

Итак, как обычно вначале породите правильную мотивацию, и каждый раз, когда вы получаете учение, старайтесь становиться все более хорошими людьми, это очень важно. Становиться более хорошим человеком означает иметь меньше негативных эмоций, порождать больше позитивных состояний ума, это означает становиться лучше. Уменьшение негативных состояний ума и возвращение позитивных состояний ума делают ваш ум здоровым. Если ваш ум здоров, то в этом случае у вас есть все. В нашей жизни самое важное – это здоровый ум. Мы, люди, просыпаемся рано утром, идем куда-то в одно место, потом в другое, почему-то всего много делаем, но самое главное, мы хотим стать счастливыми. И здесь мы думаем, что станем счастливыми, если обретем что-то, найдем во внешнем мире, и это неправильный образ мышления. С безначальных времен и по сей день, мы бегаем где-то во внешнем мире, стараемся там что-то найти, чтобы стать счастливыми, но эта наша теория ошибочна. Во внешнем мире, если вы что-то найдете, обретете, это хорошо, но если нет, то это для вас не трагедия, не кошмар. А кошмар – это когда ваш ум становится все более и более негативным в силу того, что вы ищите что-то во внешнем мире. Вы этого не получаете, и у вас возникает зависть, и если кто-то другой обретает желаемое вами, у вас тоже возникает зависть. Затем порождается гнев и множество других негативных эмоций, и это настоящая трагедия. Также из-за такого негативного состояния ума внешние объекты не будут приходить к вам, вы их не сможете достичь. Чем более здоровым будет становиться ваш ум, тем легче ваши желания будут осуществляться, это будет происходить само собой.

Поэтому вам нужно понимать, что слишком сильная привязанность к внешним объектам – это препятствие к достижению, обретению. Профессионалы понимают этот момент и говорят, что если вы хотите что-то обрести, чего-то достичь, то не привязывайтесь слишком сильно к этому. Это станет препятствием. Они знают об этом на основе анализа, знают, что это настоящее препятствие. В конце концов, все сводится к тому, чтобы сделать свой ум более здоровым, в этом случае ваши желания осуществляются сами собой, это лучший способ стать счастливым. Но вам необходимо найти срединный путь. Чтобы сделать свой ум здоровым, вы также зависите от своего тела. Тело в свою очередь также зависит от пищи, зависит от одежды, от материальных объектов. Полностью их игнорировать тоже было бы неправильно. Вам нужно понимать, что самое важное – это здоровый ум, второе – это здоровое тело, и третье – это материальные объекты, они вам тоже необходимы. Они вам тоже нужны, не нужно говорить, что вам этого ничего не надо.

Таким образом, вам нужно понимать их ценность, но при этом не преувеличивать. Иногда вы слишком преувеличиваете ценность материальных объектов, они столько не стоят. Некоторые люди очень сильно ценят материальные вещи, даже рискуют своей жизнью ради них. Это тупой ум. Думать, что материальные ценности очень важны – это неправильно. Некоторые люди слушают других и говорят, что материальные вещи вообще не нужны, главное – медитация, но это тоже неправильно. Вам не нужно что-то игнорировать, все необходимо, и вам очень важно сохранять хорошее равновесие, тогда у вас никогда не будет проблем. В нашем мире многие люди вначале являются слишком духовными и игнорируют материальные вещи. А затем, когда сталкиваются с проблемами, когда в кармане нет денег, когда чтение молитв ничего не меняет в их жизни, они говорят, что духовность им не нужна, а главное – это деньги. Они начинают заниматься деньгами, думая, что это самое главное. Это ошибка.

Мой для вас совет: вам необходимо правильно все оценивать, понимать ценность всех этих объектов, это очень важное знание. Для бизнесмена понимать ценность каждого из объектов очень важно. Вам в вашей жизни также очень важно понимать ценность объектов, потому что вы принимаете решение на основе понимания ценностей. Когда вы понимаете, что самое важное – это здоровый ум, то ради обретения здорового ума вы способны немного пожертвовать какими-то материальными объектами, это не составит проблем. Вы подумаете: «Я могу есть немного меньше, я могу носить простую одежду, это еще лучше. Развивать свой ум внутри – это главное». Если у вас будут такие мысли, то в жизни вам будет легко. Телу не нужно много еды, потому что если много кушать, то тело станет толстым. Также, зачем телу много одежды? Главное, чтобы телу было тепло. Никогда не думайте: «Если я это надену, то люди будут думать, что это очень красиво», – тогда для вас это будет очень опасно. Вы будете думать: «Завтра что мне надеть? Я вчера это надевал, завтра нужно надеть что-то другое», – вы как артисты будете менять костюмы. Одевайтесь не для того, чтобы впечатлять людей, а чтобы согреть свое тело, чтобы сохранять тепло. В прошлые времена многие философы говорили, что нужно жить просто, но при этом придерживаться высокого образа мышления. Самое лучшее – это жить скромно, много не разговаривать, сидеть на земле, ниже земли вы никуда не упадете. Это мой вам совет. Это решит большое количество проблем в вашей жизни.

