

**Тензин Гьяцо**  
**Доброта, чистота помыслов и проникновение в сущность**



МЕЖДУНАРОДНАЯ АССОЦИАЦИЯ

*Мир через Культуру*

---

**ДАЛАЙ ЛАМА XIV-й**

**ДОБРОТА,  
ЧИСТОТА ПОМЫСЛОВ  
И ПРОНИКНОВЕНИЕ  
В СУЩНОСТЬ**

**МОСКВА**

# Доброта, чистота помыслов и проникновение в сущность

*Его Святейшество Тензин Гьяцо Далай Лама XIV-й*

## Предисловие

Его Святейшество Далай Лама, духовный и светский глава Тибета, ныне находящийся в Индии в изгнании, посетил в 1979 и 1981 гг. США, а в 1980 г. – Канаду. Во время своих путешествий Далай Лама выступал в университетах, колледжах, экуменических собраниях, буддийских центрах и на публичных встречах, шаг за шагом совершая миссию доброты и сострадания. Не будучи предназначенным лишь для буддистов и людей религиозных, его послание обращено ко всему человечеству; в нём говорится о значении доброты, любви и сострадания для самого общественного устройства. Взывая к миру признать вклад религиозных средств воздействия в развитие гармоничных отношений, Далай Лама просит нас считаться с деликатностью современной международной ситуации и трудиться на индивидуальном уровне по созданию отношений для улучшения общества.

Его лекции содержат и технику размышлений, предназначенную для изменения, развития идей и принципов, кои суть основа взглядов индивидов и взаимодействий между людьми. Этот призыв обращён к сердцу, но ради ума: используя разум и чувство, обуздывать эгоизм и порождать альтруизм. Далай Лама постоянно делает упор на важность стремления к благополучию других.

В его лекциях также представлены базисные буддийские доктрины о том, как совершенствовать чистоту ума, пригодную для любого общественного занятия, и как проникать в глубинную природу личностей и явлений, преодолевая конфликт между видимостью и действительностью. Его лекции – послание надежды как с точки зрения возможного для индивида и социального переустройства, так и с точки зрения несокрушимого человеческого духа.

Приводимые здесь 20 лекций по ключевым темам, прочитанных, как правило, в определённых учебных заведениях, нередко дополняются издателем аналогичными высказываниями Его Святейшества, сделанными в других местах. Обычно он говорил по-английски в течение получаса – главным образом о доброте, любви и сострадании, а затем по-тибетски и с более сложным словарём по различным предметам. Будучи переводчиком, я постоянно восхищался его посланием, практичным и пригодным для нас. Как он говорит, человеческое общество начинается с людей и особенно с признания их права на счастье. Такое признание противостоит закоренелому эгоизму, и в этом, в частности, состоит уместность данного послания, наполненного идеями и техниками, способными совершать необходимые перемены.

Его Святейшество побуждает нас заняться делом, в котором Восток и Запад обретут универсальное человеческое тождество.

*Профессор Джеффри Хопкинс  
Университет штата Вирджиния*

## Речь Его Святейшества Далай Ламы XIV-го

*Зал Конституции Конгресса США*

В известном смысле и с материальной точки зрения современное поколение достигло высокого уровня развития. Однако в то же самое время мы суть человеческие существа, оказавшиеся лицом к лицу со множеством проблем. Некоторые из них проистекают из внешних событий или причин, таких как природные бедствия. Мы не можем их избежать. Однако многие проблемы созданы недостатками нашего собственного ума, мы страдаем

вследствие внутренней неуравновешенности. Я называю эти проблемы ненужными, так как если мы усвоим правильный образ мыслей и чувств, то этим, созданным человеком, проблемам нет нужды возникать.

Часто они возникают из-за различий в идеологии, к сожалению, различные религиозные верования также иногда вовлекаются в этот процесс. Отсюда весьма важно, чтобы у нас была правильная позиция. Существуют многочисленные философские взгляды, но основополагающую значимость представляют сострадание, любовь к другим, участие к чужому горю и устранение эгоизма. Я думаю, что сочувствующее сознание является здесь самой драгоценной вещью. Ведь только мы, человеческие существа, в состоянии развиваться. Если у нас доброе, теплое сердце, теплые чувства, то мы будем счастливы и довольны собой, а наши друзья также будут переживать атмосферу мира и дружбы. То же может испытывать нация к нации, страна к стране, континент к континенту.

Основным принципом является сострадание, любовь к другим. В основании всего находится сильное ощущение «Я», а на уровне относительных истин это «Я» переходит в «Я хочу того», «Я не хочу того». Мы переживаем это ощущение естественно, и естественно мы хотим счастья: «Я хочу счастья. Я не хочу страдать». Это не только естественно, но и правильно. Нет необходимости в дальнейших обоснованиях. Это естественное ощущение утверждается просто фактом того, что мы естественно и определенно хотим счастья и не хотим страдания.

Опираясь на это ощущение, мы имеем право обрести счастье и избегать страдания. Далее, поскольку у меня самого есть это ощущение и это право, то и другие равным образом имеют то же самое ощущение и то же самое право. Различие состоит лишь в том, что когда вы говорите «Я», то вы говорите только об одной единственной личности, одном человеке. Других же бесконечно много.

Таким образом, надлежит мысленно видеть следующее: с одной стороны, вообразите себе ваше собственное «Я», которое пока сконцентрировано только на эгоистических целях, с другой стороны, вообразите иных – несметное множество существ. По сути, в самом себе вы являетесь третьей личностью, пребывающей в середине и взвешивающей на тех, что по краям. Ибо жажда счастья и нежелание страдания – это две совершенно равных стороны. Относительно права обрести счастье они представляют то же самое.

В этом случае неважно, сколь значительной является эгоистически мотивированная личность, является ли она одинокой, неважно, сколь бедными являются другие, те, коих несметное множество. Именно бесстрастная третья личность может видеть, что множество более важно, нежели единица. Благодаря третьей личности мы можем пережить и почувствовать, что множество других существ является более важным, чем единичное личное «Я».

Вопрос стоит так: должен ли Я пользоваться обретенным мною счастьем в одиночку, или Я должен обретенное мною счастье расходовать на других? Если Я пользуюсь им ради того несметного множества существ, то это правильно. Если же другие пользуются им ради собственного Я, то это абсолютно неверно. Даже если бы вы использовали его для других, но лишь однажды, вы не были бы счастливы. Только тогда, когда жертвуешь и помогаешь столь много, сколь ты в состоянии, это является источником великой радости. Вот с точки зрения такой позиции действительное сострадание и любовь к другим могут быть развиты.

Основанное на таких размышлениях и ощущениях сострадание может распространять свое влияние даже на врагов. Наше обычное чувство любви и сочувствие на самом деле во многом обязаны привязанности. В отношении вашей собственной жены или мужа, ваших родителей, ваших детей вы испытываете сострадание и любовь. Но фактически это вызвано привязанностью, здесь нет места вашим врагам. Опять-таки в центре этого находятся эгоистические побуждения, поскольку эти люди – это моя мать, мой отец, мои дети, Я люблю их. Противоположное этому есть ясное признание значения и прав других. Если сострадание развивается с такой точки зрения, то оно достигнет даже врагов.

Для того чтобы развить такую мотивацию сострадания, мы должны иметь терпимость, терпение. В практике терпимости враг является лучшим учителем. Ваш враг может научить вас толерантности, тогда как ваши учитель или родители не могут. Так что с этой точки зрения враг действительно очень полезен как лучший из друзей, лучший из учителей.

Исходя из собственного опыта могу судить, что период наибольшего приобретения знания и практических навыков является труднейшим периодом жизни. Если вы проходите его легко, без трудностей, то вы чувствуете, что все прекрасно. Затем однажды, когда вы неожиданно столкнетесь с проблемами, вы почувствуете подавленность и безнадежность. Но и в трудный период можно учиться, можно развивать внутреннюю силу, решимость, мужественность, смело преодолевая трудности. Кто даст вам такой шанс? Ваш враг.

Это не значит, что вы подчиняетесь или склоняетесь пред вашим врагом. В действительности иногда в зависимости от позы врага вы вынуждены будете оказать серьезное противодействие, но при этом не нужно терять глубокого спокойствия и сострадания. Некоторые люди могут подумать: «Теперь Далай Лама несет чепуху». Отнюдь нет. Если вы практикуете это, если вы испытали это самостоятельно, то вы сможете почувствовать это сами.

Развитие любви и сострадания – вот основа. Я обычно говорю, что это главная миссия религии. Когда мы рассуждаем о религии, нам не нужно ссылаться на более глубокие философские положения. Сострадание есть действительная сущность религии. Если вы пытаетесь осуществлять, практиковать сострадание, как то делает буддист, то даже если вы уделяете немного внимания Будде, вы поступаете правильно. Если христианин пытается практиковать такую любовь, то ему не нужно уделять много внимания другим философским предметам. Я говорю об этом доброжелательно. Важным является то, что вы практикуете сущностные начала в своей каждодневной жизни, а на этом уровне едва ли есть различия между буддизмом, христианством и другими религиями. Все религии делают упор на исправление, улучшение человеческих существ, на чувство братства и сестринства, а любовь – общее для них. Таким образом, если вы рассматриваете сущность религий, то расхождения в этом минимальны.

Я сам чувствую и говорю об этом другим буддистам, что вопрос о нирване придет позже. Спешка здесь ни к чему. Но если день за днем ваша жизнь проходит праведно, честно, с любовью, состраданием, с наименьшим эгоизмом, тогда это само собой приведет к нирване. И наоборот, если вы толкуете о нирване, о философии, но не очень заботитесь о каждодневной практике, тогда вы, может быть, достигнете чуждой нирваны, однако вам не достичь истинной нирваны, так как ваша ежедневная практика есть ничто.

Мы должны выполнять эти благие учения в повседневной жизни. Веруете вы в Бога или не придаете этому большого значения, веруете вы в Будду или не придаете этому столь же большого значения, как и буддист, верите вы в перерождения или для вас это не столь значительно – в любом случае вы должны вести праведную жизнь. Праведная жизнь вовсе не означает стремления только к чистой пище, чистым одеждам, чистому жилищу. Этого отнюдь не достаточно. Добрые побуждения – вот что необходимо при этом, а именно: сострадание, отсутствие догматизма, отсутствие усложненной философии, понимание того, что другие люди – братья и сестры и нужно уважать их права и человеческое достоинство. То, что люди могут помогать друг другу, является одной из наших уникальных человеческих способностей.

Мы должны разделять страдания других людей. Даже если вы не можете помочь деньгами, проявите заботу, дайте моральную поддержку, выразите сочувствие, что является ценным само по себе. Это то, что должно быть в основе действий, невзирая на то, именуют это религией или нет.

В современном мире некоторые люди могут думать, что религия существует для тех, кто пребывает в уединенных местах и вовсе не нуждается в занятиях бизнесом или политикой. Моим ответом будет: «Нет!» Ибо, как я уже сказал, в моей простой религии ключевым побуждением является любовь. За исключением некоторых мелких движений, все

действия – особенно большие и обдуманые – происходят по той или иной причине. Если в политике у вас добрые намерения, побуждающие улучшать человеческое общество, то такой политик – правый и честный политик. Сама по себе политика не плохое занятие. Мы говорим: «Грязная политика», – но это неправильно. Политика необходима как инструмент разрешения человеческих проблем, а также проблем общества. В сущности она не плоха, она необходима. Однако если политиком занимаются дурные личности, прибегающие к коварству и не имеющие верных побуждений, тогда, конечно, она становится плохой.

Это истинно не только в политике, но во всех сферах, включая религию. Если я говорю о религии с дурными помыслами, то проповедь становится плохой. Но вы не можете сказать, что религия вредна, вы не можете сказать: «Грязная религия».

Таким образом, побудительная причина весьма важна. Моя простая религия есть любовь, уважение других, честность. Обучение этому охватывает не только религию, но и политику, экономику, предпринимательство, науку, закон, медицину – все. При надлежащей мотивации это может помочь человеческой природе, без этого она пойдет другим путем. Без добрых побуждений наука и технология вместо помощи принесут больше страха и угрозу глобального разрушения. Сострадательный ум очень важен для человечества.

Ныне если вы посмотрите на общество более глубоко, то увидите, что люди не так уж счастливы, как может показаться на первый взгляд. Например, когда я впервые прибываю в новую страну, все выглядит очень красиво. Когда я встречаю новых людей, все очень мило, нет никаких жалоб. Но затем день за днем я слушаю, и слышу о людских проблемах, и становится ясно, что всюду много проблем. Беспокойство проникает глубоко. Из-за этого внутреннего ощущения беспокойства люди чувствуют себя обособленными, подавленными, ментально переживают тревогу, страдание. Такова общая атмосфера. Действительную справедливость и честность невозможно совместить с коварными намерениями. Но также невозможно совместить желание помочь другим с эгоистическими побуждениями. Если вы говорите о мире, любви, справедливости и т. п., а затем под реальным воздействием каких-либо событий забываете все это, пусть даже и вынужденно, подавляете других или даже развязываете войну, то это явный знак того, что отсутствует нечто важное.

Подобная тревожная атмосфера – есть наша современная действительность. Это очень плохо, но это реальность. Людям может показаться, что противоположное этому внутреннее преобразование, о котором я говорил, является просто идеалистическим и не связанным с нашим положением здесь, на земле. Мне думается однако, что если нынешнее состояние общества, в котором все зависит от денег и власти, и которое не волнует подлинная ценность любви, продолжится, то человеческое общество потеряет и ценность справедливости, и ценность сострадания, и ценность честности. Тогда в следующем поколении или в более отдаленном будущем люди очутятся перед лицом величайших трудностей и еще большего страдания.

Таким образом, хотя осуществлять внутренние изменения и нелегко, но необходимо пытаться их выполнить, ибо это стоящее дело. Таково мое твердое убеждение. Что значимо, то мы и пытаемся сделать как можно лучше. Преуспеем мы или нет – это уже другой вопрос. Даже если мы не сможем достичь того, к чему стремились в течение этой жизни, мы все равно правильно поступали. По крайней мере предприняли попытку улучшить человеческое общество на основе любви, а также путем умаления эгоизма.

Люди, ежедневно занимающиеся текущими проблемами, должны сосредотачиваться на непосредственной задаче, но в то же время они не должны упускать из виду долгосрочное воздействие на человечество, на общество. Например, в сущности все ваше тело должно быть здоровым и сильным, так как обладая хорошим здоровьем, вы избегнете заболеваний, а если даже и заболите, то легко и за короткий период вылечитесь.

Нечто похожее происходит и с человеческим обществом. Если мы на 100% заняты «реальными делами» ради краткосрочных выгод, ради временной пользы, то это все равно, что быть больным и принимать таблетку. Если одновременно присутствует больше ума и

больше раздумий о долгосрочном будущем человечества, то это походит на созидание здорового тела. Необходимо объединить временное и длительное решение проблем.

В течение последних нескольких лет я наблюдаю за мировыми проблемами, в том числе за нашей собственной проблемой – положением тибетцев. Я думал об этом и встречался с видными личностями различных стран и сфер интересов. В основном все они похожи. Я пришел с Востока, большинство из вас – с Запада. Если глядеть на вас поверхностно, то мы отличаемся, и если делать на этом акцент, то расстояние между нами станет еще больше. Если же посмотреть на вас как на подобных мне человеческих существ – с одним носом, двумя глазами и т. д., то дистанция сама собой исчезнет. Мы являемся одинаковой человеческой плотью. Я хочу счастья – и вы тоже хотите счастья. Исходя из этого взаимного признания, мы сможем по-настоящему уважать друг друга и доверять друг другу, и придем к совместным действиям и гармонии, а в результате будут сняты многие проблемы. Ведь в этом мире в данный момент не только нация от нации сильно зависит, но и континент от континента. Поэтому существенным должно быть подлинное содействие и с добрыми побуждениями. Добрые отношения сердца с сердцем и человека с человеком являются очень важными и очень необходимыми. Все зависит от доброты побуждений.

## **Светлая природа ума**

*Колледж Клермонта*

Нам необходимо знать и культивировать добрые отношения, но наше привыкание к дурным страстям, таким как ненависть, создает огромное препятствие. Нам нужно научиться распознавать различные формы дурных беспокоящих эмоций и бороться с ними прямо на месте. Если постепенно привыкнуть контролировать плохое отношение, то через ряд лет, возможно, станет спокойным даже тот, кто часто пребывал в яростном состоянии.

Некоторым людям может показаться, что они потеряют свою независимость, если не позволят своему уму «бродить» там, где он хочет, когда они пытаются контролировать его. Это не так. Если ваш ум развивается в правильном направлении, то вы уже достигли независимости, но если он развивается неправильным образом, то его необходимо сдерживать.

Возможно ли полностью избавиться от тревожащих эмоций, или возможно лишь подавить их? Согласно буддийской точке зрения, обусловленная природа ума – это ясный свет и, значит, загрязнения не находятся в самой природе ума. Загрязнения являются случайными, временными и могут быть устранены. С абсолютной же точки зрения, природа ума – это пустотность присущего ему существования.

Если бы тревожащие чувства, такие как ненависть, принадлежали самой природе ума, тогда изначально ум всегда пребывал бы в состоянии ненависти, поскольку это было бы его природой. Однако очевидно, что это не так. Только в определенных обстоятельствах мы становимся злыми, и когда эти обстоятельства проходят, злость больше не возникает. Это указывает на то, что природа ненависти и природа ума различны, хотя в более глубоком смысле они суть сознания, обладающие светящейся и познающей природой.

Каковы же обстоятельства, служащие основой для возникновения ненависти? Она происходит из-за того, что мы переносим на объекты непривлекательность или негатив, которые преувеличивают действительное положение вещей. Отталкиваясь от этого, мы злимся на то, что мешает нашим желаниям. Следовательно, основания для ненавидящего ума неубедительны, в то время как любящий ум имеет крепкие опоры. И когда в течение долгого времени отношения, основанные на крепких опорах, соревнуются с отношениями без оных, побеждают первые.

Поэтому если в течение длительного периода у вас постоянно добрый склад ума, базирующийся на солидном фундаменте, то плохие мысли будут постепенно убывать. Например, базисом прогресса при тренировках в прыжках в длину является сильное

физическое тело, а оно имеет предел дальности такого прыжка. Поскольку ум есть сущность лишь света и познания, то базис тренинга ума возможен через постепенное освоение и развитие благотворных отношений, а это безгранично.

Мы знаем, что ум в состоянии помнить многие вещи. Ныне мы не умеем удерживать сверхъестественное их количество, так как используем лишь грубые уровни сознания. Если бы мы прибегли к более тонким уровням, то смогли бы удерживать в памяти гораздо больше.

Качества, от которых зависит ум, могут возрастать беспредельно. Когда вы осуществляете и увеличиваете позиции противоядия и противостояния тревожащим эмоциям, то эти нежелательные отношения убывают и, наконец, исчезают совсем. Поэтому и сказано, что наш ум имеет природу чистого ясного света и познания, а все мы имеем фундаментальные сущности, необходимые для достижения состояния Буддства.

Основополагающая буддийская точка зрения заключается в том, что бытие ума зависит, собственно, от сущности чистого ясного света и познания. Можно показать, как ум, в конечном итоге, в силах знать все. С философской же точки зрения это удостоверяется положением, согласно которому добрые отношения могут возрастать беспредельно.

В повседневной деятельности очень полезно установить обусловленную природу ума и сосредоточиться на ней. Причина, по которой трудно установить природу ума, состоит в том, что он как бы сокрыт под нашими собственными понятиями. Следовательно, прежде всего прекратите вспоминать случившееся в прошлом, прекратите думать о возможных событиях в будущем, позвольте уму течь в согласии с самим собой и без рассудочно-концептуального покрывала. Позвольте уму остаться в естественном состоянии и понаблюдайте за ним. Поначалу, пока вы не привыкнете к этому упражнению, оно покажется достаточно трудным, но со временем ум станет схожим с чистой водой. Вот так и пребывайте с этим неподдельным умом, не разрешая возникать в нем концепциям.

Такой медитации лучше всего посвятить раннее утро, когда ваш ум пробужден и ясен, а ваши чувства еще задействованы не полностью. Она поможет в том случае, если вы не слишком много наедаетесь на ночь и не слишком много спите, что делает ум ярче и острее на следующее утро. Постепенно ум будет становиться все более прочным, а осознанность и память – яснее.

Следите, чтобы это упражнение делало ваш ум бдительным повсюду. В качестве временной пользы ваши мысли будут спокойнее. Когда ваша память улучшится, вы постепенно сможете развить проницательность, которая обусловлена и увеличением осознанности. Спустя долгое время благодаря вашим усилиям ум станет более бдительным и острым, и вы сможете применить его в той области, в которой захотите.

Если вы способны делать маленькую медитацию ежедневно, изнутри стягивая рассеянный ум на одном объекте, то это крайне полезно. Рассудочнопонятийное мышление, стремящееся проникнуть в раздумья о благих предметах, о плохих вещах и так далее, будет вынуждено остановиться. Это доставит вам небольшое высвобождение как раз для того, чтобы попасть во внеконцептуальное состояние и слегка отдохнуть.

## **Четыре благородные истины**

*Вашингтонский университет*

Собственно говоря, все религии имеют одинаковые побудительные причины к любви и состраданию. Хотя существуют зачастую весьма большие различия в области философии, основополагающая цель усовершенствования является в большей или меньшей степени той же самой. У каждого вероисповедания свои особые методы. Хотя наши культуры естественно разнятся, наши системы сближаются, потому что мир становится все теснее благодаря улучшению коммуникации, предоставляющей нам хорошие возможности учиться друг у друга. Думается, это весьма полезно.

Христианство, например, обладает многими практическими методами, используемыми во благо человечеству, особенно в областях образования и здравоохранения. Тут буддисты могут многому научиться. В то же время существуют буддийские учения о глубокой медитации и способах философского рассуждения, из которых христиане могли бы почерпнуть полезные техники совершенствования. В древней Индии буддисты и индуисты заимствовали многие положения друг у друга.

Поскольку эти системы в основном одинаково нацелены на благо человечества, нет ничего дурного в том, чтобы учиться друг у друга. Напротив, это поможет развить уважение друг к другу, поможет содействовать гармонии и единству. Поэтому я расскажу немного о буддийских идеях.

Корень буддийской доктрины в четырех благородных истинах: настоящие страдания, их причины, пресечение последних и пути к этому. Четыре истины состоят из двух групп следствия и причины: страдания и их причины, прекращение страданий и пути его осуществления. *Страдание* подобно болезни. Внешние и внутренние условия, приносящие болезненность, суть *причины* страдания. Состояние выздоровления от болезни есть *пресечение* страдания и его причин. Лекарства, излечивающие недомогание, являются правильными *путями*.

Основания, для того чтобы рассматривать следствия (страдание и его пресечение) ранее, чем причины (источники страдания и пути), состоят в следующем: прежде всего мы должны установить болезнь, подлинные муки, кои – суть первой благородной истины. Затем уже будет недостаточно лишь признавать болезнь. Ибо для того чтобы узнать, какое лекарство принимать, необходимо понять болезни. Значит, второй из четырех истин являются причины или источники страдания.

Недостаточным также будет установление причин болезни, вам нужно определить, возможно ли излечение недомогания. Это знание и есть как раз третий уровень, т. е. что существует правильное пресечение страдания и его причин.

Теперь, когда нежеланное страдание опознано, его причины установлены, затем стало понятно, что болезнь может быть вылечена, вы принимаете лекарства, которые являются средствами устранения недомогания. Необходимо быть уверенным в путях, которые приведут к состоянию освобождения от страданий.

Наиболее важным считается сразу установить страдание. В общем страдание бывает трех видов: страдание от боли, страдание от перемены и сложное, распространяющееся повсюду страдание. Страдание от боли – это то, что мы обычно принимаем за телесное или умственное мучение, например, головная боль. Желание освободиться от такого типа страдания свойственно не только людям, но и животным. Существуют способы избежать некоторых форм такого страдания, например, прием лекарственных препаратов, облачение в теплые одежды, устранение источника заболевания.

Второй уровень – страдание от перемены – это то, что мы поверхностно воспринимаем как удовольствие, но стоит приглядеться, чтобы понять подлинную суть страдания. Возьмите в качестве примера то, что обычно считается приятным – покупку нового автомобиля. Когда вы приобрели его, вы чрезвычайно счастливы, восхищены и удовлетворены, но по мере пользования им возникают проблемы. Если бы причины наслаждения были внутренними, тогда, чем больше вы пользовались бы причиной удовлетворения, тем соответственно больше должно было бы увеличиваться ваше наслаждение, но этого не происходит. Привыкая все больше и больше, вы начинаете испытывать неудовольствие. Следовательно, в страдании от перемены тоже проявляется сущность страдания.

Третий уровень страдания служит основанием для первых двух. Он отображает наши собственные ментальные и физические загрязненные совокупности. Его называют сложным, распространяющимся повсюду страданием, поскольку он наполняет собой и прилагается ко всем типам перерождения существ, входит в состав базиса нынешнего страдания, а также вызывает будущее страдание. Нет никакого способа выбраться из этого типа страдания, кроме как прекратить череду перерождений.



Эти три типа страдания устанавливаются в самом начале. Таким образом, нет не только чувств, которые бы отождествлялись со страданием, но также нет ни внешних, ни внутренних феноменов, в зависимости от которых возникали бы такие чувства. Сочетание умов и ментальных факторов называется страданием.

Каковы же причины страдания? В зависимости от чего оно возникает? Среди них кармические источники и беспокоящие эмоции – вот вторая из четырех благородных истин о подлинной причине страдания. Карма, или действие, состоит из телесных, словесных и умственных деяний. С точки зрения настоящей действительности, или сущности, деяния бывают трех видов: добродетельные, недобродетельные и безразличные. Добродетельные деяния – это те, которые вызывают приятные или добрые последствия. Недобродетельные деяния – это те, которые вызывают мучительные или плохие последствия.

Тремя главными беспокоящими страстями являются омрачение, желание и ненависть. Они выплескиваются и многими другими типами тревожных эмоций, таких как зависть и неприязнь. Для того чтобы приостановить кармические действия, нужно пресечь эти беспокоящие страсти, выступающие в качестве причины. Если сопоставить карму и буйные эмоции, то главной причиной страдания являются последние.

Когда вы задаетесь вопросом о том, возможно ли устранить беспокойные страсти, то вы уже касаетесь третьей благородной истины, подлинного прекращения. Если бы тревожащие эмоции располагались в самой природе ума, то их нельзя было бы удалить. Например, если бы ненависть пребывала в природе ума, то тогда мы долго испытывали бы потребность в ненависти, но такого явно не происходит. То же самое верно и относительно привязанности. Следовательно, природа ума, или сознание, не осквернена загрязнениями. Загрязнения поддаются удалению, годятся быть устраненными из основания, ума.

Понятно, что хорошие отношения противоположны плохим. Например, любовь и злоба не могут возникать одновременно в одной и той же личности. Пока вы испытываете злобу к некоему объекту, вы не сможете в тот же момент почувствовать любовь. И наоборот, пока вы переживаете любовь, вы не можете чувствовать злость. Это указывает, что данные типы сознания являются взаимоисключающими, противоположными. Естественно, когда вы станете более склоняться к одному типу отношений, другой – будет ослабевать и ослабевать. Вот почему, практикуя и умножая сострадание и любовь – добрую сторону разума, – будешь автоматически искоренять другую ее сторону.

Итак, установлено, что источники страдания могут постепенно устраняться. Полное исчезновение причины страдания есть правильное прекращение. Таково конечное освобождение – это подлинное, мироуспокоительное спасение. Вот третья из четырех благородных истин.

Каким же путем вам следует направиться, чтобы достичь этого прекращения? Поскольку недостатки проистекают преимущественно из-за деяний ума, то и противоядие должно быть ментальным. В самом деле, нужно узнать о конечном существовании всех феноменов, но наиболее важно познать конечное состояние ума.

Вначале вам необходимо заново, непосредственно и в совершенстве осознать недвойственную, абсолютную природу ума таким в точности, каков он есть. Это путь видения. Затем, на следующем уровне, такое восприятие становится обычным. Это уже – путь медитации. Но прежде этих двух уровней необходимо добиться и двойственной медитативной устойчивости, которая является единством успокоения и особого прозрения. Говоря в общих чертах, это необходимо сделать для того, чтобы иметь силовое умудренное сознание, для чего нужно прежде всего развивать устойчивость сознания, называемую успокоением.

Таковы уровни пути – четвертой благородной истины, требуемой для осуществления третьей благородной истины – истины прекращения, которая в свою очередь устраняет первые две благородные истины, а именно: страдания и их причины.

Четыре истины – суть основной структуры буддийской доктрины и практики.

\*\*\*

**Вопрос:** По крайней мере внешне, кажется, есть различие между буддийским принципом устранения и важностью для Запада иметь цель в жизни, которая подразумевает, что желание есть благо.

**Ответ:** Существуют два типа желаний: один лишен разума и смешан с буйными страстями, второй – это когда вы смотрите на хорошее как на хорошее и пытаетесь достигнуть его. Последний тип желаний правилен с учетом того, что любой живущий вовлечен в деятельность. К примеру, полагать, что материальный прогресс, основанный на понимании того, что этот прогресс служит человечеству и, значит, хорош, – также верно.

## Карма

*Университет Брауна*

Наслаждение и боль проистекают от ваших собственных былых деяний (карма). Таким образом легко объяснить карму посредством одного коротенького высказывания: если вы поступаете хорошо, результаты будут хорошими, если вы поступаете плохо, результаты будут плохими.

Карма означает действия. С точки зрения самих произведенных действий они подразделяются на телесные, словесные и умственные деяния. С точки зрения их последствий деяния бывают добродетельными, недобродетельными и безразличными. В понятиях времени существуют два типа: намерение действовать, в котором обдумывается, что делать, и намеренные действия, которые являются выражениями этих умственных побуждений в телесном или словесном деянии.

