

Итак, вы должны чувствовать, что вам очень повезло получать учение по Праджняпарамите. Праджняпарамита означает «мудрость, выходящая за пределы». Это мудрость, которая превосходит обычное понимание. Когда Будда передавал учение по Праджняпарамите, он задал вопрос Ананде: «Ананда, представь одного человека, который в течение целой кальпы практиковал щедрость. Какие высокие заслуги он накопил!» Ананда ответил: «Да, очень высокие заслуги». «А другой человек в течение нескольких мгновений получал учение по Праджняпарамите. Хотя он не понял его целиком, он накопил гораздо большие заслуги». Человек, который практиковал щедрость, конечно, накопил большие заслуги, но тот, кто приобрел небольшую мудрость, превосходит первого, потому что однажды эта мудрость вырвет корень его сансары. Поэтому получение учения по Праджняпарамите – это невероятно высокие заслуги.

Награджуна говорил в своих коренных текстах: «Те, у кого низкие заслуги, даже не сомневаются в истинном существовании «я», даже не думают, существует оно или нет. Те, кто сомневаются в самосущем «я», сотрясают корень сансары». До того как получили это учение, вы полностью верили в то, какими явления казались вам. После этого учения у вас возникает сомнение: может быть, всё существует не так, как представляется? В действительности любая видимость – это обман. Что бы вы ни видели, все это на самом деле не существует таким, каким является вам. Пример здесь приводится следующий. Если с Земли вы посмотрите на луну, вы увидите, что она сначала возрастает, затем становится полной, затем убывает. В действительности сама луна сначала не возростала, в середине не становилась полной, и в конце не убывала. Возрастающая и убывающая луна существует лишь с точки зрения людей, живущих на Земле.

И точно так же вы: на самом деле не рождались, в середине вы не пребывали, и в конце не умираете. Но с мирской точки зрения, когда рождается ваше грубое тело, люди говорят, что вы родились. Когда ваши кости начинают расти, обрастают все больше и больше мясом, про вас говорят, что вы растете. Затем ваша кожа стареет, и люди про вас говорят, что вы стали старыми. Затем вы делаете пластическую операцию, ваша кожа начинает выглядеть моложе, и люди говорят, что вы помолодели. Но на самом деле вы не рождались вообще. Как и луна. В середине вы не становились старше и не становились моложе. В конце вы не умираете. Это абсолютная природа. Но с мирской точки зрения точно так же, как луна, поскольку ваше тело родилось, говорят, что вы родились. Тело становится чуть-чуть больше, и люди говорят, что вы стали больше. Как солнце освещает луну, луна немного поворачивается, и мы говорим, что луна становится больше. Но на самом деле луна не возростала, и точно так же вы не становитесь больше, не растете, не умираете. Вы не становитесь богаче, не становитесь беднее. Вы не становитесь мудрее и не становитесь глупее. Это абсолютная природа. Но на относительном уровне, условно, поскольку ваши знания возрастают, вы становитесь мудрее.

Это один секрет, который вам следует постараться понять после получения всех этих учений. Итак, вы не существуете таким образом, каким являетесь сами себе. Когда вы начинаете понимать этот секрет все глубже и глубже, все концептуальные мысли растворяются обратно в вашем уме. Будда говорил, что женщине приснилось, что она родила ребенка и очень обрадовалась этому. В этом же сне ее ребенок умер, и она сильно расстроилась. Когда же она проснулась, ей было нечему радоваться и не из-за чего расстраиваться.

Подобным же образом старайтесь смотреть на все феномены. Когда в вашей жизни возникают трагедии, постарайтесь применить эту теорию пустоты, хотя вы пустоту еще не познаете. Вы должны понимать, что все является лишь видимостью, как во сне – нет никакого истинного существования. Все есть иллюзия. Если вы что-то обретаете, не

радуйтесь этому слишком сильно, говорите себе, что все это иллюзия, точно так же, как ребенок в этом сне. Когда у вас возникают какие-то трагедии, тоже слишком сильно не расстраивайтесь. Говорите себе, что это подобно иллюзии, точно так же, как ребенок умер в этом сне. Когда вы немножко сократите это цепляние за истинность, естественным образом ваш ум обретет мир и покой. Вы не будете слишком сильно радоваться и слишком сильно огорчаться. Вам следует просто верить в то, что нет ничего самосущего. Даже если вы не понимаете это во всех деталях, нет ничего плохого и неправильного в том, чтобы верить в то, что самобытия нет.

