

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию.

Перед началом учения мы будем читать «Сутру Сердца». Если у вас нет этого текста, постарайтесь его приобрести, сделайте копию. По тибетской традиции перед учением все читают «Сутру сердца». Когда вы начитываете «Сутру сердца», то, с одной стороны, накапливаете очень высокие заслуги, равные заслугам от чтения всех сутр Будды. С другой стороны, этим вы устраняете всевозможные препятствия к получению учения. Когда происходит что-то хорошее, то одновременно с этим усиливается воздействие вредоносных духов и злых сил – они начинают создавать препятствия, поэтому читать «Сутру сердца» очень важно.

Теперь, как обычно, породите правильную мотивацию: укротить свой ум, достичь состояния Будды ради блага всех живых существ. Лучший способ помочь всем живым существам – это накопить мудрость. Самый лучший способ помочь близким людям: друзьям, родственникам – это подарить им мудрость. Дать им хороший, полезный совет – это лучшая помощь, но как я вам говорил раньше, чем больше вы накапливаете мудрости, тем более скромными должны становиться сами. Все время думайте о мудрости арьев, бодхисаттв, тогда вы поймете, что ваши знания – это все еще знания маленьких детей. Вы лишь немного знаете теорию, у вас нет никакого опыта, они же теорию знают во всех тонкостях и имеют очень большой опыт. Поэтому быть скромным очень важно. Никогда не имейте высокомерия из-за наличия знания Дхармы.

Теперь вернемся к основной теме: каким образом породить отречение, основываясь на учении о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения? Для этого с самого начала очень важно знать, что собой представляет эта тема и далее – как на нее медитировать. Двенадцатизвенная цепь взаимозависимого возникновения – это очень важная тема для медитации. Если вы не знаете, как медитировать на эту тему, то ваша медитация на пустоту не будет эффективной, потому что вы будете думать, что ничего не существует. Ум немного успокоится от того что концепций станет меньше, но основной цели медитации на пустоту вы не достигнете, до тех пор пока не поймете двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, потому что только это приведет вас к пониманию неведения как корня всех ваших проблем.

Все ваши проблемы сводятся к тому, что вы не понимаете, каким образом существуют вещи. Подобно бабочке, которая видит масляный светильник и не понимает, каким образом он существует: из-за этого она погибает. Бабочка рождается, видит масляный светильник, подлетает к нему и умирает, потом вновь рождается, вновь подлетает и умирает. Таким же образом мы вращаемся в сансаре из-за неведения. Мы ищем причины страданий, гонимся за ними, создаем все больше и больше страданий из-за неведения. Таким образом мы вращаемся в сансаре и не испытываем ни одного мгновения настоящего счастья. Корень всех наших проблем сводится к неведению, к непониманию того, каким образом существуют феномены, и каким образом существуем мы сами. Поэтому установить, определить неведение очень важно. В великих текстах, таких как «Мадхьямика аватара», приводится подробный анализ неведения, в особенности того неведения, которое исследуется в учении о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Нагарджуна интерпретировал его одним образом, а Асанга – другим. Понимание учения во всех подробностях является очень важным для того чтобы в вашем уме произошли определенные изменения. У нас есть множество различных видов неведения и самое худшее из них – это цепляние за феномены как истинно существующие, как за самосущие.

Теперь я вам расскажу, как Будда давал учение о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Будда передал это учение по просьбе одного ученика. Ученик задал вопрос Будде: «Откуда берутся наши страдания, каким образом они возникают, и кто создает наши страдания?» Эти вопросы возникли потому, что до буддизма существовала религия, в которой говорилось о создателе нашего счастья и страдания, а в буддизме есть совершенно противоположная концепция о том, что создателя не существует, и поэтому Будда отвечал следующими словами: «Из-за того что существует это, существует то. Из-за того что возникает это, возникает то».

Из-за неведения возникает карма, а из-за кармы возникает ум с кармическими отпечатками, далее – имя и форма. Подобным же образом возникает вся двенадцатизвенная цепь взаимозависимого возникновения. Что здесь означает фраза: «Из-за существования этого существует то?» Здесь Будда говорит о том, что наше счастье и страдание, нашу эволюцию никто не создавал, это существует потому, что что-то существовало до этого. Подобные причины создают подобные результаты. Поскольку существует причина, существует подобный этой причине результат. Поэтому нет создателя, все возникает из-за причины, подобной следствию. Эта причина в свою очередь существует потому, что существовало что-то до нее, и это что-то возникло также из-за существования подобной причины. Всё существует в зависимости от чего-то, что существовало до этого.

