

Итак, как обычно, сначала породите правильную мотивацию. Вначале не занимайтесь медитацией слишком интенсивно, занимайтесь понемногу. Чем больше у вас опыта, чем более вы становитесь искусным, тем лучше у вас получается заниматься медитацией. В противном случае все ваши практики не имеют силы, бесполезны.

Есть очень важный совет мастеров прошлого: если вы не знаете, как правильно медитировать, не медитируйте. Это подобно тому, как если, например, вы не знаете, как заниматься бизнесом, не занимайтесь бизнесом. Существует очень много нюансов. Очень легко сказать, что бизнес – это «купи-продай». Но вы должны знать, где купить, что купить и когда. Есть много других тонких нюансов. Нужен фундамент. В бизнесе это не так трудно, но и здесь неважно, какой ты умный, сначала учиться надо. Без обучения, каким бы ты ни был умным, даже в бизнесе невозможно. Если вы говорите: я очень умный человек из Москвы, и хотите сразу сделать бизнес в Уфе, это тоже невозможно. Уфа – это другая территория, у людей интересы другие. Сначала их нужно изучить. Что за город такой Уфа, сколько людей в нем живут, сколько у этих людей есть денег, сколько они могут тратить? Если всё это знать, потом нетрудно заниматься бизнесом. Нужно чуть-чуть подучиться, изучить общую ситуацию. Какая конкуренция? Сколько у конкурентов капитала? Если мы одинаковым бизнесом занимаемся, сколько у меня капитала? Мало. Они не дадут мне дышать. Что я могу, чего не могу. Если всё это знать, в бизнесе не трудно. В любой области сначала важны общие знания. В медитации тоже нужны общие знания. Какие силы у меня есть, как я могу, а как не могу. Одну вещь вы узнаете, другие очень похожи.

Мой Учитель говорил: человек, умелый в мирских делах, и в духовных делах будет умелым. Человек, который в мирских делах ничего не может и убегает от них: «О, это сансара, я хочу духовности» – и в духовных ничего не сможет, потому что у него терпения не хватает. Ленивые, работать не хотят. «О, это мирское – я хочу духовное!» Но в духовной сфере тоже нужно много работать, это не просто так расслабиться, и нет никакой ответственности. Поэтому я всегда говорю: вы свои мирские дела не бросайте. Это трудно, но они вас учить будут. Если даже мирские вещи трудны, духовные будут ещё труднее. Для настоящего духовного практика мирские вещи – легко, только тогда духовные – тоже не очень трудно. Глядя на такого человека, который говорит: «Я мирские дела не хочу делать, я хочу духовности!», я думаю: «Как это? Для меня мирские вещи делать очень легко, духовные же – трудно».

Но нельзя сказать, что духовная практика – это очень уж сложно. Если у вас открытый ум, если вы основываетесь на здоровом смысле, то, если вы в нужное время приложите нужное усилие, вы добьетесь результата. Не нужно сразу с большой самоотдачей приступать к духовной практике. Я всегда раньше приводил в пример человека, который бежит марафон. Это длинная дистанция, и, если он сразу быстро побежит, он глуп. Сначала нужно бежать потихонечку, медленно. Необходим запас энергии. Дальше всё быстрее и быстрее, в конце – совсем быстро. Вот так. Сначала торопиться не надо, никуда спешить не надо. Не говорите: «Он так быстро бежит, я хочу так же». «Он такой сильный практик, а я мало практикую» – так не надо думать. Он находится в одной ситуации, а вы – в другой. Как в шахматах: Каспаров такой-то ход сделал и выиграл, но если я вслед за ним сделаю не вовремя такой же ход – я буду дураком. Его ход сделан в другой ситуации, мне надо ходить согласно моей ситуации.