Я сейчас повторю некоторые важные моменты, которые объяснял до этого, потому что многие сейчас в замешательстве. Итак, небуддисты занимаются поиском «я» и приходят к выводу, что «я» существует отдельно от тела и ума. И такое «я» они называют атман. Почему так важно знать, что такое «я»? Потому что «я» испытывает страдания и счастье. В жизни оно играет очень важную роль. Поэтому в былые времена философов очень интересовало, что такое «я», каким образом оно существует. В тот момент их не слишком интересовал Марс или Юпитер, их больше интересовали они сами, кто такие они. А в настоящий момент людей сильно интересует Марс, Юпитер, какого они цвета, из чего состоят. Если вы знаете об этом – хорошо, если не знаете – ничего особенного. Если вы не знаете, какого цвета Марс, ничего страшного в этом нет. Даже если вы будете думать, что он желтый или красный – какая разница? Он далеко. Эти знания не обязательны в нашей жизни. Лучше знать, что где можно купить, где есть дешевый магазин. Эти знания полезны.

Самое главное – знать свой ум, как он работает, что такое «я», потому что это вы всегда носите с собой. Мы всегда говорим «я-я-я», но не знаем, что такое «я». Это неправильно. Поэтому очень важно знать, кто такой я, что такое мой ум, каким образом он функционирует.

Итак, когда небуддисты начинают искать «я», они понимают, что тело – это не «я», их ум – это не «я». И таким образом они не могут найти это «я» ни в теле, ни в уме. Потом они подумали, что если «я» нет – это тоже неправильно. Мы всегда говорим «я», мы чувствуем себя, иногда «я» счастливо, иногда несчастно. Оно есть, но они его искали и не нашли. Таким образом они пришли к выводу, что «я» – это атман, отдельный от тела и ума. Это то, что независимо от тела и ума, постоянно. Почему? Потому что после смерти тело не переходит с вами в следующую жизнь. Они говорят, что атман переходит в следующую жизнь, поэтому он постоянен. Потом – это нечто единое, значит, «я» не есть соединение тела и ума, а это нечто единственное, существующее отдельно от тела и ума. Они говорят, что такое «я» существует отдельно от тела и ума.

Что касается буддийских философских школ, существует четыре философские школы буддизма. Низшие философские школы помогают понять высшие философские школы. Представление о воззрении первой школы помогает понять воззрение второй школы, а понимание воззрения второй школы помогает понять воззрение третьей школы и так далее. Итак, вы должны понимать, что все четыре философские школы согласны с тем, что «я» существует среди ваших тела и ума. Оно не существует отдельно от ваших скандх.

Пустота в школе Вайбхашика – это отсутствие, как раз, атмана. Тот атман, который является постоянным, независимым и единичным, который утверждают небуддисты, не существует на самом деле и является объектом отрицания. Если такое «я» не существует, то каким образом существует «я»? Школа Вайбхашика говорит, что «я» существует среди ваших тела и ума, но оно невыразимо словами. Это что-то, что находится внутри этих тела и ума. Вайбхашика признает, что независимое субстанциональное «я» существует. Они

открыто этого не признают, тем не менее, косвенно они все-таки признают, что существование такого именно «я».

Теперь Саутрантика, вторая философская школа. В Саутрантике говорится, что объект отрицания «я», нечто постоянное и так далее, – это грубый объект отрицания. А более тонкий объект отрицания – это независимое субстанциональное «я». Они говорят, что наше «я» кажется нам независимо субстанционально существующим, у нас есть такое внутреннее чувство. Школа Саутрантика также утверждает, что у нас нет спонтанного чувства, что «я» существует как нечто отдельное от тела и ума, постоянное, независимое и единичное. Это просто порождение неверной философии – внутреннего чувства о существовании такого «я» у нас нет. Например, у животных нет такого цепляния за постоянное «я», которое существует отдельно от их тела и ума. Поэтому это не корень сансары. Но у животных есть цепляние за независимое субстанционально существующее «я», то есть их «я» кажется им таким, и поэтому они цепляются за него. Например, как вода. Когда она перед вами предстает, она вам является независимо субстанционально существующей.

