

Итак, сейчас мы все вместе читаем «Послание, напоминающее о ежедневной практике».

Теперь, что касается бодхичитты. Глава «Непосредственно наставление о том, как развить бодхичитту» объясняется в двух подзаголовках. Первый подзаголовок – метод семи пунктов причины и следствия, который пришел по линии преемственности от Атиши. Второй подзаголовок – метод замены себя на других, который пришел по линии передачи от Шантидевы.

Метод семи пунктов причины и следствия, который пришел по линии преемственности от Атиши, объясняется в двух подзаголовках: сжатое объяснение и подробное объяснение. Подробное объяснение излагается в двух частях: первая – порождение убежденности в последовательности; вторая – как тренироваться в этой последовательности.

О порождении убежденности в последовательности я уже вам рассказал. Сейчас мы переходим к теме о том, как тренироваться в этой последовательности. Это объясняется в трех подзаголовках: первый – тренировка ума, заботящегося о других; второй – тренировка ума, желающего достичь состояния будды; третий – результат тренировки, что является непосредственно развитием бодхичитты.

Теперь, первый подзаголовок – тренировка ума, заботящегося о других. Это объясняется в двух частях: первая – установление основы тренировки; вторая – непосредственно развитие ума, заботящегося о других.

Установление основы тренировки ума, заботящегося о других, объясняется в двух подзаголовках: первый – развитие равностности ко всем живым существам в качестве основы; второй – развитие ума, который видит всех живых существ в качестве основы.

Теперь, первое – установление основы для ума, заботящегося о других. Это объясняется в двух подзаголовках: первый – подготовительные практики; второй – непосредственно развитие равностного ума.

Что касается подготовительных практик, то здесь говорится, что начальный и средний уровни пути – это очень хорошая подготовка для развития ума, заботящегося о других. Памятование о непостоянстве и смерти, уменьшение привязанности к этой жизни – это очень хорошая основа для развития ума, заботящегося о других. Промежуточный уровень практики – это обдумывание страдательной природы сансары, а также эволюции существования в сансаре через двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения. Это лучший фундамент для установления основы ума, заботящегося о других. Если вы не видите свою собственную природу сансары как страдательную, то не сможете пожелать другим живым существам освободиться от нее. Если вы не видите, каким образом вы сами вращаетесь в сансаре по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения без какого-либо выбора, то вы не сможете пожелать другим живым существам освободиться от вращения в сансаре по такой же схеме, происходящей без выбора. Так вы не сможете породить настоящий ум, заботящийся о других, вы сможете породить только ум, желающий другим живым существам обрести вкусную еду, одежду. Но это не является драгоценным умом, заботящимся о других. Это детский способ заботы о других. Эти практики необходимо выполнять заранее, перед тем, как тренироваться в уме, заботящемся о других.

Вам нужно понимать, что фундамент очень важен для более высоких практик. Вы не можете заниматься ими, не заложив основы. Иначе, сколько бы вы ими ни занимались, это будет бесполезно. Если вы занимаетесь практикой тантры без бодхичитты, без порождения ума, заботящегося о других, без понимания того, как мы бесконтрольно вращаемся в сансаре, без

такого чувства: «Как мне было бы хорошо полностью избавить свой ум от болезни омрачений! Это смысл моей жизни», если у вас нет такой основы, то ваша практика – это просто звуки «ХУМ» и «ПХЭ». Даже если вы породили подлинную мотивацию: «Пусть мой ум освободится от омрачений», – то этого тоже недостаточно для практики тантры. Вам необходимо породить бодхичитту, очень сильное сострадание, очень большую заботу о живых существах. Вам нужно думать: «Что касается меня, то если у меня на достижение состояния будды уйдет три неисчислимых зона, то это не страшно. Но ради блага других пусть я смогу достичь состояния будды как можно скорее».