Например, опираясь на побуждение, я сейчас говорю и тем самым накапливаю словесные деяния, или карму. Станут ли эти действия хорошими или плохими, зависит преимущественно от моей побудительной причины. Если я говорю с добрыми намерениями, искренне, с уважением и любовью к другим, тогда мои деяния являются благими, добродетельными. Если я действую, побужденный гордостью, ненавистью, осуждением и т. д., тогда мои речевые и телесные деяния становятся недобродетельными.

Следовательно, карма осуществляется все время. Когда говорят с добрыми намерениями, дружественная беседа возникает в качестве непосредственного результата. И тогда деяние фиксируется в уме, влияя в будущем на возникновение приятного. При дурных побуждениях сразу же создается враждебное окружение, а в будущем это вызовет боль того, кто говорит плохое.

Учение Будды состоит в том, что вы – творец самого себя, все зависит от вас. Это означает, что наслаждение и боль происходят от добродетельных и недобродетельных деяний, которые не приходят извне, а только внутри вас. Эта теория весьма полезна в повседневной жизни, так как вы сразу начинаете верить во взаимосвязь между действиями и их последствиями. Независимо от того, есть внешний надзиратель или его нет, вы всегда будете бдительны и станете проверять самого себя. К примеру, если лежат здесь какие-то деньги или красивая жемчужина и никого нет вокруг, вы могли бы легко взять ее. Однако, если вы верите в эту доктрину, согласно которой все сказывается в будущем на вас самом, то вы ничего не возьмете.

В современном обществе имеются сложные полицейские системы с развитой технологией расследования, однако люди все еще преуспевают в совершении террористических актов. И хотя одна сторона благодаря сложной технике в состоянии выйти на след другой, преступившей закон стороны, эта другая сторона ради содеяния беды исхитряется еще больше. Правильным надзором является только внутренний – чувство заботы и ответственности за свое собственное будущее и человеколюбивый интерес к благодеянию другим.

Практически, самый лучший контроль над преступностью – это самоконтроль. Через внутреннее изменение преступление может быть остановлено и мир привнесен в общество. Надзор над собой является наиболее важным, и таким образом буддийская теория о самоответственности полезна, так как она привлекает самоиспытание и самоконтроль при соблюдении как собственных интересов, так и чужих.

Предусматриваются различные виды результатов деяний. Один из них «следствия в качестве плодов». Например, если некто совершает недобродетельное деяние, то его ждет плохое жизнепереселение в состояние животного, и такое перерождение будет закономерным следствием, т. е. осуществлением плода в другой жизни. Второй вид называется «следствием, подобным его причине в отношении опыта». К примеру, если после плохого жизнепереселения, полученного за убийство, вы позже возрождаетесь человеком, то жизнь ваша будет короткой. Такое следствие-наказание ждет вас за прерывание чьей-то короткой жизни. Третий вид называется «следствием, подобным его причине в отношении назначения». Примером могли бы послужить тенденции, образующиеся после совершения такого недобродетельного деяния, как убийство.

Названные примеры могут аналогично использоваться и по поводу добродетельных деяний. Существуют такие, следствия которых совпадают, т. е. многие существа поступают однотипно, поэтому и следствия испытываются совокупно: к примеру, совместное проживание в определенной физической среде.

Значение таких буддийских учений о деяниях состоит в том, что они вносят положительный вклад в человеческое общество. Я надеюсь, что, будь то религия или нет, мы станем изучать каждую иную систему для того, чтобы собрать полезные идеи и разработки ради усовершенствования человечества.

## **Лечение мудростью и состраданием**

*Общество изучения дзена. Нью-Йорк.*

(Раннебуддийский обет при вступлении в монашескую общину на санскрите:)

Буддхам щаранам гаччхами.  
Дхармам щаранам гаччхами.  
Сангхам щаранам гаччхами.

«Я ищу прибежища у Будды. Я ищу прибежища в учении о Дхарме. Я ищу прибежища в монашеской общине, Сангхе». Хотя этот напев исполнен не по-тибетски, сущность его неизменна и показывает, что все мы последователи одного учителя – Будды. Те из нас, кто творят подобные молитвы, верят в буддийские учения, но я не могу сказать, что для каждого буддизм – наилучшая религия. У людей различные вкусы, и поэтому разные религии подходят для разных людей. Различные лекарства приписываются при всевозможных недомоганиях, и лекарство, годное в одном случае, может не годиться в другом. Значит, и мне нельзя заявить самое простое: «Буддизм – наилучшее средство лечения».

Буддийские учения столь же крайне глубоки, сколь и многообразны. Некоторые говорят, что буддизм не религия, а скорее наука ума. Другие добавляют, что буддисты являются атеистами. В любом случае буддизм – это разумный, глубокий и утонченный подход к человеческой жизни, который делает упор не на нечто внешнее, а на личную ответственность за внутреннее развитие. Буддой сказано: «Вы создаете сами себя, от вас зависит положение вещей. Я учитель и, подобно врачу, могу вам дать действенное лекарство, но вам придется самостоятельно его принимать и наблюдать за собой».

Кто такой Будда? Будда – существо, достигшее полного очищения ума, речи и тела. В соответствии с определенными писаниями ум Будды, или Дхармакая – Тело Истины, можно отождествить с самим Буддой. Речь Будды, или внутреннюю силу, – с Дхармой, т. е.

доктриной. Физическое тело Будды можно отождествить с Сангхой, т. е. духовной общиной. Таким образом, мы вернулись к Трем драгоценностям: Будда, Учение, Духовная община.

Достижение состояния Будды обусловлено причиной или нет? – Обусловлено. Неизменен ли Будда? Вечен ли Шакьямуни, отдельный Будда? – Нет. Сначала Будда Шакьямуни был Сиддхартхой, обычным человеком, заблуждающимся и предающимся пагубным мыслям, а также совершающим ложные действия, т. е. таким, как и любой из нас. Однако с помощью определенных Учений он постепенно очистился и в конце концов стал просветленным.

Пройдя через те же самые испытания, мы точно так же сможем полностью просветлеть. Существует множество уровней ума, из которых самым тонким является глубинная природа Будды, семя Буддства. Все существа имеют внутри себя это тонкое сознание, которое посредством упражнений в глубокой медитации и добродетельности может быть постепенно преобразовано в чистое состояние Будды. Наше положение очень обнадеживает, так как семя освобождения внутри нас.

Будучи верными последователями Будды, мы должны постоянно совершенствовать сострадание и честность. Делая добро другим, мы сумеем научиться быть менее эгоистичными. Разделяя страдания других, мы будем все более увеличивать заботу о благе всех существ. Таковы основоположения Учения. Для того чтобы осуществить их, мы практикуем глубокую медитацию и совершенствуем мудрость. По мере развития нашей мудрости естественным образом укрепляются и наши нравственные чувства.

Будда всегда подчеркивал равновесие мудрости и сострадания: хороший рассудок и доброе сердце должны работать вместе. Придавая же больше значения рассудочности и пренебрегая сердцем, можно породить в этом мире дополнительные проблемы и страдания. С другой стороны, делая упор лишь на сердце и игнорируя разум, люди мало чем отличаются от животных. Рассудок и сердце должны совершенствоваться равновесно, а следствием этого станет материальный прогресс, сопровождаемый благим духовным развитием. Работающие в согласии сердце и разум произведут плоды истинного миролюбия в дружественной семье человечества.

\*\*\*

**Вопрос:** Что означает «дхарма»?

**Ответ:** «Дхарма» – санскритское слово со значением «опора». С самой широкой точки зрения это слово может относиться ко всем явлениям, поскольку любое из них опирается на свою собственную сущность. Однако рассматривая связь дхармы и мира, скажем, что дхармой можно назвать любую практику воздержания, благодаря использованию которой личность способна избежать страха. Это может быть воздержание или защита от страданий, а также от их причин, т. е. страстей. Мы пытаемся сдерживать ум, и упражнения по контролю над умом суть дхарма. Опираясь на них, мы удерживаемся от испуга и других плохих ситуаций, которые бы могли быть вызваны страстями.

## **Человеколюбие и шесть совершенствований**

*Церковь Троицы. Бостон.*

Главная тема буддизма – альтруизм, основанный на сострадании и любви. Чувство сострадания важно как для верующего, так и для неверующего, т. к. каждый разделяет и осознает ценность любви. Когда мы человеческие существа – маленькие дети, тогда мы во многом зависимы от доброты наших родителей. Без их доброты трудно было бы выжить. Когда опять-таки становимся очень старыми, мы весьма нуждаемся в доброте других, зависим от нее. Однако между детством и старостью мы кажемся себе совершенно

независимыми; поскольку у нас нет нужды опираться на других, постольку мы перестаем совершать добрые деяния. Это неправильно.

Лица, увлеченные практикой сострадания, чувствуют себя внутренне много счастливее, более спокойно и умиротворенно, а другие люди отвечают им на это взаимностью. Ведь из-за гневливости невозможны подлинный мир, дружба, доверие, тогда как благодаря любви мы развиваем понимание, единство, дружбу и согласие. Таким образом, доброта и сострадание – это самое важное, самое прекрасное и самое ценное.

У человеческих существ утонченный разум есть результат преимущественно материального развития. Если же уравновесить внешнюю и внутреннюю стороны, то мы сможем пользоваться материальными вещами правильно. Тогда, радуясь техническому прогрессу, мы одновременно не будем терять значения человеческой сути.

Вот почему сострадание и человеколюбие столь важны. Я немного объясню, как их практиковать в соответствии с буддийским учением. Хорошее отношение, о котором я говорю, есть чувство, возникающее при вашем выборе благодеяния самому себе или другим. Нельзя сразу научиться лелеять интересы иных и пренебрегать своими собственными, для этого нужен опыт. В буддизме имеются две главные техники по развитию такого альтруистического отношения. Одна называется «сравнением и изгнанием самости», а другая – «семичленными сущностными наставлениями о причине и следствии». Первая обходится без теории перерождений, а вторая на нее опирается. Поскольку первая уже объяснена мною выше (см. начальную часть выступления в Зале Конституции), побеседуем сегодня о семичленных сущностных наставлениях о причине и следствии.

Для того чтобы серьезно судить о счастье и благе другим, нужно иметь особую человеколюбивую позицию, в соответствии с которой вы принимаете на себя ношу помощи другим. Чтобы создать столь необычную позицию, необходимо иметь великое сострадание, заботиться о чужих страданиях и хотеть делать что-то для чужих. Чтобы иметь столь огромную силу сострадания, у вас должно быть прежде всего чувство крепкой любви и, наблюдая беды живых существ, вы должны желать им счастья, находить приятное в каждом и думать о благополучии каждого, как то делает мать для своего единственного милого малыша. Опять-таки чтобы выработать чувство близости и драгоценности чужой жизни, вам нужно развивать сознание доброты, используя в качестве модели то лицо из вашего жизненного круга, которое было чрезвычайно добрым лично к вам, а затем распространить это чувство благодарности на все существа. Поскольку зачастую мать оказывается самым близким человеком, доставившим наибольшее содействие, путь медитативных упражнений начинается с перенесения на всех живущих того доброго отношения, которое у вас есть к матери.

Эта система медитации состоит из семи шагов:

- 1 – осознать, что все живые существа подобны матери;
- 2 – стать внимательным к их доброте;
- 3 – задуматься над тем, как вознаградить их за доброту;
- 4 – любить;
- 5 – сострадать;
- 6 – создавать необыденное отношение к жизни;
- 7 – с любовью к человеку вознамериться стать просветленным.

Чтобы осуществить эту медитацию, необходимо познать процесс перерождения. Ваше сознание, будучи сутью света и знания, с неизбежностью происходит от предыдущего момента сознания, т. е. то же от сути света и знания, – таково обоснование реальности перерождения. Невозможно, чтобы сознание было произведено от материи как его сущностной причины. Сознание происходит от предыдущего момента сознания, а начало цепи актов сознания нельзя установить. Таким образом, как общие, так и наиболее тонкие виды сознания не имеют ни начала, ни конца. Исходя из этого, утверждается, что есть перерождение.

Поскольку перерождений волей-неволей бесконечно много, каждый имел родство с самим собой, так же как с матерью в этой жизни. Чтобы приучиться к такому узнаванию, нужно прежде всего обладать невозмутимым умом. Вы начинаете замечать, что внутри ваших дум чужие люди разделяются на три основные категории: друзья, враги и те, кто вам безразличен. У нас к ним возникает три разных подхода: желание, ненависть и пренебрежительное безразличие. Когда действуют эти три типа отношений, невозможно создать альтруистическое отношение, и поэтому не удастся нейтрализовать желание, ненависть, безразличие.

Но сделать это помогает размышление над перерождением. Поскольку наши рождения безначальны, постольку несть им числа, и не определить, были ли всегда в прошлом нашими друзьями те, кто сейчас нам друг, а тот, кто сейчас нам враг, был ли он таковым в прошлом. Ведь даже в течение одной жизни прежние ваши враги могут позже перейти в друзья, а прежние ваши друзья – стать врагами. Отсюда бессмысленно и ограничено считать некое лицо лишь в качестве друга, а другое – лишь в качестве врага.

Когда вы поразмышляете по этому поводу, одностороннее восприятие некоторых лиц в качестве друзей, а иных в качестве врагов, как и постепенное порождение желания и ненависти, будут становиться слабее по своему выражению. Вообразите пред собой трех человек – друга, врага и лицо нейтральное, и, рассмотрев их, вы придете к выводу, что вовсе не ясно, кто из них будет все время мешать или помогать. Важно совершать такую медитацию с учетом особенностей конкретных людей, а не просто в отношении всех живых существ, так как в последнем случае взгляд был бы слишком рассеянным, чтобы изменить позицию к определенным людям. Чувство уравновешенности будет у вас постепенно развиваться в отношении тех трех лиц, после чего вы сможете медленно расширять границы действия этого чувства на иные существа.

Когда вы преуспеете в данном изменении, займитесь следующим шагом. Поскольку рождения любого из нас не имеют начала и несть им числа, каждая отдельная личность уже была вашим лучшим другом, родителем или кем-то еще в долгой череде жизней. Осознав это основоположение, вы сможете постепенно развить мысль, что все живые существа суть друзья.

Затем подумайте о доброте, которую они проявляли лично к вам, когда они были вашими родителями. Когда они были вашими отцом или матерью в прежней жизни, то защищали вас своей добротой, точно так же, как это делали ваши нынешние родители, когда вы были маленькими. Поскольку фактически нет разницы, когда люди добры к вам – сейчас или в прошлом, это значит, что все существа равно выказывают доброту к вам либо в этой жизни, либо в другой, но они все равно добры.

Итак, даже когда иные и не являются вашими родителями, они очень добры к вам. Вот почему как можно больше хороших свойств нам нужно проявлять в отношении других лиц. Позже я объясню, как практиковать шесть совершенствований, почти полностью соотносимых с другими живыми существами. Подобным образом в отношении последних осуществляется и начальная практика нравственных заповедей, состоящая в отречении от десяти недобродетельных деяний: убийства, воровства, прелюбодеяния, лжи, осуждения, оскорбления, пустословия, алчности, злоумышления и заблуждения. Добавим, что даже в нашей современной жизни многие удобства, которым мы радуемся, например, прекрасные здания, дороги и т. д., сделаны другими людьми. Таким образом, дабы стать просветленным, вам нужно заняться важнейшей практикой терпимости, а для ее прохождения необходим враг. Поэтому враги являются весьма ценными объектами.

Если вы рассмотрите это дело глубоко и подробно, то поймете, что даже великие враги, в течение времени причинявшие вам односторонний вред, простирают на вас великую доброту. Основанием такому заключению служит то, что, имея врага, вы можете научиться подлинной терпимости и терпению, в то время как религиозный учитель или ваши родители не могут проверить силу вашей толерантности. Только столкнувшись с деятельностью врагов, вы сможете проявить настоящую внутреннюю силу. С этой точки зрения именно

враги суть учителя внутренней силы, смелости и решимости. Благодаря врагу вы сможете приблизиться к реальности, очистившись от претензий.

Когда упражняются в человеколюбии, враги не только не отвергаются, напротив, они нежно любимы, и даже более того. Так, вместо того, чтобы злиться на вашего врага, вам надлежит думать о том, как вознаградить его доброту, которая простирается до вас. Если вы не вознаграждаете за это, то поступаете грубо.

Желание вознаградить за доброту придет после того, как вы станете внимательным к чужой доброте. Как этого достичь? Следующий шаг состоит в вызывании чувства любви, желания счастья всем живым существам, особенно тем, кто лишен его и всех его источников. Когда вы взираете на живые существа с любовью, находя приятное в каждом и нежно любясь каждым, тогда вы совершаете следующий шаг – сострадание, которое есть желание сделать свободным от страдания и всех его причин каждого из живущих.

Порождение любви и сострадания влечет изменение вашего собственного состояния, но существа, ставшие объектами этих чувств, продолжают страдать. Так, породив любовь и сострадание, должно совершить следующий шаг – распространять человеколюбие. Нельзя останавливаться на мысли: «Как было бы хорошо, если бы они освободились от страдания и его причин, обрели счастье и его источники». Нужно значительно развивать мысль: «Я буду содействовать им в освобождении от страдания и его причин, а также в обретении счастья и его источников». В этом случае вы разовьете сильную решимость не только порождать в уме добрые помыслы, но и действительно освобождать существа от страдания и доставлять им счастье посредством ваших собственных усилий.

Это высокое намерение придаст вам величественную смелость для того, чтобы принять на себя огромное бремя забот о благе всех живых существ. Когда вы возобладаете силой ума, такой же большой, как и сила лишений, тогда великая воля наполнит вашу решимость и смелость. Лишения станут содействовать вашей решимости.

Смелость является важным качеством не только для людей, придерживающихся религиозных уставов, но и для прочих. Действительно верно высказывание, что когда есть сила воли, тогда есть и путь. Если мы попадем в трудное положение, наша воля или смелость убывают, мы впадаем в леность, чувствуем подчиненность, считаем, что нам невозможно выполнить столь сложную задачу. Такое ослабление воли не в состоянии защитить нас ни от какого страдания. Важно порождать в себе смелость в соответствии с размером тягот.

Помощь другим состоит не только в предоставлении пропитания, крова и т. п., но и в уменьшении главных источников страдания, а также в предусмотрении главных источников счастья. Например, в обществе мы обычно не просто даем пищу и одежду людям, но пытаемся воспитать их так, чтобы они дошли до сути дела, занимаясь которым, смогли бы сами заботиться о своих жизнях. Аналогичное происходит в деяниях Бодхисаттвы, который не только дает отдельным лицам материальные вещи, дабы облегчить их бедность, но и учит их так, чтобы они сами осознали, что предпринять практически и что устранить из своего поведения.

Чтобы научить таким делам других, нужно прежде всего постичь предрасположенность лиц и их интересы, а также знать полезные учения, предохраняющие от промахов и ошибок. Для того, чтобы помогать другим, нужно обладать многими способностями. Следовательно, одним из направлений помощи другим является необходимость в достижении просветления, которое полностью устраняет препятствия, мешающие осуществлению всех объектов знания.

Для стремящегося помогать другим Бодхисаттвы существуют преграды к освобождению и преграды ко всеведению; последние хуже. Они суть то, от чего Бодхисаттва желает избавиться больше всего.

Фактически бывают даже случаи, когда Бодхисаттва использует препятствующие освобождению беспокойные страсти, чтобы содействовать избавлению от препон всеведения. Тем не менее, поскольку преграды всеведению проистекают из предрасположенности, устанавливаемой понятием присущего существования (главной из препон к освобождению), постольку необходимо сначала устранить это понятие. Отсюда, прежде чем Бодхисаттва

сможет в полном объеме совершать благодеяния для других, ему нужно преодолеть оба препятствия – как к освобождению, так и ко всеведению.

Полное устранение беспокойных преград называется освобождением. Оно есть состояние Отсутствия недоброжелательства или архатство. Устранение преград ко всеведению называется Буддством. Состояние всеведения достигается для того, чтобы быть совершенно полезным для других. Ум, стремящийся обрести наивысшее просветление ради живых существ, называется просветленным умом. Стать просветленным – это альтруистическое намерение. Порождение такого отношения является последним, седьмым, шагом сущностных наставлений о причине и следствии.

В буддизме оно есть самое лучшее из всех наставлений по человеколюбию. Когда такого рода любовь к человеку переходит в действие, вы вовлекаетесь в практику шести совершенствований: даяния, нравственности, терпимости, решимости, сосредоточения и мудрости. Существуют три вида даяния – средств, собственного тела и корней добродетели. Труднее всего поделиться вашими собственными корнями добродетели. Но это и есть самое значимое. Если у вас имеется сильное предощущение дара и посвящения во благо другим собственными корнями добродетели, то вы больше не ищете никакого вознаграждения себе. Даяние может быть совершено и теми, кто стремится к своей пользе. Но даяние Бодхисаттвы вовсе не сопоставимо с эгоизмом.

Существуют три вида нравственности. Главные усилия бодхисаттвической нравственности заключаются в воздержании от эгоизма и в обуздывании самости. На санскрите слово «нравственность» есть «шила», которое этимологически означает «достижение спокойствия». Когда личности нравственны, тогда их умы умиротворенны, успокоены, свободны от жара сожаления о содеянном.

Существуют три вида терпимости. Терпимость есть отсутствие беспокойства по поводу вреда, доставляемого врагом. Терпимость есть добровольное принятие на себя страдания. Терпимость есть забота о благоденствии живых существ. Наиболее важным является добровольное принятие на себя страдания. Этот случай отнюдь не предполагает ослабления пред лицом страданий, напротив, он служит основой роста усилий в противостоянии корням страданий.

Поначалу усилие – решающий момент при возникновении сильной воли. Мы все обладаем природой Будды, и, значит, внутри нас уже имеются сущности, благодаря которым, когда мы создадим подходящие условия, сможем обратиться в совершенно просветленное существо, наделенное всеми благотворными свойствами и лишённое всех недостатков. В нашей жизни было бы настоящей причиной несостоятельности думать: «О, сколь я бессилён и немощен!» Важно, чтобы помыслы были сильными: «Я могу это сделать», – но не осквернялись гордыней или иными буйными страстями.

Правильно, когда сдержанные усилия прилагаются в течение длительного времени, при этом не важно, что вы собираетесь сделать. Тот терпит неудачу, кто, работая крайне напряженно вначале, стремится сделать слишком много, а затем, спустя короткое время, отказывается от всего. Нужна постоянная вереница сдержанных усилий. Аналогичным образом, медитируя, вы должны быть искусны в проведении частых, коротких занятий. Это более полезно, так как такие занятия будут лучшего, чем долгие, качества.

Когда вы совершаете такое усилие, у вас появляются необходимые «содержания» для развитого сосредоточения. Оно есть способ соединения потоков сознания в одно русло, которые пока разливаются по очень многим направлениям. Рассеянный ум отнюдь не силен. Будучи в одном русле и вне зависимости от объекта созерцания, ум становится могучим.

Нет внешнего способа, типа хирургической операции, чтобы соединить ум в едином русле, это должно сделать путем отхода его внутрь. Отстраненность ума встречается также в глубоком сне, когда теряется бдительность. Однако здесь уход ума внутрь должен сопровождаться очень сильной и отчетливой бдительностью. Короче, ум нужно иметь постоянно твердо пребывающим на своем объекте, в состоянии великой чистоты объекта, бдительным, ясным и проницательно упругим.



В общем, существуют многие виды последнего совершенствования – мудрости. Три главные суть: (1) обусловленная мудрость, реализующая пять областей знания; (2) абсолютная мудрость, реализующая метод феноменального существования; и (3) мудрость, знающая, как помочь живым существам. Здесь будет излагаться вторая из них, т. е. мудрость осуществления бессамости.

Относительно бессамости необходимо знать, что «самость» – это то, чего нет на самом деле. Далее каждый может понять отсутствие самости. Причем, бессамость не является чем-то таким, что существовало в прошлом, а теперь перестало существовать. Скорее «самость» есть нечто такое, что никогда не существовало. Несуществующее следует определять как всегда несуществующее. Чтобы не ошибаться в таких отождествлениях, нам не нужно вовлекаться в беспокойные переживания страстной жажды и ненависти, а также в доставляемые ими проблемы.

Что же такое самость, которая не существует? В данном контексте «самость» не относится к личности или Я как обычно, но означает нечто независимое, существующее по своей собственной воле. Если вы проверите все типы явлений на предмет того, существуют ли они по собственной воле, то вы увидите, независим их способ существования или нет. Если бы явление существовало само по себе, то при вашем исследовании определенного объекта он бы становился все яснее и яснее.

Например, рассмотрим вашу собственную личность (обычный тип «самости»), или Я: Я проявляется во взаимоотношении ума и тела. Но стоит вам исследовать места возникновения Я, вы Я не найдете. Похожее случится с нами, когда мы остановим свой взор на столе. Если вы не довольствуетесь просто его видом, а изучаете его материал, исследуете его отдельные части, выделяете различные его свойства и т. д., то окажется, что не осталось никакого стола в качестве субстрата этих частей и свойств.

Тот факт, что вещи ускользают из-под анализа, когда вы пытаетесь отыскать определенный объект, указывает на то, что феномен не существует сам по себе. Вещи не создаются ни объективно, ни сами по себе, но действительно существуют. Если я, анализируя, пытаюсь найти стол и не могу этого сделать, то стоит мне ударить по нему кулаком – и суставы моих пальцев ощутят боль. Таким образом, на его существование указывает мой собственный опыт. Однако то, что стол не может быть определен аналитически, указывает на его несуществование с точки зрения его собственной объективной самостоятельности. О данном его существовании говорится, что стол есть благодаря силе субъективного обусловленного сознания.

Сказать, что вещи существуют в зависимости от субъективно-знакового сознания, равносильно утверждению, что они существуют лишь номинально. Относительно же вашего Я, или личности, следует, что когда вы пытаетесь искать личность среди того основного, что под ней подразумевается, (т. е. ума и тела), то вы не сможете ее найти, потому что личность существует лишь благодаря силе воображения.

Есть огромная разница между тем, как вещи явлены и как они воистину существуют. Лицо, вовлеченное в практику совершенствования мудрости, сначала делает анализ, а затем проверяет, как вещи явлены в обычном ощущении, чередуя рассудочное познание и сострадание с обычным способом восприятия для того, чтобы заметить расхождение между подлинным существованием феномена и его явленной формой.

Таким образом становится все яснее, почему отрицается присущее существование. С выяснением цели отрицания к вам приходит более глубокое понимание пустотности. И наконец, вы убедитесь в чистой пустоте как отсутствии независимого существования.

Поскольку из положительных и отрицательных феноменов пустотность есть отрицательный, а из утвердительных и неутвердительных отрицаний она представляет собой последнее, то когда она является уму, в нем нет более ничего, кроме отсутствия присущего существования, т. е. простого исчезновения объекта отрицания. Значит, для личности, ум которой постиг пустотность, нет смысла в высказывании: «Я утверждаю пустотность», – и бессмысленны слова: «Вот это есть пустотность». Если же для вас в них есть смысл, то

пустотность еще далека от вас. Тем не менее пустотность присущего существования утверждается и постигается.

Только после осознания данных положений вы поймете, что это лишь кажется, будто феномены существуют сами по себе, на самом же деле как раз так они и не существуют. Вы поймете, что они подобны волшебной иллюзии, в соответствии с которой они такими явлены, тогда как в действительности существуют иным образом. Хотя они кажутся существующими независимо, вы знаете, что их присущее существование пусто.

Когда феномены видятся таким образом, тогда умаляются представления о смысле добра и зла феноменов, которые вне действительного положения вещей, и служат лишь основанием возникновения желания и ненависти. Вот почему они опираются на лжепонятия о феномене, установленном самим собой. У тех же, кто не держится за лжевзгляды, возрастает сила сознания, основанная на достоверном. Сущность его в том, что значение пустотности – это значение зависимого возникновения. Поскольку феномены возникают зависимо, они способны прибывать и убывать в зависимости от условий.

Таким образом, причина и следствие лежат в основе происходящих процессов и достоверно постулированы. Должно быть установлено, что плохих следствий, таких как страдание, можно избежать оставлением плохих причин, а хороших следствий можно достичь – например, счастья – культивированием хороших причин. С другой стороны, если бы феномены существовали сами по себе, они бы ни от чего не зависели. Но если они независимы от других, то тогда была бы невозможной связь причины и следствия. Значит, зависимость лежит в основе вещей, устанавливает возможность причинно-следственной связи, а если бы зависимость не была основополагающей, то не существовало бы ни причины, ни следствия.

Окончательный довод, доказывающий отсутствие присущего существования в вещах, заключается как раз в этой зависимости от причин и условий. Когда люди не понимают этого учения, они ошибочно думают, что феномены потому пусты, что не являются ни плохими, ни хорошими, ни причиной, ни следствием. Это полное непонимание.

Чрезвычайно важно быть способным утверждать и иметь убежденность в причинно-следственной связи. Ибо сказано, что если выбирать между оставлением веры в причину и следствие деяний и оставлением веры в пустотность, то лучше отбросить доктрину пустотности. Подчеркивается значение веры в причинно-следственное учение и в различные толкования пустотности прежде всего в школах Срединного Пути (мадхьямака) и Только Сознания (виджнянавада). В большинстве систем признается присущее существование феноменов, поэтому без аналитически найденного существования многие лица не могут обосновать причину и следствие во времени.

Обусловленное значение о конечном существовании феноменов должно находиться в одном контексте с учением о причине и следствии деяний. Если, пытаясь понять конечный способ существования, некто не учтет наличия обусловлено существующих причины и следствия, то цель не будет достигнута. Точно также, как дети должны посещать начальную и среднюю школы, прежде чем поступить в колледж или университет; и в буддизме в зависимости от того, сколь вы утвердились в отношении причины и следствия деяний, затем устанавливается глубокая убежденность в пустотности присущего существования, но без потери более ранней уверенности в причинно-следственной связи и ее последовательных практик.

