

Я очень рад видеть вас. Сегодня у нас последний день учения перед некоторым перерывом. Надеюсь, после пятимесячного ретрита мой ум станет яснее, и учение будет полезнее. Сейчас мой ум не вполне ясен, потому что я живу в шумной Москве. Каждый раз, когда мне кто-то звонит по телефону, мой ум теряет ясность. Многие люди звонят и рассказывают о своих ситуациях со своей точки зрения, и я понимаю, что их слова определяются эгоцентризмом – очень активным министром в царстве нашего ума. Об этой же эгоцентричности всех наших действий тела, речи и ума – особенно нашей речи – говорит учение лоджонг.

Я даю вам учение, чтобы вы смогли избавиться от эгоцентризма, а не увеличивать его. Вы все мои ученики, поэтому важно, чтобы учение стало для вас лекарством, нектаром, с помощью которого вы смогли бы очищаться от себялюбия. Себялюбие – коренная причина наших страданий. Именно оно разрушает гармонию в вашей семье и в обществе. Все войны и конфликты есть следствие самолюбивых помыслов. Из-за себялюбия мы много своих предыдущих жизней провели в адских мирах. Себялюбие никогда не будет полезно вам, оно может только вредить. Вы должны понять: ваш настоящий враг живет в вашем сердце, поэтому основная цель практики Дхармы – излечиться от болезни себялюбия.

Себялюбие возникает из-за неведения. Неведение означает, что вы привязаны к своему “я”, заботитесь о нем, но вместе с тем не имеете о нем правильного представления. Из-за неправильного понимания сущности “я” вы привязываетесь к этому “я” и у вас возникает себялюбие. Для полного искоренения неведения нужно понять пустоту, познать бессамость. Еще одно противоядие от себялюбия – забота о других: чем больше вы заботитесь о других, тем меньше у вас остается себялюбия. Поэтому для вас одной из важнейших практик должно стать развитие ума, заботящегося о других, и тогда вы прекратите проигрывать и всегда будете в выигрыше. Мы никак не можем понять, что в итоге забота о других всегда приносит нам пользу. Это драгоценность, исполняющая желания. Все лучшее, что вы можете обрести сейчас или в будущем, является следствием такого драгоценного ума.

Знаю, вы пока не способны заботиться о других больше, чем о себе, но постарайтесь заботиться о других, по меньшей мере, так же, как о себе. Причина очень проста – вы ищете счастья и не желаете страдать, и все другие живые существа ищут счастья и не желают страдать. Помимо того, вы – один, а других существ – множество. Третья причина в том, что ваше счастье зависит от других. Исследуйте эти причины глубже, и вы поймете: заботиться о других это мудро. Тогда у вас появится желание заботиться о других так же, как вы заботитесь о себе. Постепенно вы осознаете, что вообще нет нужды заботиться о себе, поскольку ваше счастье придет к вам само, в процессе заботы о других. В прошлом многие мастера постигли эту теорию и практиковали ее.

Все учения, которые я давал вам до сих пор, предназначены для вашего постижения этой теории. Забота о других это путь к вашему счастью, себялюбие это врата в страдание. Чтобы обрести счастье и избавиться от страданий, нам нужно найти некую теорию, метод, с помощью которого мы сможем это сделать. Мы постоянно пребываем в поисках, и нам попадается множество разных теорий. Но это, в основном, теории себялюбия. Руководствуясь такими теориями, вы, на первый взгляд, что-то выигрываете, но в действительности вы постоянно проигрываете. Поэтому старайтесь не просто помнить теорию заботы о других, но и практиковать ее.

Вы пока не готовы исследовать ясный свет ума. Для начала исследуйте свои мысли в вашей повседневной жизни, проверьте, сколько у вас недостатков. Начав исследовать, вы быстро поймете, что у вас множество плохих мыслей. Обнаружится столько ваших недостатков,

что вам покажется: практикуя Дхарму, вы стали хуже. В действительности вы становитесь лучше, делаете первый шаг к мудрости. Этот шаг – признание собственных недостатков, ошибок. Когда человек с грязным лицом видит себя в зеркале и осознает грязь на своем лице, это его первый шаг к очищению. Если же человек с грязным лицом не видит себя в зеркале, а вы советуете ему умыться, он начнет рассматривать грязь на лицах других людей и выносить о них какие-то суждения: “Он такой, он так-то сделал. Все плохие, только я хороший”. Не уподобляйтесь такому человеку, иначе ваша практика Дхармы станет детской игрой – вместо настоящего дома вы будете строить дом из песка. Из песка можно соорудить много домов – дом сутры, тантры, бодхичитты, пустоты, – но все эти домики быстро разрушатся от дождя страданий. Если же вы построите настоящий дом бодхичитты, пустоты, тантры, то дождь сансары не сможет вам повредить.

