

Итак, как обычно, вначале породите правильную мотивацию. Мотивацию укротить свой ум, сделать свой ум здоровым, достичь состояния будды ради блага всех живых существ.

Теперь, что касается випашьяны, бессамостности личности и бессамостности феноменов, то в этом тексте даются очень краткие объяснения. Если я объясню это, у вас может быть неправильное понимание, поскольку это очень короткие объяснения. Лучше я дам вам более подробные объяснения, поскольку в Ламрине лама Цонкапа очень подробно объясняет, как медитировать на випашьяну. А для тех, кто имеет знания, основанные на Ламрине, о том, каким образом медитировать на випашьяну, этот текст может быть очень полезен. Также, что касается шаматхи, здесь даются краткие объяснения и для тех, кто не получал обширного учения по шаматхе, которые излагаются в Ламрине, эти наставления не будут иметь большого смысла. В следующем году здесь я объясню вам, дам подробные объяснения, каким образом медитировать на випашьяну на основе Среднего Ламрима. Тогда для вас это будет очень хороший фундамент.

Также вам нужно понимать, что когда Будда давал учение, он совершил три поворота Колеса Учения. Первый поворот Колеса Учения – это доктрина о четырех благородных истинах. В этом повороте Колеса Учения Будда заложил основу буддизма, подробно объяснил четыре благородные истины. В особенности в рамках первого поворота Колеса Учения Будда очень подробно рассмотрел благородную истину страданий и благородную истину источника страданий. Второй поворот Колеса Учения называется доктриной пустоты от себя. В рамках второго поворота Колеса Учения Будда подробно рассмотрел благородную истину пресечения и благородную истину пути. Благородная истина пути – это мудрость познания пустоты. Поэтому Будда во втором повороте Колеса Учения подробно рассмотрел то, каким образом обрести мудрость, познающую пустоту. А третий поворот Колеса Учения – это доктрина, требующая интерпретации. Когда Будда совершил первый поворот Колеса Учения, излагал учение по благородным истинам, он объяснял все так, как будто есть истинное существование, а во втором повороте Колеса Учения Будда сказал, что нет ничего истинно существующего, нет никакого самобытия, нет никаких собственных характеристик, сам объект пуст от самобытия. Он пуст не от чего-то другого, он сам пуст от самобытия. И это называется пустотой от себя.

Определенной группе учеников такое учение понять было трудно. Если объект сам по себе пуст, для них это все равно, что он вообще не существует. Поэтому они задали Будде вопрос: «В первом повороте Колеса Учения Вы объясняли все так, как будто есть истинное существование, есть самобытие, а во втором повороте Вы сказали, что нет никаких собственных характеристик, нет ничего самосущего. Как это понять?» И для этой группы учеников, которые могли обрести понимание бессамостности личности, но при этом неполное понимание, Будда передал третий поворот Колеса Учения и раскрыл воззрение школы Читтаматра. Поэтому, если говорить о четырех буддийских философских школах, то первые две школы Вайбхашика и Саутрантика основаны на первом повороте Колеса Учения. Воззрение Мадхьямаки, конечное воззрение Будды, основано на втором повороте Колеса Учения. Философская школа Читтаматра основана на третьем повороте Колеса Учения.

В философии Читтаматры говорится о «пустоте от другого». Основания для этого следующие. Они говорят, что, например, эта чашка, которую вы видите, если сказать, что