Таким образом, нет начала. Непостоянные объекты зависят от причины, и поскольку они зависят от причины, то очень ясно, что нет начала. Для того чтобы возникнуть, для того чтобы существовать этот феномен должен зависеть от чего-то, существовавшего до него. Из этого очень ясно, что начала не существует. Постоянные объекты существуют всё время, потому что не зависят от причины, а непостоянные объекты для того чтобы существовать должны зависеть от причины. Поэтому в эволюции нашей жизни начала нет. Наша настоящая жизнь зависит от предыдущей жизни, а предыдущая жизнь зависит от предшествующей ей жизни.

В отношении нашей мировой системы в Тантре Калачакра говорится, что она возникла из предыдущей мировой системы. До существования нашей мировой системы существовала предыдущая мировая система, она разрушилась, и момент разрушения той мировой системы – это момент возникновения нашей мировой системы. Когда какой-то объект разрушается – это не полный конец, это конец существования этого объекта, но начало существования чего-то другого. Точно также момент смерти – это не конец вашего существования, это конец этой жизни, но начало другой, следующей жизни.

В отношении нашей мировой системы ученые приходят к таким же выводам, потому что здесь в основе лежат одни и те же факты. В Тантре Калачакра нет подробных объяснений существования таких объектов, как черные дыры. О большом взрыве там также ничего не говорится, но говорится о том, что существовала предыдущая мировая система, она разрушилась и превратилась в космические частицы. Далее под влиянием силы кармы тех существ, которые должны были родиться в следующем мире, эти космические частицы начали формировать новые галактики. Так возникла наша мировая система.

Вы должны понимать, что в буддизме не делается упор на таких объяснениях, как существование мировых систем, то есть каких-то материальных объектов, и поэтому такие

объяснения даются очень грубо. В отношении анализа ума и в отношении теории пустоты – вот здесь буддийская теория невероятно точна. Это справедливо также в отношении техник медитации, методов того, каким образом развивать свой ум, добиваться прогресса ума. Буддийская психология просто невероятна, но в отношении анализа материальных частиц в буддизме даются лишь общие объяснения, подробного анализа не проводится. Ученые анализируют это более подробно. Каждая отдельная область знания не может всё объяснять очень подробно, потому что у нее есть своя сфера интересов, на которую она делает упор. Так, в буддизме делается сильный упор на развитии ума. Поэтому не думайте, что в сутрах Будда говорил обо всем, это было бы тоже неправильно.

Когда я был маленьким, мой отец говорил, что Будда в восьмидесяти четырех тысячах томов своего учения объяснил всё, даже как создавать самолеты. Это происходит потому, что буддисты стараются вознести хвалу Будде, но не знают, как правильно произносить слова хвалы. Вам не нужно хвалить Будду, говоря, что Будда объяснил, каким образом создавать самолеты. В этом нет ничего особенного. Хвалу Будде нужно возносить так же, как это делал Лама Цонкапа. Лама Цонкапа не возносил хвалу Будде, потому что Будда объяснил, каким образом существует мировая система, в этом нет ничего особенного. Лама Цонкапа также не возносил хвалу Будде за то, что Будда обладает невероятным ясновидением, за то, что у Будды есть всевозможные чудодейственные силы, что он может летать и тому подобное. В «Хвале взаимозависимого возникновения» Лама Цонкапа возносил хвалу Будде, потому что Будда передал учение о пустоте, теорию взаимозависимости: «Вы продемонстрировали людям невероятную теорию взаимозависимого возникновения. Благодаря этой теории у живых существ открываются глаза, и они избавляются от страданий. Вы передавали это великое учение людям, но в то время меня рядом с Вами не было. Мне не повезло в том, что я не получил это учение напрямую от Вас. Будда, Вы открыли, указали людям теорию взаимозависимого возникновения». Это высшие слова хвалы Будде: «Для вас взаимозависимость и пустота – это нечто единое. Таким образом, теория пустоты не противоречит взаимозависимости. Вы указали безупречное воззрение, в котором теория взаимозависимости и теория пустоты по сути едины и являются двумя различными аспектами одного целого. Вы указали теорию, в которой нет противоречия между взаимозависимостью и пустотой. Это невероятно!» Если вы будете возносить такую хвалу Будде, то это будет настоящая хвала. Вы должны понимать, что в восьмидесяти четырех тысячах томов учения Будды нет ни слова о том, как создавать самолеты. Даже если бы Будда это объяснил, то в этом не было бы большой пользы – самолеты летают, но проблем людей это не решает, проблем становится все больше и больше.

