

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 концентрируетесь 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 следующей 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 слоге 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. Звонок 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 картинки-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 глубок 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 находитесь 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.