Это очень важный совет. Не прилагайте чрезмерных усилий, но всегда прилагайте какой-то стабильный уровень усилий в своей практике. Мои ленивые ученики, не воспринимайте мои слова как совет расслабиться и вообще ничего не делать. Это я говорю не вам, а тем ученикам, которые прилагают слишком большие усилия. Мои ученики поступают очень интересно: когда я советую им не заниматься слишком интенсивно, самые большие

энтузиасты не слышат этих слов, а ленивые слышат и говорят: «Да-да, Геше-ла так говорит!» – и становятся ещё ленивее. Но я это сказал не им! Потом я советую: «Надо чуть-чуть больше энтузиазма, расслабляться не надо». Этому ленивые не слышат, зато группа энтузиастов слышит и говорит: «Смотри, Геше-ла требует больше усилий». Люди слышат то, что они хотят услышать, и они не объективны в своей оценке. Не слушайте то, что вы хотите услышать, а слушайте то, что вам полезно. Даже если это неприятно, но полезно, надо слушать.

Теперь поговорим о медитации. Каждый день занимайтесь дыхательной медитацией, это очень полезно, вдыхайте-выдыхайте и считайте «один». Затем вдохните, немного задержите дыхание, выдохните, сосчитайте «два». Эта йога очень полезна для здоровья, вдыхайте полной грудью, представляя, что вдыхаете позитивную энергию, затем полностью выдыхайте. Старайтесь, чтобы ум не блуждал, сосредоточьтесь на дыхании. Если вы можете, делайте эту йогу, считая до 21. Если у вас это получается, значит, вы достигли определенного уровня сосредоточения.

Сегодня я расскажу о теории ясного света, очень важно перед началом практики изучить теорию. Например, если вы пилот самолета, то просто сидеть и держаться за штурвал недостаточно, вам нужно знать математику, проводить всевозможные расчеты. Вы должны хорошо изучить теорию взлетов, посадок, погоду, штормы и т. д. знать, как правильно вести себя в меняющихся обстоятельствах. Размышлений на эти темы очень много, если вы всё это знаете, тогда для вас нет проблем. Для того чтобы на практике водить самолет, вам нужно очень многие вещи детально изучить в теории, тогда для вас всё это будет просто, а если вы, не зная теории, сразу попытаетесь взлететь, скорее всего, вы разобьёте самолет. Это не просто какая-то посторонняя теория, она необходима для управления самолетом. Точно так же в буддизме мы изучаем не какую-то информацию, она вся применима на практике, поэтому мы должны её знать. Это теория развития ума. Теория и практика – это не нечто оторванное друг от друга, они нужны в сочетании, чтобы развивать наш ум.

Некоторые наставники говорят: вам не нужна теория, сразу приступайте к медитации! Это очень неправильный совет. Будьте осторожны. Я знаю, некоторые мастера, приезжая в Москву, говорят: «А, эти гелугпинцы! У них слишком много теории. Вам теория не нужна, сразу практика! Сразу станете Буддой». Это очень опасно. Я говорю: нет кагьюпинских, гелугпинских учений, это всё – учения Будды. Лама Цонкапа говорил: теория нужна ради практики; чем глубже вы знаете теорию, тем лучше ваша практика. Теория маленькая – практика маленькая. Всё взаимосвязано: то, насколько ваша практика удачна, зависит от того, сколько знаний у вас есть. С другой стороны, всю жизнь учить теорию, не применяя ее на практике – это глупо. Теорию учить, практикой заниматься – тогда постепенно ваш ум будет становиться всё лучше и лучше.

Например, вы изучаете компьютер. Только теорию учить, книги читать – тоже неправильно. Теория и книги – это хорошо, но в сочетании с практикой. Тогда вы сами заметите у себя прогресс. Книжки многое открывают, потом через свой опыт вы приходите к здравомыслию. Сначала вы думаете: «Зачем в книге так написано? Наверное, это неправильно, потому что мой опыт показывает обратное». Потом вы понимаете: «Оказывается, это очень тонкие вещи, я их еще не понял», потом думаете: «Да, это правильно! То, что я раньше говорил, было слишком примитивно!»