она сама по себе пуста, то это означает, что она не существует. Прасангика Мадхьямака говорит о том, что та чашка, которую вы видите, это объект отрицания. Читтаматра говорит, что та чашка, которую вы видите, не является объектом отрицания. А объект отрицания – это определенная проекция ума, которая отсутствует в этой чашке. Так они говорят о пустоте от другого. Можно привести такой пример. Дом пуст от людей. Это пустота от другого. Мадхьямака говорит о том, что если вы привязаны к дому и при этом говорите, что он пуст от людей, то это не имеет никакого значения. Когда у меня есть привязанность к дому, если вы скажете, что этот дом пуст от людей, я скажу, что это еще лучше. Это не мешает моей привязанности. Я должен знать, что дом – это иллюзия. Такого дома нет. Тогда я говорю: понятно. Если такого дома нет, это как иллюзия, тогда моя привязанность станет меньше. Поэтому «пустота от другого» не разрушает корень привязанности. Наше неведение состоит в том, что «я» и дом существуют как самосущие, со своей стороны. Этот дом мы можем потрогать. Но реально такой дом нельзя потрогать. Что касается пустоты от себя, то в отношении этой чашки, которую вы видите, вы видите ее как самосущую. Это иллюзия. Это некая прочная чашка, до которой я могу дотронуться, которую я могу купить. Далее эта чашка сделает меня счастливым. Тогда возникает привязанность.

В действительности, что касается этой чашки, то, что вы видите, это иллюзия. Сейчас наука объясняет, как мы видим цвет. Внешнего цвета нет. Есть субстанция, которая отражает белый свет. Поэтому «я» и все остальное взаимозависимо. Но нам кажется, что где-то там есть что-то прочное, но там ничего прочного нет. В отношении вас также не существует такого плотного «я», которое вы чувствуете. В действительности ничего нет, кроме простого названия. «Я» является простым названием пяти совокупностей, и кроме такого названия вы не сможете обнаружить никакого «я». Ваше неведение цепляется за некое прочное «я», которое не является просто названием, за что-то такое, существующее со стороны объекта. Это неведение.

В випашьяне объясняется пять видов умозаключений, с помощью которых вы сможете очень ясно увидеть то, что не существует такого самобытия. Например, если я вам скажу, что в таком-то образце крови отсутствует определенный вирус, то для вас это будет чем-то абстрактным. Но если у вас есть микроскоп, и я скажу вам, что вирус такой-то болезни имеет такие-то характеристики, то вы сможете проверить, есть в пробе крови этот вирус или нет. Если с помощью микроскопа вы исследуете кровь на предмет наличия этого вируса, то вы точно можете сказать, что в этой крови отсутствует этот вирус. Тогда вы говорите: «Эта кровь чистая, в ней отсутствует вирус». А без микроскопа это что-то абстрактное. Поэтому без таких обоснований, умозаключений, если вы их не используете для понимания пустоты, то для вас пустота будет тоже чем-то абстрактным.

Вначале в випашьяне очень точно устанавливается объект отрицания. Далее с помощью пяти умозаключений подробно исследуется объект, и, в конце концов, вы приходите к ясному выводу, что в «я» и других феноменах такого самобытия не существовало с самого начала. Приходил Татхагата или не приходил, этого не существовало. Татхагата просто объяснил этот момент реальности, пустота всегда была.

Атиша говорил о том, что если кто-то хочет выйти за пределы сансары, ему необходимо искать воззрения, раскрытые Нагарджуной. Нагарджуна раскрыл воззрения Мадхьямаки, а Чандракирти раскрыл воззрения Прасангики Мадхьямаки, опровергая воззрения

Сватантрики Мадхьямаки. Атиша, и лама Цонкапа очень ясно указывали на то, что нужно стараться найти воззрения, указанные Нагарджуной и в особенности Чандракирти для освобождения от сансары. Поэтому вам нужно искать воззрения Чандракирти. Поэтому текст Чандракирти «Мадхьямакааватара» очень интересен, и для того, чтобы обрести полное понимание воззрения Прасангики Мадхьямаки, он необходим. В противном случае вы можете обрести общее понимание, и будете думать, что понимаете пустоту, но при этом понимании пустоты невозможна будет взаимозависимость. Когда вы будете думать о пустоте, вы не сможете развивать сострадание к живым существам, потому что для вас они будут практически несуществующими. Тогда это нигилизм. Будучи пустыми от самобытия, возможны также и взаимозависимые живые существа. Поэтому в коренном тексте Нагарджуны «Шесть обоснований» он объясняет диспуты, которые ведутся низшими школами следующим образом.