А теперь, почему омрачения в вашем уме возникают спонтанно, а позитивные состояния ума не появляются спонтанно? На это есть две причины. Первая причина в том, что вы не понимаете правильно учение о том, насколько важным является в вашей жизни позитивное состояние ума. Если говорить о каждом из позитивных состояний ума, то, насколько каждое позитивное состояние является ценным, вы этого не знаете. Вы знаете ценность материальных объектов, вы думаете, что каждый из этих объектов является очень ценным, поэтому вы не можете пожертвовать ни одним из них. Это главная ошибка. Второе – вы не знаете, насколько опасными являются ваши негативные состояния ума. До сих пор вы не обрели убежденности в том, что они опасны, насколько они опасны, они опаснее, чем яд. Когда у вас порождается негативное состояние ума, например, в уме возникает гнев, то вы становитесь самым худшим врагом сами для себя. Когда приходят другие люди, они не могут представлять для вас какую-то большую угрозу. Если другие становятся для вас врагами, это не очень опасно. Но когда вы становитесь врагом сами для себя, это очень опасно. Тогда вы все разрушите изнутри. Поэтому самый опасный враг, – это когда вы превращаетесь во врага сами для себя. Такая опасность происходит из-за негативных состояний ума, а они не берутся откуда-то снаружи. Вам необходима убежденность в этом, это очень важно. И не только это. Кроме этого вам необходимо знать, как развивать позитивные состояния ума и как уменьшать негативные состояния ума. Это один из очень важных факторов. Но одного лишь этого недостаточно. Есть еще одна причина, по которой омрачения возникают спонтанно. Это ваша привычка к негативному образу мышления. Это самое худшее. Здесь я не могу вам помочь, вам нужно самим проявлять силу, нужно пресечь эту привычку.

Например, если человек – пьяница, то на это есть две причины: в первую очередь, он не знает, насколько это опасно, и также он не знает, как это остановить, бросить. И вторая причина, – это из-за привычки. С первым я могу ему помочь, объяснить, насколько это опасно, и помочь ему остановиться. Я также могу помочь подсказать, каким образом ему остановиться. Но вторая причина – это привычка к алкоголю, и здесь сам человек должен

проявлять инициативу, я здесь ничем не могу ему помочь. Что касается алкоголя, то здесь ему нужно породить сильную решимость: «Я брошу эту привычку». И точно также мы все являемся такими алкоголиками по отношению к нашим омрачениям. С безначальных времен и по сей день, мы пьем такую водку омрачений. Из-за того, что мы пьем эту водку омрачений, мы все время не в себе. Так мы превращаемся во врагов сами для себя. У нас очень много различных иллюзий, мы не понимаем реальности. Даже когда становимся духовными людьми, мы движемся в направлении духовных фантазий. Нам сказали что-то красивое, и мы создаем внутри образ, потом с этой фантазией занимаемся медитацией, фантазируем, думаем, что достигнем больших результатов. Никого результата вы так не достигнете, если внутри не уберете эту фантазию. Если у вас внутри остаются зависть и другие омрачения, то достичь духовных реализаций невозможно. Если с этими омрачениями вы будете медитировать, практиковать тантру, то реализаций не достигнете, если внутри не поменяетесь, если не поменяете корень. Поэтому все фантазии: буддийские, христианские, мусульманские – все фантазии одинаковы, они не принесут пользы. Нужно меняться внутри.

Поэтому вам очень важно быть сильными людьми, придерживаться хорошей самодисциплины, это называется нравственностью. Нравственность – это ваша первая практика, вам нужно себя дисциплинировать, сказать себе, что следует поступать так-то, а так-то я поступать не должен. Вам необходимо придерживаться практики нравственности, контролировать себя, говорить, что мне не следует поступать так-то и так-то. И постепенно благодаря такой практике вы станете лучше. Когда у вас есть привычка: как попугай говорить плохо о других, скажите себе, что вы никогда не будете говорить плохо о ком-либо. Нужно себя ругать, а потом потихоньку, если даже другие люди будут говорить что-то плохое, вы не захотите слушать. Раньше из-за плохой привычки вы сами так говорили, и когда другие говорили плохо, вы соглашались с ними. Вот так вы становитесь пьяными от омрачений, так вы создаете негативную карму. Говорить плохо о других людях вам доставляет удовольствие, а когда вы услышите немного неприятных слов в свою сторону, вы чувствуете дискомфорт. Это неправильно.

На уровне речи вам нужно остановить создание негативной кармы речи, на уровне тела прекратить произведение негативных действий, а также на уровне ума нужно прекратить плохо думать о других, – это то, что вам необходимо пресечь. Это то, что называется практикой нравственности, этикой. Когда ваш детский ум уже практически начинает испытывать зависть, скажите ему: «Нет, нет, остановись, ты никогда не должен завидовать». Скажите себе: «Точно так же как ты хочешь счастья, счастья хотят и другие. Однажды они обрели такое счастье, и ты должен еще больше радоваться их счастью». Вот такую привычку нужно создавать, и тогда ваш ум будет здоровым.