Теперь рассмотрим, каким образом размышлять о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Вам очень важно размышлять об этом. Тогда вы увидите, насколько невероятной является теория о взаимозависимости и пустоте. Когда человека мучает жажда, он начинает понимать ценность воды. Если кто-то осознает свою хроническую болезнь и найдет лекарство, которое является противоядием от этой болезни, то он будет очень рад получить это лекарство. Те же, кто не знает о своих хронических болезнях и не осознает страданий от этих болезней, не будут ценить такое лекарство. Они не будут принимать это лекарство, куда-то отложат его и потом забудут, куда они его положили. Итак, для того чтобы медитировать на теорию пустоты, в начале очень важно медитировать на двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, обдумывать эту тему. Если вы хорошо понимаете двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, то для вас теория пустоты будет иметь невероятную ценность. Каждый раз вы будете очень рады получать учение по теории пустоты, которое является противоядием от корня всех ваших проблем. Каждый раз, когда будете получать учение по теории

пустоты, вы будете понимать, что получаете тайные наставления о том, как решить свои проблемы. Вы получите способ решения проблем не поверхностно, а в корне. Как это хорошо! Вы скажете: «Если для получения такого учения по Праджняпарамите мне придется отрезать свою руку, продать ее и сделать подношение своему Духовному Наставнику, то я готов это сделать». Всё Время Плачущий Бодхисаттва для того чтобы получить учение по Праджняпарамите отрезал свою ногу, продал ее и сделал подношение своему Духовному Наставнику Ламе Чопе для того чтобы получить это учение.

У Маудгальянапутры был один ученик. Это был старый монах, который не получал учения как положено и не практиковал как положено. Какой бы совет он ни получал, этот совет влетал у него в одно ухо и вылетал из другого и не менял его ум. Тогда Маудгальянапутра начал думать, какой же наилучший способ помочь этому монаху. С помощью ясновидения он нашел лучший способ помочь этому ученику и перенес его на берег моря. На берегу моря лежали огромные кости рыбы величиной с гору. Старый монах спросил у Маудгальянапутры, показывая на эти кости: «Что это такое?» Маудгальянапутра ответил: «Это тело твоей предыдущей жизни. Ты обладал невероятно большим телом рыбы и однажды ты уже почти проглотил корабль. Вдруг на этом корабле ты увидел монаха и подумал, что это святое существо тебе не нужно убивать. Поэтому ты не стал глотать этот корабль. После этого в твоём уме появилось очень сильное желание не вредить живым существам. Ты перестал поедать живых существ и из-за этого умер. Благодаря нравственности непричинения вреда живым существам и в особенности нравственности уважения к монахам ты родился человеком, но не только это. Ты сам стал монахом и встретился с учением Будды». Тогда этот монах спросил у Маудгальянапутры: «В чем состоит эволюция моей жизни, каким образом возникла моя предыдущая жизнь, и что было до этого? Есть ли начало существования или нет?» Его так заинтересовала эволюция собственной жизни. Маудгальянапутра объяснил эволюцию его жизни с помощью двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. На основе двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения этот монах увидел, что начала не существует, и конца также нет. Когда Маудгальянапутра передал учение о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, это очень сильно тронуло ум монаха, он остался медитировать внутри скелета своего прежнего тела и достиг высоких реализаций.

В прошлом многие великие мастера достигали высоких реализаций, медитируя на четыре благородные истины, на двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения. Первые пять учеников Будды достигли реализаций, медитируя на четыре благородные истины. Нет таких историй об учениках Будды, где они достигли таких-то высоких реализаций благодаря тому, что начитали такие-то мантры или сделали такое-то количество простираний. Есть истории о том, что, медитируя на четыре благородные истины, на двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения мастера достигали высоких реализаций.