Итак, приступайте к строительству настоящего духовного дома. Это нелегко, но очень полезно. Вам это нужно ради вашего же блага. Постоянно следите за собой и выявляйте свои недостатки. Охраняйте свое тело, речь и ум. Если вы готовы сказать что-то плохое, то вовремя закройте свой рот на замок, не позволяйте грубым словам вылететь наружу. Старайтесь как можно больше вспоминать о доброте живых существ. Не только в этой жизни, но и во множестве предыдущих жизней все живые существа были к вам необычайно добры. Помните об их доброте. Помните: когда они вредят вам, то делают это из-за неведения, из-за своих омрачений, от которых сами же страдают.

Допустим, ваша добрая мать в состоянии опьянения наговорила вам обидных слов. Ни одно из этих слов не имеет значения. Вы знаете, что она в действительности вас очень любит и будет любить. Когда вы осознаете это, ее обидные слова будут влетать вам в одно ухо и вылетать из другого, и ни одно из них не причинит вам вреда. Вы сами, по своей слабости, позволяете им причинять вам вред – цепляетесь в какое-нибудь нехорошее слово и не позволяете ему вылететь из вашего ума. Затем это слово проникает в ваше сердце и звучит там всю ночь, и вы не можете уснуть, ворочаетесь. Исследуйте этот момент и поймете: ваше беспокойство вызвано активностью вашего эго, которое держится за обидное слово и не отпускает его. Именно ваше эго заставляет вас страдать. В сущности, это детская игра.

Болезнями омрачений, эгоцентризма страдают люди во всем мире. Не начав лечиться от этой болезни, вы никогда не станете счастливы, какого бы материального прогресса и положения в обществе вы ни добились. Куда бы и с какой бы скоростью вы от этих проблем ни уезжали, они останутся с вами. Нам, безусловно, нужен материальный прогресс, но развитие ума требуется нам прежде всего. Умственный прогресс может спокойно обойтись без материального прогресса. Начав внутренне развиваться, вы не будете нуждаться в каких-то технических новинках. Это мой небольшой совет вам. Надеюсь, он поможет если и не каждому из вас, то, по меньшей мере, половине присутствующих.

Продолжим учение. Я объяснил вам четыре категории достоверного познания, а также виды недостоверного познания: повторное познание, извращенное познание, сомнение. Когда вы в чем-то сомневаетесь и не обладаете доказательствами, не делайте поспешных выводов, потому что сомнение является недостоверным познанием. Следующим видом недостоверного сознания является правильное предположение или допущение: вы высказываете свою точку зрения, но полной уверенности у вас нет, поэтому этот вид сознания все еще недостоверен. Пятый вид – являющийся, но не воспринятый сознанием объект. Например, вы вдалеке видите человека, но не можете распознать, мужчина это или женщина. Такое сознание тоже недостоверно. Вы можете воспринимать многие явления, из которых вы мало что можете распознать. Так, если вы что-то видите спросонья, то не

можете понять, что это. Если вы не можете познать какое-либо явление – это один из признаков его недостоверности.

Далее говорится, что прямое познание и проявление без познания являются неконцептуальными видами сознания, поскольку и то, и другое есть прямое познание. Но один из этих видов является достоверным, а второй недостоверным прямым познанием. Остальные виды познания являются концептуальными: логическое умозаключение, сомнение, предположение и прочие. Прямое концептуальное познание это, например, восприятие чашки зрением, звуков – слухом и так далее. Косвенное концептуальное познание это познание через умозаключение, рассуждение. Например, издали вы не видите огонь, но видите дым. Вы знаете, что без причины следствия не бывает, поэтому вы можете по наличию дыма судить о существовании костра. Именно посредством восприятия дыма вы познаете невидимый вам костер, при этом нет необходимости напрямую воспринимать огонь.

