте в своей речи слишком много духовных слов и выражений. Не разговаривайте на слишком духовном языке: сансара, нирвана, четыре благородные истины, двенадцатичленная цепь взаимозависимости. Иначе остальные люди подумают, что вы просто сумасшедший!

Некоторые ученые сходят так с ума. Потому что слишком много разговаривают о науке и даже в обычном разговоре используют только научные термины, потом еще и сами с собой начинают разговаривать. Они начинают использовать научную терминологию, даже когда кушают: «В этой ложке столько-то протонов и электронов. Одни движутся в одну сторону, другие – в другую. Я вижу, что из этой ложки выскочил такой-то протон». Вот тогда такие ученые действительно сходят с ума!

Если вы начнете, принимая пищу, говорить о четырех благородных истинах, сансаре, нирване, о двенадцатичленной цепи взаимозависимости – это тоже будет ненормально. В Индии, когда я и мои друзья ведем философский диспут, мы используем философскую терминологию, но когда мы едим пищу, мы не говорим о сансаре, нирване. Мы в это время

говорим о самых обыденных вещах – о еде. Мы говорим о том, например, что в другом ресторане лучше готовят. Никто при этом не скажет, что другой ресторан – это та же сансара. Это просто нелогично, потому что в сансаре, например, есть хороший и плохой хлеб. Нелогично сказать, что здесь все та же сансара. В сансаре есть красивые и некрасивые люди.