Независимого субстанционально существующего «я» нет. Теперь, что касается взаимозависимости, то различают три вида взаимозависимости. Первый вид – это взаимозависимость причины и следствия. Второй – это зависимость от частей. Третий вид взаимозависимости – это зависимость от названия, от ярлыка, навешиваемого вашей мыслью.

Каким образом в школе Саутрантика доказывается отсутствие существования независимого субстанционального «я»? Посредством рассуждения о взаимозависимости. В коренных текстах Будда говорил: *«Поскольку нечто рождается в силу условий, оно не имеет самосущего рождения»*. Что это значит? Поскольку «я» и любой другой объект в своем рождении зависит от условий, они не могут существовать независимо от причин и условий. Итак, взаимозависимость и независимое субстанциональное существование – это дихотомия. «Я» пусто от независимого субстанционального существования, потому что оно взаимозависимо. Такая здесь логика. О какой взаимозависимости здесь идет речь? Здесь идет речь о возникновении в силу причин и условий.

Все, что возникает в силу причин и условий, не имеет независимого субстанционального существования. Например, вода. Она не может существовать независимо от кислорода и водорода. Поскольку вода зависит от кислорода и водорода, то не может существовать такой воды, которая была бы независимой субстанциональной. Точно так же вы сами, ваше «я» – это взаимозависимость ваших тела, ума и множества других факторов. Поэтому нет такого независимого субстанционально существующего «я». Вот эта логика взаимозависимости, с одной стороны, утверждает, каким образом «я» существует, с другой стороны, она отвергает то, каким образом «я» не существует.

Если вы скажете, что «я» пусто от независимого субстанционального существования, потому что я не могу его найти – это не очень логично. Если вы чего-то не можете найти, то вовсе не обязательно, что этого не существует. А логика здесь такая: «я» пусто от независимого субстанционального существования, потому что оно взаимозависимо. Итак, в первую очередь проверьте, действительно ли «я» является взаимозависимым. Действительно, «я» зависит от нашего тела, ума, от ментальных факторов, множества кармических отпечатков и так далее, поэтому оно взаимозависимо.

Итак, «А» – это «я», пусто от независимого субстанционального существования – это «В», потому что оно взаимозависимо. Для того чтобы познать пустоту, вам необходимо

понимать логику. Без понимания логики вы не сможете познать пустоту. В достоверном познании должно присутствовать три характеристики.

Три характеристики здесь следующие. Первая называется чок-чу. Например, если мы рассматриваем «А», «В» и «С», *чок-чу* – это отношение между «А» и «С». Рассмотрим такой легкий пример: Андрей – русский, потому что у него русский паспорт. Это просто пример. Итак, первое – мы устанавливаем соотношение между Андреем и русским паспортом. Имеет ли Андрей русский паспорт, то есть поддельный у него паспорт или настоящий? Итак, если вы приходите к убежденности, что у него есть русский паспорт, то вы устанавливаете соотношение между «А» и «С», то есть чок-чу.

Второе условие – дже-чап. Дже-чап – это соотношение между «С» и «В». Если кто-то имеет русский паспорт, должен ли он при этом быть русским? Это дже-чап. Если вы утверждаете: да, тот, кто имеет русский паспорт, должен быть русским (россиянином), то это правильно. А вот маленький ребенок до тех пор, пока ему не выдали паспорт – он не россиянин? Ну, неважно. Итак, дже-чап – это соотношение между «С» и «В»: *все то, что есть «С» обязательно должно быть и «В».*

Это очень полезно вам в жизни. Без этой логики – пустота далеко, непостоянство невозможно понять. Без этой логики, вы даже не поймете, кто ваш друг или враг. Вы говорите: «Он мой друг, потому что вчера он мне улыбнулся». Это тоже нелогично. Все мы используем логику, но при этом мы используем недостоверную логику. Мы делаем такие заключения: «он хороший, потому что то-то и то-то», «он плохой, потому что то-то и то-то», и вся наша логика сводится к нам самим. Он хороший, потому что он сделал мне подарок. Он плохой, потому что никогда не дарил мне подарков. Это нелогично. Мой муж опоздал, потому, наверное, он разговаривал с другой женщиной. Это тоже нелогично. Из-за такого отсутствия логики, когда муж приходит, вы на него начинаете злиться: «Почему опоздал?»