В дополнение к этому вам необходима еще одна основа. Даже если у вас нет концептуального познания пустоты, то у вас, как минимум, должно быть очень ясное теоретическое понимание теории пустоты. Вам необходимо такое понимание: «Это одна крайность, это другая, а здесь находится срединный путь». Если вы правильно понимаете две крайности, тогда, как только вы немного отклоняетесь к одной из них, то сразу же замечаете это. Когда вы медитируете, вы замечаете, что отклонились к какой-то крайности. Потом вы можете отклониться к другой крайности, но также это заметите. Так постепенно вы сможете обнаружить: «Вот здесь находится срединный путь». Совет состоит в том, что все практики начального уровня являются такими же важными, как и более высокие практики. Не думайте, что более высокие практики важнее, они все одинаково важны. Но с другой стороны, фундаментальные, основополагающие практики важнее, чем более высокие. Так тоже можно сказать. Если спросите у строителя, что важнее, крыша здания или фундамент, то он скажет – фундамент. Если произошла ошибка с крышей, это ничего, другую крышу можно сделать. Но если ошибка в фундаменте, то придется разрушить все. Это здравомыслие. Поэтому в Гухьясамаджа-тантре говорится: «Для начинающего Гухьясамаджа не является глубинной практикой. Практика прибежища является более глубинной».

Второй подзаголовок: развитие равностного ума в качестве основы для ума, заботящегося о других. Здесь Лама Цонкапа говорит, что есть два вида равностности. Первая равностность: «Пусть все живые существа избавятся от омрачений, пусть все они пребывают в равностности». Вторая: «Пусть я никогда не буду делить живых существ. Пусть у меня будет равностный ум по отношению ко всем живым существам». Из этих двух видов равностности второй вид вам нужно породить в качестве основы для развития ума, заботящегося о других.

Третье положение. Здесь речь идет о пяти пунктах порождения равностности. Первая причина, по которой нам необходимо развивать равностность... Но я немного перепрыгнул. Как вы, я тоже перепрыгиваю. У всех нас есть привычка – прыгать, когда мы думаем: «Не хватает времени, вдруг я опоздаю». Поэтому вы всегда хотите прыгнуть подальше и думаете: «Если я прыгну, то быстрее будет», – но это ошибка. Надо двигаться спокойно, как в русской поговорке: «Тише едешь – дальше будешь». Это, правда, золотой совет. Народная мудрость везде полезна. Если вы будете прыгать, то не попадете туда, куда надо, вы окажетесь чуть-чуть дальше, но результата не будет. Все надо делать спокойно и каждый день. Практикой Дхармы надо заниматься систематично, а не так, что вы сразу пытаетесь принести откуда-то большой контейнер воды, затем пытаетесь второй раз, а потом уже не хотите. Такая система неправильная. Зачем тащить сразу большой контейнер воды? Лучше провести канал. Надо думать, как евреи: «Не нужно тащить большой контейнер воды, сначала нужно провести канал, а потом наладить систему подачи воды». Тогда, даже когда вы будете спать, вода будет идти. Вот такая система нужна, это мудро. Почему евреи умные? Они много страдали. Поэтому они говорят, что сила, с которой вы бежите, – это не главное. Главное – план. Сначала нужен правильный план, тогда результат сам по себе придет. Точно также и в отношении буддийской практики. Нужна система, нужно поступать

умело. В этом случае, не смотря на то, что вам кажется, что вы мало практикуете, но посмотрите – результат уже очень большой. Это потому, что вы правильно построили канал. Это мой вам совет. Я ленивый, поэтому мне необходимо выполнять практику эффективно, так, чтобы даже во время сна я накапливал заслуги. Тогда быть ленивым – это не кошмар. Вы мои ученики, поэтому вам необходимо тоже выполнять практику систематично, чтобы не было кошмара. Иначе вы можете подумать: «Мой Учитель Геше Ла спит, поэтому мне тоже нужно спать. Он расслабляется, мне тоже надо расслабиться». Но это совсем другое. Билл Гейтс создал систему, которая работала на него, а сам кушал в Макдональдсе. Но некоторые люди думали: «О, Билл Гейтс сидит в Макдональдсе, он так деньги зарабатывает – я тоже пойду в Макдональдс кушать». Это неправильно. Билл Гейтс сначала создал систему, а потом пошел в Макдональдс, в это время он заработал миллион долларов. Так во всем важна система.