Другой пример концептуального познания – непостоянство этой чашки. Вы не можете непосредственно видеть непостоянство, но вы способны его познать. Если вещь порождается из причины, она подвержена разрушению; причина, породившая эту чашку, одновременно является причиной ее разрушения. Следуя этой логике, вы познаете непостоянство чашки, это и есть концептуальное познание. Затем, в процессе медитации на концептуальном познании непостоянства чашки, ваше концептуальное познание постепенно превратится в йогическое прямое познание. Достигнув такого прямого познания, вы каждый раз при взгляде на чашку будете напрямую постигать ее непостоянство. Пустота тоже постигается сначала концептуально, а затем, посредством медитации, напрямую. Это называется йогическое прямое познание пустоты. Поэтому в коренном тексте сказано, что когда вы напрямую познаете пустоту, вы не будете видеть основу обозначения объекта, но будете видеть таковость объекта.

Обретя способность познавать пустоту напрямую, вы сможете проходить сквозь стены. Очень трудно логически объяснить такую способность, но она существует. Например, в Тибете есть монастырь Гоман, что означает “множество дверей”. Автор текста, который мы изучаем, был основателем этого монастыря. В этом монастыре монахи изучали его комментарии к текстам Ламы Цонкапы. Это были учения о пустоте, отличавшиеся необыкновенной ясностью. Этот текст представляет собой обширный комментарий с точки зрения школы Мадхьямика. Изучая ясные инструкции о пустоте, монахи постигали пустоту концептуально, затем в монастыре они медитировали, вели диспуты и опять медитировали. Один из монахов этого монастыря возвращался после диспута о пустоте в свою комнату и, вставив ключ в замок, начал вспоминать обо всех моментах диспута. Он анализировал положения о пустоте и всю ночь простоял перед дверью, медитируя на пустоту. Когда он закончил анализ, медитацию и разобрался в том, что такое пустота, уже наступило утро. Монаху пришлось закрыть дверь и вернуться на учение.

Чем больше монахи медитировали на пустоту, тем яснее становился концептуальный образ пустоты. После длительной медитации этот образ превращается в прямое познание. Когда это происходит, вы становитесь аръем – существом, напрямую познающим пустоту. В монастыре Гоман было много великих мастеров, имеющих прямое познание пустоты. С виду они кажутся простыми и скромными монахами, одетыми очень бедно. Они были простыми людьми, но внутри очень богатыми. В монастыре проводились молитвенные фестивали, а когда все заканчивалось, монахи расходились по своим делам, и те из них, кто имел прямое познание пустоты, проходили сквозь стены. Люди, смотревшие на монастырь с гор, думали, что в монастыре много дверей. Из-за этого монастырь и назвали Гоман – “много дверей”.

Сначала нужно постичь пустоту концептуально, затем вы можете медитировать и добиваться прямого ее познания. На следующем этапе вы продвигаетесь с помощью тантры, где своим наитончайшим умом сможете напрямую постигать пустоту. И после этого вы можете стать буддой очень быстро. Если ваш грубый ум не способен познать пустоту концептуально, то у вас нет возможности своим наитончайшим умом познать ее напрямую. Вы не можете сразу же прыгнуть на два метра в высоту и, тем более, перепрыгнуть с одной горы на другую. Вы должны прыгать в соответствии со своим потенциалом, это важно. Я не пытаюсь вас разочаровать или от чего-то отговорить: если вы можете перепрыгнуть с одной горы на другую, я очень рад. Но соизмерять свои цели со своими возможностями всегда полезно.

Итак, Саутрантика утверждает: если сознание познает объект, то познает его через опыт. При познании объекта сознание не выходит наружу, не соприкасается с этим объектом. Школа Вайбхашика утверждает обратное: когда сознание воспринимает чашку, оно входит в непосредственный контакт с этой чашкой и тем самым познает ее. Это называется познание без образа. Саутрантика же утверждает, что любое познание должно происходить через образ, то есть отражение любого объекта сначала появляется, к примеру, в органе зрения, а затем через это отражение объект познается сознанием. Если бы зрительное сознание было способно выходить к объектам и познавать их, тогда мы видели бы предметы сквозь стены и позади себя, потому что сознание не может наткнуться на какие-либо преграды или зацепиться за них, оно бесформенно. Саутрантика утверждает: объект, находящийся за нашей спиной, не может отразиться на сетчатке наших глаз, поэтому мы его не воспринимаем; по этой же причине мы не способны видеть сквозь стены. Но когда у вас появится ясновидение, ваше сознание не будет зависеть от органов зрения и тогда вы сможете видеть объекты, где бы они ни пребывали.