Теперь рассмотрим двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения. Сначала я вам объясню схему цепи взаимозависимого возникновения, а далее расскажу, каким образом по схеме этой цепи мы вращаемся в сансаре. Сначала я просто назову все звенья двенадцатизвенной цепи:

1. Неведение.
2. Карма.

3. Сознание.
4. Имя и форма.
5. Шесть опор чувственного восприятия.
6. Соприкосновение.
7. Ощущение.
8. Влечение.
9. Цепляние.
10. Существование.
11. Рождение.
12. Старение и умирание.

Теперь я подробно объясню вам все эти термины. Двенадцать звеньев цепи взаимозависимого возникновения вам нужно знать наизусть.

Асанга говорит, что неведение, то есть общее неведение в целом – это отсутствие знания. Например, из-за незнания закона кармы вы создаете негативную карму, но в отношении неведения, которое является корнем сансары, вы должны понимать, что это не просто отсутствие знания. Нагарджуна говорит, что неведение, которое является корнем сансары – это первое звено двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Любое неведение – это отсутствие знания, но неведение, которое является корнем сансары – не просто отсутствие знания, это цепляние за существование объекта совершенно противоположным образом тому, как он на самом деле существует. Такое неведение – это корень всех наших проблем, всех наших страданий. Нагарджуна здесь приводит пример: кунжутное семя насыщено, пропитано кунжутным маслом, и точно также неведение пронизывает, пропитывает все наши омрачения. Это неведение, цепляние за совершенно неправильное представление о том, как существуем мы, и существуют объекты, пронизывает и поддерживает все остальные омрачения.

Чандракирти в «Мадхьямика-аватаре» говорит: «Первое – цепляние за «я» как за самосущее. Из-за этого происходит цепляние за объект как за самосущий с представлением о том, что это *мой* объект. Так возникает множество омрачений, и происходит вращение в сансаре». Анализируя, как возникает гнев, вы сможете понять, что гнев всегда возникает из привязанности. Если вы привязаны к своему эго, и кто-то говорит, что вы выглядите плохо, то вы сразу же начинаете злиться. Если вы привязаны к красоте, и кто-то говорит, что вы уродливы, то вас это расстраивает, и вы злитесь. Если вы привязаны к тому, что вы умный, и кто-то вас называет глупым, дураком, то вы начинаете злиться в этом случае. У разных людей есть разные слабые места. Если вы говорите о каком-то человеке: «С такими словами будь с ним осторожен – он разозлится», то это означает, что он очень сильно привязан к определенной области, и поэтому если затронуть именно эту область, то человек сильно рассердится. Итак, если вы проверите эту теорию, то увидите, что гнев очень сильно поддерживается привязанностью. Например, собака сильно привязана к мясу, и если тронуть мясо, которое она ест, то она даже может укусить. Она злится, потому что думает: «Это объект моего счастья, я никому его не дам».

Для того чтобы уменьшить гнев очень важно уменьшить привязанность. Вы должны понять, в чем ваша слабость, из-за чего вы очень легко начинаете злиться. В основном, у

нас возникает гнев из-за того, что мы привязаны к своему эго. Мы все время говорим «я, я, я» из-за очень сильного себялюбия. Себялюбие – это привязанность к «я», оно – самый главный министр, из него возникают все остальные омрачения. Себялюбие – это болезнь эго. Из-за него возникают все остальные проблемы. Исследуйте свое себялюбие, болезнь вашего эго, что его поддерживает? У вас множество различных видов привязанности, их также нужно устранить, но все виды привязанности связаны с себялюбием. Это привязанность к «я», к себе. Поэтому Чандракирти говорил, что из-за неведения в начале возникает привязанность к «я» – себялюбие. После этого вы говорите «моё». Про тех, кто отзывается о вас красиво, вы говорите «мой друг», а про тех, кто о вас сказал чуть-чуть плохо – «мой враг». Вы должны относиться ко всему спокойно, как бы о вас ни говорили – плохо или хорошо. Вы же подобны обезьянам, которые перекалывают яблоки из одной корзины в другую. Перед вами три корзины, а живые существа как яблоки для вас, и вы их туда-сюда перекалываете: «О, ты про меня хорошо сказал, значит, сегодня ты – мой друг». Далее, когда какое-то «яблоко» из этой корзины говорит что-то не очень приятное для вашего эго, вы говорите: «О, надоел, не один, а два раза ты неправильно сказал про меня! Всё, уходи, с сегодняшнего дня ты – мой враг!» Этот человек настолько вам неприятен, что вы не хотите его видеть. На улице при встрече с ним вы отворачиваетесь в другую сторону.