Это то, что я вам хотел посоветовать, чтобы вы могли применять это учение в повседневной жизни. Если вы этого не делаете, слушаете длительное время учение, и не применяете его, то постепенно у вас появляется невосприимчивость к учению. Это очень опасно. Когда человек все время принимает большое количество разных лекарств, его тело становится невосприимчивым к лекарствам. Тогда в дальнейшем, какое бы лекарство он ни принял, оно уже не будет эффективным. Дхарма – это как лекарство для ума и если вы получаете большое количество наставлений по Дхарме, и при этом не применяете ее, как полагается, то постепенно у вас развивается невосприимчивость к Дхарме. Говорится, что Дхарма может укротить даже людоеда, помочь ему стать очень добрым человеком. Но очень трудно

помочь тому человеку, у которого возникла невосприимчивость ума к Дхарме. Такая невосприимчивость к Дхарме возникает из-за того, что человек много раз получал учение по Дхарме, но при этом искренне не практиковал, не применял его в жизни. Это очень опасно. Если вы искренне стараетесь практиковать, то чем больше вы получаете учение, тем все больше это полезно для вас. Вам нужно думать: «Я хочу меняться, мне необходимо себя сделать более хорошим человеком, я хотел бы стать лучше, это очень важно. Я хотел бы свой ум сделать более здоровым, это очень важно. С этой целью я получаю учение, и я изо всех сил буду стараться пресечь эту мою негативную привычку, я постараюсь развить позитивный образ мышления». Приучите себя к позитивному образу мышления, это настоящее счастье. Утром я встаю с позитивным образом мышления. Сколько в философии тем, и вся эта философия – о развитии позитивного образа мышления. Если развить такой позитивный образ мышления, как вы будете счастливы! Утром встанете, откроете глаза с позитивным образом мышления, и тогда вы будете очень счастливы. Не думайте: «Я, я, я», думайте обо всех живых существах, они страдают, им не хватает счастья. Посмотрите на животных, как они страдают! Мои человеческие проблемы – это не страшно, а страдания животных – это страшно, они страдают больше, чем я. Они очень страдают. Если иметь такой образ мышления, тогда вы будете кушать только один хлеб, носить одну одежду, и будете очень счастливы. Вы так не думаете, вы говорите: «У меня того нет, этого нет, это нужно купить, это нужно купить», – это неправильный образ мысли. Нужно всегда думать, что все живые существа страдают больше вас. Тогда ваш ум будет думать: «Мои проблемы – это ничто, у других еще больше проблем, никто от них не застрахован». Тогда, если вы из сострадания читаете мантру ОМ МАНИ ПАДМЕ ХУМ, вы думаете: «Пусть никто не страдает», – и вы будете счастливы.

Итак, что бы ни произошло в повседневной жизни, все время думайте о позитивных состояниях ума. Также обдумывайте все те учения, которые я передавал вам большое количество раз, и это было бы для вас очень полезно. Думайте о непостоянстве и смерти, драгоценности человеческой жизни, о четырех благородных истинах, это по-настоящему здоровый образ мышления. Размышляйте о бодхичитте, вы знаете очень много подробных пунктов, положений в теме бодхичитты. Когда вы обдумываете все эти темы, у вас лицо начинает сиять, какая-то особая атмосфера начинает исходить от вашего тела, это реализация.

Если вы думаете о чем-то негативном, то также очень легко достигаете реализации. Когда вы думаете негативно, что он так сказал, она так сказала, ваше лицо при этом сиять не будет, ваше лицо становится черным, глаза становятся красными, из ушей идет дым, а ваше тело наполняется ядом. Посмотрите научные данные, когда человек негативно думает, его тело источает яд, здоровье его становится хуже. Все болезни возникают из-за негативного образа мышления. Ухудшение здоровья – это ваша реализация, ум кипит, вы чувствуете себя несчастным. Потом вы становитесь врагом сам себе. Если вы будете несчастливы, то все окружающие вас люди тоже будут несчастны. Зачем это надо? Поэтому, когда вы почти пришли к негативному состоянию, скажите себе: «Не превращай себя во врага для самого себя». Сделайте себя лучшим другом для себя, то есть придерживайтесь позитивного образа мышления, тогда вы станете лучшим другом для всех живых существ. Когда вы думаете позитивно, первое – вы становитесь самым хорошим, надежным другом себе, далее – вы становитесь надежным другом для других. Когда вы негативны, вы сами себе становитесь ненадежным другом. Став врагом себе, вы становитесь врагом для других. Это яд. Поэтому

в повседневной жизни думайте на эти темы, для аналитической медитации вам нет необходимости сидеть в какой-то особой строгой позе, вы можете обдумывать все эти положения аналитической медитации так же, как вы выполняете негативную аналитическую медитацию, например, на гнев. Вы каждый день занимаетесь негативной медитацией, вам не нужно в особенной позе заниматься ею, вы не говорите: «У меня нет времени для негативной медитации». Даже на работе, что-то печатая, в выполнении негативной медитации у вас нет никаких проблем. Вы думаете, что она про меня так сказала, он про меня так сказал. Вы не говорите, что эта медитация мешает вам работать, вы занимаетесь негативной медитацией очень легко. В любом месте никто и ничто вам не мешает. Даже смотря телевизор, вы занимаетесь негативной медитацией очень легко. Почему бы вам не заняться также позитивной медитацией?