Второй подзаголовок – непосредственно развитие равностного ума объясняется в пяти пунктах. Первый пункт – это причина, по которой следует развивать равностность ума. Если вы не породили равностный ум, но при этом стараетесь породить любовь и сострадание, то вы не сможете породить сильные любовь и сострадание ко всем живым существам, а только к определенной категории живых существ. Это не великая любовь и не великое сострадание. Это предвзятая любовь и предвзятое сострадание. Даже те люди, которые не являются практиками Махаяны, имеют такие предвзятые любовь и сострадание. Даже очень дурной человек любит свою семью. В этом нет ничего особенного.

Второй пункт – это распознавание или определение равностного ума. Здесь Лама Цонкапа говорит, что существует два вида равностного ума. Первый вид – это желание: «Пусть все живые существа избавятся от привязанности и гнева и пребывают в равностном уме». Второй вид: «Пусть я никогда не делю людей на друзей и врагов и сохраняю равностность ума по отношению ко всем живым существам». Второй вид равностности – это то, что нам нужно здесь развить.

Третий пункт – это то, каким образом развить равностный ум в правильной последовательности. Здесь Лама Цонкапа говорит, что в первую очередь необходимо породить равностность к постороннему человеку. Вы визуализируете постороннего человека, который не делал вам в этой жизни ничего хорошего и ничего плохого. Далее вы развиваете равностность ума по отношению к своим друзьям, родственникам. Здесь вам необходимо устранить привязанность к ним. Зачем к ним привязываться? Вы думаете: «Зачем я принимаю их как слишком близких, все одинаковы – разницы нет. Зачем слишком привязываться к моим друзьям?» Это тоже было бы препятствием к развитию равностного ума. Вы думаете о том, что они много раз в предыдущих жизнях были вашими врагами, вредили вам: критиковали, даже убивали. Поэтому слишком привязываться к ним не надо. Потом они, возможно, тоже будут вашими врагами. Друзья станут врагами, враги – друзьями. Здесь надежности нет. В прошлом году это были друзья, а в этом году – уже враги. В этом году враги, а в следующем – друзья. Поэтому не надо слишком приближаться или слишком удаляться, лучше держаться нейтрально. Здесь по отношению к друзьям вы уменьшаете привязанность, но не развиваете к ним ненависти: «В прошлой жизни он был моим врагом, поэтому я его ненавижу». Не так. В прошлой жизни под влиянием омрачений он вам вредил, поэтому сейчас не надо слишком привязываться к нему. Но он и помогал также много. Поэтому слишком привязываться не надо и гневаться не надо. Это похоже на то, что вы помните о том вреде, который причинили вам в прошлой жизни. Здесь смысл в том, чтобы не привязываться, а не в том, чтобы удерживать злопамятность. Здесь говорится о том, что не нужно хранить привязанность.

Далее, третий шаг – это отношение к вашим врагам. Здесь вы думаете: «Почему я слишком сильно дистанцировался от них? Когда я вижу их лица, у меня портится настроение. Почему так происходит?» Это не потому, что их лица такие уж плохие, а потому что ваш взгляд неправильный. Если при взгляде на любого человека ваше настроение портится, то голова у вас работает ненормально. Обо всех живых существах, даже с самым тяжелым характером, вам надо думать: «Жалко их». У вас не должно портиться настроение. В восьми строках по тренировке ума говорится, что даже если вы видите живое существо с очень дурным характером, вы должны смотреть на него, как на драгоценность, исполняющую желания. Даже если он ругается, враждебно смотрит на вас, вам нужно смотреть на него, как на драгоценность, исполняющую желания, которая помогает вам достичь состояния будды очень быстро. Поэтому вы должны сказать ему: «Большое спасибо».

Вначале вы не сможете сразу же выработать такое видение, но здесь вы, как минимум, должны убедиться, что ваше настроение не портится, когда вы видите их лица. Если ваше настроение портится при виде других людей, это значит, что вы очень слабый практик. Помните, что они очень много раз были вашей матерью, были крайне добрыми к вам. Это общее объяснение, более подробное я дам вам позже. Здесь Лама Цонкапа говорит, что таким образом нужно постараться породить равнозначность ко всем живым существам.