Если кто-то думает, что коль феномены пусты, значит не может быть ни добра, ни зла, и если даже это лицо повторяет слово «пустотность» тысячу раз, – то он или она будут удаляться от смысла пустотности все дальше и дальше. Отсюда, лицо, имеющее огромный интерес к пустотности, должно обращать столь же большое внимание на причину и следствие деяний.

Вот такова, вкратце, практика совершенствования мудрости. Эти шесть совершенствований являются сердцевиной выполнения Бодхисаттвой человеколюбивых помыслов.

## Религиозная гармония

*Экуменическое Собрание всей Северной Америки*

Позитивным знаком является общая встреча здесь представителей различных конфессий. Среди духовных систем имеется множество философских теорий, в том числе и противоположных друг другу в определенных вопросах. Буддисты не признают Бога-творца, христиане же основывают свои философии на этой догме. Между нами существуют большие расхождения, но я глубоко уважаю вашу веру, отнюдь не по политическим соображениям или из вежливости, а совершенно искренне. В течение многих веков ваша традиция несла великую службу человечеству.

Нам, тибетцам, приносит большую пользу помощь, оказываемая христианскими благотворительными организациями, таким как Всемирный Совет церквей, а также многими другими, которые помогают тибетским беженцам, когда мы переживаем наш самый тяжелый период. Во всем мире наши христианские друзья выказывают нам великое сочувствие наряду с существенным материальным вспоможеством. Мне хотелось бы выразить глубочайшую благодарность всем им.

Самые различные религиозные общины признают, что есть некая иная сила, пребывающая вне досягаемости наших обычных чувств. Когда мы молимся вместе, я чувствую нечто такое, чему не знаю точного наименования – давайте назовем это блаженством или милостью, – но в любом случае это есть некое чувство, которое мы можем переживать. Если мы применим его должным образом, то оно будет весьма полезным для внутренней силы. Это чувство, эта атмосфера и опыт переживания чрезвычайно помогают придать подлинный смысл братству и сестринству. Поэтому я особенно ценю такие экуменические собрания.

Невзирая на философские расхождения, самые разные религиозные верования имеют одинаковую цель. Каждая религия делает упор на улучшении человека, на любви, на уважении других, на участливом отношении к страданию других народов. По этим вопросам все религии имеют более или менее одинаковые точки зрения и одинаковые цели.

Те конфессии, которые подчеркивают всемогущество Бога, веру в Бога и любовь к Богу, нацелены на выполнение намерений Бога. Усматривая в нас творения единого Бога и его последователей, они учат нас любить и помогать друг другу. Сама цель веропреклонения пред Богом состоит в совершении Его воли, сущность которой – заботиться, уважать, любить и служить нашим братьям по разуму.

Поскольку сущностная цель других религий такая же, а именно: содействовать аналогичным замыслам и действиям, постольку я всерьез думаю, что, с точки зрения главной цели, все различия в философских толкованиях не суть важны. Благодаря религиозным системам их последователи вырабатывают благотворенные отношения к окружающим людям, нашим братьям и сестрам, и с улучшенными, добрыми побуждениями идут служить человеческому обществу. Так показали себя в истории большинство верующих христиан, многие жертвовали своими жизнями ради блага человечества. Это и есть подлинное осуществление сострадания.

Когда мы, тибетцы, переживаем тяжелый период, христианские общины всего мира разделяют наши страдания и устремляются к нам на помощь. Не обращая внимания на расовые, культурные, религиозные и философские различия, они относятся к нам по-дружески и спешат помочь. Это вызывает у нас подлинное вдохновение и подтверждает ценность любви.

Любовь и доброта – истинная основа общества. Если мы потеряем эти чувства, общество очутится перед потрясающими трудностями, и выживание человечества подвергнется опасности. Наряду с материальным развитием мы нуждаемся в духовном росте, чтобы можно было воочию убедиться во внутреннем умиротворении и социальной гармонии.

Без внутреннего мира и внутреннего успокоения сложно сохранить мир на земле. Религия в состоянии внести значительный вклад в дело внутреннего совершенствования.

Хотя в каждой религии делается упор на сострадании и любви, с философской точки зрения религии различаются, и это правильно. Философия не учит ни достижению конечного, ни цели, ни служению. Задачей ее является содействие другим и стремление к их благу. Философские же теории поддерживают те идеи, которые поддаются оценке. Если вы вникаете в философские расхождения, оспариваете и критикуете взгляды иных, то это бесполезное занятие. Не будет конца спору, а главным результатом станет то, что мы вызовем раздражение друг у друга, не сделав совершенным ничего. Лучше посмотрите на задачи, стоящие перед философскими, и вы увидите, что их объединяет – они тоже придают особое значение любви, состраданию и признают высшую силу.

В сущности ни одна из религий не верит в достаточность лишь материального прогресса для человечества. Все религии убеждены в присутствии сил и вне материального прогресса. Все согласны с тем, что самое важное и стоящее – это прилагать огромные усилия в служении человеческому обществу.

Поступая так, весьма значимо быть понятым друг другом. В прошлом из-за предрассудков и прочих факторов возникали иногда разногласия между религиозными группами. Этого больше не должно произойти. Если мы пристально посмотрим на религиозные ценности в контексте международной ситуации, то сможем легко преодолеть несчастливое стечение обстоятельств. Ведь имеются многие области, пригодные для общего дела, в котором мы сможем достичь согласия. Помогая, почитая и понимая друг друга, давайте идти бок о бок, совместно стремясь служить человечеству. Целью общества должно стать сострадательное улучшение человеческих существ.

Политики и мировые лидеры из всех сил пытаются достичь контроля над вооружениями и т. п., и это чрезвычайно полезно. В то же время мы, верующие, обязаны нести ответственность за контроль за нашими собственными скверными помыслами. В этом суть настоящего разоружения – контроля над нашим собственным оружием. При внутреннем мире и совершенном сдерживании вредных мыслей уже не столь важным становится внешний контроль. Какие бы вы шаги ни предпринимали, но без внутреннего самообладания внешние усилия не создадут ожидаемый эффект. Поэтому-то в современных условиях наши религиозные общины несут особую ответственность перед всем человечеством, и она универсальна.

Ситуация в мире такова, что сильно зависимы друг от друга даже континенты, поэтому эти обстоятельства диктуют неподдельное взаимодействие. А оно зиждется на добрых побуждениях. В этом и состоит наша универсальная ответственность.

\*\*\*

**Вопрос:** Как религиозный лидер заинтересованы ли Вы в активном поощрении других следовать Вашей вере? Или Вы занимаете позицию быть в распоряжении тогда, когда некто устремится к познанию вашей религии?

**Ответ:** Это важный вопрос. Да, я заинтересован в обращении других людей в буддизм. Именно так мы, буддисты, можем внести вклад в человеческое общество – посредством распространения наших собственных идей. Я думаю, что и другие вероисповедания в их стремлении содействовать общей цели поступают так же.

Поэтому иногда разные религии спорят друг с другом больше, чем сосредотачиваются на том, как продвигаться к общей цели. В Индии за последние 20 лет я имел возможность встречаться с христианскими монахами, с католиками и протестантами, а также с мусульманами, иудаистами, и конечно, со многими индуистами. Мы собирались, вместе молились, вместе медитировали, обсуждали разные философские идеи, пути и подходы, специальные упражнения. У меня большой интерес к христианским практикам на предмет того, что мы можем позаимствовать в их системах. Аналогично и буддийское учение

содержит такие медитативные техники, которые могут практиковаться христианской церковью.

Будда явил пример удовлетворенности, терпимости и служения другим без эгоистических побуждений – так же Иисус Христос. Почти все великие учителя жили святой жизнью: без роскоши царей и императоров, а как простые человеческие существа. Их внутренняя сила была громадной, беспредельной, но внешне они вели самый обычный образ жизни.

**Вопрос:** Возможен ли синтез буддизма, иудаизма, христианства, индуизма и всех остальных религий, который вобрал бы в себя все лучшее из них для образования мировой религии?

**Ответ:** Формирование новой мировой религии сложно и не совсем желательно. Однако, поскольку любовь есть сущность всех религий, постольку можно говорить о всеобщей религии любви. В отношении приемов и методов совершенствования любви, а также в отношении достижения освобождения или вечного спасения существуют значительные расхождения между религиями. Я не думаю, что мы могли бы создать одну религию или одну философию.

Более того, я считаю, что различия в вероисповеданиях полезны. Имеются самые различные представления о религиозном пути, и это оправдано, так как существует множество типов людей со всевозможными предрасположенностями и наклонностями.

В то же время побудительная сила всех религиозных практик одинакова – это любовь, искренность, честность. Смысл жизни почти всех религиозных личностей состоит в чувстве удовлетворенности. Так же схожи учения о терпимости, любви и сострадании. Каждая система ищет свои собственные особенные пути улучшения человеческих существ, ведь основополагающая цель есть благо человечества. Если вы делаете слишком сильный упор на вашу собственную философию, религию или теорию и слишком привязываетесь к ней, а затем пытаетесь навязать ее другим людям, то это вызывает тревогу. В сущности все великие учителя, такие как Гаутама Будда, Иисус Христос или Магомет, основывали свои учения, движимые желанием помочь близким людям. Они не стремились приобрести что-нибудь для себя и создать еще больше тревоги и беспокойства в мире.

Самое важное то, что мы уважаем других и учимся у них тому, что обогатило бы нашу собственную практику. Хотя все системы различаются, но в силу того, что цель у них единая, изучать их – полезное занятие.

**Вопрос:** Иногда мы слышим сравнения восточных религий с западной культурой, и Запад предстает как материалистический и менее просветленный, чем Восток. Вы усматриваете такое различие?

**Ответ:** Существуют два рода пищи – пища для умственно голодного и пища для физически голодного. Соединение этих двух, т. е. духовного совершенствования и материального прогресса, является самой практической вещью. Я думаю, что многие американцы, особенно молодежь, осознают: один лишь материальный рост не дает полноты человеческой жизни. Теперь все восточные народы стремятся подражать западной технологии. Мы, тибетцы, я, например, смотрим на западную технологию и понимаем, что однажды мы тоже достигнем материального прогресса, и наш народ обретет своего рода постоянное счастье. Но когда я приезжаю в Европу или Северную Америку, то вижу, что под прекрасной внешностью все еще пребывают несчастья, тревога в умах и беспокойство. Это показывает, что один только материальный прогресс не есть полное решение человеческих судеб.

## Сокровища тибетского буддизма

*Азиатское общество. Нью-Йорк.*

Если говорить коротко, то по-моему в тибетском буддизме содержится полная практика всех форм буддизма. Как вы знаете, по целям буддизм подразделяется на Малую колесницу (хинаяна) и Большую колесницу (махаяна), или иначе: на Колесницу слушателей и Колесницу бодхисаттв. Последняя имеет направления Колесницы совершенствований (парамитаяна) и Колесницы тайной мантры, или тантры (ваджраяна). На Цейлоне, в Бирме, Таиланде практикуется буддизм тхеравады. Это одно из четырех основных ответвлений Малой колесницы, кои суть махасангхика, сарвастивада, саммития и стхавиравада, или тхеравада. С философской точки зрения они входят в школу Великого толкования (вайбхашика).

Традиционная передача монашеских обетов в Тибете происходит от другого ответвления этой школы – от сарвастивады. Из-за существующих различий их можно назвать подшколами. Так, тхеравадины следуют этическому дисциплинарному кодексу, в котором 227 обетов, а мы придерживаемся служебника сарвастивады, имеющего 253 правила нравственности.

За исключением таких небольших отличий мы принадлежим к одной и той же Малой колеснице. Следовательно в нравственно-дисциплинарном плане мы, тибетцы, практикуем Малую колесницу. Она охватывает всю сферу деятельности в соответствии с правилами поведения: от времени принятия обетов до соблюдения предписаний, отправления ритуалов, используемых во исполнение этих обетов.

Точно также мы практикуем способы медитативной устойчивости, как они изложены в труде Васубандху «Сокровищница Знания» («Абхидхармакоша») – кратком руководстве Малой колесницы, – и 37 согласованных приемов, содействующих просветлению – главная структура пути Малой колесницы. Значит, тибетские буддисты вовлечены в занятия, полностью соответствующие практическим методам тхеравады.

Доктрины Большой колесницы широко распространены в Китае, Японии, Корее и некоторых частях Индокитая. Эти учения, олицетворяющие Колесницу бодхисаттв, основаны на особых сутрах, таких как «Сутра сердца» и «Лотосовая сутра».

Корневым замыслом собрания писаний Большой колесницы является порождение альтруистических чаяний к буддству и служащих им практик, кои суть шесть совершенствований. С точки зрения пустотности Большая колесница состоит из школы Только Сознания (читтаматра) и школы Срединного Пути (мадхьямака). Практические методы сострадания и мудрости, входящие в сердцевину Большой колесницы, также полностью представлены в тибетском буддизме.

Доктрины Колесницы мантр, или тантр, исповедуются в Китае и Японии. Однако там приняты только три первые из четырех разделов тантрического наследия этой Колесницы. Вот они – тантра действия (крия), тантра исполнения обетов (чарья), тантра йоги и тантра наивысшей йоги (ануттара). Очевидно, тантра наивысшей йоги не достигла распространения в Китае и Японии, хотя и там могли быть случаи ее тайной практики. В Тибете же в дополнение к трем низшим тантрическим системам – действия, исполнения и йоги – имеются многочисленные тантры класса наивысшей йоги.

Таким образом, отправление буддизма в Тибете полностью состоит из практик трех основных направлений – Малой колесницы, Большой колесницы сутр и Большой колесницы мантр. Способ совместного исповедания сутр и тантр в полной мере распространен от Тибета до областей Монголии, включая Внутреннюю и Внешнюю Монголию, Калмыкию и т. д. Его также применяют в Гималайских регионах – Непал, Сиккхим, Бутан.

Вот почему тибетская форма буддизма является полной. Я говорю это не для того, чтобы пустить пыль в глаза, а в надежде, что вы постепенно рассмотрите предмет и обнаружите это сами.

Существуют четыре школы, или ордена, тибетского буддизма: ньигмапа, кагьюпа, сакьяпа и гелукпа. Каждая из них, в свою очередь, имеет многие ответвления. Например, ньигмапа предстает в девяти колесницах: три системы сутр и шесть систем тантр. Кроме того, ньигмапа включает в себя направления, происходящие от вновь открытых текстов.

Несмотря на расхождения между четырьмя школами тибетского буддизма, каждая из них является системой полной практики, объединяющей сутры и тантры. Поэтому с точки зрения подлинного пути вещей каждая из этих систем придерживается взгляда школы Срединного Пути сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака), а с точки зрения мотивации и человеколюбивых деяний все следуют способу порождения альтруистического намерения стать просветленным и практике шести совершенствований.

В чем суть метода, при котором одно лицо может одновременно заниматься объединенной практикой сутр и тантр? Внешне каждому следует придерживаться поведения, соответствующего этическим правилам Малой колесницы. Например, тибетские йоги, практикующие тантру, принимают и обеты Малой колесницы, как миряне, а внешне утверждают стиль жизни в соответствии с данной дисциплиной. Но внутренне йогу необходимо упражнять и развивать человеколюбиво настроенный ум, дабы обрести просветление, источниками которого являются любовь и сострадание. Затем тайно, посредством практики божественной йоги он занимается сосредоточением на психических каналах, сущностных жидкостях и ветрах, чтобы убыстрить продвижение по пути.

В Тибете мы смотрим на все эти аспекты практики как на совместимые, мы не видим противоречия между сутрами и тантрами, и вовсе не считаем противоположными практику человеколюбивых деяний и практику пустотности. Результатом такого отношения стало то, что мы объединили все системы в единую.

В целом альтруистическое намерение стать просветленным является корнем, или основанием, многочисленных сострадательных практик. Доктрина же пустотности является корнем практик проникновенного видения. Для того чтобы развить ум, осознающий сущность явлений все глубже и глубже, нужно заниматься медитацией. Чтобы достичь медитативной устойчивости и прилагать все силы к этим практикам, существуют особые методы божественной йоги. Опираясь на нее, можно легко достичь медитативной устойчивости, которая состоит в успокоении и особом проникновении в суть вещей. Предпосылкой такой практики служит соблюдение нравственного кодекса. Таким образом, законченная тибетская система буддизма внешне – предстает утверждением этики Малой колесницы, внутренне – утверждением альтруизма, любви и сострадания Большой колесницы, и тайно – утверждением практики Колесницы мантр.

Итак, немного объяснив общие направления, я буду теперь говорить о практике самой по себе. Источником всех буддийских и небуддийских систем, возникших в Индии, является поиск людьми счастья, а также разделение феноменов мироздания на используемые объекты и на пользователей этих объектов. Индийцы делают особый упор на независимую самость, которая пользуется объектами. Большинство небуддийских систем часто основывается на опыте нашего сознания, согласно которому самость является контролером ума и тела, а также испытывает удовольствие и страдание, которые существуют отдельно от нее. Отсюда приходят к выводу, что есть независимая самость – сущность, отличная от ума и тела, остающаяся неизменной от жизни к жизни и принимающая перерождения.

Однако буддисты не утверждают того, что самость является сущностью, совершенно отличной от ума и тела. Они отрицают вечную, единственную, независимую самость. Четыре отличия свидетельствуют о буддийской доктрине: все произведенное невечно; все оскверненные вещи плохи; все феномены лишены независимой самости; нирвана – это умиротворение.

Поскольку в буддийских системах нет «самости», полностью отделенной от ума и тела, постольку в них многократно устанавливается, как самость основывается в пределах ментальных и физических совокупностей. В школах Самостоятельно-срединного Пути (сватантрика-мадхьямака), Только Сознания (читтаматра), Сутр (саутрантика) и Великого Толкования (вайбхашика) постулируется фактор в пределах ментальных и физических совокупностей, который и есть самость. Но в наивысшей системе принципов, в школе Срединного Пути сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака) не постулируется ничего

среди ментальных и физических совокупностей в качестве иллюстрации самости или того, что есть на самом деле.

В этой наивысшей из систем, как и в других, утверждается бессамость, но это не означает, что самости вовсе нет. В школе Срединного Пути сведения к абсурду устанавливается, что, когда мы пытаемся отыскать тот род самости, который кажется столь отчетливым для наших умов, мы не сможем найти его. Такая самость аналитически неопределима. Аналитическая определимость называется «присущим существованием». Таким образом, когда школа Срединного Пути сведения к абсурду говорит о бессамости, то это относится к отсутствию присущего существования. Однако именно они утверждают, что есть самость, или Я, или личность, предназначенная быть в зависимости от сознания и тела.

Все буддийские системы отстаивают пратитьясамутпаду, взаимозависимость происхождения. Один из выводов этой доктрины состоит в том, что все невечные вещи суть произведенные или сделанные и возникают в зависимости от сочетания причин и условий, и, значит, они зависимо возникшие. Второй вывод доктрины – феномены предназначаются к бытию или вступают в него в зависимости от составления их собственных частей. Раздробление феномена учеными на предельно малые частицы служит упрочению этого учения и показывает, что части расщепляются на мельчайшие частички. В третьем выводе этой доктрины сообщается, что феномены существуют лишь номинально. Значит, феномены не существуют ни в чем-то, ни сами по себе объективно, а лишь в зависимости от субъективной цели их существования. В школе Только Сознание заявляют, что феномены существуют или характеризуются в зависимости от понятийного сознания, которое предназначает их для того или иного. В этой же школе утверждают, что нет объектов, внешних сознанию, воспринимающему их, с чем мы не согласны. Говорится также, что феномены суть лишь ментальные проявления, но ни форм, ни прочего не существует; скорее они не существуют как внешние объекты, т. е. объекты, внешние уму в его доподлинности. В этом направлении значение зависимо происхождения становится все глубже и глубже в данных трех истолкованиях.

Поэтому самость, будучи пользователем и вкушителем объектов, зависит от других факторов и не является самодостаточной. Поскольку для нее невозможно быть самостоятельной, постольку она полностью лишена независимости. Именно в силу отсутствия независимости самость испытывает наслаждение, боль и т. п., что составляет ее реальность, пустоту ее присущего существования. Вот почему пустотность постижима. Благодаря пониманию и осмыслению значений данной доктрины вы сможете начать контролировать ваши эмоции в повседневной жизни.

Нежелательные страсти возникают из-за примеривания к объектам понятий добра и зла, хотя в действительности объекты существуют вне этого. Мы сверх меры полагаемся на нечто, а в ответ на это появляются неблагоприятные чувства. Например, когда у нас зарождается желание или ненависть, в то же мгновение мы видим нечто либо весьма привлекательным, либо страшно отвратительным, противным нам. Но затем, когда мы посмотрим на это же позднее, прежняя реакция вызовет у нас улыбку, и того самого чувства уже не будет. Следовательно, объекты желания и ненависти влекут за собой наложение смыслов помимо реально существующих. В результате нечто становится еще запутаннее. Вот поэтому понимание подлинного способа бытия объектов без дополнительного примысливания помогает нам сдерживать наши умы.

Такова особенность мудрости, но есть также и особенность метода. Для каких целей мы стремимся порождать мудрость? Если это ради ваших собственных эгоистических замыслов, то она не сможет стать очень могущественной. Следовательно, мудрость должна сопровождаться побуждениями к любви, состраданию, милосердию – тому, что направит ее во благо другим. Нужно прийти к соединению метода и мудрости. Любовь, когда она не смешивается с ложной рассудочностью, весьма благоразумна, последовательна и здравомысляща.



Покинув чувственность и постигнув абсолютную реальность, можно направить любовь, доброту и сострадание даже на вашего врага. Эта любовь сильнее любого из врагов. Есть и другой вид любви – без постижения реальности и очень близкий к привязанности, его нельзя обращать к врагам, а только к друзьям, жене, мужу, родителям, детям и т. д. Такие любовь и доброта имеют и предубеждения. Проникновение в подлинную природу помогает сделать любовь и доброту чистой и с твердыми устоями.

Подобное соединение мудрости и метода должно происходить в повседневной жизни. Каждый может принять на себя внешние правила поведения и нравственности Малой колесницы. Кто-то сможет заниматься шестью совершенствованиями, как они излагаются в текстах Большой колесницы, а если вдобавок он пройдет тантрическую практику божественной йоги, то быстро обретет медитативную устойчивость (самадхи) и станет непоколебимым. Поскольку так выглядят каждодневные упражнения тибетцев, я их называю сокровищами тибетского буддизма.

## **Сострадание в глобальной политике**

*Совет Всемирного предпринимательства.  
Лос-Анджелес.*

Настоящее столетие весьма сложное. Благодаря различным факторам, преимущественно материальным, мир становится все меньше и меньше, предоставляя людям хорошие возможности встречаться и беседовать друг с другом. Такое взаимодействие дает весомый шанс углубить наше понимание образа жизни, философии и верований друг друга, что естественно приведет к взаимному уважению. Поскольку мир стал меньше, и я оказался в состоянии сегодня прибыть сюда.

Когда мы видимся, я всегда помню, что мы являемся человеческими существами в равной мере. Когда же делается упор на внешнее, то я – человек восточный, тибетец с Гималаев, из иной среды и культуры. Однако если мы посмотрим вглубь, то мое настоящее восприятие собственного Я заключается в хотении счастья и нежелании страдания. Каждый, где бы он ни был и откуда бы он ни был, имеет такое же настоящее восприятие собственного Я на уровне условностей, и в этом смысле мы все одинаковы.

Вот с таким основополагающим пониманием я встречаюсь с новыми людьми в новых местах, и в моем уме отсутствуют барьеры или завесы. Я могу говорить с вами как со старыми друзьями, хотя мы видимся впервые. Для моего сознания вы, как и все живые существа, – братья и сестры, и между вами, в сущности, нет разницы. Я могу выразить все, что чувствую, без колебаний, как старому другу. С таким настроением мы можем общаться без каких бы то ни было трудностей, касаться сердцем сердца, не обмениваться всего лишь приятными словами, а на самом деле касаться сердца сердцем.

Опираясь на такие истинно человеческие отношения, т. е. подлинные чувства друг к другу, понимание друг друга, мы можем развивать взаимное доверие и уважение. После этого возможно разделять и страдания других людей, а также создавать гармонию в человеческом обществе. Нам под силу построить дружественную семью человечества. Такая позиция очень благотворна.

Если же мы слишком часто подчеркиваем внешние расхождения – культуры, идеологии, вероисповедания, расы, цвета, богатства и образования – если мы хоть немного создаем жестокие ограничения, то нам не избежать дополнительных бед в человеческом обществе. Тревожные отношения будут возникать как из этих преувеличений, так и из совсем малых различий.

В мировой политике столь же малые различия в подходах создают неразрешимые проблемы. Например, в Азии, на Ближнем Востоке, в Африке или Латинской Америке раздоры иногда происходят по религиозным, расовым или идеологическим причинам. То же самое верно и для моей собственной страны, Тибета. Причиной тому стала определенная

позиция нашего великого соседа, Китайской Народной Республики, во время культурной революции. Следовательно, именно способ мышления людей создает дополнительные проблемы помимо стоящих перед нами основных.

К примеру, несмотря на то, что тысячи и тысячи беженцев из Камбоджи и Вьетнама умерли, некоторые люди продолжают рассуждать о политике, вместо того чтобы заниматься собственно решением непосредственной проблемы. И это особенно печалит. Нуждами народа пренебрегают. Хотя мы умны и могущественны, достаточно сильны, чтобы эксплуатировать народы или разрушить мирозданье, в нас не хватает подлинной доброты и любви. Нам необходимо понять изначальную истину, что мы всего лишь человеческие существа, не желающие умирать, и такими же в точности являются те люди. Они имеют право жить как человеческие существа, им нужна помощь.

Прежде всего мы должны помочь, а затем, позднее, мы сможем обсудить причины, политику, которая привела их к трагедии, и т. д. В Индии говорят: если вы поражены отравленной стрелой, важно сначала удалить ее, а не спрашивать, кто стрелял, что за сорт яда и т. д. Перво-наперво решайте непосредственную проблему, а позже мы сможем заняться ее исследованием. Аналогично, когда мы сталкиваемся с человеческим страданием, важнее проявить сострадание, нежели задаваться вопросом о политике тех, кому помогаем. Вместо запросов о том, является ли их страна врагом или другом, нам следует думать: «Они люди, и они страдают, и они имеют право на счастье, равное нашему собственному». Мы теряем иногда здесь, в сердце, настоящую внутреннюю теплоту чувств. Сердце должно быть добрым.

При основополагающем восприятии всех людей как братьев и сестер мы сможем оценить полезность различных систем и идеологий, которые примиряют между собой многочисленные личности и группы, имеющие разные предрасположенности и вкусы. Для одних людей при определенных условиях именно данная идеология или культурное наследие являются более полезным. Каждая личность вправе выбрать наиболее подходящее. Это сугубо индивидуальное дело, опирающееся на глубокое восприятие других лиц в качестве братьев и сестер.

Мы должны воистину любить друг друга, ясно осознавая или признавая нашу общую причастность к человечеству. В то же время нам нужно открыто принять все идеологии и системы как средство разрешения человеческих проблем. Одна страна, один народ, одна идеология, одна система – этого недостаточно. Лучше иметь разнообразие подходов, основанных на глубоком чувстве тождественности человечества. Мы сможем тогда прилагать совместные усилия к решению проблем всего земного общежития. Проблемы общества, возникшие в связи с экономическим развитием, кризис энергетики, трения между бедными и богатыми нациями и многие геополитические проблемы могут быть решены, если мы проникнемся фундаментальной человечностью, уважением к правам иного, если разделим участь и страдания других – тогда и возникнет совместное усилие.

Даже если нам не удастся ответить на определенные вопросы, не нужно сожалеть об этом. Люди обречены стоять перед смертью, старостью, болезнью, а также перед естественными бедами, такими как ураганы, и изменить это нам неподвластно. Мы должны быть готовы к этому, а не избегать. Этих страданий вполне достаточно для нас; зачем же создавать новые тяготы из-за нашей собственной идеологии или иных способов мышления? Это бессмысленно и печально. Тысячи и тысячи людей страдают от этого. Подобное положение по-настоящему глупо, поскольку нам от него не уйти, изменяя подходы или оценивая человечество посредством идеологий, призванных служить ему.

В этой стране четыре-пять веков назад местные индейцы жили маленькими общинами более или менее независимо, даже семьи были в основном самостоятельными. Однако теперь несомненно, что даже нации и континенты пребывают в сильной зависимости друг от друга. Например, тысячи и тысячи новых автомобилей движутся по улицам Нью-Йорка, Вашингтона или здесь, в Лос-Анджелесе, но без нефти они не могли бы этого делать.

Хотя люди и перевозятся автомашинами, но если топливо кончается, то они вынуждены сами толкать эти большие машины.

В иных же местах благосостояние зависит от других факторов. Нравится нам это или нет, но факты показывают, что мы взаимозависимы. Мы не можем долго просуществовать в полной обособленности. До тех пор, пока мы не научимся взаимодействовать всерьез, прилагать согласованные и совместные усилия, будут по-прежнему возникать трудности. Поскольку мы должны жить вместе, почему бы не делать этого с добрым умом и хорошим настроением? Почему мы вместо этого испытываем друг к другу ненависть и доставляем миру еще большее беспокойство?

Я религиозен, и с моей точки зрения все вещи сначала возникают в уме. Вещи и события сильно зависят от побуждений. Подлинный смысл оценивания человеческой природы заключается в сострадании и любви. Они суть ключевые точки. Если мы воспитаем доброе сердце, тогда, чем бы мы ни занимались – наукой ли, сельским хозяйством или политикой, – наши добрые помыслы, кои столь значимы, будут улучшать любые области наших занятий. Доброе сердце важно для повседневной жизни и действительно в ней.