В буддизме медитация означает освоение. Мы занимаемся негативной медитацией, потому что осваиваем ее своим умом. И в результате мы становимся источником страдания для самих себя, и также для других. Что нам необходимо? Нам необходимо заняться позитивной медитацией. Для позитивной медитации вам нет необходимости выполнять ее формально, в строгой позе. Вам необходимо знать все положения Ламрима наизусть, и тогда в повседневной жизни может сложиться впечатление, что вы не медитируете, но вы будете по-настоящему выполнять медитацию. Когда будете встречаться с любой ситуацией, для вас это будет медитация. Даже просмотр фильма тоже будет для вас медитацией. Когда вы видите, что кто-то страдает, вы думаете о том, что в будущем он будет страдать еще больше, и вы испытываете сострадание. Когда вы видите, что кто-то счастлив, вы думаете: как хорошо! Но это не настоящее счастье, вы думаете: «Пусть они обретут настоящее счастье – здоровый ум». Вы желаете им такого счастья.

Это тоже медитация. Любая ситуация превращается в медитацию. Когда видите на улице кого-то со сломанной ногой, развивайте сострадание: «Они много жизней подряд были моими матерями, просто сейчас не узнают меня, они этого учения не знают, когда же будет конец их страданиям? Как жалко! Если я дам им учение, то они ничего не поймут. Поэтому я хочу достичь состояния будды. Сейчас я даже на пятьдесят процентов не могу им помочь. Хотя я испытываю сострадание, я помочь пока не могу. Лучшая помощь для живых существ – это если я разовью весь благой потенциал, достигну состояния будды. Тогда я смогу по-настоящему помочь живым существам. Пусть у меня случится чудо, я буду помогать всем живым существам!»

В буддизме есть чудеса, но пока вы не можете с ними встретиться, потому что у вас есть эго, и вы не хотите помогать живым существам. Когда вы разовьете любовь и сострадание, вы скажете: «Пусть у меня проявятся чудеса, чтобы помогать живым существам, как они страдают!» Если вы каждый раз будете так думать, то будете развивать любовь и сострадание. Когда встретитесь с любой ситуацией, вы будете медитировать. Когда вас будут ругать, вы будете радоваться этому. Вы скажете: «Мой Учитель теоретически учил, как развивать терпение, а сейчас – это настоящая игра». Сейчас если вам кто-то говорит плохо, вы в ответ не думаете ничего плохого, а думаете, что это учение вам полезно. Это очень полезно для развития ума. Потом вы думаете: зачем злиться, для этого нет причин. Анализируйте те слова, которые вам говорят, правда это или не правда. Если это правда, то вам правильно сказали, вы виноваты в данном случае. Если неправильно – какая разница? Если будете так думать, то ваш эгоистичный ум трансформируется в ум, заботящийся о

других, вы увидите, что этот человек несчастлив, у него плохое настроение, поэтому он так говорит. Если у меня плохое настроение, как мне плохо! Если вы будете слушать с умом, заботясь о других, вы будете думать: «Что мне сделать, чтобы у него не было проблем, чтобы он не страдал?» И это практика. Если вы не будете заниматься такой практикой, то вы неправильно поступаете.

В повседневной жизни, с какой бы ситуацией вы ни встретились, вспоминайте об аналитической медитации и проводите правильный анализ, не действуйте как-то сразу же. Сначала подумайте, проанализируйте, а после этого действуйте. Если вам что-то говорят, не отвечайте сразу же, сначала проанализируйте, а потом говорите согласно ситуации. Слишком строго не нужно говорить, слишком тоже мягко не нужно говорить, потому что можно все испортить. Нужно говорить такие вещи, чтобы человеку не стало хуже в будущем. Как поступает шахматист, настоящий буддийский шахматист? В любой ситуации вы делаете такой ход, не слишком мягкий и не слишком жесткий, согласно ситуации. Иногда вы не видите другого выхода, и нужно быть еще строже. Если не будете строже, то пользы не будет. Ради блага этого человека вы должны вести себя строже. Все зависит от ситуации. Поэтому ум очень важен. Как в шахматной игре.

Иногда ругать – это буддийская практика, иногда не ругать – это буддийская практика. Поэтому ругать или нет, все зависит от ситуации. Иногда читать мантры – буддийская практика, все в зависимости от ситуации. Поэтому, если вы в неправильное время громко читаете молитву, например, все буддисты собираются на лекцию, а вы сидите и говорите, что вы буддист и поэтому читаете молитву, то вы неправильно поступаете. Лучше не читайте молитву. Хорошая практика – делать людей счастливыми. Все зависит от мотивации. Если вы хотите показать людям, что вы особый буддист, говорите о том, что вы так рано встаете, то это вы говорите из-за эго, это некрасиво. Поступайте в зависимости от ситуации, думайте головой.

Сейчас мы перейдем к философии, рассмотрению школы Читтаматра. Позавчера мы подошли к моменту изложения основы, пути и результата с точки зрения школы Читтаматра. Теперь, что касается основы. Основа объясняется в двух главах, во-первых – это субъективный ум, второе – это объективные феномены. Школа Читтаматра говорит о том, что субъективный ум и объективные феномены не имеют различных сущностей. С этой точки зрения, какой бы объект вы ни увидели, этот объект не существует отдельно от субъективного ума. Здесь говорится о том, что в настоящий момент вы можете видеть, например, белый цвет или синий цвет, и когда вы все это видите, вы думаете, что белый цвет существует где-то снаружи, и синий цвет тоже где-то снаружи, и это неправильно. В действительности снаружи нет ни белого цвета, ни синего цвета, нет также и основы для всех цветов. Потому что если вы анализируете сам объект, независимо от вашего субъективного ума, пытаетесь найти нечто объективное, то в этом случае вы ничего не находите. Ничего объективного вы не находите. Наука проводила исследования цвета и утверждает, что снаружи никакого цвета нет, это просто отражение света. Свет падает на какую-то поверхность и происходит отражение света, нет никакого белого цвета, а для нас белый цвет существует.