Дигнага говорил, что большинство наших омрачений возникают из-за неправильных выводов. Мы, люди, очень быстро делаем выводы. Те люди, которые ищут работу, говорят, что первое впечатление очень важно. Почему? Потому что у людей нет логики. Они делают заключение сразу на основании того, что видят. Все говорят друг другу, что самое первое впечатление – это главное, потому что логика не работает.

Итак, все то, что «С», должно быть и «В». Вот это дже-чап.

Теперь док-чап, третье условие. Док-чап разные мастера представляют по-разному. Мы будем следовать следующей трактовке: «С» должно отсутствовать в противоположности «В». Это док-чап. В нашем примере: тот, кто не является гражданином России, не должен иметь русский паспорт. Итак, «С» должно отсутствовать в противоположности «В» и присутствовать только в «В». Вот это док-чап. А дже-чап – это то, что «С» присутствует только в «В». Только россияне имеют русский паспорт. А док-чап – это то, что не россияне не имеют русского паспорта (третье условие).

Диспут строится следующим образом: если вы говорите: «Я – человек», я вас спрошу: «А почему вы человек?» Если вы скажете в ответ: «Потому что я могу говорить и понимать», «С» здесь – это обоснование, «А» – это объект обсуждения, а «В» – это то, что мы доказываем. Итак, сначала устанавливаем соотношение между «А» и «С». Я могу говорить и могу понимать. Это действительно так, то есть чок-чу здесь присутствует. Теперь второе условие: любой, кто может говорить и понимать, должен быть человеком – это соотношение между «С» и «В». Но существует множество существ, не людей, которые

способны думать, понимать и говорить. Например, попугаи могут говорить и способны понимать.

Диспут строится следующим образом. Спрашивается: «А попугай – это человек? Ведь он может говорить и понимать». Также понимание и речь не должны быть свойственны не человеку, и все не люди не должны уметь разговаривать и понимать. Но существует множество существ, не людей, которые способны говорить и понимать. Итак, это нелогично.

А теперь дайте мне правильное обоснование, почему вы человек. Почему вы человек? В настоящий момент мы не уверены, что мы – люди. Как вы можете говорить, что мы обладаем пятью человеческим скандхами? В первую очередь, в чем состоит определение человека? Если вы не знаете определение человека, как вы можете говорить о человеческих скандхах? Итак, что представляет собой определение человека? Как вы отличите человека от животного? Теперь подумайте об этом. Если вы скажете: «Я человек, потому что у меня есть русский паспорт», это будет логично или нет? Итак, что неверно с утверждением «Я человек, потому что у меня есть русский паспорт»? те, кто не обладают русским паспортом, должны быть не людьми.

Теперь, если вы скажете: «Он хороший, потому что вчера он сделал мне подарок», это будет логично или нет? Нелогично. Получается, что все, кто сделал вам вчера подарок, хорошие, а все, кто не сделал вам вчера подарок, плохие. Это тоже нелогично. Получается, что все бодхисаттвы, которые медитирую, например, плохие, потому что они не делали вам вчера подарок. И Будда тоже плохой, потому что вчера вам не сделал подарок.

Теперь что касается обоснования пустоты: «я» пусто от независимого субстанционального существования, потому что оно взаимозависимо. Первое – это соотношение между «я» и взаимозависимостью. «Я» взаимозависимо, зависит от множества причин и условий. Это действительно так. Например, употребление пищи – это тоже взаимозависимость. Вы зависите в вашем выживании от употребления пищи, от одежды, от дома – от всего этого зависит ваша жизнь. Если вы не верите, сходите на улицу в мороз без одежды – вам сразу станет холодно. Это показатель взаимозависимости. Итак, первое соотношение: «я» взаимозависимо, и оно зависит не от одного фактора, а от очень большого количества факторов.

Далее дже-чап, это соотношение между «С» и «В». Если нечто взаимозависимо, оно должно быть пусто от независимого субстанционального существования. Это правда. Нечто взаимозависимое и нечто независимое не могут существовать одновременно. Это невозможно. Итак, поскольку вы установили, что «я» взаимозависимо, таким образом, естественно получается, что «я» пусто от независимого субстанционального существования. Зависимое и независимое – это дихотомия. Поэтому, если нечто взаимозависимо, оно должно быть пусто от независимого субстанционального существования. И то, что пусто от независимого субстанционального существования, должно быть взаимозависимо. Итак, взаимозависимость присутствует только в пустоте от независимого субстанционального существования (дже-чап), и взаимозависимости нет в независимом субстанциональном существовании, то есть в том, что противоположно пустоте от независимого субстанционального существования (док-чап). Взаимозависимое отсутствует в независимом.