Итак, сначала вы визуализируете постороннего человека, к которому у вас нейтральное отношение, вы порождаете равнозначность по отношению к нему. Потом вы визуализируете человека, который вам очень близок и дорог, и вы думаете: «Зачем привязываться к нему?» Далее, вы визуализируете перед собой самого худшего врага, который все время критикует вас, расстраивает, и порождает равнозначность по отношению к нему. Затем вы визуализируете всех живых существ и думаете: «Я никогда не буду делить живых существ на такие категории, как друзья, враги и посторонние. Я буду равнозначно относиться к ним ко всем».

Четвертый шаг – медитируя на равнозначность, каким образом избавиться от привязанности и гнева по отношению к живым существам? Это объясняется в двух подзаголовках. Это не похоже на то учение Ламрим, которое вы до этого слушали. Совсем другое. Здесь каждый аспект очень важен. Если вы получаете такое систематическое учение, то становитесь настоящим практиком Ламрима. В противном случае вы просто говорите: «Равнозначность, ко всем нужно относиться равнозначно». Но это равнозначность на словах. Внутри у вас нет никакой равнозначности, но на словах вы говорите, что ко всем относитесь равнозначно. Это лицемерие. Что касается бодхичитты, то вы говорите: «Пусть все живые существа будут счастливы, я приведу их к безупречному счастью». Но в повседневной жизни, когда вы видите, что они немного счастливы, у вас возникает зависть. Это значит, что у вас нет правильного понимания Ламрима, у вас даже нет запаха Ламрима. Ваш язык просто болтает, но внутри у вас ничего нет.

Поэтому подробное, систематическое учение очень важно, в особенности все эти положения – запомните их наизусть. Тогда у вас в уме будет подлинное, чистое учение. В противном случае вы все смешаете в уме. Иногда, когда я слушаю диспуты, то вижу, что люди в уме очень много всего смешивают, что-то домысливают у себя в голове – это еще хуже, они становятся «ни рыбой, ни мясом». Если вы смешаете в одном блюде сок, мед, суп, сметану – это будет очень сильно пахнуть, но полезного в этом ничего не будет. Так люди смешивают тантру, дзогчен, махамудру, шесть йог Наропы, но потом ничего не понимают.

Поэтому, о чем бы вы ни говорили, все должно быть очень систематично. Если вы говорите о махамудре, то также говорите, что есть четыре йогии: первая – йога однонаправленного, вторая – йога свободы от умопостроений, третья – йога одного вкуса, четвертая – это йога не

медитации. Здесь все эти йоги нужно рассматривать отдельно. Первая йога – здесь развивается шаматха. Вторая йога свободы от умопостроений – здесь объясняется то, каким образом обрести наитончайший ум и концептуально познать пустоту. Здесь вы находитесь на пути подготовки. Третья – это йога одного вкуса. Здесь вы достигаете пути видения, это означает, что ваш наитончайший ум напрямую постигает пустоту. Четвертая йога – это йога не медитации. Здесь после прямого постижения пустоты, когда вы пребываете в ясном свете, для вас уже нет разницы между медитацией и не медитацией. В это время выполнение простираций, начитывание мантр являются уже препятствием к практике Дхармы. Вы просто расслабляетесь и пребываете в спонтанной ясной природе ума. Но не сейчас. Если вы все это смешаете вместе, то ни к чему не придете. В настоящий момент даже йога однонаправленного для вас очень трудна – у вас нет для нее основы. Все это учение я получил от Пананга Ринпоче и Его Святейшества Далай-ламы. Я передаю это учение вам, и это безошибочные наставления.