Если в небольшой семье, даже без детей, члены ее питают друг к другу добрые чувства, мир воцарится в ней. Однако если кто-то преисполнен злобы, то сразу же атмосфера в доме станет напряженной. Тогда, невзирая на хорошее питание и приятные телепрограммы, вы потеряете мир и покой. Таким образом, все зависит более от ума, нежели от материи. Материальное важно, мы должны располагать им, использовать его хорошенько, но в этом веке нам нужно соединить настоящий мозг, разумность с добрым сердцем.

Всем нравится поговорить о спокойствии и мире в семье, в стране, в международных отношениях. Ко как можно создать истинный мир без мира внутреннего? Из-за ненависти и принуждения мир на земле невозможен. Даже отдельные личности не могут обрести счастье посредством ненависти. Если, очутившись в сложной ситуации, некто переживает внутренне, а его ум охвачен беспокойством, тогда внешние вещи вовсе не помогут ему. Однако когда, несмотря на внешние трудности и проблемы, кто-то изнутри преисполнен любви, теплоты и добросердечности, тогда вопросы воспринимаются и решаются с легкостью.

Сущность и смысл человеческой любви к добру – вне злобы. Злость, зависть, нетерпимость и ненависть – вот подлинные творцы беспокойности, с ними проблем не разрешить. Хотя можно иметь временный успех, но, в конце концов, ненависть или злость причинят беды. Из-за злобы любые действия вызывают вспыльчивость. Стоит же нам подойти к проблемам с состраданием, искренностью и благими помыслами – и это может принести хотя и не сразу, но зато значительно лучшее решение, которое в дальнейшем имеет меньше шансов породить новую проблему, как то бывает при временном «решении» в наши дни.

Иногда мы глядим на политику и критикуем ее как грязную. Однако если вы присмотритесь к ней как следует, то поймете, что политика сама по себе не плоха. Она есть устройство на службе человеческому обществу. При благих побуждениях, искренности и честности политика становится оружием служения обществу. Но при эгоистических помыслах основанных на ненависти, злобе и зависти, она грязна.

Это верно не только для политики, но и для религии. Если я говорю о религии с эгоистическими помыслами или с недоброжелательством, тогда мои суждения о ней бесполезны, потому что нездорово чувство, вызвавшее слова. Следствия зависят от наших собственных побуждений. Деньгами или силой вы не сможете решить все проблемы. Сначала нужно разобраться с человеческим сердцем. Затем уже будут разрешаться естественным путем другие созданные человеком затруднения.

По моему мнению, поскольку все принадлежит к этому миру, нам должно стремиться применять добрые отношения повсеместно, подобно добрым чувствам к нашим друзьям, братьям и сестрам. Что касается моего частного случая, то мы, тибетцы, ведем борьбу за наши права. Некоторые говорят, что ситуация в Тибете имеет лишь политический аспект, но я так не думаю. У нас, тибетцев, уникальное и отличительное культурное наследие и в этом

смысле оно столь же ценно, как и китайское. Мы не испытываем неприязни к китайцам и глубоко уважаем богатства их культуры, которая измеряется многими столетиями. Однако несмотря на наше глубокое почтение и отнюдь не антикитайский дух, шесть миллионов тибетцев имеют равные права на развитие собственной культуры до тех пор, пока они не причиняют вреда другим. Материально мы отстали, но в духовных вопросах, а также в отношении совершенствования сознания, мы вполне богаты. Мы, тибетцы, буддисты, и религия, практикуемая нами, является наиболее полной формой буддизма. Мы сохранили его в действенном и очень живом виде.

В последнее столетие мы оставались мирной нацией очень редкой культуры. Теперь же, к несчастью, за несколько последних десятилетий этот народ и культура подверглись намеренному разрушению. Мы любим свою культуру, свою страну и вправе оберегать ее.

Шесть миллионов тибетцев суть тоже люди, вне зависимости от того, материально отсталая это страна или нет. Мы – это шесть миллионов душ, обладающих правом жить как человеческие существа. Вот в чем проблема.

Мое служение в нашем положении вызвано добрыми помыслами о благе человечества, а не заботой о власти или чувством ненависти. Не только как тибетец, но и как человек я считаю достойным сберечь эту культуру, этот народ и тем внести вклад в мировое сообщество. Вот почему я настаиваю на нашем движении, и в отличии от некоторых лиц, видящих в нем чисто политический протест, я так не думаю.

Мы очень надеемся, что позиция Китайской Народной Республики полностью изменится, но наш последний опыт велит не спешить. Я это говорю не из желания критиковать, а скорее констатирую факт. Рассмотрев вопрос внимательно, вы сами сможете это определить. В конце концов, время покажет, так это или нет.

Я верю, что человеческой решимости и силы воли вполне достаточно, чтобы бросить вызов внешнему давлению и агрессии. Невзирая на то, сколь мощной является злая сила, пламя истины не погасить. Это моя вера.

Моя просьба и пожелание индивидуальны, но как организация вы, вероятно, поддержите меня, исходя из чувства братства и сестринства. Мы должны способствовать состраданию и любви, это наш истинный долг. Правительство занято слишком многими делами, чтобы удостаивать вниманием такие проблемы. Как частные лица мы имеем больше времени для раздумий о том, как внести вклад в человеческое общество, содействуя состраданию и подлинному смыслу сопричастности.

В заключение хочу вас попросить, чтобы вы не Думали, что я вам поведал несбыточный сон. Мы – люди, имеем развитый разум и безграничные возможности. Даже диких животных можно постепенно и терпеливо тренировать, равно как и человеческий ум можно развивать постепенно. Если вы на себе проверите эти практики, вы в состоянии будете познать это из собственного опыта. Когда некто, легко охватываемый яростью, попытается сдерживать свой гнев, он со временем сможет научиться этому. То же самое верно и в отношении эгоистичной личности. Прежде всего лицу нужно осознать недостатки эгоистических побуждений и пользу отсутствия оных. Поняв это, пусть каждый займется сдерживанием плохих помыслов и развитием хороших. Со временем такая практика может стать очень действенной. Это единственный путь.

Без любви человеческое общество окажется в чрезвычайно трудном положении. В будущем без любви нас ждут тревожные проблемы. Любовь – сердцевина человеческой жизни.

## **Медитация**

*Школа Золотого Жезла Мудрости  
Итака, штат Нью-Йорк*

Я очень счастлив прийти в ваш центр. Кое-что мне известно о вашей деятельности здесь, меня восхищают ваши взгляды и цели – познать многие системы. Я намереваюсь пояснить вкратце и в общих чертах отдельные моменты, а затем мы сможем пообщаться неформально. Если вы спрашиваете: «Имеют ли люди права?», я отвечу: «Да, имеют.»

Что же это такое – иметь человеческие права? Представление о них возникает на основе действительного врожденного проявления Я в нашем сознании и состоит в том, что мы естественно хотим счастья и не желаем страданий. Именно жажда быть счастливым и не страдать является основанием довода о существовании прав человека.

Многие уровни счастья возможно достичь, а страдание можно облегчить. Миллионы и миллионы людей в этом мире ищут путь обретения счастья и устранения страданий и считают найденный ими – лучшим способом. Все большие схемы мирового развития, т. е. 5-летние или 10-летние планы, возникают из-за желания счастья. Собравшиеся здесь сегодня ищут средства, отличающиеся от обычных в доставлении счастья и уменьшении мук. Мы главным образом занимаемся техниками, в основе которых – способности к внутреннему изменению мышления.

В прошлом многие мудрецы изложили техники исправления, упражнения, трансформации сознания, и для нас весьма важно уважать все системы, которые учат любить человека и преследовать общие цели. Почитая и изучая разные системы, каждый откроет уникальные, наиболее полезные и подходящие ему техники, чтобы практиковать их. Мы должны делать это, потому что такие учения не имеют особой ценности до тех пор, пока не станут выполняться в нашей ежедневной жизни.

Направления философской мысли можно применять для обучения дисциплине ума и последовательности его выводов. Но медитация – это самое важное, особенно на начальных этапах совершенствования. Возможно сегодня, когда я объясню эту тему, мы могли бы приступить к практическому занятию.

Прежде всего обратите внимание на свою позу: сложите ноги в наиболее удобное положение, позвоночник держите прямо, как стрелу. Расположите ваши руки в позиции медитативного равновесия: на расстоянии четырех пальцев ниже пупка левую руку поместите под правую, а большие пальцы соедините так, чтобы они образовывали треугольник. Такое размещение рук связано с точкой внутри тела, откуда истекает внутренний жар.

Наклонив слегка шею, оставьте в покое рот и зубы, как обычно, и коснитесь кончиком языка неба у верхних зубов. Пусть глаза смотрят пристально и свободно, для этого нужно, чтобы они были направлены на кончик носа; они могут быть устремлены и на пол перед вами, если это кажется более естественным. Не открывайте глаза слишком широко и насильно не закрывайте их, оставьте их слегка открытыми. Иногда они будут закрываться сами по себе, это нормально. Даже если ваши глаза открыты, когда ваше ментальное сознание прочно установится на объекте, видимое глазами не будет беспокоить вас.

Те из вас, кто носит очки, помните, что при снятых очках смутность для вас будет менее опасной при возбуждении и более опасной при расслаблении. Сможете ли вы тогда различить стену перед вами? Когда она перед вами, постарайтесь определить, что менее опасно – возбуждение или рассеянность. Такого рода решения могут прийти только посредством вашего собственного опыта.

Для медитации на объекте созерцания существует подразделение объектов на внешние и внутренние. Давайте начнем медитировать на внешнем объекте созерцания. К примеру, это может быть тело Будды – для тех, кто любит взирать на Будду, или крест – для тех, кому он нравится, или какой-нибудь другой подходящий символ. Мысленно представьте этот объект примерно в четырех футах (~1.3 м) перед вами на высоте бровей. Объект должен быть размером приблизительно 2 дюйма (~5 см) высотой и излучать свет. Постарайтесь воспринять его как бы тяжелым, так как это будет вас успокаивать, а его блеск будет мешать вам рассеиваться. Когда вы сосредоточитесь, прилагайте усилия в двух направлениях:

во-первых, сделайте объект созерцания ясным, и во-вторых, сделайте видение его устойчивым.

Является ли что-нибудь вашему уму? Беспокоят ли ваши глаза чувственные объекты перед вами? В этом случае будет правильным закрыть их, но с закрытыми глазами не является ли вам красноватое видение? Если, закрыв глаза, вы видите красное и вас тревожит, как вы будете видеть воочию, это означает, что вы слишком вовлечены в процессы зрительного сознания. Тогда вам следует постараться отвлечь внимание от зрения и перевести его на процессы ментального сознания.

Причины, мешающие устойчивости объекта созерцания, колеблющие его, заключаются либо в возбуждении, либо, говоря обобщенно, в рассеянности. Задача – прекратить это, направить ваш ум строго внутрь так, чтобы интенсивность способности схватывать начала понижаться. Отозвать ум извне помогут раздумья о том, что заставляет вас быть более рассудительным и немного грустным. Эти мысли могут способствовать вашему усилению восприятия объекта, ибо бытие сознания слишком тонко. Для того чтобы понизить или потерять нечто, вам лучше научиться задерживаться на объекте созерцания.

Недостаточно владеть лишь устойчивостью. Нужно также иметь чистоту. Обретению чистоты препятствует расслабленность, которая вызывается чрезмерными наклонностями сознания. Сначала ум становится распушенным, а это может привести к вялости, в которой, теряя объект созерцания, вы как бы впадаете в темноту. От этого можно даже заснуть. Когда это случается, необходимо поднять или увеличить способность восприятия. Технически это выглядит так: думайте о чем-то вам нравящемся, что доставляет вам радость, или отправьтесь мысленно на высокую площадку, откуда открывается безбрежный обзор. Эта техника заставит сникший ум умножить возможности схватывания объекта.

Посредством вашего собственного опыта нужно определить, когда способность к восприятию становится слишком возбужденной или чересчур расслабленной, и подобрать наилучшую практику для понижения или повышения соответственно.

Объект созерцания, представляемый вами видимым, должен удерживаться в сознании вниманием. За всем этим вы пристально наблюдаете, как будто из-за угла, до тех пор пока не увидите объект ясно и прочно. Способность заниматься подобным подсматриванием называется самонаблюдением. Оно возникает, когда достигается сильное устойчивое внимание, но к несвойственным функциям самонаблюдения можно отнести присматривание время от времени за умом – пребывает ли тот под влиянием возбуждения или расслабленности. Когда вы хорошо разовьете внимание и самонаблюдение, вы будете в состоянии схватывать причины расслабления и возбудимости до того, как они начнут действовать, и воспрепятствовать их возникновению.

Так вкратце объясняется медитация и условия ее осуществления на внешнем объекте созерцания. Другой тип медитации состоит в смотрении ума на самого себя. Попробуйте оставить ваш ум пребывающим естественным образом, т. е. не думающим о том, что происходило в прошлом или что вы планируете на будущее, а также не занимающимся понятийно-теоретической работой. Разве вам не кажется, что это и есть собственно сознание? Как поступать с глазами? Вы, вероятно, полагаете, что такого рода упражнения связаны с глазами, поскольку наибольшая часть нашего осознания мира устанавливается зрением. Это происходит из-за нашего излишнего доверия органам чувств.

Однако в существовании отдельного ментального сознания можно убедиться, например: когда внимание отвлечено звуком, явленное пред глазами не замечается. Это указывает на отдельное от чувственного ментальное сознание, обратившее больше внимания на звук, запечатлеваемый слуховым сознанием, чем на восприятия зрительного сознания.

Благодаря упорной практике сознание может со временем быть постигнуто или ощущено в качестве сущности единственно яркого света и знания, в чем нечто способно проявиться и в чем, когда возникнут подходящие условия, может быть создан образ любого объекта. И пока ум не столкнется с внешними предпосылками понятийно-аналитической рассудочности, он будет пребывать пустым, без какой бы то ни было данности в нем,

подобным чистой воде. Его сущность дана лишь в переживании. Реализуя эту природу ума, мы с самого начала помещаем объект созерцания во внутрь в соответствии с внутренним типом медитации. Практиковать ее лучше всего утром, в спокойном месте, когда ум особенно чист и бдителен.

Существует еще один способ медитации, который приспособлен для распознавания абсолютной природы феноменов. В целом феномены подразделяются на два вида: ментальные и физические совокупности, или на феномены, используемые Я, и на Я, пользующееся ими. Чтобы определить природу этого Я, позвольте прибегнуть к примеру. Когда вы говорите: «Джон придет», – речь идет о некоторой личности, обозначаемой именем Джон. Разве имя означает его тело? Нет. Разве оно означает его ум? Если бы оно означало его ум, мы не могли бы говорить об уме Джона. Тело и ум суть то, чем действует личность. Кажется, есть Я, отдельное от ума и тела. Например, мы думаем: «О, мое отвратительное тело!», – или: «О, мой слабый умишко!» Не правда ли, в этом случае наше врожденное представление о своем уме не тождественно Я? Кто же такой Джон, если он не одно и то же со своим умом и телом? Вам следует применить это рассуждение к самому себе, к вашему собственному чувству Я. Куда же оно девается с точки зрения ума и тела?

К примеру, мое тело болеет, и хотя оно и не есть Я, но из-за болезни тела можно заключить, что Я болеет. В действительности ради благополучия и удовольствий этого Я иногда даже нужно отрезать часть тела. Хотя тело и не есть Я, между ними существует связь: боль тела может послужить страданием для Я. Аналогично, когда зрительное сознание видит нечто, оно является уму, которым Я воспринимает это.

Какова же природа Я? Как оно дано вам? Когда вы не выдумываете и не создаете никакого искусственного понятия в вашем уме, не кажется ли, вам, что ваше Я есть сущность, обособленная от ума и тела? Но найдете ли вы ее, начав такой поиск? К примеру, кто-то обвиняет вас: «Ты украл то», – или: «Ты разломал то и это», – в то время как вы знаете, что не делали ничего такого. Что означает в данном случае ваше Я, не делавшее этого? Является ли оно чем-то основательным? Представляется ли вашему уму некая цельная, надежная, твердая вещь, когда вы думаете или говорите: «Я не делал этого!»

Видимо, это цельное, определенное, независимое и устанавливающее себя своей собственной силой Я, фигурирующее в таких случаях, в действительности вовсе не существует, и его особое несуществование обозначается как бессамость. Однако, когда речь идет просто о Я без предварительного анализа и исследования, как то в суждениях типа: «Я хочу то-то и то-то», – или: «Я собираюсь сделать так-то», – на этом уровне Я достоверно. Но несуществование независимого или самовластного Я есть сердцевина учения о бессамости личности. Эта бессамость обнаруживается, когда предпринимается аналитический поиск с целью определения Я.

Такое неприсущее существование Я составляет абсолютную правду, конечную истину. Я, явленное неаналитическому обусловленному сознанию, возникает зависимо и служит основой согласованных действий, деятелем и т. д. Это Я верно как условная истина. Анализируя способ бытия или статус Я, становится ясно, что хотя оно и кажется существующим реально, но это не так. Более всего Я похоже на иллюзию.

Вот так исследована абсолютная природа Я – пустотность. Поскольку Я таково, постольку и все другие феномены, которыми пользуется Я, пусты в отношении присущего существования. Если проанализировать, то их совсем нельзя будет обнаружить. Тогда как без должного распознавания и расследования они считаются существующими. По своей природе они тождественны Я.

Обусловленное существование Я, а также удовольствия и боли делает необходимым вызывать сострадание и любовь к человеку. В силу же того, что абсолютная природа всех феноменов есть пустотность присущего существования, нужно совершенствовать мудрость. Когда они оба – сострадание и мудрость – практикуются в единстве, мудрость растет более полной и устраняет даже смысл двойственности. Благодаря наличию в уме значения пустотности двойственные проявления слабеют, а в то же время ум становится более

утонченным. Когда же он, в конце концов, достигнет самого тонкого уровня, то преобразуется в самое основополагающее сознание – во врожденное сознание ясного света. Оно мгновенно реализуется и оно одного вкуса с пустотностью, о чем можно узнать, находясь в состоянии медитативного равновесия, в котором наличествует пустотность и полностью отсутствует двойственность явленного. В сфере всего того, что обладает тем одним вкусом, может проявиться что угодно, но оно подпадает под правило: «Все одного вкуса и один вкус у всего».

\*\*\*

Может быть, теперь мы побеседуем? Есть ли у вас вопросы?

**Вопрос:** Почему лучше медитировать по утрам?

**Ответ:** Существуют два главных повода. Физически ранним утром (испытайте это) все нервные центры свежи, что весьма благотворно. К тому же есть разница между частями суток. Если вы хорошо спали, вы более свежи и бдительны утром, в чем вы можете убедиться на собственном опыте. Ночью же я достигаю точки, когда я не могу должным образом думать. После же сна и пробуждения утром то, во что я вчера не мог правильно вдуматься, само собой приходит явственно. Это показывает, что умственные силы по утрам намного острее.

**Вопрос:** Не могли бы вы рассказать о медитации на мантре как звуке?

**Ответ:** В отношении мантр, ставших объектами медитации, следует помнить о внешних звуках, повторяемых голосом, и внутренних звуках, повторяемых в уме. Имеются также звуки естественного происхождения, такого как при вдохе и выдохе воздуха, которые тоже суть выражения мантры.

Каждый может представить буквы, стоящими на краю плоского лунного диска или сияющими в сердце. Если для вас это удобно, то так и поступайте. Если вы чувствуете, что основная часть сознания связана с глазами, то можно вообразить свет внутри и за ними, а затем строго установить себя пребывающим в середине этого света, после чего перевести этот свет и сознание вниз к центру мантры, которая располагается в сердце.

Если вы проделаете это многократно, то вы постепенно поймете, что правы и ваше место здесь – в сердце. Когда вы будете созерцать себя в центре мантры, тогда вы сможете читать буквы мантры вокруг вас, но не устами, а умственно, т. е. произносить мантру без участия рта. Таким образом имеется множество различных техник.

**Вопрос:** Какие средства наиболее целесообразны, чтобы избежать сопротивления медитации?

**Ответ:** Пять помех рассматриваются в качестве преград медитации. Первая – это лень, вторая – забыт совет о выборе объекта или просто забвение объекта, третья – вялость или возбужденность, четвертая – неудача с применением противоядия от нахлынувших вялости или возбудимости, и последняя преграда состоит в продолжении действия противоядия, когда вялость и возбужденность уже преодолены.

Теперь поясним восемь противодействий им. Лень излечивается прежде всего верой в ценность медитативной устойчивости, без нее нельзя будет следовать высшими путями совершенства. После удостоверения в положительных свойствах медитативной устойчивости возникает желание попытаться их достичь. В силу этого зарождается усилие, способствующее, в конце концов, вашему обретению гибкости, делающей тело и ум свободными от неблагоприятных состояний и служащей добродетельности, при которой свершение добра придает силы. Эти четыре подчеркнутые слова обозначают противоядия первой преграде – лени.

Полезно вначале медитировать не слишком долго и не напрягать себя чрезмерно. Максимально занимайтесь около пятнадцати минут. Важным представляется не длина периода сосредоточения, а его качество. Если вы медитируете слишком долго, то станете сонным, и постепенно привыкнете считать медитацией это состояние. Тогда произойдет не



просто трата времени, но выработается привычка, которую в будущем трудно будет устранить. Начните с нескольких коротких занятий – даже по 8 – 16 раз в день, – а затем, когда вы приучите себя к медитативному процессу, улучшится его качество, и упражнения, естественно, будут длиться дольше.

Хорошим знаком продвижения к вашему медитативному равновесию является то, что вы при длительном занятии уже не чувствуете времени, или вам кажется, что его прошло мало. И наоборот, когда вам кажется, что вы провели слишком много времени в медитации, а на самом деле его прошло довольно мало, то это знак, что вам следует сократить величину упражнения. Наблюдение за этим весьма важно поначалу.

**Вопрос:** В буддийских системах говорится о различных уровнях познания, которым соответствуют определенные объекты. Кто есть познающий на каждом уровне посредством различных способов познания?

**Ответ:** Существуют многие уровни сознания с различными способами восприятия объектов, но все они неразличимы в непрерывности света и знания, и в действительности только Я знает о них. Однако оно само обозначается в зависимости от неразделимости сознания. Ответил ли я на ваш вопрос?

В некоторых из буддийских систем мысли обосновываются типы сознания, таково сознание Я. Но в самой высокой и глубочайшей системе – школе Срединного Пути сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака) – постулируется, что Я есмь просто Я, предназначенное зависеть от непрерывности сознания.

**Вопрос:** Каково же различие между сознанием и Я?

**Ответ:** Существуют многие способы проявления Я. В соответствии с одним из них кажется, что Я на самом деле отличается от совокупностей ума и тела, является вечным, единым и самостоятельным началом. Согласно другому – Я фактически не отличается от совокупностей, и кажется их носителем или владыкой, т. е. Я есмь сущностное или самодостаточное начало. Еще об одном способе проявления Я говорят, что оно устанавливается не через данность сознанию, а через его собственный необычный путь существования. О Я также судят как о нечто присуще существующем или существующем по своему собственному праву, а отнюдь не кажущимся лишь номинально. Кроме того, иные полагают, что Я видится существующим по своему собственному праву и единственно Я есмь все, что постигается. Эта последняя точка зрения представляется по-настоящему достоверным познанием среди прочих.

Что такое Я? Если его искать аналитически, то найти нельзя. Нет его ни среди умственных и физических совокупностей, ни в их неразрывности, ни в их собрании. К примеру, пятнистый виток веревки в темноте кажется вам змеей, но ведь ни части веревки порознь, ни в соединении, ни веревка целиком – ничто из этого не может быть представлено как змея. Змея эта существует только благодаря силе умственного воображения испуганного человека. Со стороны же самой веревки не сделано ничего, чтобы выглядеть змеей.

Следовательно, нет ничего ни в ментальных, ни в физических совокупностях, служащих основой представления Я ни порознь, ни вместе, ни как целое во времени, что могло бы быть постулировано в качестве Я. Итак, совершенно невозможно найти Я как нечто фактически отдельное от ума и тела, которые суть основа обозначения Я. Если вы и теперь начнете думать, что Я не существует вовсе, то вы нанесете вред обусловленному достоверному познанию. Факт существования Я безусловен.

Существование Я удостоверяется опытом, достоверным познанием, но оно не обнаружимо среди основных обозначений. Значит, Я предназначено существовать в номинальном смысле благодаря субъективной силе. От чего же зависит оно номинально? Простое существование имени постулируется в зависимости от основы обозначения. Из последней состоят ментальные и физические совокупности, имеющие множество грубых и тонких уровней. Самым тонким является безначальное сознание, пронизывающее все времена. Поэтому сказано, что Я обозначается номинально и зависимо от безначальности и бесконечности сознания, на которое опираются предназначения. Я существует только

номинально и названо в связи с непрерывностью сознания. Следовательно, за исключением самости, существующей лишь как имя, нет никакой иной самости, нет ее и самой по себе. Подобное отсутствие возможности установить объект означает бессамость.

Вы можете спросить: «Если Я и прочее существует лишь в силу знаково-понятийной относительности, то кому же она принадлежит – мне, вам, кому-то в прошлом или настоящем, или еще как-то?» И вновь вначале нужно задуматься и попытаться найти обозначенный объект, но вы не преуспеете в этом. Потому это знаково-понятийное существование само существует только в относительном смысле. Еще Будда поведал, что все феномены суть лишь имена, и что сама эта номинальность тоже лишь имя. Сама пустотность пуста. Даже присущее существование Будды пусто. Крайности наличного бытия устраняются благодаря пустотности, а поскольку вещи не являются полностью несуществующими, а суть зависимо возникающие, то устраняются и крайности абсолютного небытия.

**Вопрос:** Откуда же происходит сознание?

**Ответ:** Мы считаем сознание производным от сознания. Сознание должно происходить из сознания, потому что оно не может быть создано материей как субстанциональной причиной. Частицы не в состоянии породить сущность света и знания. Материя не есть субстанциальная причина сознания, а сознание не есть субстанциальная причина материи. Она тождественна сознанию и нет ничего кроме сознания, утверждается школой Только Сознание. Но этого не делает школа Срединного Пути сведения к абсурду, потому что такое утверждение отвергается разумом. В этой школе сознание и материя постулируются порознь.

Нет иного способа определить сознание, кроме как через непрерывность и преемственность прежних мгновений сознания. В этом случае сознание не может иметь начала, поэтому и цепь перерождений безначальна. Ум в общем-то не имеет начала, его непрерывная длительность без начала и без конца, но у отдельных умов есть начало, но нет конца.

**Вопрос:** Мой вопрос касается двух истин. Условные истины допускают присущее существование субъекта и объекта, а абсолютная истина означает отсутствие присущего существования субъекта и объекта. Это кажется ясным, но когда заявляют, что условная истина не отличается от абсолютной, я нахожу это весьма сложным для понимания.

**Ответ:** Школа сведения к абсурду не признает присущего существования субъекта и объекта даже условно. Из-за ложтолкования взглядов этой школы более поверхностные системы мысли высказываются, что прасангики-мадхьямики впали в крайности нигилизма, т. е. даже с их точки зрения школа сведения к абсурду не утверждает присущего существования хотя бы условно.

Мы не говорим, что две истины суть одна, а только то, что они обе образуют единство. Они на самом деле взаимны и едины. Например, ладонь и тыльная сторона составляют одну руку, они взаимосвязаны и едины. Аналогично, когда условно существующее Я объявляется основой или субстратом, а его пустота присущего существования постулируется в качестве способа бытия. Следовательно, пустота присущего существования является сущностью, основанием пребывания или неотъемлемым свойством Я, а Я, в свою очередь, есть ее субстрат или основа. Имеется единая сущность Я и его пустоты, но Я утверждается условно достоверным познанием, в то время как его пустотность устанавливается абсолютно достоверным знанием. Таким образом, Я и его пустота взаимны и едины, хотя одно не есть другое. Значит, две истины суть одна, будучи в языке и мышлении разделенными порознь.

Главная причина пустоты Я или любого другого феномена состоит в их взаимозависимом происхождении. Зависимое и независимое являются дихотомией: когда одно исчезает, второе появляется. Например, возьмите живого человека и его же – мертвого: когда наступает пора одного из них, второй пропадает, и наоборот. При определении зависимости или независимости отдельного феномена само решение о нем делает предмет зависимым, поэтому-то независимость пуста, или, как мы говорим: «Есть лишь пустота присущего существования». Итак, когда доказывается, что нечто пусто в силу зависимо

происхождения, то это означает, что быть существующим равносильно тому, чтобы быть зависимым. Несуществующее не может зависеть.

Когда вы признаете доводы учения о взаимозависимом происхождении, то один лишь факт существования чего бы то ни было явится достаточным основанием для вывода о пустоте его бытия как присущего существованию. Однако, поскольку в большинстве систем мысли принято указывать, что нечто существует самостоятельно и его присущее существование не пусто, то мы прибегаем к рассуждениям о взаимозависимом происхождении, отражая тем самым нашу вовлеченность в эти философские споры.

**Вопрос:** Будьте так добры, расскажите о пяти буддах.

**Ответ:** Существуют будды пяти линий преемственности. Они предстают в понятиях пяти составляющих, пяти совокупностей, пяти страстей и пяти мудростей обычного состояния. Давайте рассмотрим пять составляющих, которые включены также и в непрерывную линию преемственности лица. Речь идет о земле, воде, огне, ветре и пространстве. Эти пять составляющих суть основы очищения ради вхождения в пять линий преемственности будд.

Относительно совокупности форм (рупа-скандха) нужно сказать, что когда мы умираем, это грубое тело не продолжается в нашей линии преемственности, но ведь существует еще тонкая совокупность форм, переходящая через промежуточное состояние к следующей жизни. Таким образом, если мы подходим к совокупности форм, не делая различия между грубыми и тонкими, то мы можем говорить о безначальности и бесконечности непрерывной линии преемственности совокупности форм. Очищенный вид этой совокупности называется Вайрочаной.