В низших школах диспут строится таким образом: говорится, что если нет собственных характеристик, нет самобытия, тогда ничто не может возникать, ничто не может разрушаться, и четыре благородные истины также будут неосуществимы. Нагарджуна объяснял это противоположным образом. Он говорил, что это ошибка не распространяется на тех, кто признает пустоту от самобытия. Нагарджуна говорил, что если бы было самобытие, если бы были собственные характеристики, то нечто самосущее не могло бы возникать и не могло бы разрушаться. Поэтому четыре благородные истины невозможны для тех, кто принимает самобытие. В этом тексте «Шесть обоснований» Нагарджуна объясняет, что если бы существовал самосущий результат, то этот самосущий результат не зависел бы от причин. А если он не зависит от причин, то он не является результатом.

Также эти моменты более подробно объяснил Чандракирти в тексте «Мадхьямакааватара». Далее, позже вы поймете, что если что-то существует как самосущее, то возникает логическое противоречие, поскольку оно в этом случае не может зависеть от причин. А для пустого от самобытия все это возможно.

Итак, сейчас я передаю вам лишь общий ключ для понимания воззрения Мадхьямаки. Позже вы поймете, что все феномены – это просто названия, и кроме названия ничего не существует, но что касается этого названия, то это не простое название, все функции осуществимы для этого названия. Это взаимозависимое название, но при этом для него возможны функции, возможна боль, возможно какое-то счастье. Это название, но это не просто название, о котором мы думаем. Мы думаем о некоем другом названии. То название, о котором мы думаем, ничего не может переживать, там невозможно страдание, счастье. А это название очень прочно связано со смыслом, но при этом кроме названия ничего не существует.

Поэтому лама Цонкапа говорил, что до тех пор, пока видимость взаимозависимости и пустота, свободная от всех утверждений, являются вам как нечто отдельное, – вы не поняли воззрения Будды. А если простое видение взаимозависимости феноменов без каких-либо дополнительных обоснований, простое видение взаимозависимости устраняет объект отрицания, самобытие, тогда вы познали конечное воззрение Будды. Поэтому понять конечное воззрение Будды, в первую очередь даже теоретическое понимание, обрести нелегко. А обрести познание с помощью медитации, это еще труднее. Поэтому необходимы подробные объяснения. Итак, в следующем году я дам вам объяснения в отношении

випашьяны, как медитировать на випашьяну. У меня самого нет безупречных знаний по випашьяне. Я буду давать объяснения исходя из своего понимания, но вам нужно знать, что это неполное понимание. Полное воззрение объясняется в коренных текстах ламы Цонкапы, поэтому эти коренные тексты должны быть основой. Нашему издательству необходимо перевести все тексты ламы Цонкапы на русский язык. Тогда мы сделаем по-настоящему хороший вклад в возрождение буддизма в России. Если я дам вам лишь короткий комментарий к випашьяне, и вы начнете медитировать, то вы станете странными. Поэтому Шантидева говорил: «Теория пустоты – это как драгоценность на голове змеи. Если у вас нет искусности, если вы хотите схватить эту теорию пустоты, то вместо того, чтобы схватить эту теорию пустоты, вас укусит змея». Поэтому учение по теории пустоты не должно даваться слишком большой аудитории. Поэтому один из обетов бодхичитты – это не давать учение по теории пустоты большой аудитории. Это относится ко мне, мне не следует давать такое учение.

Я очень рад, что в этот раз мы встретились здесь все вместе, в особенности, что вы получили подробное учение по двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. В настоящий момент для вас это очень важно. Для вас сейчас это очень драгоценно. И это очень хорошая подготовка для учения по випашьяне. Чем больше вы будете обдумывать двенадцатизвенную цепь взаимозависимого возникновения, тем больше у вас будет интереса к пониманию того, что такое неведение, как обрести мудрость, которая является полным противоядием от неведения. Вы захотите искать противоядие, с помощью которого вы сможете излечиться от этой болезни неведения, от которой мы не смогли излечиться до сих пор. Такое противоядие где-то в других мирах найти очень трудно, есть шанс только в этой драгоценной жизни. Не для тех, кто просто обладает человеческой жизнью, а для тех, кто имеет драгоценную человеческую жизнь, кто встретился с Дхармой, у кого есть Духовный Наставник, у тех появляется шанс найти такое противоядие.