Итак, четвертый шаг, каким образом избавиться от привязанности и гнева по отношению к живым существам, объясняется в двух подзаголовках. Первый – с точки зрения живых существ: порождение равностного ума, который свободен от гнева и привязанности. Это когда вы думаете, что у всех живых существ, неважно о ком идет речь, о людях или животных, одинаковые чувства, все они хотят счастья и не хотят даже малейшего страдания. Почему же мы некоторых живых существ расцениваем как очень близких, желаем им счастья, а другим существам мы желаем страдания? Вы должны думать: «Это неправильно, мне нужно иметь равное чувство, желать всем живым существам избавиться от страданий. Мне нужно избавить свой ум от привязанности к одной категории живых существ и отвращения к другой категории. По этой причине мне нужно развить равностность. Причина в том, что все они испытывают одинаковые чувства, все они хотят счастья и не хотят страдать». Если у вас есть богатый материал по четырем благородным истинам, то вы размышляете о том, что с безначальных времен и по сей день все живые существа вращаются по схеме: из трех возникает два, из двух – семь, из семи – три, и так непрерывно они вращаются в сансаре без какого-либо выбора. Основную часть времени они страдают в аду. Поэтому вам нужно понимать, что не только для вас, но и для всех живых существ постоянный адрес – это низшие миры: мир ада, голодных духов и мир животных. Высшие миры, человеческий мир – это как каникулы, как отдых. Это временный адрес. Такова не только ваша ситуация, но и всех живых существ. Тогда из ваших глаз потекут слезы, и вы скажете: «Я не должен делить живых существ».

Второе очень важное положение. «С моей точки зрения нет ни одного живого существа, которое не было бы моей матерью. Каждое из них более ста тысяч раз являлось моей матерью, все они были одинаково невероятно добры ко мне. Зачем мне делить их?» Здесь вам нужно понимать, что есть два образа видения живых существ своими матерями. Первый из них: вы видите всех живых существ как своих матерей с целью развития равностного ума. Второй – вы видите всех живых существ как своих матерей, чтобы помнить об их доброте, для порождения драгоценного желания отблагодарить их за доброту.

Затем по отношению к категории живых существ, к которым вы привязаны, вы думаете: «Этот объект моей привязанности во множестве предыдущих жизней был моим врагом. Много раз он убивал меня. В будущем ситуация тоже неопределенная, все может измениться. Поэтому, зачем мне сильно удерживать их, привязываться к ним? Мне нужно породить к ним чистую любовь, но без привязанности». В этом отношении Лама Цонкапа говорит, что вам не нужно избавляться от таких концепций, как «друг» и «враг». Они существуют номинально, вы не можете их устранить. Друзья и враги существуют, вы не можете сделать их несуществующими, это было бы нигилизмом. «Друзья» и «враги» – это

феномены, феномены существуют. Если что-то существует, то вы не можете их просто устранить. Если то, что существует, вы называете несуществующим, это нигилизм.

Если они существуют, тогда какая цель равенности? Здесь говорится, что из-за такого названия, как «друзья» и «враги», по отношению к одной категории вы порождаете сильную привязанность, а по отношению к другой – сильное отвращение. А просто названия «друзья» и «враги» вам ничем не вредят. Враги особенно полезны для развития терпения. Может быть, со своей стороны вы не считаете их врагами, но они считают вас врагом, поэтому это тоже входит в понятие «враг». Благодаря этому вы думаете с другой стороны: «Это очень полезный враг, спасибо ему большое, это объект терпения». Ваш друг не может быть объектом терпения, а ваш враг может. И благодаря этому вы очень цените, что у вас есть враг, который тренирует вас: «Спасибо ему большое». Из-за такого названия, как «враг», у вас не возникает отвращения, вы наоборот лелеете его. Итак, здесь Лама Цонкапа говорит, что вы не устраняете такие представления, как друг и враг, но вы устраняете привязанность и отвращение к живым существам, то, что у вас возникает во имя друга и врага. И это цель порождения равенности.

Итак, мы закончили рассматривать первую главу – равностный взгляд на всех живых существ в качестве фундамента для ума, заботящегося о других.

Вторая глава – это видение всех живых существ как очень дорогих в качестве основы ума, заботящегося о других. Видеть всех живых существ как очень дорогих – это очень хорошая основа для ума, заботящегося о других. Благодаря этому вы развиваете любовь и сострадание. Любовь и сострадание – это ум, заботящийся о других. Сверхнамерение – это тоже ум, заботящийся о других.