Сознание разделяется на умственные и психические факторы. Существует шесть умственных и 51 психический фактор. Одна из групп последних содержит в себе 5 факторов вездесущности, среди которых есть и ощущение (ведана). Очищенный вид совокупности ощущений являет собой Ратнасамбхаву.

Очищенный вид совокупности знаково-понятийного различия (самджня-скандха) представляется Ами табхой. Совокупность сил созидания (санскара-скандха) в ее очищенном виде есть Амогхасиддхи. Наконец, очищенный вид совокупности главного познания (виджняна-скандха) называется Акшобхей.

В то время как пять совокупностей могут подразделяться на грубые и тонкие формы, пять линий преемственности будд приложимы лишь к тонким совокупностям, существующим безначально.

**Вопрос:** Являются ли тонкие совокупности равными буддам пяти линий преемств?

**Ответ:** Пять тонких совокупностей будут, в конце концов, преобразованы в будд пяти линий преемств. Ныне же они сопровождаются ментальными омрачениями. Когда омрачения устраняются, тогда факторы не становятся ни грубыми, ни тонкими. Их природа сохраняется прежней, но в силу отделения от влияния ментального осквернения они станут буддами пяти линий преемств. Если же вы спросите, присутствуют ли сейчас в наше время эти будды, то я отвечу: поскольку эти факторы ныне повязаны недостатками и поскольку тот не Будда, кто обладает последними, то и они не будды. Кто просветлен не полностью, но собирается стать Буддой, тот свидетельствует, что эти факторы существуют в современном мире и в наше время, они суть семена Будды, называющиеся природой Будды или сокровенным Шествующего Просто Так (татхагатагарбха).

Если говорить более терминологически, то ветер, или сила, служат в качестве оправы самому тонкому уму. Поскольку самый тонкий ум есть единственный фактор света и знания для самого себя, постольку он наряду с сопровождающей его силой и будет преобразовываться в ум и тело Будды. Этот ум превратится во всеведущее сознание – в ум Будды, помимо которого нет ничего иного, внешнего. Другими словами, Будда присущ природе, он не привнесен откуда-то извне.

Это верно, потому что самая сущность ума, его природа чистого света и знания не загрязнена осквернениями, их нет в сокровенной сердцевине ума. Даже когда у нас

возникают страсти, самая сущность, или природа ума, продолжает оставаться чистым светом и знанием, именно в силу этого мы способны избавляться от страстей.

Удобно думать, что будды пяти линий преемств в нормальном виде пребывают среди нас теперь, также как мы говорим о трех телах Будды, находящихся среди нас в обычном состоянии. Но так не годится говорить о буддах – незапятнанных и просветленных, лишенных недостатков и обладающих всеми благими свойствами – как о пребывающих среди нас теперь. Если вы взбалтываете воду в пруду, она становится мутной от грязи, но ведь сама природа воды не грязна. Когда вы позволите воде успокоиться, грязь осядет, вернув воде чистоту.

Как удалить осквернения? Они не устранимы ни внешним действием, ни оставлением их как есть; они удаляются силой противодействия, медитативным противоядием. Чтобы понять сказанное, возьмем в качестве примера гнев. Любой гнев вызывается и омрачается лжепредставлениями. Когда мы сердимся на кого-то, с кем мы сравниваем то лицо? Какими он или она являются нашему уму? Как мы воспринимаем ту личность? По-видимому, она является нам самостоятельной и обладающей собственной силой, и мы воспринимаем ту личность как нечто действительно прочное и сильное. В то же время наши собственные ощущения кажутся нам столь же существенными.

И объект нашего гнева, и его субъект кажутся существующими конкретно, будто бы установленными в соответствии с их собственными характерами. Оба представляются вполне существующими по собственному праву. Но, как я уже ранее говорил, вещи не существуют в действительности столь особенным образом. Так как мы не в состоянии видеть отсутствие присущего существования, то наше понятие присущего существования, порождающее гнев, будет уменьшаться.

След наших понятий накладывается на добро и зло, не учитывая того, как оно есть в действительности. Будучи жаждущими или злящимися, мы воспринимаем объект ужасно мнящим или плохим. Но после того, как мы хорошенько обдумаем наше переживание, становится смешно, что мы взирали на объект подобным образом, и тогда мы осознаем, что наши понятия были ложны. Такое возбужденное сознание не имеет настоящей поддержки. Ум, предпринявший аналитические изыскания в отношении присущего существования объекта, придет к отрицанию его присущего существования посредством достоверных доводов, и тогда этот вид сознания получит подлинное основание. Подобно дебатам в суде, одна точка зрения опирается на доводы и истину, а другая нет. Если свидетельств достаточно, то в таких дебатах правдивая точка зрения, в конце концов, побеждает другую, потому что она смогла выдержать испытание анализом.

Невозможно, чтобы ум одновременно схватывал один и тот же объект противоречиво. По поводу одного объекта, воспринимаемого вами без присущего существования, нельзя одновременно выдвигать концепцию о его присущем существовании. По мере того, как усиливается правильная реализация объекта, ослабляется ей противоположная.

Для того чтобы стать столь мудрыми, мы должны заниматься медитацией, так как наши умы, каковы они ныне, вовсе не сильны. Сейчас наши умы рассеяны, их энергию нужно собрать воедино, подобно тому, как на гидроэлектрических станциях вода, направленная в каналы, являет собой огромную силу. Мы обретаем энергию умом посредством медитации, собирая ее воедино, чтобы она стала очень сильной, чтобы ее можно было использовать для совершенствования мудрости. Поскольку все необходимое для просветления пребывает внутри нас самих, нам не следует искать буддство где-то еще.

Очищение от будоражащих эмоций, кои входят в основу гневного сознания, возможно посредством чистого света и знания, и это присуще Акшобхье. Как я уже говорил ранее, когда у нас возникают страсти, они не омрачают природу ума, он сам наполнен светом и знанием. Ненависть тоже сознание, сокровенная природа которого чистый свет и знание, даже когда объект воспринимается неправильно.

Таким образом, сущности, могущие привести к буддству, и ныне находятся в нас, но не в действенном виде. Если вам кажется, что буддство должно наступить немедленно из-за

наличия причин, то вы впадаете в ошибку, поведенную в свое время Дхармакирти: на кончике листка травы сидит маленький червячок, который в будущем сотни раз переродится слоном в силу кармы его собственной линии преемств. Различия при сравнении этих двух случаев состоят лишь в том, что семена для перерождения слоном каждый раз собираются заново посредством определенных деяний, в то время как семена будд пяти линий преемств всегда пребывают в нас в естественном состоянии.

**Вопрос:** Соединяете ли вы солнечное или лунное божество с каким-нибудь Буддой пяти линий преемств?

**Ответ:** Хотя ваш вопрос краток, он требует детального ответа. В буддизме имеются солнечные и лунные божества, о них еще говорят: обычные божества. Чтобы постичь уровни их пребывания, нужно разделить вселенную на три сферы (Дхату): Желания, Формы и Бесформенности. В каждой из них присутствуют разные группы богов. В сфере Без форм – это четыре главные группы, а в сфере Форм – 17. В сфере Желаний божественные существа предстают как богами, так и небогами, в том числе людьми.

Боги этой сферы классифицируются на шесть видов: божественные цари – стражи четырех сторон света, боги неба 33-х, боги царства Ямы, боги радости, боги, наслаждающиеся творением проявлений, и боги, управляющие творениями других. Божества солнца и луны, вероятно, причисляются к богам неба 33-х. Все они связаны кругом перерождений.

**Вопрос:** Будьте так добры, расскажите немного о природе мандал.

**Ответ:** В общем-то мандала означает извлечение сущности. Значение слова «мандала» изменяется в зависимости от контекста. Одним из типов мандал является подношение высшим существам, совершенное в уме в виде всей системы мироздания с большими и малыми континентами. Также есть нарисованные мандалы, используемые для сосредоточения, мандалы, сделанные из цветного песка, мандалы обусловленного ума просветления (бодхичитта), мандалы абсолютного ума просветления и т. д. Поэтому можно извлекать значения из каждой из них посредством практики, ибо они все называются мандалами.

Хотя мы вправе именовать эти картины и составленные прорисовки мандалами, основная задача каждого состоит в том, чтобы войти в мандалу и извлечь ее сущность ради обретения блаженства. Там место, где достигается великолепии. Поскольку некто достигает блаженства и развитого совершенства, то этот процесс называется приятием или присвоением сущностного бытия.

**Вопрос:** Как выбрать учителя или как узнать, что учитель заслуживает доверия?

**Ответ:** Это следует делать в соответствии с вашими запросами и предрасположенностью, но вы должны хорошенько подумать. Вам нужно предпринять расследование, прежде чем вы примете ламу или гуру-учителя, т. е. разузнать, является ли он на самом деле знающим или нет. В священной книге о Нравственном поведении (Виная) сказано, что как рыба, ушедшая под воду, может быть увидена по движению ряби наверху, так и внутренние качества учителя со временем можно рассматривать по его поведению.

Мы должны также присмотреться к его учености, способности объяснять предметы, применяет ли он проповедуемые учения в своих действиях и опытной практике. В одной из книг тантры поведано, что вам нужно исследовать этот вопрос весьма тщательно, даже если это займет 12 лет. Таков подход к выбору учителя.

Меня чрезвычайно радует, что вы столь серьезно задумываетесь об этих материях и ставите важные вопросы. Давайте теперь помолчим и помедитируем.

## **Буддизм востока – западу**

*Североамериканский Буддийский центр*

Мы собрались здесь сегодня, в общем-то говоря, для того, чтобы каждый из нас постарался глубже постичь смысл жизни. В предыдущие дни я неоднократно высказывался за то, что, наряду с материальным прогрессом важным и благотворным является внутреннее совершенствование. Вы и сами могли наблюдать, что люди, обладающие внутренней силой, встретившись с трудностями, оказываются лучше вооруженными, чтобы противостоять им. Относительно Тибета я могу судить об этом по собственному опыту, пусть ограниченному, но все-таки я нахожу его верным. На моем месте в столь сложной ситуации и перед лицом огромной ответственности кое-кто, наверное, осложнил бы свое психическое здоровье. Однако глядя на меня, вы не увидите особой озабоченности. Конечно, мы осознаем громадность проблемы, ее трагедийность, но принимаем ее как факт и стремимся к наилучшему ее решению. Несомненно, должное отношение к внутренней силе нам помогает, оно влияет на наш подход к противодействию беде.

Поскольку природа каждого из нас более или менее одинакова, постольку религиозная практика, в данном случае буддийская, придает глубину и значимость индивидуальной жизни. Не нужно дожидаться хорошего перерождения и других преимуществ, ибо даже в этой жизни, если мы выработаем правильное отношение к окружающим нас людям, это само по себе доставит великое удовлетворение. Принципы жития суть доброе побуждение и сострадание.

Хотя сострадание объясняется, главным образом, в писаниях бодхисаттв Великой колесницы (махаяна), все буддийские идеи опираются на него. Учения всех будд могут быть выражены двумя суждениями. Первое: «Вы должны помогать другим». Оно входит в доктрины Великой колесницы. Второе: «Если не помогаете, то вам не следует вредить никому». Такова суть учения Малой колесницы (хинаяна), или тхеравадаяны. Собственно, последнее есть основоположение всех этических систем, смысл которых – не навреди другому. Оба направления буддизма базируются на идее любви и сострадания. Буддист обязан, если это возможно, помогать другим. Если же нет никаких возможностей для этого, то, по крайней мере, не причиняйте зла другому.

Поначалу, когда мы занимаемся практикой, мы в основном сдерживаем себя, прекращая неблагоприятные действия, насколько это возможно для нас, чтобы не вредить другим. Это оборонительная позиция. Позднее, после того как мы разовьем определенные способности, мы должны будем целенаправленно помогать другим. На первой стадии иногда нам потребуются уединение, чтобы предаваться и нашему внутреннему совершенствованию,, однако после приобретения вами некоторой уверенности и некоторой силы вы сможете оставаться в общении и служить обществу в любой области – в здравоохранении, образовании, политике и в чем угодно.

Некоторые люди сами себя называют религиозно настроенными и пытаются демонстрировать это особого рода одеждой, определенным образом жизни, отделяются от остального общества. Это неправильно. В писании об очищении сознания (тренинге ума) говорится: «Преобразовывайте ваш внутренний мир, но оставьте внешность, как она есть». Вот что важно. Поэтому сама задача практикующего Великую колесницу состоит в служении другим, нельзя уединяться от общества. Для того,, чтобы служить и помогать, нужно жить в обществе. Это первое.

Второе представляется собственно буддийским, так как практикуя, мы должны пользоваться как рассудком, так и сердцем. Нравственная сторона состоит в воспитании качеств доброго и отзывчивого сердца, а поскольку буддизм сильно вовлечен в рассуждения и логику, то со стороны познания значимым является его разумность. Таким образом, требуется соединить ум и сердце. Без знания, без полного применения рассудочности вы не сможете достичь глубин буддийского учения, ибо без этого чрезвычайно трудно обрести точную и совершенную мудрость. Это общее правило, хотя случаются и исключения.

Необходимо объединить три познавательных метода: слушание, размышление и созерцание. Учитель тибетской школы кадампа Дромтон (1004 – 1064 гг.) писал: «Когда я увлеченно слушаю, я также совершаю над собой усилие, чтобы думать и созерцать. Когда я

погружен в раздумья, я тогда же пытаюсь еще и слушать, и заняться медитацией. Когда же я медитирую, я отказываюсь слушать и отказываюсь думать». Он добавил: «Я емь уравновешенный кадампа», – это значит, что он установил равновесие между слушанием, размышлением и созерцанием.

Занимаясь слушанием, важно соединить ум, ознакомить его с тем, что слушается. Изучение религии не походит на изучение истории. Первое должно быть связано с вашей ментальной целостностью, ваш ум должен быть поглощен интересом к религии. В одной сутре сказано, что такие занятия подобны зеркалу: ваши телесные действия, словесные выражения, движения ума словно лицо, отражаемое зеркалом. Посредством такой практики вы сможете узнавать проступки и постепенно избавляться от них. Как гласит устное предание: «Ведь если расстояние довольно большое между вами и практиками, то вы не выполните их должным образом». В этом случае практики станут чем-то похожими на объект развлечения. И тогда они могут превратиться в предмет спора, а увлечение им ведет к столкновениям. Это вовсе не является целью религии.

Одновременно с изучением практик нам нужно соотносить их со своим собственным поведением. Так, в рассказе об одном ученом йоге из школы кадампа повествуется, что он, читая руководство по нравственной дисциплине (Виная), узнал о непригодности шкуры животного для того, чтобы сидеть на ней; в это время он как раз сидел на шкуре медведя и, осознав прочитанное, немедленно выдернул ее из-под себя. Но дальше в этой же книге было написано, что разрешается использовать шкуру животного, когда либо погода холодная, либо человек болен. Дойдя до этого правила, йог осторожно положил шкуру под себя. Такая практика верна – сразу же исполнять то, что познано.

Те же, кто изучают религиоведение или буддизм в качестве академического занятия, с самого начала увлечены совсем иным. Ими движет стремление к приобретению знания еще об одном предмете. Однако мы, предполагающие быть буддистами, предполагающие практиковать его, должны пытаться исполнять положения доктрины, как только о них узнаем. Тогда мы сможем пережить их подлинную ценность.

Третье, на что мне хотелось бы обратить ваше внимание: когда вы начнете упражняться, не ожидайте слишком многого. Ведь мы живем в век компьютеризации и автоматизации, и вам может показаться, что внутреннее совершенствование есть такая же автоматическая вещь, стоит вам лишь нажать кнопку – и все изменится. Это не так. Внутреннее развитие – дело трудное и займет много времени. Как вы знаете, технический прогресс человечества – имеется в виду современное освоение космоса и т. д., – был тоже достигнут не за короткий период, к нынешнему уровню приближались столетиями: каждое поколение делало чуть больше, опираясь на совершенное предшественниками.

Однако внутреннее развитие осуществлять гораздо труднее, поскольку улучшения такого рода не могут передаваться от поколения к поколению. Безусловно, опыт вашей предыдущей жизни сильно влияет на данную жизнь, а жизненные переживания настоящего станут основой совершенствования в следующем перерождении, но передача уровня внутреннего развития от одной личности к другой нереальна. Итак, все зависит от вас, и для развития необходимо время.

Я встречался с западными людьми, которые поначалу были очень воодушевлены практическими занятиями, но спустя несколько лет полностью забыли о них, и теперь не осталось даже следов того, что они когда-то практиковали. Случилось это потому, что они изначально ожидали слишком многого. Шантидева в труде «Путь Бодхисаттвы» («Бодхичарья-аватара») подчеркивает важность практики терпения– терпимости. Такая терпимость является подходом не только к враждебному вам, но и подходом к священному, к решимости, поскольку она не позволит вам впасть в слабость из-за трусости. Вам надлежит практиковать терпение и терпимость с великой смелостью. Вот что важно.

Позвольте мне привести в качестве примера себя. Я родился в буддийской семье, в стране, всецело буддийской, хотя живут в ней и христиане, мусульмане, а также многие последователи древней тибетской религии бон. У меня была возможность изучать буддизм на

родном языке и в юности стать монахом. Таким образом, с точки зрения занятий буддийскими доктринами мои условия были много предпочтительнее ваших. Мое собственное совершенствование началось где-то в 15–16-летнем возрасте, когда я испытал настоящее воодушевление практикой. С тех пор я предаюсь ей, а мне уже 44 года. Оглядываясь на прожитые годы, я мог заметить, что результаты упражнений обнаруживали себя через каждые два-три года. В течение же нескольких недель занятий определенного рода я едва ли мог различить изменения. Итак, для успеха очень значима решимость практиковать, не ослабляя усилий.

Внутреннее совершенствование приходит постепенно. Вы считаете, что за сегодняшний день ваш душевный покой и умиротворенность ума улучшились незначительно. Но стоит вам сравнить это с собой пяти-, десяти- или 15-летней давности и вспомнить ваш образ мышления тогда, степень вашего бывшего беспокойства, – и вы осознаете, что некоторый духовный прогресс действительно произошел, и он имеет свою ценность. Вот именно так и нужно сопоставлять: не с сегодняшними или вчерашними ощущениями, не с сознанием недельной или месячной давности, или даже годовой, а со своими склонностями более пяти лет назад. Тогда вы поймете, что внутри идет процесс усовершенствования. Он обязан постоянным усилиям ежедневной практики.

Иногда люди спрашивают меня, подходит ли буддизм – древнее учение Востока – для людей Запада или нет? Я отвечаю, что сущность всех религий состоит в сопричастности к основным человеческим проблемам. Поскольку все человеческие существа, будь то Запад или Восток, будь то белые, черные, желтые или коричневые, страдают от рождения, несчастья, старости и смерти, постольку все они равны в этом отношении. Покуда существуют основные людские беды, до тех пор будет необходимо главное учение о страдании. При таком рассуждении ясно, что вопрос о пригодности буддизма не стоит.

Кроме того, задумавшись относительно индивидуальной ментальной предрасположенности каждого. Некоторые люди любят одну пищу, другие – иную, нравящуюся им больше. Аналогично: одна религия приносит большую пользу одним лицам, в то время как другим нужна иная религия. По этим причинам разнообразие учений необходимо, и оно благотворно для человеческого общества. Несомненно на Западе найдутся люди, для которых буддизм отвечает всем требованиям.

Когда мы говорим о сущности, то не спрашиваем об удобстве и не испытываем нужду в изменении основоположений доктрины. Однако на поверхностном уровне положение меняется. Один бирманский монах школы тхеравада, с которым я недавно встретился в Европе и которого глубоко уважаю, проводит различие между культурным наследием и самой религией. Я называю это разграничением между религиозной истиной и внешними церемониями, или ритуальным уровнем. В Индии, Тибете, Китае, Японии и других странах религиозная суть буддизма одинакова, а культурное наследие каждой из них отличается. Так, в Индии буддизм был включен в круг индийской культуры, в Тибете – тибетской, и т. д. С этой точки зрения проникновение буддизма возможно и в западную культуру.

Сущность буддийских учений неизменна, и она подходит к любому месту и любой ситуации. Но поверхностные аспекты буддизма, его определенные обряды и службы вовсе не обязательно применять и в новом окружении. Эти вещи изменялись и будут изменяться. Мы не можем сказать определенно, как они будут выглядеть в конкретном новом месте. Это развивается во времени.

Когда буддизм впервые пришел из Индии в Тибет, никто не имел права заявить: «Теперь буддизм установлен в новой стране, и с этого момента мы должны практиковать его так-то и так-то». Такие решения не принимаются. Он постепенно развивался и со временем возникла уникальная традиция. То же самое может произойти и на Западе: шаг за шагом, год за годом буддизм будет соединяться с западной культурой. В любом случае, это поколение есть ваше поколение, начавшее исповедовать новые идеи в новых для буддизма странах, оно несет огромную ответственность за правильное осознание его истин и за приспособление их к вашему окружению.



Чтобы понять, как это осуществить, мы должны прибегнуть к разуму и исследованию. Вам нельзя впадать в крайности: чересчур консервативное решение плохо, и чрезмерно радикальное тоже плохо. Согласно нашей теории Срединного пути следует держаться середины. В любой области важно соблюдать средний подход. Даже в нашем ежедневном потреблении пищи мы должны быть умеренны. Изобилие в наших желудках доставляет нам беспокойства, а недостаток в них – не удовлетворяет. Много значит в нашей повседневной жизни и в способе ее проведения быть в середине, а крайности нужно контролировать. Наш разум должен обладать полным знанием об окружающей среде и культурном наследии, полным знанием о вещах, которые ценятся в жизни, хотя, конечно, часть культурного богатства не может быть использована в повседневности.

На примере тибетской культуры известно, что некоторые былые традиции оказались бесполезными для будущего. Когда возникают новые обстоятельства в социальной системе и меняется способ социального мышления, определенные аспекты культуры не в состоянии больше возобновляться. То же самое происходит в Соединенных Штатах и Канаде, где в современной жизни забываются некоторые моменты старой культуры или модифицируются, а другие – все еще сохраняются и остаются в силе. Вам нужно попытаться соединить эту культуру и буддизм.

Если вы действительно проявляете интерес к буддизму, то помните, что наиболее важной вещью является осуществление, практика. Будет ошибочным изучить буддизм, а затем использовать его лишь в качестве оружия в критике других теорий или идеологий. Религиозная задача состоит в сдерживании самого себя, а не в нападках на других. Более того, нам следует критиковать самих себя. Как же я подвержен собственной злости? Сколь же досаждают мне моя привязанность, моя ненависть, моя гордость, моя зависть! От всего этого нам нужно воздерживаться каждый день, проверяя себя знанием буддийских учений. Ясно ли?

Будучи буддистами, поскольку мы практикуем нашу собственную доктрину, должно уважать и другие вероисповедания: христианство, иудаизм и т.д. Нам следует признать и оценить их многовековой вклад в человеческое общество, и с этого момента мы будем стремиться совершать совместные усилия в служении человечеству. Выработать правильное отношение к иным верованиям особенно важно для новых буддистов. Да хранят они это в уме!

Итак, в буддизме существуют различные школы, разные системы практик, и нам не нужно думать, что одно учение лучше, а другое хуже и т. д. Сектантские помыслы и нападки на другие учения или другие секты – это очень дурно, отравляюще и этого следует избегать.

Самым значительным является ежедневная практика. Позднее вы сможете постепенно узнать настоящую ценность религии. Доктрина не подразумевает простого знания, а имеет в виду совершенствование наших умов. И это произойдет, когда она станет частью нашей жизни. Если вы воздвигаете из религиозной доктрины некое здание, стоящее в стороне от практических нужд, то вы не сможете постичь ее смысл.

Я надеюсь, что вы практически занимаетесь с добрым сердцем, и ваши благие помыслы вносят нечто хорошее в западное общество. Об этом я молюсь и этого желаю.

\*\*\*

**Вопрос:** Можно ли трудиться более эффективно, когда испытываешь сильные страхи?

**Ответ:** Существует ряд способов. Прежде всего надлежит думать о деяниях и их плодах. Обычно, когда случается что-то плохое, мы говорим: «Вот, не повезло», – а когда хорошее, то восклицаем: «Какая удача». Но этих слов вовсе недостаточно, чтобы объяснить происшедшее. Должна быть некая причина, благодаря которой в определенное время приходит удача или неудача. Но, как правило, мы не задумываемся. Согласно буддийским толкованиям, причиной является наша прошлая карма, наши деяния.

Один из способов трудиться в состоянии страха состоит в том, чтобы считать страх результатом наших собственных действий в прошлом. Далее, если ваш страх причиняется бедой или страданием, то проверьте, нельзя ли что-нибудь сделать для устранения его. Если это можно, то вы перестанет беспокоиться, если нельзя, то тоже перестанет беспокоиться.

Другая техника заключается в исследовании того, кто боится. Присмотритесь к природе своей самости. Где пребывает ваше Я? Чем оно является? Каково оно в действительности? Существует ли Я помимо моего физического тела и моего сознания? Это может помочь.

Допустим, кто-то, занимаясь практиками бодхисаттв, стремится взять на себя чужие страдания. Когда вам страшно, попробуйте думать так: «Другие боятся точно так же, пусть я возьму на себя все их страхи». Даже если вы и откроете себя для большего страдания, принимая на себя чужое, ваш личный страх уменьшится.

Последний способ не позволяет вашему уму оставаться со страхом один на один, поскольку он занят чем-то еще, и это приводит к вытеснению страха из сознания. Но это лишь временный метод. Если же ваше чувство страха вызвано небезопасностью, то вообразите, например, себя лежащим головой на коленях Будды. Иногда это может помочь психологически.

Еще один способ состоит в произнесении мантры.

**Вопрос:** В этой стране мужчины и женщины общаются очень свободно, а поскольку они больше не придерживаются старых ценностей, то существует много путаницы в том, что считать правильным поведением. Какие должны быть взаимоотношения мужчины и женщины в качестве части буддийской практики?

**Ответ:** Имеются разнообразные уровни отношений. Монахи и монахини должны блюсти целомудрие, а те, кто не в силах выполнять этот обет, становятся практикующими мирянами. Домохозяин в своем поведении должен избегать прелюбодеяний. Кроме того, правила различаются для тех, кто в браке и кто не состоит в нем.

**Вопрос:** Пожалуйста, поведаете о любви и супружестве.

**Ответ:** Немного я могу сказать об этом. Мое мнение просто: любить – это прекрасно, но не спешите с женитьбой, будьте осторожны. Уверены ли вы, что останетесь вместе навсегда, по крайней мере, на всю данную жизнь? Это важно, так как женившись в спешке и не обдумав, хорошо ли вы поступаете, вы можете столкнуться с тем, что спустя месяц или год, возникнут трения и вы будете искать развода. С точки зрения закона развестись можно, а в случае бездетного брака – вполне приемлемо, но если есть дети, то никак нельзя. Плохо, когда супружеские пары думают лишь о своих любовных делах и наслаждениях. Ваша нравственная ответственность – забота о ваших детях. Если родители разводятся, то ребенок обречен страдать не только временно, но всю свою жизнь. Собственные родители являются образцом для личности. Если они постоянно враждуют и, в конце концов, расходятся, то, я думаю, глубоко, подсознательно это плохо влияет на ребенка, оставляет неблагоприятный след в нем. Это трагедия.

Таким образом, мой совет – заключать брак без торопливости, действуя весьма осторожно, в брак вступать по здравому размышлению, – и тогда вы будете счастливы в супружестве. Счастье же в доме приведет к счастью в мире.

Сострадание и доброта в отношениях людей друг с другом бывает двух типов: с добавлением страстей и без оных. Последний тип таков, что когда вы исследуете или наблюдаете за ним, то сострадание и доброта становятся все устойчивее и устойчивее, яснее и яснее. Вне зависимости от того, сколько прошло времени, этот тип становится прочнее. Но когда к состраданию и доброте примешивается страсть, тогда они будут действовать день или два, а затем пройдут.

**Вопрос:** Я не чувствую достоинства как личность. Как я могу работать над этим в качестве ученика, начинающего медитировать?

**Ответ:** Вам не следует расстраиваться. Человеческие способности одинаковы у всех. Ваше ощущение, что вы ничего не значите, ошибочно. Оно совершенно неверно. Вы обманываете сами себя. Мы все обладаем силой разума, так что же у вас отсутствует? Если

вы хотите стать сильным, вы сможете это сделать. Если вы теряете мужество думая: «Как такая личность, как я, сможет что-то совершить?» – то так вы не преуспеете ни в чем. Согласно буддийским понятиям, вы являетесь творцом самого себя. Вы можете сделать это.

**Вопрос:** Какова роль учителя в практике? Нужно ли его иметь?

**Ответ:** Да, но это зависит от предмета практического изучения. Так, общие предметы, буддийские принципы и идеи могут быть выучены посредством книг и без учителя. Но определенные сложные предметы трудно понять, читая лишь труды и не получая объяснений и указаний опытного наставника. Поэтому, как правило, учитель нужен.

**Вопрос:** Ваше Святейшество поведали о служении. Можем ли мы служить в условиях западного общества?

**Ответ:** Если вы сможете хотя бы одному лицу, то это уже дело. Имеются огромные возможности помогать другим в областях воспитания, в школах, колледжах и т. д. Многие христианские братья и сестры занимаются такой деятельностью. Я восхищаюсь ею. Буддисты должны учиться этому, следовательно, в сферах образования и здравоохранения вы можете непосредственно исполнять служение. Или, работая на заводе или в компании, даже когда вы не в состоянии прямо помочь другим, опосредованно вы все равно служите обществу. Несмотря на то, что вы работаете ради вашего жалования, опосредованно вы помогаете людям, и вы должны делать это с благими побуждениями, стараясь помыслить: «Значение моего труда – помощь людям». Конечно, если вы создаете ружья или пули, то трудно так помышлять. Если вы отливаете пули и все время думаете: «Я делаю это, дабы помочь другим», – то ваши помыслы лицемерны, не так ли?