То, что говорил Будда – это теория, иногда в своей жизни вы с чем-то не можете согласиться. Правильно, не надо соглашаться сразу. Даже сам Будда говорил: то, что через ваш опыт не пропущено, сразу не принимайте, анализируйте, потом вы поймете: «Более вероятно, что мои убеждения неправильны, потому что это очень аутентичная теория». У

меня тоже есть свой опыт. С некоторыми вещами, написанными в учении Ламрим, я не могу согласиться, но знаю, что всё там – на сто процентов правда. Это я здесь не прав. Анализирую, всё больше понимаю – и соглашаюсь. Но без анализа, просто на слепой вере вам ничего не откроется. Даже если не согласны, вы говорите: «Полностью я этого не понимаю, потому что уровень этого учения превосходит мои знания». Потом ваш ум открывается. Это очень важный совет.

Вернемся к теме ясного света. Вы должны понимать, что в любой буддийской теории говорят об *основе, пути и результате*. Школа Вайбхашика основывается на тренировке ума, путь – это сама тренировка ума, и результат – это то, чего они посредством тренировки ума могут достичь. То есть всё учение школа Вайбхашика представляет в виде основы, пути и результата. В теории ясного света также говорят об этом. Эта теория рассматривается в школе Прасангика Мадхьямика. Это внутренняя школа Прасангики Мадхьямики, учение которой тесно связано с практикой тантры. Медитация на ясный свет должна быть основана на воззрениях Прасангики Мадхьямики. А воззрения Прасангики Мадхьямики – это самопустота, *пустота от себя*.

В Дзогчене иногда говорят о *пустоте от другого*. В этом случае существует два контекста. Пустота от другого, которую устанавливают низшие школы, противоречит воззрению Прасангики Мадхьямики. Низшие школы говорят: дом пуст не от самого себя, а он пуст от чего-то другого. Дом пуст от людей – это подобно пустоте от другого. Сколько бы вы ни медитировали на такую пустоту, вы не сможете избавиться от привязанности к дому. Дом существует, и хотя он пуст от людей, от вещей, какая разница! Дом есть – будет привязанность к дому. Человек есть, он пуст от других вещей – это пустота от другого. Прасангика Мадхьямика говорит о пустоте от себя: человек пуст от своего истинного существования, а не от чего-то другого.

Что подразумевается в Дзогчене под пустотой от другого? Пустота от другого – это не пустота как таковая, это техника, с помощью которой можно избавиться от концептуальных мыслей. В Дзогчене говорится, что все внешние видимости пусты в вашем ясном свете. Они появляются, возникая из ясного света, а когда исчезают, они так же растворяются в ясном свете. Это и есть пустота от другого. Почему внешние видимости растворяются в ясном свете? Потому что все внешние объекты – это названия, присвоенные вашим умом. Снаружи нет никаких объектов, кроме названий. Но мы думаем, что снаружи существует что-то помимо имени.

Прасангика Мадхьямика приводит в пример цвет, и можно ясно понять, что, кроме названия, никакого цвета снаружи нет. Как вы видите желтый цвет? Он существует лишь номинально. Свет падает на поверхность, и отражение видится как цвет, но это просто имя с мирской точки зрения. Там нет ни одной желтой частицы, она отражается как желтая, вы видите желтый, потом называете. Где находится желтый? На самой поверхности желтого нет, в глазах его тоже нет. Если спросить ученых, и они подтвердят, что как такового желтого нет. Если будете искать, вы не найдете ни одной желтой частицы. Это подобно радуге, возникшей из капель дождя и света, но там никакого цвета нет! Мы называем это радугой или желтым. Ученые думают, что, если желтого нет ни в глазах, ни в самом объекте, значит, его нет вообще, но это тоже неправильно.

Если вы скажете, что желтого цвета нет, тогда почему же люди говорят о нем? Тогда мы вообще не сможем говорить ни о каких относительных вещах. Относительная достоверность – это очень хрупкая вещь, мы можем говорить о ней только с точки зрения мирского восприятия. Например, существует полная луна, возрастающая, убывающая. Но если исследовать, то снаружи мы не найдем таких явлений. Сама Луна не растет. Но если

вы скажете, что полнолуния нет – это будет противоречием. Полная луна существует. Не существует субстанциональной полной луны, поскольку, если бы она существовала, вы бы её нашли.