Однажды, когда я был в Санкт-Петербурге, у Бориса Дондокова были не очень хорошие отношения с одним человеком. Они друг друга недолго любили. Я сказал Борису Дондокову: «Завтра, когда ты встретишь этого человека, тебе нужно пожать ему руку». Борис сразу расстроился, голова его опустилась, но он сказал: «Хорошо». Это очень трудная практика. На следующий день я его спросил: «Ты встречался с этим человеком?» Борис сказал: «Да, я видел этого человека». «Ты пожал ему руку?» – «Да» – «Как это произошло?» Борис сказал, что он увидел этого человека, назвал его имя и протянул ему руку, а тот спрятал свою руку за спину. Тот человек очень сильно удивился, он был шокирован и не дал Борису свою руку. Он испугался и спрятал свою руку за спину.

Если вы исследуете все эти моменты, то обнаружите, что это болезнь эго. Если в настоящий момент вы проверите свой ум, то увидите, что из-за неведения у вас есть очень сильное цепляние за самобытие своего «я», и из-за этого у вас возникает привязанность к этому «я». Вы думаете, что «я» – это нечто самое драгоценное в вашей жизни. Поэтому, если кто-то близок вам, то вы говорите: «мое», «мой друг», «мои дети», «мой сыночек – самое драгоценное». Вы даже можете подумать: «Если ради счастья моего сыночка мне придется убить пять человек, то я готов это сделать. Самое главное – моему сыночку надо жить, а пятерым я могу отрубить головы, чтобы сделать моего сыночка здоровым». Некоторые очень сильно привязаны к детям, и если я скажу, что вам нужно убить пять баранов, сделать кровавое подношение для того, чтобы ваш ребенок был здоровым, то многие будут рады это сделать. Они подумают: «Самое главное, что моим детям надо жить. Если остальные умрут, если им будет больно – это не главное, а моему сыну надо жить». «Мой», «я», «мое» – из-за этого вы привязываетесь к такой категории как «друзья» и из-за этого создаете негативную карму.

Вы злитесь на тех, кого относите к категории «ваших врагов», кто неприятен вашему эго – так возникает гнев. Все омрачения – привязанность, гнев, зависть возникают из себялюбия. Откуда возникает это себялюбие, которое все время говорит «Я, я, я»? Эго поддерживает неведение. Если вы не потревожите свое неведение, то очень сложно уменьшить себялюбие, потому что себялюбие уверено, что существует такое плотное «я», которое думает: «Я сижу», «Все на меня смотрят», «Что они обо мне думают?», «Они обо мне плохо сказали», «Он может быть мне полезен». Это плотное «я» думает: «Я» – это мое

тело, если можно поменяться телами, то я готов поменять свое тело на другое, более красивое, как это было бы хорошо!» Такое «я» думает: «Если мой ум можно поменять на другой, очень мудрый ум, то я готов меняться». Оно говорит как хозяин: «Это мое тело, и я готов им поменяться. Это мой ум, им я тоже готов поменяться, если другой ум будет лучше моего». Такое конкретное «я», «я» – владелец, то есть «я», которое обладает телом и умом, думает: «Если я могу поменять свое тело с помощью особой практики «донджук», то я готов это сделать. Тело я могу поменять, ум тоже готов поменять, и тогда я буду очень особым».