Различают три вида ума, заботящегося о других. Первый вид – это желание всем живым существам счастья, это ум, заботящийся о других. Второй вид – это желание всем живым существам избавиться от страданий. Это тоже ум, заботящийся о других. Третий вид – вы не просто желаете живым существам счастья и избавления от страданий, а говорите: «Я принимаю на себя ответственность за то, чтобы избавить живых существ от страданий и привести их к безупречному счастью». Это высший уровень ума, заботящегося о других.

Итак, что касается семи пунктов причины и следствия, то первые три пункта – это осознание всех живых существ своими матерями, памятование об их доброте и желание отблагодарить их за доброту. Это три причины ума, заботящегося о других, три его основы.

Далее, с такой основой, как первые три пункта, возникают три вида ума, заботящегося о других: любовь, сострадание и сверхнамерение. Из этих трех первые два – это основа, на которой возникает третий вид – сверхнамерение, это ум, заботящийся о других.

Далее, седьмой пункт – это тренировка в желании достичь состояния будды, это бодхичитта. Это не очень трудно, когда у вас есть вся эта основа. После этого вы проводите небольшой анализ и порождаете такое желание: «Чтобы по-настоящему практически приносить пользу всем живым существам, мне необходимо достичь состояния будды». По-настоящему высшее желание достичь состояния будды ради блага всех живых существ называется бодхичиттой.

Развитие драгоценного ума в качестве основы, видящего всех живых существ очень близкими по отношению к вам, объясняется в трех подзаголовках. Первый – осознание того, что все живые существа были вашими матерями. Второй – памятование об их доброте. Третий – желание отблагодарить их за доброту.

Итак, первый подзаголовок – осознание того, что все живые существа были вашими матерями. Он объясняется в двух частях. Первая часть: в прошлом все живые существа были вашими матерями. Вторая часть: в будущем они также будут вашими матерями.

Первая часть. Каким образом мы концептуально, логически можем увидеть, что все живые существа были нашими матерями? Здесь с помощью коренных текстов вам необходимо убедить себя в этом. Для этого очень важна логика, которую представляет Дхармакирти в «Праманаварттике». Дхармакирти или Дигнага, я сейчас не помню, я тоже забываю. Учился, а потом забыл, как вы – одинаково: когда не видите книгу, забываете. Но поскольку я делал упор на смысл, то его я не забыл. Некоторые такие поверхностные вещи, как названия, заголовки, подзаголовки я могу забыть. Вам тоже необходимо делать упор на смысл. Если вы поняли смысл, то никогда его не забудете. Что касается имен, названий, то по мере того как вы будете становиться все старше, вы будете их забывать. Сейчас мне пятьдесят лет и теперь я старею, я вхожу в такую категорию, как старые люди. Если мы не будем так поступать, то наш ум нас обманет. Когда мне было двадцать лет, я думал, что сорок лет – это старость, но в сорок лет я считал, что еще молодой. Когда мне было двадцать лет, я думал: «Зачем этот дядя в сорок лет играет в волейбол?» А когда мне исполнилось сорок лет, я думал о том, что я еще молодой. Теперь мне исполнилось пятьдесят лет, но я не думаю, что я старый, я думаю, что еще молодой. Это концепция постоянства, она внутри потихоньку нас обманывает. Мы произносим красивые слова, но если, например, мне скажут: «Геше Ла, через сорок лет я подарю вам миллион долларов», – то у меня глаза станут большими, и я скажу: «О, правда? Я очень рад». Хотя я не уверен, что буду жив через сорок лет.