Прасангика Мадхьямика утверждает, что нет субстанционального существования. Полной луны нет, это просто название. Луна – это просто скопление частиц. Они достаточно близко от Земли крутятся, и мы их называем Луной. Там нет ни единой частицы Луны. Там одни частицы приходят, другие уходят; через пятьсот лет, наверное, будут совсем другие частицы.

Наше тело существует так же: через несколько лет поменяются все его клетки, но через пять лет мы его по-прежнему будем называть «мое тело». Оно существует просто номинально, как Луна, оно всё время меняется. Нет ничего существующего, кроме названия. Этот пример открывает теорию, но вы должны на своем опыте проникнуть в неё глубже. Поскольку все объекты – это всего лишь присвоенные вашим умом названия, они пусты в вашем ясном свете. Это очень похоже на пустоту от другого, но это не та пустота от другого, о которой говорят в низших школах. Контекст здесь другой. Поэтому раньше мастера Гелуг и мастера Дзогчен недопонимали эту теорию из-за данных совпадений. Некоторые мастера Дзогчен не могут правильно интерпретировать пустоту от другого и трактуют эту теорию так же, как низшие школы. Тогда они не способны защитить теорию пустоты от другого, и мастера более высокого уровня понимают, что это неподлинная теория. В наше время некоторые мастера Дзогчен говорят, что пустота от другого выше, чем пустота от себя. Они говорят, что Прасангика Мадхьямика – это сутра, а пустота от другого – это более высокое учение, неконцептуальное. Это очень опасная точка зрения. «Воззрение Дзогчен самое высшее!» – если говорить такие вещи – это противоречие.

Вы должны понимать, что в сутре и тантре воззрение одно и то же. Объективно в сутре и тантре воззрение одинаково, но, когда дело доходит до субъективного восприятия, того, как воспринимает наш ум, здесь есть отличия. В сутре грубый ум познаёт пустоту, а в тантре пустоту познаёт наитончайший ум. Наитончайший ум, познающий пустоту, – это более эффективно, но в воззрениях нет никакой разницы. Если какие-то мастера начнут говорить, что воззрение пустоты от другого выше, чем воззрение Прасангики Мадхьямики, что оно за пределами концептуальных построений, что воззрение тантры выше, чем воззрения Прасангики Мадхьямики, будьте осторожны, потому что это очень опасное утверждение.

В Дзогчене сначала говорится об однонаправленной йоге и рассматривается утверждение, что все внешние объекты пусты в вашем уме. Благодаря этой практике вы добиваетесь однонаправленного сосредоточения и начинаете представлять относительный ясный свет. Это подобно первой йоге в Махамудре – однонаправленной йоге. Следующее утверждение в Дзогчене: *ум сам пуст от истинного существования*. Это подобно второй йоге в Махамудре – неконцептуальной йоге. Вот здесь Дзогчен и говорит о самопустоте так же, как и Прасангика Мадхьямика. Ум сам пуст от истинного существования. Сначала рассматривалось, что внешние объекты пусты в вашем уме (это подобно пустоте от другого), далее рассматривается, что ум сам пуст от истинного существования. Это чистое воззрение Прасангики Мадхьямики.

После того как вы концептуально познали пустоту, во второй йоге есть детальные наставления, позволяющие вашему тонкому уму глубже познать пустоту.

Третье положение – это утверждение о том, что *пустота ума от самобытия есть Дхармакая*. В рамках этого положения рассматривают две йоги: йога одного вкуса и йога не-медитации. Это утверждение о том, что пустота вашего ума – это Дхармакая. Дхармакая не где-то снаружи, просто пребывайте в пустоте своего ума, и Дхармакая сама проявится.

Терминология в Махамудре и Дзогчене немного отличаются, но смысл остается тем же. Когда вы знаете значение и контекст, в котором применяются термины, какие бы учения вы ни получали, для вас не будет никаких противоречий. Поэтому Панчен Ринпоче говорил, что для опытного мастера такие учения, как Махамудра, Дзогчен и положения Прасангики Мадхьямики, имеют одно воззрение. Названия разные, а воззрение одно и то же.