Вот такое «я», которое как бы является владельцем этого тела и ума и есть неведение. Например, если кто-то в присутствии большого количества людей вас отругает, то вы подумаете, что этот человек критикует «меня», ваше самосущее плотное «я». Вы не думаете, что это критика «моего» тела или «моего» ума, вы думаете, что это критика «меня». Когда люди вас называют толстым, они называют ваше тело толстым. Ваше тело – это не «я», но вы переживаете: «Какой я толстый!» В это время вы не осознаете, что говорят о том, что ваше тело является толстым, вы думаете: «Про меня сказали, что я толстый, мое самосущее «я» толстое, я всегда буду толстым, никогда не смогу стать худым». Молодые думают, что никогда не будут старыми. Это неведение. Постарайтесь его распознать. Это цепляние за конкретное, плотное «я». Вы думаете: «Люди на меня показывают – вот «ты». В это время вы думаете, что это такое плотное «я», которое находится где-то здесь, в груди или над головой.

Такое «я» не существует вообще. В Прасангике-Мадхьямике говорится, что то, каким образом в настоящий момент вам является ваше «я» – это обман. Оно кажется вам истинно существующим, самосущим. То, каким образом феномены являются вам – это также обман, они также являются вам истинно существующими, самосущими. Мы цепляемся за то, каким образом феномены являются нам, у нас есть такая тенденция цепляться.

Когда люди не знают теорию о том, что Земля круглая, какой она им кажется? Она кажется им плоской. Поэтому на Востоке и на Западе до тех пор, пока не обнаружили теорию о том, что Земля круглая, люди считали Землю плоской и цеплялись за это. На Востоке и на Западе люди цеплялись за плоскую Землю, потому что она казалась им плоской. Если вы не проводите правильный анализ феноменов, то цепляетесь за то, каким образом феномены являются вам. После того как вы познакомились с открытием, что Земля круглая, вы говорите: «Хотя Земля кажется плоской, в действительности она неплоская». В Земле отсутствует плоскость, потому что она круглая. Круглая Земля и Земля, в которой отсутствует плоскость – понятия, имеющие один смысл. Точно также взаимозависимость и пустота от истинного существования, от самобытия имеют один смысл. Взаимозависимость – это все равно, что сказать: «Земля круглая». Поскольку Земля круглая, в ней отсутствует плоскость, но, то, что в Земле отсутствует плоскость, не означает, что Земли не существует, это означает, что Земля круглая. Поэтому в буддийской теории пустоты не говорится, что объекты не существуют, а говорится, что в этих объектах что-то отсутствует. Например, то, что в Земле отсутствует плоскость, не значит, что Земля вообще не существует. Земля выглядит плоской, но на самом деле плоской не является, в ней отсутствует плоскость. Что это значит? Что Земля круглая.

Таким образом, «я» и феномены, поскольку они пусты от самобытия, являются взаимозависимыми. Поскольку они взаимозависимы, то они не могут существовать со стороны объекта независимо от чего-либо другого. Каким вам кажется ваше «я»? Это такое

плотное «я», которое не зависит от тела и ума. Вам является некий владелец вашего тела и ума. Когда вы исследуете, то обнаруживаете такое конкретное «я», независимое от вашего тела и ума, которое говорит: «Это мое тело, мой ум, мой дом, я хозяин всего, все моё, если я захочу, то все земли будут моими, все меня должны слушаться, я – самый главный». Так, в силу этого возникает привязанность, болезнь эго. Когда болезнь эго становится все хуже и хуже, человек становится как сумасшедший.

Вы можете посмотреть кинофильмы, в которых рассказываются истории о людях, обладавших большой властью. Из-за этого у них развивалась болезнь эго, от которой они сходили с ума. Они заставляли своих подданных слепо повиноваться, обманывать других людей. Они считали, что все должны им подчиняться. Если такой властелин слышал слова о том, что другой правитель сильнее его, он начинал гневаться и объявлял войну, чтобы показать всему миру свою силу. От болезни эго всегда возникали одни проблемы и беды. Сам правитель, затеявший войну, не становился более счастливым от своих действий, не получал того счастья, которого хотел. Если он проигрывал войну, то не мог пережить позора. Он страдал так, что не мог есть и спать. Эта болезнь эго делает несчастливым и себя и других людей.

Эта болезнь эго, болезнь себялюбия возникает из-за неведения, из-за цепляния за «я» как самосущее, как истинно существующее. Поэтому для того чтобы медитировать на пустоту в первую очередь вам нужно исследовать, каким образом это самосущее «я» является вам, как вы за него цепляетесь. Это нелегко сделать. Распознать самосущее «я» нелегко, но как только вы сможете распознать самосущее «я», после этого познать пустоту будет уже нетрудно. Каждый раз, когда у вас возникает эго, проверяйте, каким является вам ваше «я» и как вы цепляетесь за это «я».