Итак, белого цвета нет, и школа Читтаматра утверждает, что снаружи не существует белого цвета, и синего цвета снаружи тоже нет. Речь идет не только о цветах: белом, синем, и так

далее, о любых объектах; если вы проанализируете их, постараетесь их найти, то вы не сможете их найти во внешнем мире.

Итак, ученые говорят о том, что белого цвета снаружи нет, синего цвета также нет. Если у них спросить: «А существует ли цвет?» – они скажут: «Да, цвет существует». Далее вы их спросите: «А что такое цвет?» Большинство ученых ответят, что цвет – это свет. В этом есть противоречие. А если вы спросите у читтаматрина: «Белого цвета нет снаружи, синего цвета также снаружи не существует, тогда что такое цвет? Существует ли цвет?» И они ответят: «Да, цвет существует». Читтаматрины отвечают на вопрос, что такое цвет: «Если снаружи цвета не существует, то цвет – это проекция ума». Поэтому в школе Читтаматра говорится о том, что вы не можете видеть того цвета, который вижу я. В Читтаматре говорится о том, что каждое живое существо видит объект как-то по-своему, в зависимости от своих кармических отпечатков, проекций. В этой точке зрения есть очень много хороших положений, но ее нельзя назвать безупречной с точки зрения более высокой школы Мадхьямака Прасангика, но при этом она во многом имеет смысл. С точки зрения Мадхьямаки Прасангики здесь все равно есть различные противоречия, но, тем не менее, есть и хороший смысл. То, что в Читтаматре говорится о том, что цвет является проекцией кармических отпечатков, это утверждение лучше, чем то, что говорят ученые о цвете, когда называют его светом. В этом множество противоречий. Это детский ответ. Сказать, что цвет – это свет, это детский ответ, в действительности цвет не является светом, это противоречие. Из-за света возникает цвет, но это не означает, что цвет – это свет. Тогда дети – это папа и мама. Сразу же возникает противоречие.

Теперь, каким образом школа Читтаматра рассматривает то, что все является проекцией ума. Например, они говорят, что если перед вами стоит стакан с водой, они рассматривают какой-то стакан с жидкостью. Если стоит стакан с жидкостью и на него одновременно посмотрят обитатели мира богов, люди и голодные духи, то человек увидит воду, боги увидят нектар, а голодные духи увидят кровь. Если бы эта жидкость существовала как-то объективно, то тогда она должна была бы являться одинаково для них для всех. Из-за различного проявления кармы у различных живых существ они видят жидкость совершенно по-разному. С этим соглашается также и Мадхьямака Прасангика. Но при этом Мадхьямака Прасангика говорит, что это не означает, что все является проекцией ума. Многое зависит от проявления кармы, но при этом нельзя сказать, что все является кармическим проявлением, есть также внешние объекты наряду с проявлением кармы. Школа Читтаматра говорит, что все, что вы видите, является проекцией ума. А Мадхьямака Прасангика говорит, что для того, чтобы увидеть чашку, вот этот объект является условием для познания чашки. Чашка является условием для познания чашки. Без чашки вы не сможете познать чашку. Если эта чашка одновременно существует с познанием чашки, то в этом случае она не является условием для познания, она не может быть причиной. Школа Читтаматра говорит, что чашка – это проекция ума. Поскольку это проекция ума, она возникает одновременно с познанием чашки. Школа Мадхьямака Прасангика говорит, что если эта чашка возникает одновременно с познанием этой чашки, то она не может являться условием для познания чашки. Если это условие, то оно должно существовать до результата. Поэтому в Читтаматре есть такое затруднение с ответом на вопрос, что является условием для познания чашки. Не будем углубляться в это дальше.

Здесь главная мысль состоит в том, что касается всех этих внешних объектов, за которыми мы постоянно устремляемся, думаем, мечтаем, таких как принц на белом коне, – всего этого нет. Это все отпечатки вашего ума. Все ваши мечты о том, что если вы обретете что-то во внешнем мире, то станете счастливыми, все это является иллюзией, проекцией вашего ума. Это как отражение вашего лица в зеркале. Если в тысячу зеркал вы посмотрите с грязным лицом, то увидите тысячу грязных отражений. Здесь нет какого-то самосущего грязного отражения где-то снаружи, это грязное лицо, которое вы видите снаружи, является отражением вашего собственного лица. И точно также с негативным состоянием ума, как с грязным лицом, вы видите большое количество всевозможных внешних загрязненных объектов. Здесь говорится о том, что во многом это факт, может на восемьдесят процентов это правда, но не полностью правда. Так школа Мадхьямака Прасангика говорит о том, что внешние объекты существуют, но хорошие они или плохие, вот это действительно полностью зависит от вашего ума, но это не означает, что они все полностью являются проекцией вашего ума. То, что объекты являются проекцией вашего ума, на восемьдесят процентов правильно. Мы думаем, что есть какие-то внешние грязные отражения и хотим как-то уничтожить, разрушить их. Мы пытаемся помыть зеркала, но когда чистим зеркало, не можем смыть грязь с отражения. Если помыть зеркало, то отражение грязного лица никуда не денется, пока вы не помоее свое лицо. Посмотритесь в другое зеркало, там точно такое же отражение. Вы купите еще одно зеркало, хорошее, белое зеркало купите, дорогое, но и в нем вы увидите отражение грязного лица. От этого не меняется ничего. Когда мужчина разводится с первой женой и хочет жениться на другой женщине, он думает, что вторая жена будет лучше. Любая жена будет одинакова. Или муж тоже. Сколько мужей ни меняйте, все равно лицо в грязи будет, а мужья все хорошие.