Лама Цонкапа в Ламрине, в разделе, посвященном випашьяне, говорит о том, что для того чтобы обрести випашьяну, мудрость, познающую пустоту, устраняющую все омрачения, одно лекарство, исцеляющее от тысячи болезней, необходимы высокие заслуги. Если у человека нет высоких заслуг, то есть опасность, что он неправильно поймет это учение. Каким бы острым умом вы ни обладали, если у вас недостаточно заслуг, то вы поймете это учение неправильно, хотя будете думать, что поняли его. Как, например, вы потерялись в лесу и думаете: «У меня такое ощущение, что восток находится там-то». Даже если я вам скажу, что восток не там, вы все равно будете утверждать, что восток в той стороне, что вы чувствуете это. Поэтому высокие заслуги очень важны, также важна логика. Логика подобна компасу, тогда с помощью компаса вы сможете точнее определить направление. Если у вас есть компас, то, потерявшись в лесу, сначала вы думаете, что восток там-то, но, посмотрев на компас, вы понимаете, что ошиблись. Потом вы лучше будете ориентироваться в лесу. Поэтому так же, как важен компас, чтобы найти правильное направление в лесу, так же важна логика. Поэтому те, кто изучает текст «Мадхьямакааватара», также изучают текст по логике «Праманаварттика». С острой логикой понять текст «Мадхьямакааватара» гораздо легче. Вы, россияне, умные, но если у вас нет компаса логики, то тогда это будет детский ум. Если вы потеряли направление в лесу, то думаете, что сможете сориентироваться по расположению мха на стволе дерева. Вы уверены, что по этому дереву вы найдете направление. Вы думаете, что вы умные, поэтому и потерялись. Поэтому логика очень важна. Читайте мою книгу по логике, готовьтесь, поскольку в следующий раз, когда будут

даваться наставления по випашьяне, будет приводиться множество логических обоснований, и это будет полезно для вас.

Вы приехали издалека. И когда вы вернетесь домой, вы вернетесь не с пустым умом, а с очень богатыми впечатлениями в уме. Также очень важно в повседневной жизни выполнять свои обязательства, выполнять практику. Когда вы делаете ежедневную практику, то убедитесь в том, что эта практика является очищением негативной кармы и накоплением заслуг, что эта практика приводит к благословию вашего Духовного Наставника и божеств. Также убедитесь, что эта ежедневная практика делает вас все более и более чистыми буддистами, благодаря обретению прибежища. Порождайте страх, которого у вас нет. Это страх перед рождением в низших мирах, страх перед болезнью омрачений. Этот страх, которого у вас нет, очень полезен. Когда есть этот страх, то мирской страх – это ерунда. Если у меня есть страх перед негативной кармой, перед рождением в низших мирах, тогда для меня мирские проблемы вообще не проблемы. Что там про меня плохо говорят, мне вообще неинтересно. Я думаю: «Я еще жив, у меня еще есть драгоценная человеческая жизнь. Этого достаточно». Это делает вас полноценными людьми. В нашем мире то, чего нам нужно бояться, мы не боимся, а чего не нужно бояться, мы боимся. Это ненормальный ум. Старости боимся, а зачем? Если родились, то старость обязательно будет. Этого не избежать. С каждым днем морщин все больше. Это все паранойя. То, что случится обязательно, этого не нужно бояться. Старение будет, смерть тоже будет. Деньги придут-уйдут. Мужчина придет-уйдет. Этого не нужно бояться. Если уйдет, то пожелайте ему счастья. Скажите: «Это мой подарок вам. Забирайте. Он любит такую-то еду». Этого не нужно бояться. Бояться нужно омрачений. Это страшно.