Итак, здесь присутствуют три характеристики. Вы говорите, что это достоверно: «я» пусто от независимого субстанционального существования, потому что оно взаимозависимо.

Медитация здесь следующая. Вы хотите знать, как выполнять аналитическую медитацию? Это медитация на грубую пустоту. Сначала вы говорите: «я» пусто от независимого субстанционального существования, потому что оно взаимозависимо. Для этого вам необходимо обрести ясное представление о пустоте от независимого субстанционального существования. Сначала постарайтесь понять, каким образом «я» является вам, в чем состоит объект, отрицаемый пустотой. Это нечто независимое и субстанциональное где-то в центре груди. Например, если кто-то называет вас вором, вы говорите: «Он называет меня вором! Он меня позорит!» И ваше лицо становится красным. В этот момент объект, отрицаемый пустотой – независимое субстанциональное «я» – предстает перед вами. Вы хотите его защитить, хотите доказать всем, насколько вы великий человек: «Я вам докажу, какой я непростой человек. Я знаю мэра города – я с ним обедал вместе. Путин – мой друг». В этот момент он чувствует себя как субстанционально и независимо существующий. А также представляет субстанционального, независимо существующего Путина, хотя он такой же человек, как и другие. Может быть, у него в банке больше денег, а в остальном он такой же человек. У него больше власти, но только на какое-то короткое время.

Итак, когда вы занимаетесь аналитической медитацией, сначала вам необходимо распознать объект отрицания. Когда объект отрицания становится для вас все яснее и яснее, тогда посредством доводов очень легко его опровергнуть. Если объект отрицания для вас неясен, если вы неточно понимаете, что такое независимое субстанциональное существование, то говорить о пустоте от независимого субстанционального существования для вас не будет большого смысла. Если человек не знает, как выглядит вирус СПИДа, его характеристики, то смотреть на кровь в микроскоп ему бесполезно. Он делает точно так же, как и другой человек, который знает вирус СПИДа, смотрит, смотрит и говорит: «Здесь ничего нет, чисто». Человек, который знает вирус точно, один раз смотрит в микроскоп, видит, что нигде вируса нет. Он на сто процентов знает – в этой крови нет вируса СПИДа. Логика похожа на микроскоп. Для того чтобы посмотреть через микроскоп логики, вам необходимо очень точно определить вирус. Есть много похожих вещей, вы будете сомневаться, если точно не знаете. Если же вы знаете точно, то посмотрите и скажете, что там вируса на сто процентов нет. Это настоящее понимание того, что в крови отсутствует вирус СПИДа.

Иначе же ваш анализ будет таким: вы неясно представляете себе, какой вирус ищете, просто смотрите в кровь и голословно утверждаете, что там нет никакого вируса, чисто, пустота. У вас такая же общая «пустота от самобытия» – внутри стопроцентной уверенности нет. Итак, настоящий диагноз могут поставить только специалисты, которые точно знают, что представляет собой этот вирус. Они также знают, как выглядят все другие вирусы, похожие на этот, и могут точно его обнаружить. Если вы не знаете другие вирусы, похожие на этот вирус, вы не можете знать точно, что его там нет.

Почему в буддизме говорится об объектах, отрицаемых пустотой в низших школах, высших школах и так далее? Говорится о грубых объектах отрицания, тонких и очень тонких, потому что они все похожи, но не одинаковы.

Иногда, для того чтобы распознать объект отрицания, очень полезно отправиться в то место, где вас начнут критиковать. И в тот момент, когда вашему «я» некомфортно, вы можете увидеть, каким образом оно перед вами предстает. В этот момент перед вами предстает независимое субстанционально существующее «я». Кхедруб Ринпоче говорил, что теоретически понять, что представляет собой объект отрицания, несложно, но на практике его распознать очень сложно. Итак, то самое независимо субстанционально

существующее «я», которое вы в себе чувствуете, про него вы говорите: такого независимого «я» не существует. Почему? Потому что оно взаимозависимо.