Я не могу это объяснять слишком подробно, иначе мы перейдем к обсуждению теории пустоты. *Итак, первое звено двенадцатизвенной цепи – неведение – это цепляние за «я», за феномены как за самосущие, то есть цепляние за существование феноменов, совершенно противоположное тому, как они существуют на самом деле.* Из-за этого неведения возникает себялюбие, а из-за себялюбия возникает множество видов привязанностей. Итак, неведение поддерживает привязанность, а привязанность поддерживает гнев. Далее, привязанность и гнев поддерживают зависть и множество других омрачений. Множество других омрачений возникает в результате комбинаций этих двух – привязанности и гнева. Если омрачения возникают в вашем уме, то они не уходят из вашего ума совершенно бесследно. В буддизме говорится, что когда вы идете по песку, то оставляете на нем следы. Вы не можете пройти по песку, не оставив никаких следов. Точно также, какая бы негативная эмоция у вас ни возникла, она не может исчезнуть бесследно. Это невозможно. Наш ум – это не песок, это невероятное хранилище отпечатков. По песку вы проходите, оставляя следы, но наш ум устроен гораздо более сложно, то есть какая бы мысль у вас ни возникла, эта мысль обязательно оставляет отпечаток в вашем уме, она не может пройти бесследно. Итак, из-за неведения возникают омрачения, а омрачения создают карму.

Что такое карма? *Карма – это второе звено двенадцатизвенной цепи.* Вы должны понимать, что карма – это действия тела, речи и ума. Сами действия известны как карма, и отпечатки этих действий также известны как карма. В большинстве случаев, когда вы говорите о карме, которая находится в вашем уме, вы ведете речь о кармических отпечатках, потому что карма – это действие, которое в следующий миг уже не существует. Если в следующий миг кармы не существует, то как позитивная карма может приводить к

позитивным результатам, а негативная карма – к негативным результатам? Карма – это действие, которое разрушается каждый миг, но по мере разрушения оно оставляет отпечатки в вашем уме. Позитивное кармическое действие оставляет позитивный кармический отпечаток, а негативное кармическое действие – негативный кармический отпечаток. Где остается этот отпечаток? Итак, из-за неведения возникает множество омрачений, из-за омрачений создается карма, карма – это действие, которое исчезает в следующий миг, но оно оставляет отпечаток, и где этот отпечаток остается? Он остается в сознании. Это третье звено.

*Итак, третье звено – это сознание.* Все кармические отпечатки хранятся в сознании. Наше сознание – это невероятно огромное хранилище отпечатков. Итак, из неведения возникает карма, из кармы возникает сознание с кармическими отпечатками. Когда говорится, что из кармы возникает сознание, то есть третье звено, здесь не говорится, что сознание как бы напрямую возникает, здесь возникает сознание с кармическими отпечатками. Это сознание, в котором остаются кармические отпечатки второго звена, то есть кармы. Существует множество видов кармы: загрязненная карма, негативная карма, позитивная карма. Вся эта карма создается из-за омрачений, а омрачения – из-за неведения. Все омрачения: гнев, привязанность поддерживаются неведением, то есть первым звеном.

Третье звено – это сознание. Оно в анализе делится на два вида. Это сознание периода причины и сознание периода плода. Сейчас я вам объясню, что означают эти термины. Сознание периода причины возникает, когда вы создаете карму, и эта карма оставляет отпечатки в сознании. Это сознание периода причины. Далее, когда один из кармических отпечатков, хранящихся в сознании, проявляется, то речь уже идет о сознании периода плода. Итак, здесь говорится о сознании периода причины и сознании периода плода. Я позже вам объясню это более подробно. Например, позже будет идти речь о том, что два с половиной звена – это ввергающая карма. Сознание периода причины является этой половиной. Если вы знаете эту терминологию, то вам будет все понятно.