**Вопрос:** Дхармакая – это сознание, а пустота – это не сознание...

**Ответ:** Дхармакая – это тело истины. Вы должны знать, что существует два вида Дхармакаи: Тело таковости истины и Тело мудрости истины. Тело таковости истины – это пустота, это не ум, это тоже Дхармакая. Тело мудрости истины – это ум, это не пустота. А когда в Дзогчене говорят о Дхармакае, имеют ввиду таковость. Дхармакая может быть двух видов: пустота и мудрость, познающая все феномены. На самом деле пустота нашего ума – это не Дхармакая, но мы должны рассматривать её как Дхармакаю. Это называется принятие результата на путь. Вы должны понимать, что тантра – это техника принятия результата на путь. Но не каждая пустота ума есть Дхармакая. Дхармакая – пустота ума, очищенного от омрачений и от препятствий к всеведению. Это Дхармакая таковости. Это очень точная теория. Мы сейчас говорим о Дхармакае таковости, и здесь так же различают два вида: изначально чистую Дхармакаю и временно очищенную Дхармакаю. В нашем уме нет изначально чистой Дхармакаи, она появляется, когда вы полностью избавляетесь от омрачений.

В чистоте вашего ума различают два вида чистоты: изначально чистоту Дхармакаи и временно очищенную Дхармакаю. Мы рассматриваем одно и то же с двух разных сторон. Чистота ума существует изначально, и, когда вы очищаете свой ум, она проявляется. В этом случае говорят об изначально чистой Дхармакае. Когда говорят с точки зрения избавления от омрачений, ум полностью избавляется от них как от чего-то временного, и называют это временно очищенной Дхармакаей.

В теории ясного света говорят об *основе, пути и результате*. Что является основой? Основа ясного света – не что-то особое, она есть у всех, это ваш наитончайший ум под властью омрачений. Это ум, в котором нет никаких реализаций, а абсолютный ясный свет – пустота этого ума. Пустота вашего ума в настоящий момент – это основа, в будущем она будет рассматриваться как изначально чистая Дхармакая. Пустота ума будет длиться и никогда не изменится, она существует с безначальных времен, а когда вы достигнете состояния Будды, она будет называться изначально очищенной Дхармакаей. (Телом таковости истины). В то время, когда ваш ум освободится от омрачений, эта пустота ума будет называться временно очищенным Телом таковости истины.

Вы сейчас за пару часов получаете знания, которые в монастырях читаются в течение 2-3 месяцев. Когда ученики имеют определенный уровень готовности, и Учитель особым образом объясняет, применяя удобные аналогии, примеры, это учение действительно можно объяснить достаточно быстро. Вам повезло: когда я учился, время было другое, Учителя объясняли очень долго. Я слушал и думал: «Если бы он вот так рассказал, я бы давно понял!» Зачем много сложных слов говорить? Они могут даже перепутаться. Когда понял это, я подумал, что если я в будущем буду учить, то буду рассказывать именно. Сейчас вам немного легче можно будет понять эту тему.

Сначала попытайтесь изучить терминологию, а потом пытайтесь упростить. Есть опасность, что вы запутаетесь, поэтому постарайтесь прояснить, сделать проще. Когда я учился в монастыре, мне казалось, что эта теория объясняется не очень рационально, применяется много сложных терминов, хотя это всё можно объяснить гораздо проще.

Когда мы рассматриваем эту теорию, необходимо уяснить, что пустота нашего загрязненного ума, его континуум, в момент достижения состояния Будды будет называться изначально чистым Телом таковости истины. Он существует, и это феномен. Но в силу того, что наш ум избавится от омрачений, появится нечто новое, с этой точки зрения о пустоте говорят как о временно очищенном Теле таковости истины.

Существует два вида феноменов: феномены утверждения и феномены отрицания. В буддизме говорится, что не всё существующее является феноменом утверждения, есть также феномен отрицания. Ученые не имеют четкого представления на этот счет, и они думают, что феномены – это объекты, которые нас окружают (то, что мы утверждаем: чашка, стол, электрон, протон, нейтрон – всё это феномены). Поэтому они не могут хорошо понять теорию пустоты. В буддизме очень важно определить, что такое феномен. Феномен – это то, что является объектом достоверного познания. Достоверное познание делится на два вида: прямое и логическое. Если вы не можете увидеть, услышать или потрогать некоторые феномены, это не означает, что их не существует. Например, будущая жизнь: вы её не можете увидеть или потрогать, но посредством логики вы можете доказать, что она существует. Поэтому она является феноменом.