Далее проверьте, действительно ли вы существуете взаимозависимо. Так вы установите первое соотношение чок-чу. Это и есть медитация. Вам не обязательно сидеть в позе медитации. Многие индийские махасиддхи не сидели в строгой позе медитации, они медитировали с книгами в руках, они думали, анализировали. «Я» – взаимозависимо или независимо? Наше счастье зависит от очень многих факторов. Наше страдание тоже зависит от множества факторов. Какое-то время воды не пил – уже чувствую себя неудобно, значит, завишу от воды. Если чуть-чуть вечером стало холоднее, уже надо надевать теплые вещи, потому что состояние меняется, значит, мое счастье зависит и от температуры воздуха. И от очень многих других факторов зависит. Конечно, все ощущения зависят от кармы, от состояния ума, от состояния тела. От того, как одеваемся, какая погода. Очень много взаимозависимостей. Это правда. «Я» существует в зависимости от множества различных факторов, от кармы и так далее. Поэтому оно действительно взаимозависимо.

Далее, второе условие – это соотношение между «С» и «В». Поскольку «я» взаимозависимо, оно должно быть пусто от независимого субстанционального существования. Взаимозависимость на сто процентов, полностью присутствует в пустоте от независимого субстанционального существования. Это правда. Итак, вы говорите себе: «Да, действительно «я» пусто от независимого субстанционального существования, потому что оно на сто процентов существует взаимозависимо. Поскольку оно зависит от множества различных причин и условий, оно на сто процентов пусто от независимого субстанционального существования, которое является мне». «Я» подобно радуге. Дождь идет, падают лучи солнца – от этого появляется радуга. Там нет независимой субстанциональной радуги, потому что дождь и солнечный свет вместе образуют радугу. Там сто процентов нет независимого субстанционального существования, потому что радуга существует взаимозависимо. Такой, как она является вам, она не существует там, снаружи, потому что она взаимозависима. Когда дождь прекращается, радуга исчезает, когда прекращается солнечный свет, радуга тоже исчезает. Со стороны объекта чего-то независимого субстанционального нет. «Я» точно так же существует, как радуга. Просто нечто взаимозависимое, существующее, подобно иллюзии. Не совсем иллюзия, но похоже на иллюзию.

Далее: «С» должно отсутствовать в противоположности «В». Это значит, что взаимозависимое должно отсутствовать в независимом. Это правда: взаимозависимое и независимое противоположны друг другу. Поэтому взаимозависимое не может существовать в противоположности пустоты от независимого субстанционального существования, то есть в том, что независимо.

Итак, вы смотрите на эти три характеристики и приходите к стопроцентному выводу: такое независимое субстанциональное «я» с самого начала не существовало, оно не существует в настоящий момент и в будущем не исчезнет. Приходил Татхагата или нет, это реальность. Пустота существовала с безначальных времен именно так, но мы этого не понимали. Итак, если вы очень ясно представляете себе объект отрицания, то в вашем уме порождается определенная убежденность, что в «я» отсутствует независимое субстанциональное существование. В этот момент некоторые могут почувствовать страх потерять «я». Если у вас возникает чувство, что вы вот-вот полностью потеряетесь, вы должны сказать: «Нет, нет, взаимозависимое «я» существует».

Когда Дже Ринпоче давал учение по пустоте, Кхедруб Ринпоче слушал это учение, и прямо во время учения познал пустоту. Он познал тонкий уровень пустоты, а не то, о чем я вам сейчас рассказываю. Наитончайшую пустоту. Когда он абсолютно точно познал объект отрицания, он посредством логики его отринул. Когда он его опроверг, то в этот момент «я» полностью стало несуществующим. У нас очень сильная привычка к этому «я», которое является объектом отрицания. Когда в его отрицаете, у вас возникает чувство, что «я» не существует. Итак, когда у Кхедруба Ринпоче возникло такое чувство, он схватил себя за одежду, подергал и сказал: «Взаимозависимое «я» все-таки есть».

Поскольку мы очень сильно привыкли к этому объекту отрицания, чаще всего, когда мы говорим «я», мы говорим как раз вот об этом объекте, отрицаемом пустотой. Если вы его отринете, то есть опасность, что у вас возникнет страх полностью себя потерять. Логика здесь очень интересная. «Я» пусто от независимого субстанционального существования, потому что оно взаимозависимо. Взаимозависимость – это то, каким образом «я» существует. Это обоснование называется «Царем логики». С одной стороны, вы отрицаете объект отрицания, с другой стороны, утверждаете, каким образом «я» существует. «Я» существует как нечто взаимозависимое, поэтому оно пусто от независимого субстанционального существования.