Итак, здесь доказательство существования предыдущей и будущей жизни является очень важным. В «Праманаварттике» приводится два вида логических умозаключений, доказательств существования предыдущих жизней. Первый вид – доказательство в прямой последовательности. Второй вид – доказательство в обратной последовательности. Сейчас у меня нет времени это объяснять. Здесь вам необходимо использовать другие тексты и на сто процентов доказать себе, что существуют предыдущие и будущие жизни. Что касается логики, то ученые также используют подобную логику. Они говорят, что невозможно создать ни одной новой материальной частицы, и что все они возникают из предыдущих состояний этих частиц. Они провели анализ и нашли факты, что невозможно, чтобы возникла какая-то новая частица. Частицы возникают, благодаря своим предыдущим причинам. Наука знает, что эта мировая система не первая, до этого была другая мировая система. А та – тоже не первая, до нее была другая. Ученые открыли, что у мировой системы нет начала. Материя бесконечна, начала у нее нет. Ученые анализировали существование материи, но они не думали о существовании «Я». Когда же они анализируют существование «Я», то говорят о «Я» только в этой жизни, они говорят: «Когда я умру, мое существование закончится». Это потому, что они не проводили анализа «Я», но нематериальные объекты существуют так же, как и материальные. Примените эту логику по отношению к себе: «Так же как невозможна новая мировая система, так же невозможно создать и новый ум, он тоже возникает из своей прошлой жизни, это тот же самый ум». Поэтому начала нет – логика здесь одинаковая. Ученые должны посмотреть внутрь себя, тогда они откроют: если у мировой системы нет начала, то, как может быть начало у моего «Я»? Здесь одинаковая логика. Поэтому на сто процентов у моей жизни нет начала и нет конца. Точно также ученые говорят, что невозможно уничтожить, сделать несуществующей материальную частицу. Например, если я разобью эту чашку, и вы не сможете видеть ее частицы, то, если вы не обладаете научными знаниями, вы скажете: «Все, эти частицы перестали существовать, потому что я их не вижу». Но это нелогично. Наука говорит, что каждая частица этой чашки продолжает существовать, их глазами не увидеть, но они

существуют. Наука доказала, что невозможно сделать их несуществующими, даже если их не видно глазами.

Точно также Дхармакирти и Дигнага использовали эту логику. И то, что сейчас в науке называют законом сохранения массы и энергии, в буддизме было известно две тысячи пятьсот лет назад. Давно известно. Поэтому буддизм открыл, что у мировой системы нет начала и конца. У вас тоже нет ни начала, ни конца. Это давно открыли. Наука открыла одно: у мировой системы нет начала и конца. О собственной жизни ученые даже не думают, не думают также и об уме, всегда ищут что-то вне ума. Здесь присутствует много ученых, я хочу, чтобы вы иногда открывали что-то и о себе.

Итак, невозможно полностью пресечь поток материи, каждая материальная частица продолжает существовать. Невозможно их полностью уничтожить. Так же и ваш ум, ваше тонкое энергетическое тело – невозможно уничтожить их поток. Они существуют с безначальных времен, и будут существовать все время. Эти наитончайшее тело и наитончайший ум неразделимы, и все время сопутствуют друг другу. Это главная объектная основа для «Я». Поэтому нет такого атмана, который бы перемещался из одной жизни в другую, такого постоянного, плотного «Я». «Я» существует номинально как название для этих наитончайших тела и ума. Они никогда не отделяются друг от друга. Поэтому номинальное «Я» всегда существует. Поскольку оно номинально, то в нем отсутствует независимое существование, самобытие. Это взаимозависимое «Я», хотя оно и существует, но подобно иллюзии. Такое «Я» всегда будет продолжать существовать подобно материи. Это очень ясно, это факт. Вы можете использовать буддийскую логику и научные знания, чтобы прийти к убежденности, что у этого «Я» существовали предыдущие жизни, и будут существовать будущие. Предыдущих жизней также бесчисленное множество, потому что нет первого мгновения, они безначальны. Когда у вас в уме появляется такая убежденность, тогда вы говорите: «Когда я рождаюсь, то должен родиться как чей-то ребенок». А поскольку предыдущие жизни уходят в безначальность, то вы не можете сказать ни про одно живое существо, что оно не было вашей матерью.

Здесь есть одна логическая трудность: в буддизме говорится, что живых существ бесчисленное множество, и если так, то как они все могли быть вашими матерями? Хотя живых существ бесчисленное множество и предыдущих жизней бесчисленное множество, но есть большая разница между этими множествами.

В буддизме есть такие представления: если говорить о бесконечности, то можно говорить о большей бесконечности и меньшей. Например, животных бесчисленное множество, вы не можете сосчитать их всех. Даже всех насекомых или бактерий в своем теле вы не сможете пересчитать, их бесчисленно много. Бесчисленные живые существа – это большая категория, чем бесчисленные насекомые или животные. Поэтому, каким бы бесчисленным ни было множество живых существ, оно все входит в бесчисленное множество предыдущих жизней, потому что им нет начала.