Вы не можете увидеть или потрогать кармические отпечатки, но с помощью логики вы можете доказать, что они существуют. Вы не можете увидеть, потрогать отпечатки на DVD, но вы можете сделать вывод, что они существуют, после того как увидите на экране телевизора картинку. Без причины – отпечатка – эта картинка возникнуть не может, поэтому вы делаете вывод, что такой отпечаток существует на диске. Люди, даже не видя отпечатков, делают вывод, что они есть. Без причины не может быть результата, значит, поскольку есть результат, должна быть причина. Если монитор не показывает, они с помощью логики понимают, что отпечатки прекратились, кончились. В обычной жизни мы используем, конечно, логику, но в очень ограниченных количествах.

Кармические отпечатки являются объектами утверждения. Это не отрицание. Ученые знают основные виды утверждений, но все равно есть такие, о которых они не знают. Например, обет. Он существует, это утверждение, но ученые ничего об этом не знают. Есть три вида утверждения. Это очень важная фундаментальная теория, необходимая для практики. Это наука, которая открывает истину.

Первый вид утверждения – это форма. Второй – сознание. Третий – составной фактор. Ученые специализируются на формах. А о сознании и его видах ученые ничего не знают. Некоторые ученые, например психологи, немного изучают ум. Но когда дело доходит до третьего вида утверждения – составного фактора – здесь они вообще ничего не знают.

Составной фактор – это утверждение, но это не форма и не сознание. Например, время. Почему ученые так запутаны и не понимают этот феномен? Они не знают, что такое время, ведь оно не форма и не сознание. Время существует и меняется, оно непостоянно. Прошлое, настоящее и будущее – это составные факторы, они также взаимосвязаны. Буддисты говорят, что прошлое и будущее устанавливаются только в зависимости от настоящего. Вы не можете говорить о прошлом и будущем в отрыве от настоящего.

Кармические отпечатки – это не материя, не сознание, это тоже составной фактор. Он функционирует. Хотя в нем нет ни материи, ни сознания, но есть то, что утверждается. Это не отрицание.

Теперь рассмотрим «я». «Я», «ты», собака, лошадь – всё это составные факторы. Мы все говорим «я-я-я», но «я» – это не тело и не сознание. Если сказать человеку, который ничего не знает о составном факторе, что твоё «я» – это не твой ум, он согласится: «Да, я – это не мой ум». Но ведь снаружи тоже нет «я», он согласится: «Я – это не моё тело». Значит, «я» не существует? Он вынужден будет признать, что «я» нет, и впадет в крайность нигилизма. Тело – это не «я», ум – это не «я», где-то вне тела и ума меня тоже нет, значит, я не существую. Это нигилизм.

«Я» существует, это утверждение. Это не тело, не сознание, это составной фактор. Что такое составной фактор? Это *нечто, существующее в зависимости от двух объектных основ*. Например, вода – это нечто, зависящее от двух объектов. Каждый из этих объектов является веществом, поэтому вода тоже является веществом, нет такой плотной, субстанциональной, единой воды, но поскольку она зависит от объектов (кислорода и водорода), которые, в свою очередь, являются веществом, мы называем воду веществом. Вода существует номинально, но она также является веществом. Мы называем её веществом, но она не существует субстанционально, как утверждает Прасангика Мадхьямика. Все феномены номинальны, тем не менее, вы можете говорить о веществе и не-веществе.

«Я» – это имя, присвоенное уму и телу. Поскольку имя присвоено двум объектам, оно не является ни тем, ни другим, оно является составным фактором.