Итак, когда у вас породится убежденность, что независимого субстанционального существования «я» нет, постарайтесь пребывать с этой убежденностью. Не будет необходимости устранять концепции – вся видимость будет пустотна. Здесь не следует визуализировать пустоту. Если вы визуализируете ее и на это медитируете, вы впустую тратите время. Визуализировать ясный свет и на него медитировать – это трата времени. В России часто бывает, что люди визуализируют ясный свет и медитируют на него. Иногда он у них яркий, иногда темный. Но ум не способен увидеть ум. Это все детская игра. Это очень важно знать: в Прасангике Мадхьямике утверждается, что ум не способен увидеть ум. Нож не может разрезать сам себя. Орган зрения не может увидеть сам себя. Вы видели вашу любовь, ваш гнев? Вы не можете увидеть гнев и любовь. Вы просто чувствуете их. Когда Будда говорил о медитации на любовь, он говорил: «Породите чувство любви и пребывайте с этим чувством». Он не говорил о том, что вам нужно визуализировать любовь, например, как сердце, пронзенное стрелой. Это очень похоже на ту медитацию на ясный свет, которую вы делаете. Итак, вы должны понимать, что ум не способен видеть ум. Сколько бы вы ни смотрели в свой ум – это пустая трата времени. Вы не увидите его. Вы даже не можете увидеть грубый уровень ума – свой гнев, как же тогда вы можете увидеть ясный свет – очень тонкое состояние ума. Поэтому не надо впустую тратить время. В Тибете раньше так было, и Кхедруб Ринпоче сказал: «Не смотрите в свой ум – ум не может видеть ум».

Если вы хотите медитировать на ясный свет, вам необходимо посредством специальной техники, сделать свой ум все тоньше и тоньше. А самый лучший метод – это техника, представленная в шести йогах Наропы. С использованием техники, представленной в шести йогах Наропы, для вас есть шанс почувствовать (не увидеть) ясный свет. Итак, вы должны понимать, что ум не может увидеть ясный свет. Основным моментом состоит в том, что, когда наитончайший ум – ясный свет – познает пустоту, в этом очень большая сила. Просто в ясном свете мало толку. Во время смерти все чуть-чуть ощущают ясный свет, потом этот он снова становится грубым. Просто ясный свет – это просто наитончайший ум – ничего особенного в нем нет.

Это самое тонкое состояние ума может активно познавать пустоту. «Я» пусто от независимого субстанционального существования, потому что оно взаимозависимо. Анализируя это с помощью ясного света, вы говорите: «Да, это правильно. Такого

независимого субстанционального «я» вообще не было раньше, сейчас нет и не будет в будущем». И тогда это огромная сила, устраняющая омрачения из нашего ума.

Мой вам совет: в настоящий момент даже не пытайтесь медитировать на ясный свет. Вы, конечно, можете использовать некоторые техники, но не думайте, что это медитация на ясный свет. Это как у маленького ребенка иногда очень большой рот. Маленький ребенок, который еще плохо стоит на ногах, говорит, что выиграет золото в беге на сто метров. Даже Миларепе, когда он получил учение по ясному свету, Наставник сказал: «Мое учение не сможет тебе очень сильно помочь. Тебе следует отправиться к Марпе», потому что даже ему сначала не подходило это учение. Потом, конечно, Миларепа достиг самой высокой реализации Махамудры. Марпа ему говорил: «У меня нет учения о том, как легко достичь состояния Будды. Если ты этого хочешь, уходи отсюда. Если хочешь остаться здесь, тогда двигайся потихоньку, шаг за шагом».

Теперь вернемся к теме. После исследования этого обоснования вы приходите к убеждению, что «я» пусто от независимого субстанционального существования. Итак, видимость – это пустота, а убеждение, которое должно возникнуть в результате медитации, – уверенность в отсутствии независимого субстанционального существования. Итак, оставайтесь с этим, пребывайте на этом с внимательностью. Когда эта убежденность становится слабее... Это можно сравнить, например, с медитацией на любовь: когда вы развили чувство любви, затем когда оно становится у вас слабее, вы вновь вспоминаете, как живым существам не хватает счастья, ваше чувство любви возрастает, и вы пребываете с этим чувством. Как вы медитируете на гнев? Иногда вы пять часов можете медитировать на гнев. Как вы это делаете? Вы остаетесь, пребываете с этим чувством гнева. Затем это чувство немножко слабеет, и в этот момент вы начинаете опять думать: «Тогда-то он сделал то-то, в этот момент он сказал мне то-то, сегодня он опять сказал мне то-то». И ваш гнев опять возрастает, и вы продолжаете пребывать с ним.