*Далее, четвертое звено – имя и форма.* Сейчас я вам не демонстрирую взаимосвязей, я просто объясняю вам звенья термин за термином, слово за словом, без специфических понятий, таких как «два с половиной». Когда я учился, иногда бывало, что мастера не объясняли подробно сами звенья, а сразу же переходили к таким терминам, как «два с половиной» и так далее, и это очень легко сбивало с толку, вызывало путаницу в голове. Раньше, когда я изучал физику, преподаватели не объясняли, что такое электрон, протон, нейтрон, и поэтому у меня в голове все перепуталось, и я ничего не понял. Трудностей с пониманием не происходит, если вы знаете терминологию. Тогда у вас очень легко возникает представление о предмете. В первую очередь людям очень важно объяснить терминологию, что понимается под теми или иными терминами, и после этого вы уже их объясняете более подробно и глубоко. Тогда людям все становится понятно.

Стиль учения Его Святейшества Далай-ламы невероятно доступен: он объясняет именно таким образом. В очень сложных темах он сначала объясняет терминологию, после чего все становится ясно и понятно. О трудных для понимания вещах он говорит очень простым языком. Некоторые ученые при объяснении трудных для понимания тем еще более их усложняют, но другие ученые, имея такие же знания, объясняют предмет на очень простом языке и очень понятно. Это тоже умение. Из двух ученых, профессоров, имеющих одинаковые знания, один так объясняет вещи, что ничего не понятно, и кажется, что он сам все перепутал, а другой ученый, у которого эго меньше, объясняет все проще. Первый

ученый показывает, как много он знает, но потом сам запутывается в своих словах. В буддийской философии такое также возможно. Если вы стараетесь показать, как много знаете, то потом сами во всем запутаетесь. Его Святейшество Далай-лама очень простыми словами объясняет предмет все глубже и глубже и таким образом может объяснить очень глубинные учения. Это особый способ передачи учения Его Святейшеством Далай-ламой. Тот, кто имел прямое видение, переживание того, о чем он дает учение, может объяснить предмет со всех сторон очень легко. У Его Святейшества Далай-ламы есть прямое переживание всех этих вещей, поэтому он объяснить их может очень просто и доступно. Если человек объясняет предмет лишь на основе текстов, то это совершенно другое: этот текст основан на другом тексте, а тот текст основан еще на одном тексте, в результате человек, изучающий тексты, сам все может перепутать: «В этом тексте так сказано, а в том так сказано, я ничего не понял». Поэтому переживание, опыт является очень важным.

Итак, четвертое звено в цепи взаимозависимого возникновения называется *имя и форма*. Что означает имя? Имя относится к вашим четырем скандхам, за исключением тела. Почему вашим четырем совокупностям: ощущению, различению, формирующим факторам и сознанию присваивается такое название как «имя»? Потому что это основа для наименования себя как «я». Далее – форма. Хотя наше тело также является основой для наименования, его рассматривают отдельно, потому что оно – нечто плотное, мы можем его видеть, оно существует отдельно. Поэтому говорится «имя и форма». Из сознания с кармическими отпечатками возникает следующая жизнь, сознание и тело следующей жизни, то есть «имя и форма». Ваши пять совокупностей возникают как результат кармических отпечатков, оставленных в уме.

Из этих имени и формы возникают шесть опор чувственного восприятия. Когда речь идет о форме, здесь говорится не о вашем грубом теле. Когда соединяются клетки вашего отца и вашей матери, и это соединение становится пригодным для того, чтобы в нем возникло сознание, то это называется формой. Далее эта форма потихоньку развивается. Когда она развивается, то в первую очередь появляются шесть опор органов чувств. *Поэтому пятое звено цепи взаимозависимого возникновения – это шесть опор чувственного восприятия, шесть органов чувств*. Шесть органов чувств – это зрение, слух, обоняние, вкус, осязание и ментальное сознание. Потихоньку возникает это звено взаимозависимого возникновения, и из-за него возникает следующее *шестое звено цепи взаимозависимого возникновения, которое называется соприкосновение*.

Соприкосновение – это тот момент, когда ваши органы чувств обретают определенные переживания, например, глаза, орган зрения, видят какой-то объект, вы своими ушами слышите какой-то звук и т. д. Вот это соприкосновение. После этого возникает ощущение.

*Из-за соприкосновения возникает следующее седьмое звено – это ощущение*. У вас возникают приятные, неприятные или нейтральные ощущения, и все они возникают из-за соприкосновения ваших органов чувств. Итак, время окончилось. До свидания!