Время – это не название какого-то вещества, это название, присвоенное длительности. Нет никакого вещества, на которое можно навесить ярлык, и нет сознания, которое можно было бы назвать. Это момент, относительно которого определяется прошлое и будущее. Не существует субстанционального 2008 года. Это время, которое возникло в зависимости от рождества Христова. От этого момента отсчитывали дни, месяцы, годы и так добрались до 2008 года. Нет такого «ужасного 2008 года», и «самого хорошего 2009 года» тоже нет, временные промежутки также существуют номинально.

**Вопрос:** А какие две основы для обозначения времени?

**Ответ:** Во времени нет двух основ, там нет материи, но есть момент, относительно которого устанавливается прошлое и будущее. Много факторов.

**Вопрос:** там нет сознания?

**Ответ:** Нет, сознания нет, материи нет. Поскольку был установлен момент рождества Христова, отсчитывая от него, вы можете говорить о 2008, 2009 годах.

**Вопрос:** А момент – это тоже составной фактор?

**Ответ:** Да, момент – тоже составной фактор.

**Вопрос:** Момент тоже делится на части?

**Ответ:** Момент тоже можно поделить на части, и Прасангика Мадхьямика говорит, что неделимых моментов нет. С нашей точки зрения существует один момент, но его можно поделить на бесчисленное количество отрезков времени. В одной из особых сутр рассказывается о мастере, который во время медитации за время, которое мы бы восприняли как один момент, в другой мировой системе рождается, женится, проживает целую жизнь. В следующий момент нашего времени он уже возвращается и выходит из медитации. Буддизм говорит, что в разных мировых системах время течет по-разному, в нашем мире одним образом, а где-нибудь в аду оно течет по-другому. Время течет во многом в зависимости от ситуации. Ученые сейчас приходят к подобным же выводам. Я слышал, что, если двигаться со скоростью света в космосе целый год, а потом вернуться, за

это время на земле пройдет пятьдесят лет. Это правда или неправда? Я такое слышал, но точно не знаю. Если это правда, то это очень похоже на буддийскую теорию – в науке прогресс.

**Реплика из зала:** Проводился эксперимент: двигались не со скоростью света, но очень быстро, и там фиксировались отклонения во времени.

В Тибете есть подлинная история: один охотник гнался за оленем, и, когда тот забежал в пещеру, охотник последовал за ним. Он оставил своё ружьё снаружи, зашел в пещеру и очутился в чистой земле. Когда он вошел внутрь, пещера превратилась в чистую землю. Он думал, что провел там всего четыре часа: он повстречал там людей, поговорил с ними, они покушали, а затем он сказал: «Ну всё, мне пора домой, у меня дома семья, дети ждут». Ему тогда сказали: «Тебе нет смысла возвращаться назад, ты думаешь, что провел здесь четыре часа, но в твоём мире прошло уже сто лет». Но он сказал: «Я всё равно хочу вернуться» – и пошел. Выйдя из пещеры, он увидел, что его ружьё стоит там старое и ржавое, и тут же он состарился. Он вернулся и начал спрашивать, где его ребенок, но никто в округе не знал. Только один человек сказал, что недалеко жил дедушка с таким именем, но он уже умер, и там остался его сын. Сто лет прошло, его сын уже умер, и, когда он увидел своего внука, тот тоже был уже старым. Это настоящая история.

Что такое отрицание? Это тоже феномен, его можно познать, но с помощью отрицания. Отсутствие рогов на голове можно познать достоверным познанием. Вы можете проанализировать и сделать вывод, что на голове нет рогов. Ученые, когда анализируют различные вирусы и приходят к выводу, что в организме таких вирусов нет, говорят: «Очень хорошо, это положительный момент». Отсутствие вирусов – это тоже феномен. Например, вы сдали кровь на анализ и получили справку об отсутствии заболеваний.

Отсутствие чего-либо другого – это тоже феномен. Пустота «я» – это когда мы устраняем заблуждение относительно того, какими мы себя считаем. Посредством анализа мы приходим к выводу, что такого «крутого», самосущего «я» нет. Это галлюцинация. Такая пустота – это отрицание, она тоже существует, это феномен. Например, отсутствие рогов на вашей голове – это тоже феномен. Если бы отсутствие рогов на вашей голове не было феноменом, тогда на вашей голове должны были бы расти рога.