Поэтому Шантидева говорил, что когда у нас появляется небольшая мирская болезнь, мы очень боимся этого. Человек пошел в больницу, врач ему что-то сказал, и этот человек идет ко мне: «Геша-ла, врач сказал, что у меня то болит и это болит». Это неправильно. Когда я рассказываю вам о болезни омрачений, о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, вы думаете, что это ничего страшного. Поэтому Шантидева говорил о том, что когда обыватели узнают, что болеют какой-то болезнью, они очень сильно боятся этого, но что касается того, что они болеют болезнью омрачений, этого они совершенно не боятся. Это неправильно. В буддизме говорится, что если у вас нет вообще никаких страхов, это глупо. Но если вы боитесь слишком многого, это тоже глупо. А что является мудрым отношением? Это если вы боитесь того, чего следует бояться, и не боитесь того, чего не следует бояться. Тогда вы мудрые люди. Поэтому никого из людей бояться не нужно. Если вы боитесь людей, то вы тупые. Даже злых духов не нужно бояться. Надо бояться только одного – своих омрачений. Вам нужно бояться своих омрачений, а не кого-то другого. Путина тоже бояться не нужно. Это наш папа. Он нас любит. Милицию тоже не нужно бояться. Какой-то человек может неправильно что-то сделать, но и его бояться не нужно. Если у вас сильная любовь и сострадание, то он никак не сможет вам навредить. Ваши омрачения – это самое страшное. Их нужно бояться. Ваших негативных кармических впечатлений также надо бояться. Потому что они – прямая причина рождения в низших мирах. Ад от вас необязательно далеко. Если вы переживаете экстремальные страдания, это тоже ад. Это маленький человеческий ад. Это то, что возникает из впечатлений негативной кармы. Поэтому бойтесь негативной кармы и омрачений. Это благородная истина источника страданий.

Итак, вам нужно бояться благородной истины источника страдания. Вам благородной истины источника страданий нужно бояться больше, чем благородной истины страданий. Например, эта рука тоже является благородной истиной страданий, но я не боюсь ее, она полезна для меня. Это результат источника страданий, но она для меня полезна. Она меня кормит. Я этого не боюсь. Я боюсь благородной истины источника страданий – омрачений и негативной кармы. Тот дом, в котором вы находитесь, это тоже благородная истина страданий. Поэтому если говорить о выборе между благородной истиной страданий и благородной истиной источника страданий, то вам нужно бояться благородной истины источника страданий. Вам не нужно бояться даже ада, поскольку, если нет благородной истины источника страданий, и вы пребываете в аду, при этом вы можете помогать живым существам и не страдать. Поэтому бодхисаттвы не боятся ада. Они специально читают молитвы, чтобы переродиться в аду. Там они могут помогать живым существам. Ада они не боятся. Бодхисаттвы боятся негативной кармы и омрачений. Нам тоже нужно этого бояться.

Помните эти советы и бойтесь только благородной истины источника страданий и ничего другого. Это мой для вас совет. А также, куда бы вы ни отправились, будьте добрыми и будьте счастливы. Чаще думайте о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения вместо того, чтобы думать: «Он говорил то-то, она говорила то-то». Думайте о двенадцатизвенной цепи. Вам нужно полностью устранить эту старую привычку, когда вы думаете, кто что сказал про вас. Вместо этого думайте о двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения. Когда я думаю о двенадцатизвенной цепи, я становлюсь очень счастливым. Тогда, хотя слезы будут течь из ваших глаз, но при этом ум будет оставаться спокойным и очень счастливым. Если вы будете думать о том, каким образом другие живые существа страдают в сансаре по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, то у вас породится очень сильное сострадание. В особенности, если вы будете думать о своем отце, матери, о своих родственниках, близких, каким образом они страдают в сансаре по схеме двенадцатизвенной цепи взаимозависимого возникновения, тогда у вас породится по-настоящему очень сильное сострадание. У вас породится очень сильное чувство любви и сострадания, но оно будет безусловным. Что бы ни делали живые существа, вы будете желать им счастья, будете желать им свободы от страданий.