Однажды один человек захотел переехать в другой город. Он приехал в этот город, встретился с мэром города, и спросил: «Какие люди живут в этом городе? Я хотел бы переехать сюда. Хорошие здесь люди живут или плохие?» Этот мэр задал ему встречный вопрос: «А какие у вас были отношения с теми людьми, с которыми вы жили до этого в городе?» Он сказал: «У меня были очень хорошие отношения». Мэр сказал: «Ну, тогда здесь люди тоже хорошие». Если раньше у вас были друзья, если раньше все было хорошо, если у вас был хороший образ мышления, то и здесь все будет хорошо. Если там у вас был кошмар, то здесь у вас тоже будет кошмар: «Неправильно сказали, неправильно одеваются, меня совсем не уважают», – всегда останется то, что не будет вас устраивать.

Так, школа Читтаматра говорит, что не нужно сильно стараться как-то изменить внешний мир, это все равно, что проекция в кино. Это проекция вашего ума, поэтому не старайтесь менять слишком много во внешнем мире, измените что-то в своем проекторе, то есть в вашем уме. Поэтому Читтаматра говорит: «Не практикуйте как собака, а практикуйте подобно льву». Что это означает? Если вы бросите мячиком в собаку, собака побежит за этим мячиком. Собака бежит, бежит за этим мячиком, – так не надо. Если что-то не то, отсюда убежать не надо, ничего полезного в этом нет, это поступать подобно собаке. Если льву бросить мяч, он не побежит за мячом, он пойдет к человеку: «Почему ты в меня бросил мяч?» Он человека накажет. Лев прыгнет на самого главного виновника всего этого, на человека, и поэтому вам также необходимо искать самого главного виновника, и это ваш собственный ум. Негативная проекция вашего ума – это то, что является создателем всех ваших проблем. Вам необходимо схватить именно их. Это называется практикой подобной льву.



Так, если вам не нравится грязное отражение, тогда не старайтесь мыть что-то во внешнем мире, все эти зеркала, умойте свое собственное лицо, и тогда вы увидите тысячу чистых отражений. Каждый раз, когда вы изучаете философию, вам необходимо ее применять, чтобы что-то почерпнуть из нее, то есть вам не нужно просто как-то хвататься, слепо придерживаясь этих взглядов, а вам нужно стараться что-то открыть для себя.

Теперь, Мадхьямака Прасангика говорит, что есть внешние объекты. Когда говорится о том, что есть внешние объекты, речь идет о том, что есть не такие внешние объекты, о которых мы думаем, а какие-то совершенно противоположные, другие. В настоящий момент то, что мы думаем о внешних объектах, это на сто процентов опровергается воззрением Читтаматры. Таких прочных объектов не существует, и здесь то, что говорится в Читтаматре, это правда. Что касается тех внешних объектов, о которых говорится в Мадхьямаке Прасангике, в настоящий момент мы этого не понимаем. Если без воззрения Читтаматры вам сразу сказать, что есть внешние объекты, то вы так уцепитесь за эти внешние объекты, как за нечто прочное. Поэтому воззрение школы Читтаматра очень полезно для того, чтобы устранить грубые представления о внешнем мире.

В первую очередь на основе воззрения Читтаматры думайте, что все внешние объекты не существуют отдельно от субъективного ума. Далее вы также постепенно поймете, что есть большое количество всевозможных взаимозависимых факторов, которые не являются проекцией вашего ума. Даже хотя я их не проецирую, но они продолжают существовать, это такой продолжающийся механизм. Какую причину вы создаете, такой результат вы и получаете. Если вы составили четкий механизм, даже если вы будете спать, как причина и результат он будет существовать. Механизм останется. Если вы понимаете механизм, то все зависит от вашего ума. Когда вы познаете это, когда вы думаете о причине и результате, тогда вы подумаете, что все эти вещи зависят от ума.

Что касается прочных внешних объектов, то это не правда, такого нет, но что касается тонких взаимозависимых внешних объектов, то они есть, это не проекция ума. В квантовой физике, когда исследуют объекты, в конце концов, говорят о внешних объектах, что там что-то есть, но при этом невозможно их как-то выразить. Что-то есть вне вашего ума, когда вы говорите: электрон, протон, эти названия чему-то даются.