Ту искусственность, которую вы применяете в медитации на гнев, также которую вы используете в медитации на любовь, применяйте и в медитации на пустоту. В отношении привязанности вы также выполняете такую медитацию. Вы идете на рынок, видите там какую-нибудь красивую одежду, затем приходите домой, и перед вами возникает образ этой одежды: «Какая красивая одежда. Как будет здорово, если я ее куплю». И вы подкармливаете свой ум этой темой. Поэтому ум становится больным. Вы кормите его гневом, привязанностью, завистью, ревностью. Вы кормите его всеми этими нехорошими вещами, потому что вы думаете все эти нехорошие мысли. Неправильные мысли кормят вашу привязанность, кормят ваш гнев. Поэтому ум всегда находится в медитации на омрачения. Конечно, будут страдания. Вам нужно сказать себе: «Все, я устал от такого неправильного питания ума. Сейчас я буду кормить свой ум здоровой пищей любви, сострадания». И не надо для этого сидеть в позе медитации. Вы можете, как и раньше, смотреть телевизор и вместо негативной медитации делать позитивную медитацию, кормить ум правильными мыслями.

Когда вам приходит неправильная, нелогичная мысль, вы говорите: «Стоп! Это нелогично». Например, один человек вам говорит, что Андрей сказал про вас такие-то и такие-то слова. Обычно вы сразу вспоминаете, что Андрей раньше вам говорил то-то и то-то, до этого сказал то-то... Сейчас так не делайте. Вы должны мыслить логически. Во-первых, сказал это Андрей или нет, на самом деле это неясно. Самое первое, что вы анализируете, сказал это про вас Андрей или нет. Если вам так сказали, это не обязательно так и есть: может, он неправильно понял, может, он вам сказал ложь. В какой ситуации Андрей так сказал? Возможно, что он сказал так, чтобы защитить вас. Очень много

ситуаций может быть. Поэтому вы не можете сразу делать выводы. Эта логика очень полезна для того, чтобы останавливать возникновение ваших омрачений.

Дигнага говорил, что все омрачения, все негативные состояния ума возникают из-за нелогичного мышления. А все позитивные состояния ума – любовь, сострадание, понимание пустоты, непостоянство и так далее – все они основаны на достоверном восприятии. Поэтому очень важно знать, какое познание достоверно, а какое – нет. Поэтому я пишу текст по достоверному познанию. Поэтому вы должны понимать, что буддийская логика предназначена не для того, чтобы опровергать мнения других, а для того чтобы остановить собственные негативные состояния ума и взрастить позитивные состояния ума. Поэтому то учение, которое вы получаете, используйте в своей повседневной жизни. Я использую это учение в повседневной жизни. Я не слишком много времени провожу в медитации на эти положения, но в повседневной жизни мне это учение очень полезно. Слишком долго сидеть в позе медитации не надо. А то вы, русские, любите очень много сидеть в позе медитации.

Когда я не так давно был в Варанаси, там я увидел одного мужчину, который сидел там больше трех часов. Я уже обход сделал, чай попил, пришел – он все еще там сидит. Я подумал и сказал моему другу: «Наверное, это русский человек». Потом, точно, оказалось, что это русский человек. Не ведите себя слишком экстремально.

Измените свой образ мышления, а снаружи оставайтесь такими же, как раньше. Вам идет костюм и галстук. А вот, когда вы вешаете на себя четки и подобные вещи – вам это вообще не идет. Особенно женщины надевают много четок – им это вообще не идет. Не меняйте свою культуру. Вам надо сохранять свою культуру. Мы в Тибете используем индийскую философию, но мы не надеваем индийские одежды. Мы носим свою одежду. Вы тоже не надевайте тибетскую одежду. Вам она не подходит. У тибетцев одна фигура, у вас – другая. Поэтому вам отлично подходит ваш костюм. Но философию – используйте. Тогда русская культура станет богаче. Не надо бросать русскую культуру. Это мой совет вам.