Что касается наших обычных любви и сострадания, у нас есть три разных способа испытывать любовь и сострадание. У большинства обывателей присутствует первый уровень любви. Это «любовь если». Если ты сделаешь то-то и то-то, я буду тебя любить. Это детская любовь. Если ты мне будешь улыбаться, если ты мне каждый день будешь дарить подарки, тогда я буду тебя любить. Если ты меня всегда будешь хвалить, и не будешь ругать, тогда я тебя буду любить. Это детская любовь.

Второй вид любви – это «любовь потому что». Я люблю тебя, потому что ты сделал для меня то-то и то-то. Это любовь немного связана с благодарностью, но все же это обусловленная любовь. Если ваша любовь – это «любовь потому что», и другие люди не сделали для вас чего-то приятного, то вы не будете их любить, вы не сможете их любить. Это очень узкая любовь. Это наш мирской способ любить.

У вас должен быть третий уровень любви – «любовь несмотря ни на что». Что это значит? Вы говорите: «Что бы ты ни сделал, я буду любить тебя». Это очень мудрый способ любить.

Также в отношении всех живых существ, что бы они ни сделали, я буду любить их. Это буддийский способ любить. Любовь – это желание счастья. И вы желаете им не просто временного счастья, вы желаете им обрести совершенно здоровое состояние ума, полной свободы от омрачений. Это буддийский способ любить. Вы желаете им третьей благородной истины, благородной истины пресечения страданий и ее причины, благородной истины пути. И так, вы желаете другим третьей и четвертой благородной истины, вы говорите: «Что бы вы ни делали, я буду желать вам обретения третьей и четвертой благородной истины». И это настоящая подлинная любовь. Если кто-то находится перед вами и ругает вас, то внутри думайте: «Я желаю вам обретения благородной истины пресечения и благородной истины пути».

Например, если ваш враг станет немного добрее, то он будет меньше вредить вам. Поэтому желать ему, чтобы он стал добрее, это мудро. Мы думаем, что пожелать ему счастья, это пожелать, чтобы он стал сильнее, богаче. Мы думаем, что если он станет сильнее, богаче, то он больше сможет вредить мне. Мы не можем желать счастья врагу, потому что наш ум неправильно думает. Что бы они ни делали, вы желаете им обретения третьей и четвертой благородной истины. Это настоящая любовь. И что бы ни делали другие, вы желаете им избавиться от первой и второй благородной истины, от благородной истины страданий и благородной истины источника страданий. И это сострадание. Когда вы желаете другим живым существам освободиться от благородной истины страданий и благородной истины источника страданий, это сострадание. А когда вы желаете другим обрести благородную истину пресечения и благородную истину пути, то это любовь.

Такое состояние ума вам нужно порождать в повседневной жизни. Тогда, куда бы вы ни отправились, вы будете счастливы. Если у вас такое здоровое состояние ума, то даже если у вас в кармане пусто, внутри вы будете очень счастливы. Когда я медитировал в горах, у меня ничего не было. Немного цампы оставалось, молока не было. Но ни одного дня не было, чтобы я чувствовал себя бедным. Такое счастливое состояние ума! Чай есть, хорошо. Не только я, но и мои друзья геше чувствовали точно также. Мы все вместе пили чай без молока. Раньше я жил в Новой Зеландии, это богатая страна. Один мой друг там живет. Его папа очень богатый. Большой дом, машины, бассейны. Как-то мы сидели с ним, пили чай, разговаривали, и через несколько минут он заплакал. Я его спрашиваю: «Почему ты плачешь?» Он говорит: «Я несчастливый». Я спрашиваю: «Почему? У тебя такой большой дом». Он говорит: «Я один. Поэтому несчастлив. Жена ушла, сын ушел. Я понял, что в нашей жизни большой дом не нужен, много машин тоже не нужно. Все это игрушки». Поэтому самое главное – это внутреннее богатство. Тогда даже если у вас есть всего лишь кусок хлеба, вы будете очень счастливы.