Итак, Мадхьямака Прасангика говорит о внешних объектах, что тонкие взаимозависимые внешние объекты всегда существуют. А какими они являются вам: хорошими или плохими, это зависит от проекции вашего ума. Например, эта чашка большая она или маленькая, зависит от того, как вы смотрите на нее. С моей точки зрения эта чашка маленькая, а с точки зрения маленького насекомого она большая, то есть она не существует как большая или маленькая, а зависит от того, с какой точки зрения вы на нее смотрите. С этой точки зрения, когда вы смотрите на маленькую чашку, то здесь нет такого, как маленькая чашка, вы не говорите, что маленькая чашка – это моя проекция ума. Вот эта чашка маленькая с моей точки зрения, в зависимости от того, с чем я ее сравниваю. Нет такого чего-то прочного большого или маленького, все это взаимозависимо, все зависит от точки зрения человека. Поэтому есть нечто такое большое или маленькое отдельно от ума, но это не что-то такое прочное большое или маленькое, а это есть нечто взаимозависимое, зависящие от того, с какой стороны вы на это смотрите.

А сейчас мы вернемся к воззрению Читтаматры, пока нет времени на Мадхьямаку Прасангику. Далее, когда в школе Читтаматра объясняются феномены, то объясняются их три характеристики. Если нечто является феноменом, то оно входит в эти три характеристики. Этот феномен должен относиться либо к кунтагу, либо к шенвангу, либо йондупу. Итак, в школе Читтаматра говорится, что все феномены входят в эти три характеристики, и также у каждого феномена есть свои три характеристики.

Теперь в первую очередь я вам объясню, что такое кунтаг. Если я буду переводить на английский язык, то здесь речь идет о трех характеристиках, трех природах: кунтаг – это номинальная природа, шенванг – это зависимая природа, и йондуп – это абсолютная природа. Некоторые феномены входят в категорию относительной, номинальной природы. Номинальная природа означает, что нечто существует только с точки зрения названия, вы не можете при этом указать на него пальцем и сказать, что вот это – этот феномен. Что касается номинальной природы, кунтага, то их различают два вида: это существующая номинальная природа и несуществующая номинальная природа.

А теперь, что такое существующая номинальная природа – кунтаг? Это пространство. Пространство – это номинальная природа, здесь вы не можете как-то указать на него пальцем и сказать: вот это – пространство, потому что пространство – это название, которое дается отсутствию препятствий. Отсутствие препятствий мы называем пространством. Поэтому пространство является номинальной природой, поскольку нет такой субстанции, чего-то прочного, что вы могли бы назвать пространством, это также не абсолютная природа. Если бы это была абсолютная природа, то это другой случай. Поэтому пространство – это существующая номинальная природа. Это феномен. Это номинальная природа.

Второе – это несуществующая номинальная природа – кунтаг. Это наша проекция объектов, которая в реальности не существует. Например, если вы думаете, что Земля плоская, то плоская Земля – это кунтаг. Она существует только в ваших концепциях из-за вашего неправильного понимания, но в реальности такой плоской Земли не существует. Или, например, какого-то обманщика вы считаете хорошим человеком, честным, – это тоже кунтаг. Этот человек вам один или два раза улыбнулся, или похвалил вас, поэтому вы думаете, что этот человек честный. Думать, что обманщик – это честный человек, это тоже кунтаг. Это иллюзия. Это иллюзия, и из-за этого однажды вас обманут. В буддизме говорится, что это не очень опасно. Что касается того, что вы обманщика считаете честным человеком, то это кунтаг, но это не очень опасный кунтаг. Самое худшее, что он может сделать, это каким-то образом обмануть вас, забрать деньги, и это не самое страшное. Самое страшное – это когда вы думаете о себе, что вы являетесь независимо субстанционально существующим. Это кунтаг, и это очень опасно. Этот кунтаг очень опасен. «Я существую независимо от живых существ», – потом вы к этому привязываетесь. Когда вы привязываетесь к своему «я», тогда возникает гнев, зависть, разделение на друзей и врагов. Это причина неправильного восприятия. На основе иллюзии вы начинаете цепляться, удерживать представление о таком прочном «я», и к нему вы далее привязываетесь. И из-за этого возникают все омрачения. Из-за этого происходят все ваши беды. Далее начинается сон сансары. До сих пор мы все пребывали в этом сне сансары, который проецировало наше неведение. До тех пор пока вы не пробудитесь, вы будете сансарическим существом.

Когда кто-то спросил у Будды: «Являетесь ли вы ангелом?» – Будда ответил, что нет. «Бог ли вы?» – Будда ответил, что нет. «Вы человек?» – Будда ответил, что нет. Тогда спросили его: «Если вы не человек, тогда кто же вы?» Будда ответил: «Я пробужденное существо». Люди, ангелы, боги, всевозможные животные и так далее, все это существа, которые пребывают в таком сансарическом сне, проецируемом неведением. «Я пробужденное существо» – в этом заключается глубокий смысл.