**Вопрос:** Можно ли достичь просветления, не покидая этот мир?

**Ответ:** Безусловно. Отречение от мира означает отказ от вашей привязанности к нему. И это вовсе не подразумевает вашего физического отделения от него. Истинная цель буддийской доктрины – служить другим. Для этого служения вы должны оставаться в обществе. Вам не следует изолироваться от него.

**Вопрос:** Во время вашего путешествия по нашей стране произошли ли какие-нибудь удивительные, особо любопытные события? Интересно узнать ваши общие впечатления о нашей стране.

**Ответ:** Нет, особого удивления не было. Конечно, это великая страна. Я думаю, она полностью свободна в своем уважении к разнообразным идеям и традициям. Это хорошо. Народ я нашел в целом открытым и откровенным. Мне это нравится.

## Божества

### *Музей Ньюарка*

Выставки, подобные этой, по Тибету, очень полезны тем, что знакомят людей с культурой. У нас, тибетцев, характерная культура. Материально мы скорее бедны, но наше духовное и культурное достояние весьма богатое, и мы многое предлагаем миру. К примеру, по своему опыту я знаю, что тибетская медицина особенно ценна, в первую очередь, в отношении ряда хронических заболеваний. Фактически по этой причине, несмотря на намеренное разрушение китайцами тибетской культуры, они оставляют нетронутой ее систему здравоохранения и даже сохраняют, поддерживают ее.

Вещественные объекты культуры свидетельствуют о ней лишь частично, главное же содержание культуры не в живописи и тому подобном, а внутри наших умов. Если она жива в повседневной жизни людей, то мы можем узнать ее полезность. Например, из тибетской культуры следует, что большинство тибетцев – люди веселые. Мы сами этого не замечали, но многие иностранцы, посещавшие нас в Индии, обратили внимание на нашу общительность и спрашивали, в чем наш «секрет»?

Постепенно я понял, что этим мы обязаны нашей буддийской культуре, многократно делающей упор на сострадании как идеале бодхисаттвы. Будучи грамотными или

неграмотными, мы привыкли слушать и обращаться ко всем живым существам как к матери и отцу. Даже у того, кто внешне развязан, слетает с уст: «Все живые существа – матери». Мне кажется, этот идеал доставляет нам счастье. Он особенно благотворен в повседневности, когда мы сталкиваемся с трудными задачами.

Возможно, вам покажется странным, почему тибетцы говорят о сострадании, однако некоторые из их божеств являются свирепыми. Позвольте мне объяснить это.

В целом в буддизме боги и божества подразделяются на два типа: земные и неземные. В описаниях первого типа встречается много видов богов и полубогов, включая шесть классов трансмигрирующих существ: твари ада, голодные духи, животные, люди, полубоги и боги. В сфере желаний (кама-дхату) помещаются шесть видов богов, а в сфере формы (рупа-дхату) – четыре, соответствующих четырем сосредоточенным созерцаниям (дхьяна), и кроме того рассредоточенных по 17-ти небесным уровням. Сфера бесформенного (арупа-дхату) состоит из четырех уровней вселенной. Помимо названных голодных духов, полубогов и животных существуют и многие другие классы духов которые я не буду здесь разбирать.

Ввиду многочисленных сообществ богов важно делать различие между земными и неземными божествами, к тому же вы можете ошибочно принять местное земное божество за сверхъестественное божество Наивысшей йога-тантры. Некоторые земные божества овладевают людьми и пользуются ими в качестве медиумов, но эти существа, подобно нам, страдают от страстей желания и ненависти. В цепи наших жизней мы тоже рождались такими, и они рождались с нашей долей. С буддийской точки зрения, существа бесконечно меняются в облике в каждом новом рождении по при чине своей хорошей или плохой кармы, т. е. их проявления безгранично многообразны.

Сверхъестественные существа можно тоже разделить на два вида: бодхисаттвы, обретшие путь видения истины, и будды. Бодхисаттвами величаются те, кто, во-первых, в действительности суть будды, но по-прежнему являются существами как бодхисаттвы, и, во-вторых, кто в действительности бодхисаттвы. Среди будд и бодхисаттв многие появляются в мире в качестве покровителей, такие как Махакала, Махакали и других.

Божества в мандалах неземные, пройденный ими путь состоял не в одной только учености, они суть будды. Например, в Йога-тантре имеются мандалы с тысячью божеств – проявлений одного главного божества. В мандале Гухьясамаджа и Наивысшей йога-тантры присутствуют 32 божества, символизирующих факторы очищения составных частей одной личности. Следовательно, несмотря на изображение многих существ в мандале реально есть одно единственное существо.

Божественная йога, практикуемая в основном ради достижения высочайшего состояния буддства, является в полной мере служением иным живым существам. В общем-то тантрический путь содержит в себе йогу недвойственности, глубины и очевидности. Глубина есть мудрость, реализуемая как глубинная пустота присущего существования, а очевидность есть одновременное проявление этой мудрости глубин сознания как божественного круга. Проявленное сознание манифестируется как божество, пребывающее в мандале, а устанавливающееся на истине сознание постигает отсутствие присущего существования в этих проявлениях.

В Наивысшей Йога-тантре необычная, особая практика проводится с применением более тонких уровней сознания. По этому поводу в «Гухьясамаджа-тантре» говорится о трех телах нормального состояния, которым нужно проявиться в качестве трех тел, находящихся в состоянии следования по буддийскому пути, и в зависимости от выполнения этого условия приводятся в действенное состояние три Тела Будды.

Поясним три тела нормального состояния. Первое: когда ум лучом ясного света направлен на нашу естественную смерть, это есть Тело истины в нормальном состоянии. Помимо перерождений в сфере без форм (арупа-дхату) существует некое промежуточное положение между смертью и рождением, которое называется Телом полного наслаждения в нормальном состоянии, или вторым телом. Третьим же является момент порождения

сознательных понятий в новой жизни и называется Телом воплощения в нормальном состоянии.

Аналогичным образом все три тела соответствуют различным состояниям сознания в течение одного обычного дня. Так, глубокий сон отождествляется с Телом истины в нормальном состоянии, сновидение – с Телом полного наслаждения, а пробужденное ото сна сознание – с Телом воплощения в нормальном состоянии. Эти составляющие обыденного существования применяются для продвижения по буддийскому пути в качестве факторов достижения буддства. Используемая практика божественной йоги на более тонких уровнях сознания способствует быстрейшему прогрессу на Пути к буддству.

Практикующий божественную йогу стремится совершить высший подвиг буддства наилучшим образом. На срединном уровне это может быть любой из восьми великих подвигов, а на низшем уровне имеются в виду деяния по успокоению, распространению и покорению жестокосердия – все они свершаются ради блага других. В таких медитациях прибегают как к мирным божествам, так и яростным.

Основания для применения божеств обоих видов таковы. В священных писаниях для слушателей (шравакаяна, или хинаяна) не содержится пояснений по использованию буйных чувств для следования по буддийскому пути. Однако в писаниях бодхисаттв Колесницы совершенствований (пирамитааяна, или махаяна) присутствуют разъяснения по применению буйных чувств желания для продвижения по буддийскому пути в том смысле, что желание используется с целью оказать благодеяние другим. Это тот случай, когда бодхисаттва – словно царь, усыновляющий множество детей, чтобы помочь царству.

Но в Колеснице мантр (мантраяна, или ваджраяна) поясняется, что даже ненависть есть средство в пути. Это относится лишь к процессу осуществления, а не к побуждению, кое есть только сострадание. Сострадание, будучи причиной промысла, не отрицает одновременно действенной практики адепта, применяющего ненависть и ярость для решения особой задачи. Эта техника опирается на тот факт, что когда мы злимся, ум порождает энергию и силу. В стремлении обрести свирепое движение нужно различать энергию и силу. Таким образом, из-за использования ненависти на этом пути приходится заниматься и гневными божествами.

В руках многих миролюбивых и яростных божеств находятся черепа и прочие предметы. Например, Чакрасамвара держит череп с кровью в нем: череп означает блаженство, а кровь символизирует ум, реализующий пустоту присущего существования. Череп предоставляет блаженство потому, что месторасположением блаженства, состоящего в растворении основных составляющих (как то происходит и в момент сексуального блаженства), является макушка головы. Подобным же образом профессор медицины в университете штата Вирджиния обоснованно заявил, что первичный источник порождения семени пребывает в голове. Итак, череп, наполненный кровью, символизирует пустотность и блаженство.

В других контекстах череп указывает на не вечность, а труп означает бессамость. Пять пустых черепов, изображенных рядом с неземным божеством, символизируют пять возвышающих мудростей и пять линий преемств будд. Вот такие объяснения требуются для понимания свирепого божества.

В гимнах-восхвалениях гневных божеств всегда упоминается, что они не волнуют ни Тело истины, ни любовь. Если практикующий тантру не имел помыслов развивать великое сострадание и тем не менее приступил к практике ярости, то это причинит скорее вред, нежели пользу. Как поведал знаменитый тибетский мудрец из Ладакха Намка Гьелцен, если вы заняты тантрой, не переживая огромной любви, сострадания и понимания пустотности, то повторение гневной мантры может привести вас к рождению злым' духом, пытающимся вредить существам. Чрезвычайно важно иметь необходимые предпосылки и особую пригодность к практической тантре.

Точно также практика настоящей йоги внутреннего ветра, или дыхания, трудна и может быть опасной. Поэтому и сказано, что занятиям тантрой должно предаваться втайне и

скрытно. Легко осмотреть рисунки и идолы в музеях, но крайне сложно приступить к действенной практике.

## Восемь строф, упражняющих ум

*Ламаистский Буддийский монастырь Америки  
Вашингтон, штат Нью-Джерси*

Я очень счастлив посетить один из самых старых тибетских буддийских центров в Америке, и мне бы хотелось, чтобы мои теплые слова приветствия достигли всех пришедших сюда и особенно американцев калмыцкого происхождения, которые по сравнению с нами, тибетцами, являются более давними беженцами. Долгие столетия существовали крепкие связи между тибетским и монгольским народами, благодаря чему тибетский буддизм стал буддизмом Монголии. Современные монголы изучают буддийскую религию на тибетском языке и молятся в основном по-тибетски, в то время как мое собственное имя – Далай – дал монгольский военный вождь. Таким образом, Далай Лама тесно связан с монгольским народом.

Под ярким солнцем в этом прекрасном парке собрались люди, говорящие на множестве языков, носящие одежду разных стилей и, может быть, принадлежащие нескольким вероисповеданиям. Однако все мы человеческие существа в равной мере. Мы все врожденно думаем о Я, все хотим счастья и не желаем страданий. И те, кто пришел с фотокамерами для съемок, и монахи, сидящие передо мной, и все те, кто стоят и сидят в качестве слушателей, разделяют мою мысль: «Пусть я буду счастлив и пусть минует меня беда». Наши жизни протекают с этой думой, являющейся со-природной нашим умам.

Далее, мы все равно обладаем правом обрести счастье и избежать страданий. Каждый из нас по-своему убежден, какая из этих многочисленных духовных техник, служащих этому, наилучшая и соответствует его жизни. Когда мы изучаем и определяем природу счастья, искомого нами, и страдания, избегаемого нами, мы находим множество различных форм этих феноменов. Но по большому счету они распадаются на два типа: (1) физические удовольствие и боль, (2) ментальные наслаждение и страдание.

Материальный прогресс служит для достижения того счастья и облегчения того страдания, которые зависимы от тела. Но на самом деле трудно устранить все беды внешними средствами и в связи с этим получить полное удовлетворение. Отсюда происходит большая разница между поисками счастья посредством внешних вещей и его поисками путем внутреннего духовного развития. Более того, даже если бы основное страдание было одинаковым, а не двояким, то и тогда существовало бы огромное различие между тем, как мы переживаем его, и тем умственным и психическим расстройством, которое вызывается страданием в зависимости от отношения к нему. Значит, наш ментальный подход весьма важен для устройства наших жизней.

Многие религии дают предписания и советы о том, как привести в порядок наше ментальное -строение, и они все без исключения заняты тем, чтобы сделать ум более миролюбивым, дисциплинированным и нравственным. Таким образом, сущность всех религий одинакова, несмотря на значительные расхождения в философских вопросах. Пришлось бы спорить без конца, если бы мы сосредоточились лишь на различиях в философии. Много более полезным и ценным должно расценить стремление выполнять в повседневной жизни предписания творить добро, о которых мы слышали в любой религии.

В некотором смысле религиозный практик по-настоящему является солдатом, вовлеченным в поединок. С какими же врагами он или она сражаются? С внутренними. Невежество, злость, привязчивость и гордыня – вот истинные враги. Они не вне, но внутри нас, и с ними необходимо бороться оружием мудрости и сосредоточенности. Мудрость – это пули и снаряды; сосредоточение, т. е. спокойное пребывание ума, – это оружие для стрельбы ими. Когда мы сражаемся с внешним врагом, неизбежны повреждения и страдания, и точно

так же – когда мы боремся внутренне, неизбежны внутренние боль и лишения. Значит, религия есть дело сугубо внутреннее, а религиозные предписания должны творить духовное совершенствование.

Подойдем к этому с другой точки зрения. Мы собираемся углубиться во внешнее космическое пространство, опираясь на современные науку и технологию, развитые человеческим разумом. Однако существует множество вопросов, которые подлежат проверке и обдумыванию в отношении природы ума. Является ли она причинно возникшей или нет? Если есть причина, то какова ее субстанциальность, (каковы ее сопутствующие условия возникновения, каковы ее следствия и т. д.?)

В целях совершенствования сознания создано много предписаний, и среди них важнейшими является любовь и сострадание. Буддийское учение содержит немало тонко разработанных и мощных техник, способных продвинуть ум в направлении к любви и состраданию. Благожелательный ум, доброе сердце, теплые чувства чрезвычайно важны. Если у вас такой хороший ум, то вам всегда с ним будет удобно, а ваши семья, друзья, дети, родители, соседи и другие будут просто счастливы. Если же у вас плохой ум, то все наоборот. В этом кроется причина не сложившихся отношений между государствами, континентами, народами. Таким образом, в человеческом обществе благая воля и доброта – наиболее важные вещи. Они ценны и необходимы для каждой жизни, и они стоят того, чтобы делать усилия по развитию добросердечия.

С любой точки зрения мы все равны в жажде счастья и нежелания страданий. Однако одинокий человек всего лишь один, тогда как других бесчисленное множество. Следовательно, основываясь на огромной разнице между удовольствием быть счастливым одному и счастливым удовлетворением неисчислимого множества людей, приходим к выводу, что другие более значимы, нежели один. Если одна личность сама по себе не может вынести страдание, то как же его может стерпеть другое существо? Поэтому справедливо использовать одного во благо других, и ошибочно пользоваться другими ради собственных целей.

Применять любые способности тела, речи и ума каждый должен с пользой для других, и необходимо порождать в сознании добротолюбие, помышляя устранять чужие страдания и способствовать чужому счастью. Исповедует ли кто-то религию или нет, верит ли кто-то в прошлые и будущие жизни или нет, но нет никого, кто бы не оценил высоко сострадание. Прямо с рождения за нами ухаживают и нас любят родители. Позже, в конце наших жизней, когда мы придавлены недомоганиями старости, мы вновь во многом полагаемся на доброе сердце и сострадание иных. Поскольку и в начале, и в конце наших жизней мы зависим от доброты других, было бы справедливым, если бы между этими двумя периодами мы активно прибегали к чувству доброты в отношении других.

Невзирая на то, кого я встречаю и куда я иду, я непременно даю совет любить человека, держать на сердце только добро. Мне теперь 44 года, и с того момента, как я начал размышлять, я культивирую альтруистический подход. Это сущность религии и сущность буддийского учения.

Нам следует воспринимать это доброе сердце, это человеколюбие в качестве самой основы и внутренней структуры нашей практики, и нам нужно направлять какие бы то ни было добродетельные деяния так, чтобы эта основа увеличивалась все больше и больше. Нам следует тщательно покрывать ею наши умы и так использовать слова и писания, чтобы они напоминали об этой нашей практике. Этим целям служат «Восемь строф, упражняющих ум», созданных учителем школы кадампа Геше Лангри Тангпа (1054–1123). Они очень сильно действуют, даже когда вы практикуете лишь на любительском уровне.

### **1 строфа**

К вершинам высочайших благ  
Стремлюсь приблизить всех существ,

Они дороже мне чем драгоценность, способная желанья  
исполнять;  
Да сохраню я к ним любовь вовек! <sup>1</sup>

Никогда в уме не пренебрегайте другими живыми существами. Вам должно относиться к ним как к сокровищу, с помощью которого вы сможете достичь, и временные и конечную цели, вам должно откровенно ими любоваться. Других следует рассматривать более дорогими, более важными, чем вы сами.

В начальной стадии, имея в виду живые существа, вы порождаете человеколюбивое намерение высшего просветления.

В средней стадии в связи с живыми существами вы возвышаете благородство ума все выше и выше и практикуете деяния Пути для того, чтобы обрести просветление.

В конечной стадии ради живых существ вы вступаете в буддство. Поскольку эти существа являются целью и основой всего этого удивительного развития, постольку они более ценны, чем даже дарованная сокровищница – предмет желаний, и всегда к ним нужно относиться с уважением, добротой и любовью.

Вы, наверное, думаете: «Мой ум переполнен страстями. Разве я в состоянии совершить такое?» Да, ум действует по привычке. К чему мы не привыкли, то находим трудным. Но хорошенько ознакомьтесь с вещами, казавшимися трудными, – и станет легче. Шантидева в «Пути Бодхисаттвы» сказал: «Нет ничего, чем со временем вы не могли бы пользоваться».

## 2 строфа

Общаясь всякий раз с другими,  
Я научусь себя считать низжайшим среди всех существ,  
А остальных чистосердечно  
Так почитать, как почитают высших.

Если вы практикуете любовь, сострадание, и прочее ради вашего собственного блага и ищете счастья для себя, то вы повязаны эгоистическими воззрениями, которые не приведут к хорошим результатам. Вам следует скорее выработать человеколюбивую позицию, творя благодеяния другим, и чтобы это шло из самых глубин вашего сердца.

Гордыня, которой вы ласкаете себя, ваше взирание на себя как на высшего, а на других как на низших – вот главное препятствие воспитанию альтруистического отношения, почитания и любви к другим. Таким образом, важно опираться на противоположное гордыне и вне зависимости от того, кто вы если, считать себя ниже других. Если вы займете скромное положение, то ваши собственные хорошие качества возрастут. В то же время, когда вы исполнены гордости, путь к счастью закрыт. Вы станете завидовать другим, злиться на них, взирать на них так, что будут возникать неприятные взаимоотношения и увеличиваться общественные беды.

Все это основывается на ложных доводах о том, что мы гордимся собой и чувствуем свое превосходство над другими. Наоборот, мы горды прямо противоположным, радуясь благим качествам других и хуля свои плохие. Посмотрите, к примеру, на эту муху, жужжащую вокруг меня. С одной точки зрения, я человек, монах и, конечно, много-много важнее столь маленькой мухи. Однако, посмотрев с другой стороны, не удивитесь, что эта слабая низкая муха, постоянно охваченная омрачением, не занимается религиозными упражнениями, но она и не вовлечена в плохие действия, совершаемые посредством сложных техник. Со своей стороны, я, существо с большим человеческим потенциалом и изощренным умом, мог бы злоупотребить моими способностями. Значит, если я, обязанный быть практиком, монахом, человеком, развивающим альтруистические чаяния, применяю

---

<sup>1</sup> Перевод с английского. Аркадий А. Щербаков



мои способности неправильным образом, то я емь гораздо хуже мухи. Такой способ размышлений помогает сам по себе.

Однако глядя на себя смиренно ради противодействия гордыне, вам не следует поддаваться под влияние тех, кто увлеченно занимается ложной практикой. Нужно остановить и расследовать деятельность таких лиц. Хотя кое-кому из них, возможно, стоит дать подходящую отповедь, но делать это должно учтиво.

### 3 строфа

Во всех поступках и деяньях я буду изучать свой ум;  
И если в нем возникнут омрачения,  
То смело встретив их и распознав,  
Смогу без колебаний устранить.

Если, практикуя такое человеколюбие, вы не примете мер в отношении ваших буйных чувств, оставив их, как они и даны, то они будут порождать беспокойство, гнев, гордыню и т. п., что явится препонами в развитии альтруизма. Таким образом, вам не следует поддаваться их проявлениям, а наоборот, опираясь на противоядие, немедленно прекратить их.

Как уже говорилось, злоба, гордыня, завистливое соперничество и т. д.— суть наши настоящие враги. Наше поле сражения не вне нас, но внутри. Поскольку нет никого, кто бы не испытал иногда ярость, мы по собственному опыту в состоянии понять, что злость не вырастит урожай счастья. Разве есть кто-нибудь, могущий быть счастливым, когда он зол? Что предписывает врач гневному в качестве лекарства? Кто считает, что будучи злым, вы станете более счастливым? Следовательно, нельзя позволить возникнуть этим страстям. Хотя и есть кое-кто, не придающий значения вашей собственной жизни, но если вы из-за этого станете поддаваться под влияние своего гнева, то вы, возможно, придете к желанию совершить самоубийство.

Устанавливая различные типы тревожащих эмоций, не надо думать, когда некоторые из них начинают проявляться лишь в слабой форме, что все еще в норме. Потому что они будут становиться все сильнее и сильнее, как то случается с домом, загорающим от малого огня. Есть тибетская пословица: «Не заводи друзей, которые, возможно, хороши», — так поступать опасно.

Когда у вас начинают возникать плохие чувства, попробуйте думать в обратном направлении, пытаясь вызвать в себе противоположные побуждения. Например, если у вас появляется желание, задумайтесь об уродстве или сосредоточьте ваше внимание на теле, или обратите его на чувство. Когда вы в гневе, вызывайте в себе любовь, когда вы горды, думайте о 12-членной цепи взаимозависимого происхождения или о подразделении индивидуума на различные составляющие. Основным противоядием всем этим несовершенным состояниям является мудрость постижения пустоты, которая будет обсуждаться в последней строфе.

При возникновении страсти самое важное состоит в том, чтобы быстро переключиться на подходящее противодействие, остановить полностью проявление страсти до того, как она начнет расширять сферу своего влияния. Однако если вы не сможете сделать так, то, по крайней мере, попытайтесь отвлечь ваш ум от будоражащих эмоций: подите прогуляться или сосредоточьтесь на вдохе и выдохе.

В чем заключается недостаток порождения вредных чувств? Когда ваш ум оказывается под влиянием их, то вы не только не в состоянии вести себя правильно тогда-то и там-то, но и вынуждены совершать плохие телесные и словесные действия, которые причинят страдания в будущем. Например, за злостью могут последовать неистовые слова и, в конце концов, сильные физические деяния, которые причинят вред другим. Такие действия создают в сознании предрасположенности, которые в будущем принесут страдания. Об этом сказано: «Если вы хотите знать, как вы поступали в прошлом, то взгляните на ваше нынешнее тело;

если вы хотите знать, что с вами случится в будущем, то понаблюдайте за тем, чем сейчас занят ваш ум».

Буддийская теория деяний и их следствий означает, что данное наше тело и положение в целом созданы нашими предыдущими действиями, а наше будущее счастье и страдание пребывают ныне в наших собственных руках. Поскольку мы хотим счастья и не желаем страдания, и поскольку добродетельные деяния ведут к счастью, а недобродетельные – к страданию, постольку нам следует отказаться от последних и заняться творением первых. Хотя за несколько дней невозможно полностью осуществить избавление от недобродетельных поступков и воспринять добродетель, но постепенно вы сможете привыкнуть к этому и развить вашу практику до более высоких уровней.

#### 4 строфа

Я испытаю нежную любовь к порочным существам;  
Ко всем, кто угнетен страданьем;  
Они как драгоценность для меня,  
Редчайшее явленье мирозданья.

Когда вы встречаете зловерных лиц или тех, у кого неприятные тяжкие недуги или другие проблемы, то вам не нужно ни отвергать их, ни проводить границу между ними и вами, как будто они чужие, но побыстрее вызвать в себе особо сильное чувство любви к ним и относиться как к близким. В прошлом в Тибете те, кто занимался такого рода упражнениями ума, брали на себя обязанность ухаживать за прокаженными больными, как то делают сегодня христианские монахи и другие. Поскольку в отношении именно таких лиц вы сможете развивать альтруистическое намерение к просветлению, а также терпение и добровольное принятие на себя страданий, постольку вступление с ними в контакт рассматривается в качестве находки драгоценного сокровища.

#### 5 строфа

Из зависти другие люди  
Меня унижить могут, оскорбить,  
Но я приму все эти униженья как будто драгоценный дар,  
Победу им отдав без сожаленья.

Хотя в миру вполне годится строго ответить тому, кто неоправданно и безосновательно обвиняет вас, это не подходит для практики человеколюбия ради просветления. Неправильно отвечать сурово, до тех пор пока нет особой надобности. Если кто-то из зависти или неприязни обращается с вами плохо, обвиняет или даже бьет вас физически, то прежде чем наносить ответный удар такого же рода, вам следует потерпеть поражение и позволить другим праздновать победу. Разве это кажется нереальным? Такой тип практики действительно весьма труден, но его придется выполнять тем, кто целенаправленно ищет способ развития альтруистического сознания.

Это не значит, что в буддийской религии вы все время только и делаете, что терпите поражения и намеренно ищите себе низкий жизненный статус. Задача этой практики состоит в достижении великого плода за счет малых потерь. Если обстоятельства таковы, что великий результат не получен посредством малых потерь, то вы вправе без ненависти, но с состраданием ответить более эмоционально.

Например, одно из 46 предписаний обета бодхисаттвы заключается в том, чтобы отвечать подходящим образом и останавливать того, кто занимается несправедной деятельностью. Необходимо прекращать злое деяние, совершаемое кем-то еще. В одном из своих предыдущих воплощений Шакьямуни Будда родился жалостливым капитаном. На его

корабле находилось 500 торговцев, и среди них был некто, задумавший убить остальных 499 и завладеть всеми, их товарами. Капитан неоднократно пытался убедить этого человека не творить такое зло, то тот не менял свой замысел. Капитан испытывал сострадание к тем 499 людям, которые ходили под угрозой быть убитыми, и он хотел спасти их жизни. Но он также сострадал и человеку, намеревавшемуся умертвить их, который, поступив так, накопил бы очень плохую карму. При отсутствии других способов остановить преступника, капитан решил, что будет лучше принять на себя кармическое ярмо, убив этого человека для того, чтобы уберечь его карму от последствий за убиение 499 лиц. И он убил этого потенциального палача.

По причине сострадательного побуждения этот капитан получил великую заслугу за такое деяние, хотя им и было совершено убийство. Вот пример той деятельности, которую должно предпринимать бодхисаттве в качестве соответствующего шага, чтобы остановить чей-то злой поступок.

### 6 строфа

Когда с надеждой помогая людям,  
Взамен от них жестокий вред вдруг получаю косвенно иль  
прямо,  
То мудрость – всех людей таких  
Считать наставниками и учителями.

Если вы к кому-то были очень добры и много помогали, ему, по правде говоря, следует отплатить вам добротой. Если же вместо проявления доброты человек ведет себя неблагородно, выказывает к вам плохое отношение и т. д., то эти обстоятельства очень печальны. Но имейте в виду, что для практики человеколюбия они очень полезны, когда вы станете вызывать в себе чувство еще большей доброты к тому лицу. Шантидева в сочинении «Путь Бодхисаттвы» сказал, что тот, кто ведет себя с вами подобно врагу, есть самый лучший из учителей. Под влиянием духовного учителя вы сможете выработать понимание терпимости, но у вас не будет возможности испытать свое совершенство в терпимости на практике; ее действительное выполнение произойдет, когда вы столкнетесь с врагом.

Для того чтобы совершенствоваться настоящие и беспристрастные любовь и сострадание, вы должны развивать терпимость, а для этого требуется практика. Значит, каждому, занимающемуся альтруизмом, следует думать о врагах как о самых лучших духовных учителях, относиться к ним с добротой, смотреть на них с уважением.

Необязательно кому-то испытывать добрые побуждения в отношении вас для того, чтобы у вас возникло чувство почтения и нежной любви. К примеру, учения, которые мы стремимся постичь, о подлинном прекращении страданий и т. п., вовсе не имеют никакой мотивации, и тем не менее мы их любим, ценим и очень высоко уважаем. Таким образом, нет разницы в наличии или отсутствии побуждения, когда нечто может быть полезным для воспитания добрых качеств и накопления добродетели. Желание вредить есть основание при определении того, является ли некто врагом или нет. Например, врач, делая операцию, может причинить нам боль, но поскольку он совершил это, желая помочь нам, мы не принимаем его за врага. Только в отношении тех, кто жаждет доставить нам ущерб, т. е. врагов, мы можем по-настоящему испытывать нашу терпимость. Следовательно, враг абсолютно необходим, ибо отношение к нашему учителю не позволяет сделать из него врага.

Есть тибетский рассказ о парне, который, совершая обход вокруг храма, увидел человека, сидящего в медитативной позе. Он спросил медитирующего, что тот делает, и получил ответ: «Я совершенствую терпимость». Парень обронил что-то очень грубое по поводу медитирующего, а тот тут же свирепо ему ответил. Это произошло потому, что хотя он и развивал терпимость, но никогда не встречался ни с кем, кто бы вредил ему или говорил с ним плохо; он не имел возможности практиковать терпимость. А для этого самым лучшим

из всех обстоятельств является наличие врага. По этой причине всякий, занимающийся практикой бодхисаттв, должен относиться к врагу с огромным почтением.