Далее. Саутрантика утверждает: ум и ментальные факторы, то есть первичный и вторичный ум, имеют единую сущность, субстанцию. Когда речь идет об уме, мы говорим не о грубой материальной субстанции, состоящей из частиц. Это субстанция, представляющая собой ясность и познание. Когда у человека порождается одновременно первичное и вторичное сознание, тогда они имеют единую субстанцию. Первичный ум это сознание ясное и осознающее, по природе в нем отсутствуют частицы материи. Его функция – познание объекта в целом. Вторичный ум тоже ясный, познающий и лишенный материальной субстанции, но функция у него другая – познание конкретных характеристик объекта.

К примеру, ваше зрительное сознание воспринимает чашку. Сначала возникает первичное сознание – чашка является вашему органу зрения, ваше зрительное сознание познает ее как чашку – просто чашку без каких-либо характеристик. В этот момент ваше сознание не приписывает ей качеств – красивая, безобразная, дорогая и тому подобное. Когда маленькие дети смотрят на картину, они видят просто изображение, потому что в их мозгу мало концептуальных мыслей, мало вторичных видов ума. Это не означает, что вторичный ум плох сам по себе, однако существует множество вторичных видов ума, обманывающих нас и усугубляющих наши омрачения. Допустим, в музее взрослый и ребенок смотрят на чашку. Первый момент восприятия у обоих будет одинаков – просто чашка. Но поскольку взрослый располагает большим объемом информации, он подумает: какая дорогая, старинная, красивая чашка. После этого начинается сансарическая медитация: хорошо бы украсть эту чашку из музея. Образ красивой чашки “застревает” в сознании человека и становится его постоянной своеобразной молитвой.

Так бывает из-за неправильной работы вторичного ума. Если в момент появления первичного ума он дополнялся бы достоверным вторичным умом, то результат был бы безупречным. Это позитивная медитация. Допустим, на уже упомянутую чашку смотрит третий человек, обладающий позитивным умом. При этом его вторичное сознание подскажет ему: чашка существует не так, как он ее воспринимает, – она непостоянна, это лишь скопление материальных частиц, производящее впечатление красивого объекта, и нет ни единой частицы, которую можно было бы назвать красивой или драгоценной. В итоге такого анализа мы понимаем, что в этой чашке не к чему привязываться. Если вы познаете пустотную природу этой чашки, ваш ум полностью освободится от привязанности, от омрачений. Это намного лучше, чем отсутствие привязанности к чашке у ребенка. Ребенок не испытывает привязанности к этому объекту, но в целом он несвободен от привязанности. Позже у него появятся заблуждения относительно объектов, и в нем, несомненно, возникнет привязанность.

Вторичный ум удерживает нас в сансаре. И он же, в конечном счете, освободит нас от сансары. Поэтому не думайте, что вторичный ум и концептуальные мысли плохи сами по себе, это не так. Некоторые люди считают, что все концептуальные виды сознания и концептуальные мысли неверны, что они удерживают нас в сансаре. Они говорят, что наше восприятие должно быть как у маленьких детей: мы должны просто воспринимать объекты, не познавая их. Этот путь опасен, он сделает вас глупее, чем вы есть. Мы и так воспринимаем объекты или с привязанностью, или с детской поверхностной точки зрения. И тот, и другой вид восприятия был у нас на протяжении всех предыдущих жизней, а вот взгляда без привязанности, как у третьего человека, мы пока достичь не смогли. Есть мнение, что и позитивные, и негативные концепции связывают вас с сансарой. Буддисты говорят, что это неверно. Негативные концепции привязывают вас к сансаре, а позитивные освобождают от нее. Положительные концепции это понимание истинной реальности объекта; в этом случае у вас нет заблуждений по поводу объекта и вы свободны от омрачений. Поэтому плохими можно назвать только недостоверные концепции.

Саутрантика утверждает, что первичное и вторичное сознание имеют единую субстанцию. Первичное сознание подобно океану, а вторичное подобно волне. Волна возникает из океана и снова растворяется в нем. Какой бы большой она ни была, она неотделима от океана, у них единая субстанция – вода.