Из-за этого неведения, например, если у вас тело собаки, вы говорите: я собака. Потом собака умирает и перерождается в человека, и вы говорите: я – человек. Если вы родились в России, то вы говорите, что вы русский, и русские – самые хорошие. Если вы родились с узкими глазами, вы говорите, что у вас узкие глаза, и люди с узкими глазами – самые лучшие. Нет таких самосущих людей с узкими глазами, русских, не русских, – все это проекция ума. Кем вы родились, так вы это тело и называете. Конкретного ничего нет. Даже ангелы – это проекция ума. Поэтому нет такой прочной идентичности вас как человека, вы являетесь человеком, но это тоже лишь нечто номинальное. Вы не являетесь таким прочным человеком. Здесь Будда рассуждает с абсолютной точки зрения.

Неведение – это представление о том, что вы существуете как самосущие, из-за этого возникает привязанность и большое количество разных других омрачений. Привязанность к вашему «я» – это то, что называется эгоистичным умом. Из-за этой привязанности возникают все остальные омрачения. Поэтому очень важно распознать этот несуществующий кунтаг, как несуществующий, или несуществующую номинальную природу, как несуществующую. А мы думаем, что это существует. И это кошмар, это заблуждение. Когда человек вас все время обманывает, считать его честным – это заблуждение. До тех пор пока вы не поймете это, он все время будет вас обманывать. Это не очень опасно, а вот удерживать свое «я» как независимо субстанционально существующее – это настоящий кошмар.

Далее шенванг – это зависимая природа. Все, что возникает в силу причин и условий, это называется зависимой природой. Чашка, стол и все остальное возникает в силу определенных причин и условий. Все, что зависит от причин и условий, все это зависимая природа.

Далее йондуп – это абсолютная природа. Например, эта чашка, она существует, и когда она является вам, какой она вам является? Когда она вам является, то кажется вам независимой субстанционально существующей. Теперь у вас есть научные знания. Если, например, у человека нет научных знаний, то когда он смотрит на воду, что он видит? Он видит такую прочную независимую субстанционально существующую воду, до которой он может дотронуться, которую он может попить. Те, кто проводит анализ, знают, что нет такой независимой субстанциональной воды, что вода взаимозависима. Это просто соединение кислорода и водорода. Но просто сказать, что это соединение кислорода и водорода недостаточно, когда стекаются эти два фактора: кислород и водород, возникает их соединение, и ему присваивается обозначение «вода», то есть это название, которое присваивается соединению кислорода и водорода. Это то, что объясняется с точки зрения более высоких школ. В воде, поскольку она является соединением кислорода и водорода, отсутствует независимое субстанциональное существование. Чашка, поскольку является

стечением большого количества разных взаимозависимых факторов, пуста от независимого субстанционального существования.

Отсутствие независимого субстанционального существования – это абсолютная природа этой чашки. Относительная природа – это нечто взаимозависимое, стекается вместе большое количество разных факторов, и возникает такая чашка, подобная иллюзии. Каждый момент она меняется, и если сравнивать вчерашнюю чашку с сегодняшней чашкой, или завтрашней чашкой, а буддизм говорил об этом две с половиной тысячи лет назад, то эта взаимозависимая чашка каждый день меняется, как иллюзия, но все эти изменения невидимы невооруженным глазом. Если вы будете фотографировать эту чашку, то увидите небольшие изменения. Все эти вещи на относительном уровне меняются, как иллюзия. Каждый день меняются. Тогда зачем к ним привязываться, все живые существа каждый день меняются, как можно на них положиться? Нет ни одной причины, на которую вы можете положиться. Все это меняется ежесекундно. Даже веревка, вы думаете, что она крепкая, но если посмотреть, там частицы каждый день меняются, как можно на нее положиться? У человека, которого вы считаете надежным другом, доверяете ему, в уме очень много эмоций, и эти эмоции каждый день меняются. Однажды вы видите, что он обманул вас, и вы этому удивляетесь. Но вы знаете, что наш сансарический ум под властью омрачений каждый день меняется, как вы можете на это полагаться? Можно полностью положиться только на Будду, потому что его ум полностью свободен от омрачений. Поэтому он может учить нас: на что нужно полагаться, и на что не нужно полагаться. Живые существа очень хрупкие, они подобны пузырям, постоянно меняются. Скажите себе: «Мне поможет Будда и учение Будды». После того как вы будете понимать это больше, ваше прибежище будет еще сильнее.

Сегодня после этого учения вы поняли, что никакие сансарические объекты вам не помогут. Сколько бы вы ими ни пользовались, ничто не поможет. Вы можете положиться только на Будду, Дхарму и Сангху. На это нужно полагаться, потому что они надежны. Немного полагаться на остальных можно, но если вы полностью полагаетесь на них, то это кошмар. У меня нет кошмара, я полагаюсь только на себя и помогаю другим. Чем могу, тем и помогаю. Если я помог кому-либо, и он стал счастлив, то я накопил заслуги. Поэтому кошмар, когда вы на кого-то положились, а он вас обманул. Наша ошибка в том, что мы полагаемся на ненадежные объекты, они все хрупкие. Они взаимозависимы. А когда есть взаимозависимость, это значит, что они зависят от очень многих факторов. Это все меняется ежесекундно. Потом в один момент резко все изменится. И из-за этого вы будете испытывать боль.

Поэтому Будда говорил, что гору можно разрушить, но Три Драгоценности невозможно разрушить. Скажите себе: «Слушая учение по Читтаматре, я понял, что все сансарические вещи ненадежны».