Без терпимости и без терпения вы не сможете развивать подлинное сострадание. Обычно к состраданию подмешивается привязанность, и из-за этого чрезвычайно трудно чувствовать сострадание к своему врагу. Вы должны работать над развитием подлинных любви и сострадания, распространяющихся даже на врагов, на тех, кто движим желанием вредить вам. Для этого вам нужен опыт обращения с врагами.

Самый сложный период в жизни каждого предоставляет наилучшую возможность приобрести настоящий опыт и внутреннюю силу. Если ваша жизнь проходит очень легко, вы станете мягким а через преодоление самых трагических обстоятельств вы сможете развить внутреннюю силу, мужество встречаться с ними лицом к лицу, не выказывая эмоций. Кто учит этому? Только не ваш друг и не ваш учитель, а именно ваш враг.

### 7 строфа

А вкратце, явно и неявно,  
Дарю пользу и благо всем матерям;  
И в тайне на себя приму  
Боль и страданья матерей моих.

В этой строфе говорится о практике даяния и принятия на себя. Любовь к даянию составляет ваше счастье и доставляет счастье другим, сострадая же, вы принимаете на себя страдания других и те причины, которые их вызывают. Вот эти два главных начала бодхисаттвы: сострадание, заключающееся в заботе о чужих страданиях, и любовь, представляющая собой жажду счастья для других. Когда, упражняя эти два начала, вы подойдете к людям, которые явно претерпевают страдания, вам следует практиковать даяние и возложить на себя их ношу, размышляя так: «Это лицо очень тяжело страдает и, хотя желает обрести счастье и облегчить боль, не знает, как отказаться от недобродетельной и приступить к добродетельной практике, поэтому он (или она) лишены счастья. Я принимаю на себя страдания этой личности и отдаю ей все мое счастье». Хотя могут быть и исключительные личности, которые действительно в состоянии сделать это физически, но это весьма трудно. Большинство из нас могут лишь вообразить, что они выполняют его. Однако умственное проведение этой практики по устранению страданий у других людей и принятию их тягот на самого себя является необычайно полезным для внутреннего роста, а также способствует укреплению решимости совершить это в реальной жизни. Такое упражнение проводится во время наблюдения за дыханием: вдыхаете чужую боль, а выдыхаете свое счастье, мысленно направляя его другим.

### 8 строфа

Я буду практик этих чистоту от скверны  
Восьми дхарм мирских всегда оберегать,  
А иллюзорности всех дхарм осознанием,  
Смогу привязанности оковы разорвать.

С точки зрения метода эти практики следует выполнять однонаправленно – в альтруистическом поиске блага для других. Вам нельзя поддаваться под влияние восьми мирских поведенческих отношений: любования или неприязни, приобретения или потери, восхваления или осуждения, прославления или обесчещивания. Если эти практики осуществляются с помышлением о собственной значимости и с побуждением заставить других думать, что вы человек верующий, или для того, чтобы прославиться и т. д., то

занятия не будут чистыми и начнут загрязняться мирскими интересами. Добродетель же есть то, что полностью служит благу других.

Последняя часть строфы касается фактора мудрости. Вам следует заниматься этой практикой с точки зрения того, кто знает, что само сострадание, его объекты и тот, кто его культивирует, похожи на трюки иллюзиониста: они лишь выглядят действительно существующими, но таковыми не являются. Для того чтобы понять, что эти три составляющих сострадательного деяния подобны иллюзии, необходимо знать, что хотя эта троица и кажется присуще существующей, но в реальности ее присущее существование пусто.

Например, если некто трудится с человеколюбивым намерением над тем, чтобы стать просветленным, и взирает на себя как на существующего самостоятельно, или взирает на лиц, стремящихся к просветлению, как на имеющих присущее существование, или взирает на само просветление как на нечто с присущим существованием, то такое воззрение на присущее существование фактически мешало бы медитирующему достичь просветления. Вместо этого, когда вы испытываете альтруистические помыслы, нужно смотреть на себя следующим образом: просветление, искомое вами и всеми прочими живыми существами, просветлению которых вы стремитесь содействовать, не является существующим присуще, но, скорее, уподобляемо иллюзии, воспринимаемой иначе, чем она есть на самом деле. Значит, их присущее существование отвергается посредством сопоставления с иллюзией.

Это отрицание присущего существования не одно и то же со случаем, когда устраняется нечто, существующее формально. Предпочтительнее, если вы определяете несуществующим то, что никогда не существовало. Из-за нашего невежества феномены кажутся присуще существующими, хотя на самом деле это не так. В силу такой явленности присущего существования мы воспринимаем вещи таковыми, как они кажутся. По этой причине мы вовлечены в треволения страстей и тем самым пропадаем. К примеру, вы смотрите на меня и думаете: «Вот Далай Лама». И вдруг без каких бы то ни было усилий вам кажется, что ваш ум – это и есть Далай Лама, отделенный не только от его тела, но и не зависимый даже от его ума. Или вы рассматриваете самого себя. Допустим, ваше имя Давид, и мы говорим: «Тело Давида. Ум Давида». Это только кажется, что вы тот Давид, который обладает умом и телом. Но в действительности нет ни ума, ни тела, которыми обладает Давид. Мы говорим, что Далай Лама – монах, человек, тибетец. Разве нам не кажется, что мы высказываемся так не в отношении его тела или его ума, но в отношении чего-то, существующего независимо?

Люди суть по-настоящему только благодаря имени, в силу обозначения. Однако когда они являются нашим сознанием, они не кажутся существующими лишь благодаря именам и названиям, а как бы данными самостоятельно, способными создавать сами себя, быть самоучрежденными. Хотя фактически феномены не существуют ни в себе, ни сами по себе, так как они зависимы от чего-то еще в своем существовании, но нам являются как бы независимыми.

Если бы вещи существовали в действительности так, как они кажутся, т. е. столь же конкретно, тогда после рассмотрения и изучения их это присущее существование должно было бы становиться яснее и очевиднее. Однако когда вы пытаетесь определить объект, вы не можете отыскать его при тщательном анализе. Например, на условном уровне есть Я, подлежащее наслаждению и боли, накапливающее карму и т. д., но когда мы проверим это Я аналитически, то не сможем найти его. Каков бы ни был феномен – внутренний или внешний, собственно тело или другой тип явлений, – когда мы пытаемся открыть умом, что же это такое, мы не в состоянии ничего обозначить соответствующим образом.

Предположительного, проявления Я суть проявления ума и тела, но когда мы разделяем это на ум и тело, а затем пытаемся взглянуть на Я, то ничего не видим. В целом же тело характеризуется в зависимости от собрания его частей, но если вы разделите тело на части, то вы его не сможете уже увидеть.

Даже большинство тончайших частичек нашего тела имеет стороны и потому – части. Если бы было нечто несоставное, оно могло бы быть независимым, но нет ничего

несоставного, без частей. Более того, все существует в зависимости от своих частей и обозначается в зависимости от них, в чем и состоит основа его определения – в силе знаково-понятийной природы. Но при аналитическом разложении все исчезает. Нет целого в отдельности от его частей.

Однако эти вещи являются нам, как если бы они существовали объективно и по их собственному праву, и таким образом возникает различие между способом появления вещей в нашем сознании и способом их действительного бытия, т. е. способом нашего видения их при аналитическом разложении. Если бы они существовали в соответствии именно с их кажущимся самостоятельным установлением, то этот вид бытия должен был бы становиться все яснее и яснее, когда мы его исследуем. Но наш собственный опыт не позволяет нам прийти к такому решению, так как результатом нашего аналитического поиска этих вещей есть их отсутствие. Поэтому и говорится, что они подобны иллюзии.

Поскольку феномены являются нам путем, отличным от того, который мы открываем при разложении, постольку это доказывает, что их конкретное появление обязано заблуждению наших умов. После того как вы поймете, что феномены, кажущиеся существующими сами по себе, пусты в своем явленном бытии, к вам придет постижение прозрачности вещей, кое есть соединение знания о феноменальном проявлении с проникновением в пустотность их явленного бытия.

Какова же польза от такого проникновения? Наши будоражащие чувства желания, ненависти и т. д. возникают по той причине, что мы переносим на феномены добро и зло, в действительности существующие вне их. Например, когда мы очень злы или страстны, у нас в это время возникает сильное ощущение благоприятности или неблагоприятности в отношении объекта внимания. Но позже, когда эти чувства спокойно улягутся, и мы взглянем на тот же самый объект, то сами найдем наше прежнее восприятие смешным. Польза или содействие мудрости состоит в том, что она предохраняет нас от переноса на объекты добра и зла, в действительности существующих вне их, и тем самым мы становимся способными прекратить желание и ненависть.

Значит, двумя частями этой единой практики являются метод и мудрость. Метод есть постоянное использование альтруистических позиций любви и сострадания, а мудрость есть понимание неприсущего существования всех феноменов. Эта двоица должна действовать в единстве.

Я произношу эти строфы каждый день и, когда сталкиваюсь с трудными обстоятельствами, раздумываю над их смыслом. Мне это помогает. Полагаю, что они могут оказать помощь и другим, как и то, что мною здесь растолковано. Если это помогает вашему уму, то практикуйте. Если нет, то, не оспаривая, оставьте их в покое. Дхарма, или доктрина, не предмет спора. Эти учения, провозглашенные великими мастерами, призваны служить людям, а не для того, чтобы они ругались из-за них. Если бы я, будучи буддистом, ссорился с верующим в другую религию, то, думаю, явись сюда сегодня Будда, он бы распек меня за это. Эта доктрина должна привносить смирение в нашу собственную ментальную целостность.

В заключение, моя просьба, мой призыв к вам: стремитесь как можно больше развивать сострадание, любовь и уважение к другим, разделяйте страдания других, проявляйте большую заботу о благе других, становитесь менее эгоистичными. Верите ли вы в Бога или нет, в Будду или нет – это не имеет значения. Важно иметь доброе сердце, сердце, лучащееся теплотой ежедневно. Такой жизненный принцип оправдан.

## **Ом мани падме хум**

*Калмыкско-Монгольские Буддийские центры  
Нью-Джерси*

Очень хорошо повторять мантру «Ом мани падме хум», но когда вы это делаете, следует думать о ее значении, так как смысл этих шести слогов велик и безбрежен. Первый

слог «Ом» составлен из трех букв: А, У и М<sup>2</sup>. Они символизируют как нечистые тело, речь и ум практикующего лица, так и чистые, возвышенные – тело, слово и сознание Будды.

Можно ли нечистые тело, речь и ум преобразовать в чистые тело, слово и сознание, или же чистота их и нечистота совершенно раздельны? Все будды являют собой существа, которые были такими же, как и мы, а затем, обретя свой путь, стали просветленными. Буддизм не утверждает, что есть некто, изначально свободный от ошибок и владеющий всеми хорошими качествами. Совершенствование чистоты тела, слова и сознания происходит посредством постепенного оставления нечистых состояний через их преобразование в чистые.

Как это делается? Указание пути содержится в следующих четырех слогах. «Мани», означающее жемчужину, символизирует факторы метода: альтруистическое намерение стать просветленным, а также сострадание и любовь. Подобно тому, как жемчужина способна предотвратить бедность, точно также альтруистический ум просветления в состоянии устранить скудость существования в перерождениях и его беды, способствовать уединенному миру. Как жемчужина помогает исполнить желания живых существ, так и альтруистическое намерение стать просветленным отвечает желаниям живых существ.

Два звука «падме», означающих лотос, символизируют мудрость. Как лотос вырастает из грязи, но не пачкается ею, так и мудрость способна направить вас к непротиворечивой позиции, в то время как без нее вы то и дело оказываетесь в позе противоборства. Мудрость есть то, что постигает невечность, мудрость воспринимает личности лишенными самостоятельности и самодостаточности, а также в сущности пустыми. Мудрость – это то, что реализует пустоту двойственного, или того, в чем есть различие между субъектом и объектом. Мудрость – это пронизанность пустотностью присущего существования. Хотя имеется множество видов мудрости, самым главным является мудрость проникновения в пустоту.

Чистота должна достигаться нераздельным единством метода и мудрости, что символизируется заключительным слогом «Хум», который указывает на неделимость. Согласно сутрам, эта неделимость метода и мудрости соответствует мудрости, на которую воздействует метод, и методу, на который воздействует мудрость. В Колеснице мантр, или в тантрической ваджраяне, этот слог отвечает единому сознанию, как совершенному единству мудрости и метода, как неразделимой сущности. С точки зрения связи этих зародышевых звуков-слов с пятью буддами-победителями (дхьяни-буддами), «хум» является зародышевым слогом Акшобхьи – Недвижимого, Неколебимого, который не может быть потревожен ничем.

Таким образом, эти шесть слогов, «Ом мани падме хум», означают, что в зависимости от практики пути, состоящего из неразделимого единства метода и мудрости, вы можете преобразовать ваши нечистые тело, речь и ум в чистые возвышенные тело, слово и сознание Будды. Сказано, что не нужно искать буддство вне себя, все необходимое для достижения буддства внутри вас. Как об этом поведал Майтрея<sup>3</sup> в своем сочинении «Величественная целостность Большой колесницы» («Уттарагантра»): «Все существа, естественно, обладают природой Будды в их собственной целостности. Мы имеем внутри нас зародыш чистоты, сущность Того, кто Шествовал просто так (Татхагатагарбха), которая должна быть преобразована и полностью развита в буддство».

## Путь к просветлению

*Буддийская община.  
Торонто.*

---

<sup>2</sup> «ОМ», или «Аум», первый слог (священной для всех индийских религий) этого восклицания, переводимого буквально: «Ом, жемчужина в лотосе, Хум», – разбивается на три звука, потому что согласно правилам санскритской грамматики: «а»+«у» = «о». (*Примечание переводчика*).

<sup>3</sup> Майтрея (3–4 вв.) – один из основоположников махаянской школы йогачара. – *Примечание переводчика*.

Я очень рад предоставленной возможности прочитать лекцию здесь, в Торонто, в Канаде, на этой ассамблее буддистов и лиц, интересующихся буддизмом. Мне хотелось бы поблагодарить мастеров дзэна этого храма и многих тибетцев, помогавших в подготовке. Сегодня я буду говорить о стадиях пути просветления, используя в качестве основного труд Цонкапы<sup>4</sup> «Три принципиальных аспекта Пути к Просветлению».

Для того чтобы освободиться от циклического существования, необходимо постоянно держаться намерения покинуть его. Это намерение является первым из трех принципиальных аспектов пути к просветлению. Также нужно иметь правильный взгляд на пустотность. Добавим: если некто желает достичь наивысшего освобождения, состояния всеведения в Великой колеснице, то должно вызывать человеколюбивое побуждение стать просветленным, называемое сознанием просветления (бодхичитта). Итак, три аспекта суть решимость освободиться от цикла перерождений, правильный взгляд на пустотность и альтруистический ум просветления – вот главные стороны пути.

Прежде чем начать лекцию, обычно очищаются от препон. В Японии и Тибете это чаще всего делается повторением «Сутры Сердца» («Хридая-сутры»), которая содержит учения о пустотности присущего существования. Затем, чтобы смирить злобные существа и устранить препятствия, полезно повторять мантру о свирепом проявлении совершенства мудрости в женском облике. Обычно, когда мы произносим мантру, мы считаем количество рецитаций мантры на четках, передвигая бусины как символ входа в блаженство, проистекающее от повторения мантры. Однако когда целью рецитации является снятие препон, бусины передвигаются в обратном направлении, символизируя устранение преград.

Далее, мы совершаем подношение мандалы. Смысл этого проистекает из деяний Будды, который в прошлых жизнях, прокладывая свой путь, преодолел множество тяжелых испытаний, не заботясь ни о своем теле, ни о семье, ни об имеющихся у него возможностях, для того чтобы слушать и практиковать учение. В качестве символа такого посвящения, а также бессамостности, перед тем как слушать об учениях Будды, мы умственно принесем в жертву наши тела, средства и источники добродетели. Подношение мандалы равносильно подношению всей вселенной, образованной нашей коллективной кармой и увиденной в великолепном сиянии, наполненной чудесами и волшебством.

Читаем ли мы лекцию о доктрине или слушаем ее, наше состояние должно соединяться с осознанием прибежища и осознанием человеколюбия, состоящего в стремлении помогать другим. Достигается это троекратным повторением строфы о прибежище и возникновении соответствующего сознания с одновременными размышлениями и медитацией:

Вплоть до самого просветления я иду под покровительство  
Будды, Учения (Дхармы) и Верховной общины (Сангхи).  
Благодаря заслуге, полученной от слушания доктрины,  
Пусть я обрету буддство, чтобы помогать перерождающимся  
существам.

От этого возникают хорошие или плохие последствия – в зависимости от добрых или злых побуждений. Постоянное действие человеколюбивых помыслов необычайно важно. Во время повторения строфы нужно культивировать ее смысл в медитации.

Наконец, перед началом лекции по доктрине обычно повторяется строфа, восхваляющая Будду и признающая его доброту. Этот стих взят из трактата Нагарджуны «Основополагающие строфы о Пути Срединности» («Муламадхьямака-карика»). Обычай читать его завел один из моих учителей Куну Лама Дензин Гьелцен.

Я буду восхвалять Гаутама-Будду,

---

<sup>4</sup> Цонкапа (1357–1419 гг.) – великий тибетский учитель, основоположник школы гелукпа, в которой была преобразована традиция кадампы.



Который из сострадания (анукампа) (букв.: проникнутый состраданием)  
Проповедовал подлинное учение (саддахарма),  
Дабы разрушить все ложные взгляды (сарвадришти)<sup>5</sup>.

Вообще говоря, мы пришли сюда вместе, поскольку вы разделяете интерес к буддийской доктрине, и мы надеемся совместными усилиями обрести большое успокоение в наших жизнях и устранить страдания, насколько это возможно. В силу того, что у нас имеются тела, нам нужна пища, одежда, кров и т. д., но только этого недостаточно. Удовлетворением этих потребностей нельзя исполнить чаяния человеческих существ. Неважно то, сколь хороши физические обстоятельства нашей жизни. Если нет счастья в наших умах, то беспокойство, подавленность и тому подобное делают невозможным хорошее самочувствие. Нам необходимо стремиться и достигать счастья психически, а для этого надо знать, как это делать и как одолевать физические страдания. Следовательно, самое главное – соединить усилия по достижению внешних улучшений с сосредоточением на внутренних интересах.

Западная цивилизация добилась и продолжает добиваться огромного прогресса в материальном развитии, но если бы было возможно посредством техники также достичь внутреннего счастья, то современное общество стало бы более совершенным. Без духовного роста мы будем покорены внешними вещами, и, даже называясь по-прежнему людьми, мы будем походить на части машин. Итак, в нашей сегодняшней беседе мы обсудим, как умом обрести счастье и совершенство.

В историческом прошлом человечества было много учителей, опиравшихся на свой собственный опыт, которые давали советы и обучали других более плодотворным путям жизни. Я буду говорить об одной из всех этих многочисленных систем мысли, а именно о той, которую предложил человечеству добрый учитель Шакьямуни Будда. Внутри его учений уровни практики были описаны в соответствии со способностями его последователей. Они распались на два больших направления, или на две Колесницы: Малую (хинаяна) и Великую (махаяна). Внутри Великой колесницы имеются поведенные Буддой как сутры, так и мантры. Два этих подразделения отличаются элементами Пути достижения тел Будды.

Добавим, что Будда установил в дальнейшем четыре отдельные школы: Великого толкования, или вайбхашика; Сутр, или саутрантика; Только сознания, или читтаматра (она же называется йога-чарой. – *Примеч. переводчика*); и Срединного пути, или мадхьямака. Учения этих четырех школ представляют обе колесницы, а также как собрание сутр, так и собрание тантр. Эти собрания составляют приблизительно 100 томов текстов, переведенных на тибетский язык главным образом с санскрита. Примерно 200 томов суть толкования этих священных писаний, созданные индийскими учеными и постепенно также переведенные на тибетский язык.

Писания подразделяются на четыре основные группы: [1] труды по дисциплине, которые главным образом касаются практической этики, общей для Малой колесницы, [2] сочинения о совершенствовании мудрости, [3] собрание различных сутр и [4] свод тантрических произведений. Согласно пояснениям «Ваджра-панджара тантры», тантрическая система состоит из четырех отделов, которым соответственно принадлежат все тексты тантр. Они называются тантра действия (крिया), тантра исполнения обетов (чарья), тантра йоги и тантра наивысшей йоги (ануттара).

В «Ваджра-панджара тантре» говорится:

Тантры действия служат низшему (уровню практики).  
Бездеятельная йога (или чарья) – тем, кто выше этого.  
Высокая йога явлена для высоких существ.

---

<sup>5</sup> Это заключительные строки (XXVII, 30) труда Нагарджуны, они переведены В. Андросовым с санскритского оригинала.

## Наивысшая йога – для тех, кто выше их.

Тексты и практики сутр, тантр, Малой и Большой колесниц были распространены в Тибете повсюду. С течением времени различные методы передачи письменного и духовного наследия отдельными учителями, а также разграничивающее использование определенных философских идей и понятий привели к возникновению незначительных отличий в интерпретации и применении. В Тибете появились многочисленные школы, которые в целом можно сгруппировать по четырем основным направлениям, ведущим свои линии преемств от учения Будды, – это ньингмапа, сакьяпа, кагьюпа и гелукпа. Несмотря на их поверхностные расхождения, все эти школы опираются на одинаковые основоположения.

Сочинение Цонкапы «Три принципиальных аспекта Пути к Просветлению», которое мы будем сегодня обозревать, является толкованием многих стадий духовного пути, подразделенных на три главные. Хотя этот текст посвящен всему священному собранию, его основным источником стали сутры Совершенствования мудрости («Праджняпарамита»).

В каком смысле происходят эти учения из сутр Совершенствования мудрости? Эти сутры содержат подробное учение о пустотности и тайное учение о стадиях пути. Из трех главных аспектов пути аспект, затрагивающий правильный взгляд на действительность, ведет свое начало от отчетливой доктрины пустоты. В Большой колеснице правильный взгляд представлен школами Только сознания и Срединного пути. Труд Цонкапы опирается исключительно на систему Срединного пути, а из двух ее ветвей он явно заинтересован в позиции школы Срединного пути сведения к абсурду (прасангика), нежели во мнениях школы Самостоятельно-срединного пути (сватантрика).

Трактат как раз излагает взгляд на пустотность в школе Срединного пути сведения к абсурду. Оставшиеся аспекты пути – решимость стать свободным от циклического существования и альтруистическое сознание просветления – вышли из тайных учений сутр Совершенствования мудрости, а именно: о пути и о стадиях достижения состояния чистоты.

На сутры Совершенствования мудрости созданы два типа толкований. Одна система интерпретации передавалась от бодхисаттвы Манджушри через Нагарджуну и состояла из подробных учений о пустотности, а другая – от бодхисаттвы Майтреи через Асангу и содержала тайные учения о стадиях пути. Труд Майтреи «Украшение ясного проникновения в суть» («Абхисама-аламкара») является исходным текстом, объясняющим тайные учения о стадиях Пути. Он состоит из восьми глав. Первые три излагают три возвышенных познания, следующие четыре описывают четыре духовные практики, а восьмая глава посвящена истинному Телу дхармы (дхармака). Сравнение произведения Майтреи с сутрами Совершенствования мудрости показывает, что последние действительно стали источником тайных учений о стадиях Пути в «Украшении ясного проникновения в суть».

Побуждение слушать эту доктрину о трех главных аспектах Пути не должно быть обязано стремлению к личной пользе, но, скорее, стремлением доставить здоровье и счастье всем живущим существам, населяющих мировое пространство, поскольку каждый из них желает счастья и не хочет страдания.

Теперь начинаем разбираться с самим текстом. В его зачине автор обычно возносит хвалы высочайшему, и это может быть любой из числа объектов почитания. Здесь Цонкапа выражает почтение «выдающимся святым ламам», так как три главные аспекты Пути могут быть осуществлены именно в зависимости от квалификации ламы.

Не сам по себе высокий титул «ламы» является мерилom некоего ламы, ибо необходимо наличие добрых качеств, ассоциируемых с титулом. Три слова – «выдающийся», «святой» и «лама» – свидетельствуют о трех качествах ламы. «Выдающийся» приписывается лицу, которое уменьшило опору на эту жизнь и занято прежде всего будущей 142 жизнью и более глубокими предметами изучения. В отличие от тех, кто не глядит далеко и озабочен преимущественно посюсторонними делами, а также, как и все, увлечен этой жизнью, выдающаяся личность, или ведущая, взирает вдаль.

«Святой» относится к тому, кто в результате отречения от всех форм циклического существования не привязался ни к чему из его дивных проявлений и ищет освобождения. Святая личность отворачивается своим сознанием от внешней привязанности к лучшим вещам циклического существования и сосредоточена на внутреннем. В слове «лама» – «ла» означает высокий, а «ма» отрицает это, что указывает на отсутствие возвеличивания. Такая личность отвращена от самолюбования, дабы восхищаться другими, отвращена от личных забот о выгоде, дабы достичь высочайшей цели в доставлении блага другим.

Если применить эти три слова к учениям в труде Цонкапы «Великое описание стадий Пути» («Ламрим Ченмо»), то слово «выдающийся» соотносится со стезями существа малых возможностей к проявлению способностей, слово «святой» – со стезями существа средних способностей, а слово «лама» – со стезями существа огромного таланта. Тот, кто владеет всеми тремя уровнями, есть «выдающийся святой лама». Более молодой тибетский лама соединяет здесь эти три слова с тремя уровнями Пути, характеризующими ламу, но вовсе не обязательно строго в данной манере пользоваться этими тремя словами во всех случаях. Весьма важно определить контекст терминов в буддийских писаниях. Если исходить из единственного значения термина в различных контекстах, то это приведет к путанице и к непониманию смысла произведения.

Цонкапа оказывает почтение выдающимся святым ламам, которые обладают должной квалификацией, выражая тем самым свое перед ними преклонение. Уважительное отношение устанавливается к ним, чтобы произвести в сознании три названных реализации. Значение тибетского эквивалента слова «почитание», разбитого на составляющие его слоги, состоит в стремлении к неизменному или неколебимому состоянию. Оказывая почтение, Цонкапа выражает желание иметь прочное, устойчивое понимание этих трех предметов.

Цонкапа обучил многих монахов и учился у многих лам школ ньягмапа, сакьяпа и кагьюпа, а также встречался лично с Манджушри (небесным бодхисаттвой) и благодаря его доброте осуществил безошибочную реализацию глубокой пустотности. Добавим, что это было ценнейшим указанием Манджушри – сжато изложить все учения о Пути с точки зрения трех главнейших аспектов. Вот таковы те святые ламы, которых Цонкапа почтительно называет в начале текста.

Почтение выдающимся святым ламам!

Обещание создать текст содержится в первой строфе:

Я буду объяснять, как смогу,  
Сущностные значения всех писаний Будды-победителя,  
Путь, восхваленный превосходными детьми Победителя,  
Приют для желанного удачного освобождения.

Удобно толковать три последние строки как относящиеся к одной вещи. В этом случае они бы читались: «...сущностные значения всех писаний Победителя, кои суть Путь, восхваленный превосходными детьми Победителя, и суть приют для желанного удачного освобождения». Однако эти строки могут быть приняты и как относящиеся каждая к трем главным аспектам пути. Первая, «сущностные значения всех писаний Победителя», представляет решимость освободиться от циклического существования. Вторая, «Путь, восхваленный превосходными детьми Победителя», относится к человеколюбивому намерению стать просветленным. Третья, «Приют для желанного удачного освобождения», указывает на правильный взгляд на пустотность.

Как же относятся «сущностные значения всех писаний Победителя» к решимости освободиться от циклического существования? Цонкапа говорит об этом в своем сочинении «Хвала взаимозависимому возникновению»:

Все ваши различные учения  
Основываются единственно на взаимозависимом  
происхождении  
И служат (нашему) избавлению от несчастья.  
Вы не имеете ничего, что не направлялось бы к миру.

Все учения Будды служат для тех, кто практически стремится достичь свободы от цикла перерождений. Будда не учил ничему, что не было бы во благо миру. Поскольку решимость освободиться от циклического существования образует корень Пути, который есть безошибочное средство обретения свободы, постольку оно и является сущностным значением всех священных писаний Победителя.

Следующая строчка, «Путь, восхваленный превосходными детьми Победителя», содержит понятие «дети Победителя» (джина-путра), которое означает бодхисаттв, или существ, рожденных из речей Будды-Победителя. Путь, восхваленный ими, свидетельствует об альтруистическом намерении стать просветленным. Благодаря порождению человеколюбивого просветленного сознания некто становится бодхисаттвой, и поэтому он в состоянии помогать другим.

«Приют для желанного удачного освобождения» относится к правильному взгляду на пустотность. Именно в силу такого взгляда мы можем освободиться от циклического существования. Арьядева (3–4 вв., последователь Нагарджуны. – *Примеч. переводчика*) в своем «Сочинении в 400 строф» («Чатухшатака») пишет: «...дверь мира, который не вторичен». Освобождение достигается только после того, как устранены будоражащие эмоции и т. п., и это должно быть выполнено посредством возникновения в нашем сознании их действительного противоядия, правильным воззрением на реализацию пустотности присущего существования и освоением этого вновь и вновь. Если отсутствует правильный взгляд на пустотность, то нам никогда не освободиться от цикла перерождений, вне зависимости от того, обладаем ли мы другими добрыми качествами.