Другое обоснование здесь следующее. Если вы сомневаетесь в том, что все бесчисленные живые существа могли быть вашей матерью, скажите себе: «А можешь ты мне показать хотя бы одно живое существо, о котором ты можешь точно сказать, что оно не было твоей матерью? Невозможно, чтобы это живое существо не было моей матерью, потому что у прошлых жизней нет начала». Здесь вы приходите к убеждению: «Да-да все живые существа были моими матерями. Нет такого живого существа, которое бы не было моей матерью. Когда они были моими матерями, они были очень добры ко мне».



Так постепенно вашему уму становится более комфортно видеть всех живых существ как своих матерей, и постепенно вы говорите: «Да, я не могу с этим поспорить». Как только вы убедитесь, что все они были вашими матерями, то естественным образом заложите очень хороший фундамент для ума, заботящегося о других, поскольку видите их как очень близких вам.

Итак, вам необходимо обрести убежденность, что нет ни одного живого существа, которое бы не было вашей матерью. Здесь есть особая тренировка в распознавании того, что все живые существа были вашими матерями. Сначала вам необходимо обрести логическую убежденность, что все живые существа были вашими матерями. Как только вы обретете в этом убежденность с помощью аналитической медитации, после этого уже не делайте аналитическую медитацию. После этого вы однонаправлено думаете, что все живые существа были вашими матерями, и нет ни одного живого существа, которое бы не было вашей матерью.

Мастера Кадапмы передавали следующую технику в учении по тренировке ума. Для нее вы используете большие пальцы рук, указательные и средние. Средними пальцами вы зажимаете свой нос, указательными – глаза, большими – уши. После обретения убежденности вы порождаете эмоцию, здесь очень важно ее породить. Для этого вы начинаете произносить такую фразу: «Все матери живые существа». Или просто: «Матери, матери, матери...», но лучше: «Все матери живые существа».

Итак, вы обретае уверенность в том, что все живые существа были вашими матерями, и так несколько минут, зажав нос, глаза и уши, произносите: «Все матери живые существа», и стараетесь эмоционально уйти в это осознание. Здесь вы стараетесь оказать влияние на тонкое состояние ума, поскольку не порождаете множества грубых концептуальных мыслей. Вы просто однонаправлено произносите: «Матери живые существа», не проводите никакого анализа, и так обретае уверенность в том, что все живые существа были вашими матерями. С этой уверенностью вы продолжаете произносить: «Все матери живые существа» и стараетесь углубиться в это. Так вы окажете влияние на свой тонкий ум. Если вам удастся повлиять на свой тонкий ум, тогда эффект от этого, уверенность в том, что все живые существа были вашими матерями, будет сохраняться в течение всего дня.

В настоящее время психологи говорят то же самое: ум ребенка не порождает большого количества концептуальных мыслей, он немного более тонкий, чем у взрослых, поэтому, если оказать на него сильное влияние, например, сильно напугать, то эффект от этого будет сохраняться очень долго.

В буддизме говорится, что если вы оказываете влияние на тонкое состояние ума, то оно остается более прочным. Что касается грубого состояния ума, то там все влияние подобно надписям на воде: вы что-то делаете, а оно исчезает. В тантрах говорится, что если вы грубым умом познаете пустоту, то эффект от этого небольшой. А если вы познаете пустоту наитончайшим умом и обретае прямое постижение пустоты, то в следующий же миг ум полностью освобождается от омрачений. Поэтому в махамудре и дзогчене говорится об освобождении видением. Здесь не говорится о том, вы смотрите в ясный свет, ищите его, видите его и так освобождаетесь от сансары. Не так. Когда ваш наитончайший ум, ясный свет, напрямую познает пустоту, тогда в следующий миг вы полностью избавляетесь от омрачений. Это называется освобождение видением. Причина, по которой тантра является быстрым путем, состоит в том, что там говорится о том, как использовать наитончайший ум и как оказать на него влияние.