В первой строфе Цонкапа говорит, что он будет объяснять эти три предмета так, как только он сможет. Значение этих слов состоит в том, что либо он предполагает быть предельно скромным, прежде чем составит текст, либо он будет делать все от него зависящее, дабы объяснить эти три предмета вкратце. Фактически, когда Цонкапа создавал «Три главных аспекта Пути», у него ведь уже давным-давно появилась решимость избавиться от цикла перерождений, а также возникло человеколюбивое намерение стать просветленным, кроме того им было выработано воззрение на пустотность в соответствии с необычным толкованием школы Последовательного сведения к абсурду. Он уже пребывал на заключительной стадии наивысшей йога-тантры, достигнув либо первого уровня, т. е. словесной изолированности, либо второго уровня, т. е. ментальной изолированности. Всего же, согласно «Гухьясамаджа-тантре», имеется пять уровней заключительной стадии наивысшей йога-тантры.

В следующей строфе Цонкапа проповедует для тех, кто суть подходящие сосуды для доктрины, кто в состоянии слушать это учение:

Кто бы ни уходил от наслаждений мирской жизни,  
Кто бы ни стремился сделать досуг и удачу стоящими,  
Кто бы ни припадал к Пути, приятному Будде-победителю.  
Все они, кому так повезло, должны слушать с ясным умом.

Три упомянутых в этой строфе категории лиц также могут аттестоваться по трем главным аспектам Пути. Неприлипание к наслаждениям мирского существования, или уход от них, относится к тем, кто исполнился решимости освободиться от цикла перерождений. Обращение досуга и удачи в стоящее занятие свидетельствует о том, что если возникло человеколюбивое намерение стать просветленным, то тогда досуг и удача, свойственные таким людям, используются осмысленным и стоящим образом. Припавшие, или ступившие, на путь, приятный Будде-победителю – это личности заинтересованные и верящие, у которых появился правильный взгляд на пустотность в процессе медитации. Воспользовавшись безошибочным Путем, ведущим к освобождению, каждый тем самым выполняет задачу Будды – обучать этому Пути.

Лицо, являющееся подходящим слушателем этого текста, должно быть охвачено огромным интересом к глубинам, к сердцевине трех принципиальных аспектов Пути просветления, поэтому Цонкапа изрек: «Кому так повезло, должны слушать...»

Без окончательного решения определенно покинуть колесо перерождений

Нет иного способа остановить поиски наслаждений в океане бытия.

Итак, жажда круговорота перерождений всецело связывает воплощенного.

Значит, вначале следует обнаружить в себе решимость покинуть циклическое существование.

Без такой абсолютной решимости нет иного способа остановить желание испытать удовольствия в океане бытия. Эта жажда вовлекает в круговорот существования и полностью связывает существа, что и демонстрируется ныне всеми теми, кто имеет тела. Следовательно, для вступления на путь просветления важно развить безграничную решимость непременно выйти из круга перерождений. Как сказано Арьядевой: «Разве мог бы кто бы то ни было не воодушевиться такой целью – стать умиротворенным?» («Сочинение в 400 строф», или «Чатухшатака», глава 8, строфа 12).

Лицо, которое не обескураживается, глядя на явления циклического существования, не способно выработать или вызвать в себе устремленность к освобождению, умиротворению.

Охваченность такими помыслами – это самое необходимое для понимания шагов продвижения к освобождению и недостатков мирского существования. Дхармакирти (махаянский учитель 7 в.) описывает круговращение бытия как бремя ментальных и физических совокупностей (скандха), которые пребывают под влиянием загрязненных деяний и страстей («Трактат о достоверном познании», или «Праманавартика», глава 2).

Отсюда, круговращение бытия не есть некое место или сфера, ибо оно отождествляется с нами самими. Поэтому наши совокупности, т. е. наши тела и виды нашего сознания, являются следствием былых загрязненных деяний и будоражащих эмоций, и мы над ними не властны. Это означает, что невзирая на нашу жажду счастья и желание избежать страданий, наши умы и тела контролируются нашими прежними делами и страстями. Поэтому нам в жизни преграждают дорогу многие нежеланные беды, и нам так не хватает счастья, которого мы жаждем. Коль уж мы приобрели в прошлом такие загрязненные совокупности, то они и служат основанием переживаемых нами страданий сейчас, а также будут вызывать муки в будущем.

Мы очень ценим то, что считаем своим собственным. Мы говорим «мое тело» или «мои ментальные и физические совокупности» и чрезвычайно любимся ими. Однако то, что нам мило, в действительности имеет природу страдания. Хотя мы и не желаем рождения,

старения, болезни или смерти, эти нежеланные беды приходят по причине загрязненных ментальных и физических совокупностей, которые мы столь высоко ценим.

Для того чтобы облегчить страдания, мы должны спросить, а есть ли техника для устранения загрязненных телесных и ментальных совокупностей? Возникали ли эти совокупности причинно-обусловленно или они возникли беспричинно? Если бы они не зависели от причин, то они были бы неизменными, но мы знаем, что они меняются, а это указывает на их зависимость от причин.

Каждая из ментальных и физических совокупностей имеет соответствующие сущностные причины и сопутствующие условия. Наши умы пребывают под влиянием будоражающих эмоций и вовлекают нас в действия, которые в свою очередь создают предрасположенность, приводящую в движение колесо будущих перерождений. В этом и состоит процесс загрязнения, формирующий наши ментальные и физические совокупности, кои суть природа страдания.

Ныне мы обладаем ментальными и физическими совокупностями, и мы продолжаем обладать ими, когда достигаем буддства. Но причинность ментальных и физических совокупностей циклического существования коренится в процессе загрязнения, проистекающего от неконтролируемого ума и вызванных им деяний. Следовательно, есть возможность отделить ментальные и физические совокупности от причин процесса загрязнения и тем самым от природы страдания, и тогда человеческая целостность останется в чистой форме.

Для того чтобы удалить совокупности, находящиеся под воздействием загрязненных деяний и страстей и потому являющихся по природе страданием, необходимо прекратить новое накопление загрязненных деяний (карма), а также прекратить подпитывать запятнанную карму, которая уже была накоплена ранее. Для этого нужно устранить будоражающие эмоции.

Существует много различных видов последних. Васубандху (индо-буддийский мыслитель V в.) в своей книге «Сокровищница знания» («Абхидхармакоша») говорит: «Корнями круговорота перерождений являются шесть тонких источников загрязнения». В этом же тексте сообщается о пяти взглядах и пяти не-взглядах. Эти пять взглядов затем сжимаются в один, который, соединяясь с пятью невидимым и печальями, образует шесть коренных бедствий; желание, злость, гордыню, сомнение, печальный вид и помрачение сознания. Источник всех этих бед – незнание.

Незнание может быть определено различными способами. С точки зрения высочайшей доктрины школы Срединного пути сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака), незнание описывается в качестве понятия, представляющего объекты, имеющие присущее существование, в то время как фактически они его не имеют. Благодаря мощи такого незнания возникают и другие будоражающие эмоции. Когда же мы проанализируем, является ли это незнание свойством природы ума самого по себе, то мы обнаружим как раз, что «по существу это сознание (читта) есть чистое сияние, загрязнения же в нем преходящи». Так было сказано Дхармакирти в «Трактате о достоверном познании» («Праманавартика», глава 2. – Перевод, с санскрита В. Андросова). Таким образом, загрязнения не присущи самой природе нашего сознания, поэтому их можно устранить посредством противоядия.

Из-за ложного мировоззрения мы всецело привыкли считать, что объекты воистину существуют, но у этого воззрения нет достоверного основания. Наоборот, мы должны постичь, что феномены не имеют присущего существования, и хотя мы не привыкли к такому взгляду, имеются доводы, обосновывающие неприсущее существование феноменов. У такого положения есть достоверная опора, и посредством ознакомления с доводами, укрепляющими ее, возможно достичь состояния мудрости, которая противоположна невежеству.

Где бы незнание и мудрость, постигшая неприсущее существование, не касались того же самого объекта наблюдения, т. е. любого феномена, их способы восприятия этого объекта будут прямо противоположны. У мудрости достоверное основание и хорошая логическая доказательность, в то время как незнание лишено достоверности и ошибочно в отношении

того, что воспринимает. Значит, из нашего собственного опыта можно заключить, что, увеличивая силу мудрости, мы будем ослаблять незнание.

Качества ума постоянны до тех пор, пока их деятельность не искажена. Нет необходимости напрягаться вновь, чтобы продлить их бытие. Следовательно, установлено, что мудрость, реализующая бессамость, может быть создана, и всякий, вкушающий ее все глубже и глубже, в конце концов вырастает безгранично. Когда это будет развито в полной степени, мудрость будет воздействовать на невежество, т. е. на тот ум, который воспринимает противоположное – присущее существование, незнание постепенно уменьшится и, наконец, исчезнет полностью.

Таким образом, печали и загрязнения затухают в сфере подлинной реальности. При угасании случайных загрязнений, что происходит благодаря силе их противоядия, возникает очищенная сфера реальности, называемая освобождением. Тот факт, что ум обладает природой яркого света и знания, свидетельствует о достижимости освобождения.

С другой точки зрения, освобождение обретаемо знанием конечной природы самого ума. Она не воспринимается от внешнего источника, и не дается нам в качестве вознаграждения от кого-то еще. При достижении освобождения устраняются все печальные эмоции, и мы воодушевляемся благодаря этому, невзирая на содержание внешних условий. Ибо это означает, что мы не будем больше подвержены никаким печальным эмоциям и не будем накапливать никакой новой кармы.

Процесс освобождения зависит от удаления «непутевых» эмоций, главной из которых является незнание; удаление же, в свою очередь, зависимо от производства противоядия, а именно – мудрости. Мудрость же возникает из решимости освободиться от круговорота перерождений, и без такой решимости освобождение невозможно. Следовательно, изначально чрезвычайно важно развивать намерение покинуть циклическое существование. Если вы усмотрите в нем ущербность и вредность, то оно будет терять для вас свою привлекательность и способствовать возникновению чаяний освободиться от него. Культивируя такое волевое настроение, вы достигнете успеха в технических упражнениях по отдалению от круговращения бытия.

Следующая строфа описывает, как упражнять такое отношение:

Трудно обрести свободы и благие условия, а жизнь не является столь уж продолжительной.

Хорошее знание этого поворачивает в противоположное направление интерес к красотам этой жизни.

Хорошее знание того факта, что «трудно обрести свободы и благие условия, а жизнь не является столь уж продолжительной», и тогда наш обычный интерес к видимостям этой жизни поворачивается обратной стороной. В этом тексте решимость выйти из круга перерождений создается посредством двустадийного размышления: сначала об устранении интереса к проявлениям этой жизни, а затем – об устранении интереса к возможностям будущих рождений. Цонкапа в своей книге «Великое описание стадий Пути» («Ламрим Ченмо») повествует о практиках для существ с малыми и средними способностями, а также о временных плодах, доставляемых им этими практиками, но обо всем этом говорится отдельно. Однако здесь, в сочинении «Три принципиальных аспекта», эти практики объединяются с единым замыслом по развитию намерения покинуть циклическое существование.

Нет никакого смысла в привязанности к этой жизни. Не имеет значения, как долго мы живем. Даже если мы сможем прожить около 100 лет, все равно, в конце концов, мы должны будем умереть, теряя эту ценную человеческую жизнь. Но когда конкретно это случится –

неясно, это может произойти в любое время. Главное, что эта жизнь распадется, и неважно, много ли у вас было собственности – она вам не поможет.

Никаким количеством богатства нельзя купить продление жизни. Неважно, много ли вы накопили денег и храните ли вы их в банке, но в день вашей смерти ничто вам не поможет. В этом отношении смерть миллионера и смерть дикого животного одинаковы. Хотя для жизни нужны какие-то источники, но конечно, они не суть конечная цель достижений. И так, несмотря на материальное благосостояние и преуспевание, многие виды страдания существуют в силу того, что мы живем обычной человеческой жизнью, приносящей несчастья различными способами.

Является ли сама природа человеческой жизни жалкой? И является ли она столь уж неизменной? В нынешних обстоятельствах, пребывая во власти обусловленности, мы уже испытали на себе, что сама природа жизни печальна. Однако при помощи предложенных рассуждений, которые доказывают возможность обрести освобождение, мы можем увидеть, что причины, производящие бедствия, преодолимы посредством отделения ума от неблагоприятных эмоций. Таким образом, ясно, что тяготы вовсе не являются обязательно присущими человеческому существованию.

Если мы в состоянии найти должное применение человеческому разуму, мы сможем обрести нечто весьма ценное. Когда же мы озабочены исключительно делами этой жизни, тогда будет растрчена настоящая возможность использовать могучий человеческий мозг, которым мы уже обладаем. Подобно стремлению приобрести что-то незначительное, и применение человеческого ума ради достижения чего-то маловажного также является весьма грустным. Осознавая слабость такого действия, нам нужно выработать воззрение, согласно которому было бы глупо делать упор исключительно на заботах этой жизни. И этот упор постепенно будет ослабевать благодаря совершенствованию позиции на решительное оставление круговорота бытия.

Отрекаясь от этой жизни, мы не просто пренебрегаем жизненными потребностями, такими как голод, но стремимся свести нашу привязанность к нуждам, ограничивая их этой жизнью. Более того, не только эта жизнь, но все изумительное благосостояние и беспредельные возможности циклического существования также по своей природе являются страданием, и они безусловно будут вырождаться. Хотя каждый может ожидать лучшей жизни в будущем, после этой он будет рождаться еще и еще, но нет никакой уверенности в том, что будущие жизни будут лучше.

Таким образом, необходимо не только сократить наш интерес к красотах этой жизни, но и прервать привязанность к будущим рождениям. У нас должна постоянно возникать мысль, что жизнь, проходящая во власти грязных деяний и печалей, лишена сущности, бесхребетна.

Цонкапа заявляет:

Если вы задумываетесь вновь и вновь о поступках и их неминуемых последствиях, и страданиях круговораченья бытия,  
То интерес к его возможным проявлениям, и в будущих воплощениях будет обращен вспять.

Впереди нас ждут бесчисленные перерождения, как хорошие, так и плохие. Последствия кармы (деяний) неминуемы, а в предыдущие жизни мы накопили отрицательную карму, которая неизбежно скажется в этой или будущих жизнях. Точно так же как некто, преступление которого доказано полицией, будет в конце концов схвачен и наказан, и мы неминуемо должны столкнуться с последствиями ошибочных действий, совершенных нами в былые времена, пусть даже мы еще не в тюрьме. Однажды мы накопили предпосылки к страданию из-за наших недобродетельных деяний в прошлом. Нет



способа избежать наказания, свершенное тогда не вернуть назад, и мы, наконец-то, должны испытать на себе их последствия.

Мы не способны устранить отрицательную карму, которая накоплена прошлыми недостойными поступками и теперь уже присутствует в зародышевой форме в нашем собственном сознании, поэтому не надейтесь дожидаться перерождений совершенно замечательных, в которых вы избежали бы неминуемых страданий круговращения бытия. Не только в этом, но даже если мы проверим лучшую сторону циклического существования, то обнаружим, что она тоже не проходит вне природы страдания, вне ухудшения.

Жизнь омрачается тремя видами страдания: страдание от боли, страдание от изменения и проникающим повсюду страданием от обусловленности. Анализируя неизбежные последствия предыдущих ошибочных деяний, а также природу страдания пусть даже замечательных рождений круговорота бытия, мы можем уменьшить привязанность к этой и будущим жизням, развивая сознание необходимости достижения освобождения. От соединения этих двух задумок: преодолеть интерес к этой жизни и ее красотам, а также интерес к прелестям перерождений вообще, – возникнет решимость освободиться от циклического существования.

Что привлекает нас в страданиях? Это – непокорный ум, т. е. то, что не вне, а внутри нашей ментальной целостности. Последнее нам дано в проявлениях неблагоприятных эмоций, воздействующих на наши умы, и тем самым мы втягиваемся в совершение различных ошибочных деяний. В естественно чистой сфере подлинной природы сознания появляются некие представления, а благодаря их силе мы вовлекаемся в неверные действия, ведущие к страданию. С огромным вниманием и тщательностью нам нужно заставить исчезнуть эти представления, погрузив их обратно в непроявленную сферу природы сознания, что подобно облакам, скучившимся на небе, а затем, вновь рассеявшимся в небесной чистоте.

В этом случае прекратятся ошибочные деяния, проистекающие от таких представлений. Как говорит Миларепа (1039–1122 гг., тибетский мыслитель школы кагьюпа): «...Коли возникает, то возникает из самого пространства, коли исчезает, то исчезает обратно в пространство». Нам нужно хорошо знать состояние самих вещей, постигая, что есть заблуждение, а что нет, и быть в состоянии вернуть эти представления обратно в сферу нераздельной реальности.

Счастье приходит благодаря спокойствию ума, без успокоения ума нет пути к счастью. Основой этого является осознанная решимость освободиться от циклического существования. В буддийских писаниях поясняется, что нет начала у сознания, и отсюда нет начала у перерождений каждого из нас. В понятиях рассудочного знания это выражается так: ни в коем случае сознание не может служить в качестве субстанциональной причины материи, и ни в коем случае материя не может служить в качестве субстанциональной причины сознания. Единственное, что может служить в качестве сущностной причины сознания – это прошлое сознание. Посредством этого рассуждения устанавливаются взгляды на прошлые и будущие существования.

Сразу договоримся о будущих воплощениях. Понятно, что совершенно неважно, сколь велико ваше состояние и прочее в этой жизни. Даже если вы миллиардер: когда вы умираете, в последний путь вам не взять с собой ни одного пенни. Также неважно, много ли у вас друзей, ибо в конце вы не сможете ни одного из них пригласить с собой. Что отправляется вместе с вами, то помогает вам, и это есть сила вашей собственной добродетели, ваши благие деяния.

Следовательно, очень опасно быть вовлеченным на сто процентов в дела, ограниченные перспективой настоящей жизни. Хотя было бы непрактичным посвящать все ваше время духовным предметам, однако это помогло бы в будущих воплощениях. Неплохая идея состоит в том, чтобы вы 50% вашей энергии уделяли заботам этой жизни, а еще 50% – более глубоким темам. Мы должны жить, и у нас есть желудок, который нужно наполнять. Но максимальная продолжительность, этой жизни составляет в лучшем случае 100 лет, что

является весьма коротким периодом по сравнению с чередой будущих перерождений. Так что стоит подумать о ваших будущих жизнях и стоит готовиться к ним, понемногу сокращая занятость ума делами настоящей жизни.

А если это не так, когда мы проверяем прелести циклического существования и находим, что они действительно суть страдание по своей природе? Они не являются таковыми, ибо вне зависимости от того, как долго мы ими пользуемся, они всегда приятны. Например, если у вас много домов, а вы одиноки, то, пользуясь каким-то домом, вы другие оставляете пустовать. Затем вы переезжаете в другой из домов, а первый остается без применения. Аналогично, если у вас много денег и вы держите дома огромное количество продуктов питания, то все равно вы имеете лишь один рот и один желудок. Вы не сможете съесть больше, чем это в состоянии сделать один человек. Если вы съедите пищу, достаточную для насыщения двоих, то вы умрете. Право, лучше с самого начала установить пределы и быть удовлетворенным.

Если же вы не удовлетворяетесь, но жадничаете, желая того и желая этого, то нет способа, которым можно было бы выполнить все желания. Даже если бы вы были властны над всем миром, то и этого было бы недостаточно. Желание невозможно исполнить. Более того, когда вы жаждете снова и снова, то вы встречаетесь со многими препятствиями, разочарованиями, бедами и трудностями. Большое желание не только не имеет конца, но и само порождает неприятности.

Наслаждение и боль суть следствия. Такое удовольствие и болезненная перемена свидетельствуют, что они зависят от причин. Коль они причинно-обусловлены, то и возжеленное вами счастье обретаемо путем создания соответствующих причин, а нежеланное страдание устраняется посредством уничтожения соответствующих причин. Если в вашей целостности имеется причина страдания, то даже не желая этого страдания, вы будете подвергнуты испытанию им.

Поскольку наслаждение и боль находятся в цепи причин и следствий, то мы можем узнать, что нас ждет в будущем. Ибо будущие воплощения зависят от деятельности и помыслов, занимающих нас теперь. Глядя таким образом, мы можем увидеть, что каждую минуту накапливаем много кармы, или деяний, которые повлияют на наши перерождения в будущем. Отсюда следует заключить, что если мы не применяем метод прекращения причин, приводящих в движение круговорот бытия, то нет конца страданию.

Изучая это, обнаруживаем, что наши ментальные и физические совокупности, пребывающие под властью загрязненных деяний и печалей, суть феномены, кои по природе – страдание. Прошлые причины наших совокупностей нечисты. В плане же их нынешнего бытия ум и тело служат основой страдания, а в плане будущего они стимулируют испытание страданием в позднейших воплощениях.

В самом начале мы переживаем страдание при рождении, затем – в детском возрасте. В конце жизни, в старости, приходит физическая дряблость, неспособность хорошо двигаться, видеть, слышать, все это сочетается со многими неудобствами и болями, и в финале нас ждет страдание смерти. Между страданиями рождения и смерти мы претерпеваем различные виды страдания, такие как болезнь, неполучение желаемого, получение нежеланного и т. д. Поэтому эти совокупности ума и тела служат основанием страдания.

Является ли данное учение пессимистическим? Вовсе нет. Поскольку вы признаете наличие страдания, постольку вы совершаете усилия, дабы одержать над ним победу. Например, вы тяжело работаете в течение пяти дней недели, чтобы иметь большую зарплату для создания большего комфорта и т. д. Следовательно, ваши усилия в начале трудовой жизни огромны и направлены на то, чтобы позже вы могли жить счастливо. Вы приносите жертвы ради большего комфорта.

По мере того, как будет возрастать ваше распознавание страдания, вы во многом ближе подойдете к состоянию освобождения от страдания. Значит, вам не нужно находить удовольствие в предвкушении возможностей будущих жизней для данного типа тела и ума, которые пребывают под влиянием загрязненных действий и неблагоприятных эмоций.

Скорее, вам необходимо искать состояние, в котором совокупности, лежащие в основе страдания, полностью исчезают. Пространство действительности, в котором уничтожаются вызывающие страдание загрязнения, называется освобождением.

Нам следует отвернуться не только от притяжения прелестей этой жизни, но и от притяжения ожидаемых красот циклического существования в будущих воплощениях. Пока мы состоим из этих загрязненных совокупностей, нет надежды обрести подлинный мир. Раздумывая таким образом над неудачами круговорота перерождений, можно будет развить побуждение шагнуть из этого круговращения к состоянию освобождения.

В такого рода исследовании необходимо продвигаться путем соединения аналитической медитации и медитации по созданию устойчивого равновесия. Прежде всего аналитически изучите доводы в пользу решимости покинуть циклическое существование, а затем, когда придет некоторое убеждение, не рассуждая, стабилизируйте то, что вы поняли. Когда же ваше понимание начнет ослабевать, вернитесь к аналитической медитации, затем вновь погрузитесь в медитацию устойчивости и т. д.

Что же является мерой того, что после упражнений в медитации вы создали целиком законченную решимость оставить круговращенье бытия?

Если, медитируя таким образом, вы не испытываете восторга,  
Даже на мгновение, по поводу процветания в циклическом  
существовании,  
И если состояние поиска освобождения не оставляет вас ни  
днем, ни ночью,  
Тогда вы со всей определенностью замыслили покинуть  
круговорот перерождений.

Если, преодолев как интерес к видимости этой жизни, так и притяжение к прелестям циклического существования в целом посредством повторения и осваивания этих раздумий, вы и спонтанно, и последовательно ищите свободы от круговращения бытия, причем ни на мгновение ни привязываясь к мыслям о вещах и не шепча про себя: «Это чудесно», – или: «Я должен иметь это», – или: «О, если бы я мог этим владеть», – и т. д., – тогда вы создали совершенную и квалифицированную решимость освободиться от круговорота перерождений.

Этот подход, будучи воистину действенным, нужно по настоящему выполнять, а не просто говорить о нем. Шантидева писал в сочинении «Путь Бодхисаттвы» («Бодхичарья-аватара», глава 5, строфа 109. – Перевод с санскрита В. Андросова) :

Разве можно помочь больному  
Всего лишь чтением о способе врачевания?

Недостаточно читать о медицинских препаратах, их нужно принимать внутрь, чтобы выздороветь.

Легко давать лекцию о доктрине или слушать, как о ней говорят, но трудно заниматься ею практически. Без действенной практики учений нет иного способа добиться хороших результатов. Если же причиной является лишь словесное толкование, то не может быть никакого следствия. Когда мы голодны, то нуждаемся в настоящей пище. Одно лишь описание французских вкусоностей или китайских продуктов питания не в состоянии накормить нас. Будда проповедовал: «Я указываю вам Путь освобождения, но знайте, что само освобождение зависит от вас».

Поначалу может показаться, что эти услышанные и обсужденные нами здесь буддийские идеи являются очень необычными и вряд ли достижимыми. Однако Шантидева в

том же сочинении «Бодхичарья-аватара» (глава 6, строфа 14. – Перевод с санскрита В. Андросова) говорит:

Нет ничего такого, что выполнять  
Было бы трудно привыкнуть.

Нет ничего, что, в конце концов, нельзя бы было достичь по мере того, как к нему привыкаешь. Все эти состояния постепенно могут быть созданы при росте осведомленности в них. Проверка этих учений должна производиться внутри вас в течение долгого времени. Как изрек Будда в одной из тантр (в моем пересказе): «Если вы занимаетесь практикой, о которой Я говорил, и не можете достичь результатов, то сказанное Мною ложь». Следовательно, прежде всего необходимо практиковать и приобретать опыт. Таким путем вы придете к пониманию истины буддийских учений.

Здесь завершается раздел о создании решимости к освобождению от циклического существования: о ее причинах, методах порождения этой решимости и о мере ее совершенства. Второй из трех главных аспектов Пути – это человеколюбивое намерение стать просветленным. По словам Цонкапы, решимость покинуть круговращение бытия должна соединяться с альтруистическим побуждением к просветлению. Без соединения этих двух аспектов их практика не будет служить основанием для того, чтобы стать Буддой. Следующая строфа выдвигает довод в пользу совершенствования человеколюбивой позиции:

Итак, если идея решительного оставления круговорота жизни не соединяется с возникновением всепоглощающего стремления к наивысшему просветлению, то тогда не будет источника изумительного блаженства непревзойденного просветления. Значит, разуму следует порождать верховное альтруистическое намерение стать просветленным.

Человеколюбивое побуждение к просветлению, или просветленному сознанию (бодхичитта), является особым отношением к поиску вашего собственного полного просветления в качестве Будды, совершаемого ради живых существ. Благо живых существ является вашим главным объектом намерения. Для того чтобы вызвать такое отношение, необходимо развивать великое сострадание, которое наблюдает за живыми существами и желает им освобождения от страдания и его причин. Для порождения такого состояния нужно размышлять о том, почему мучаются твари. Это делается посредством распространения на других того способа осознания страдания, который вы разработала на своем собственном примере, когда занимались усовершенствованием решимости к освобождению от циклического бытия.

Следующие две строфы описывают способы развития альтруистического намерения стать просветленным, и прежде всего делают набросок бед и страданий, кои суть характерные черты круговорота перерождений:

Уносимые бурными водами четырёх могучих потоков,  
Плененные крепкими оковами кармы, которых трудно избе  
Пойманные в железные сети цепляния за самость,  
Полностью погруженные в беспросветную тьму неведения,

Снова и снова обретающие бесконечные формы бытия  
И потому постоянно мучимые страданиями трех видов –  
Таковы матери [наши], живые существа.

Осмысли это и породи высочайшее альтруистическое  
намерение стать.

Эти идеи являются чрезвычайно мощными, и если правильно применить их к нашему собственному положению, можно усилить желание покинуть циклическое существование. Затем, приложив эти раздумья к переживаниям других существ, можно вызвать сострадание.

Каково значение «уносимые бурными водами четырёх могучих потоков»? Имеются различные толкования, но здесь главный смысл состоит в том, что все существа подавлены четырьмя сильными потоками: рождения, старения, болезни и смерти. Хотя мы не желаем таких страданий, несмотря ни на что мы подвергаемся им, будто нас несет течение огромной реки, и мы в ее власти. Наше безвольное бытие, несомое этими четырьмя сильными течениями реки, являются следствием его скованности тугими узами наших собственных предыдущих деяний и созданных ими предрасположенностей, которым трудно противостоять.

Мы связаны этими тугими узами, поскольку пребываем под влиянием неблагоприятных эмоций, таких как желание и ненависть. Они возникают из-за нашего нахождения в очень жесткой, загроможденной и трудной для проникновения клетке врожденного хватания за присущее существование «Я» и «мое».

Принимая во внимание наше собственное Я, или самость, мы неправильно воспринимаем ее как имеющую присущее существование. Через это лжепредставление мы втягиваемся в неблагоприятные эмоции, которые вызывают действия, повязывающие нас тугими узами, и заставляют нас быть уносимыми четырьмя сильными течениями реки страдания. Мы привязываемся к этому ложному воззрению о присущем существовании Я в силу плотной темноты, окружающей нас неправильными представлениями о том, что другие феномены, и прежде всего ментальные и физические совокупности, участвующие в установлении номинального Я, также существуют сами по себе. Основываясь на этом, мы создаем лжепонятия «Я» и «мое» как о существующих присуще, и тем самым вызываем неблагоприятные эмоции желания, ненависти и т. д., вовлекающие нас в совершение 166 грязных поступков, которые в свою очередь накапливаются в качестве кармы, туго стягивающей нас оковами.

Вот так сковываются существа этими ментальными и физическими совокупностями, кои суть по природе – страдания рождения, старения, боления и умирания. Из-за этой причинной последовательности мы подвержены трем типам страдания: телесной и умственно-психической боли, мукам перемены состояния и распространяющемуся повсюду страданию от обусловленности, которое просто есть пребывание во власти загрязненной цепи причинности.

Расследование этих обстоятельств страдания и его источников в отношении вас самих помогает решиться на освобождение от циклического существования. В то же время раздумья над бесчисленным множеством других лиц, которые были вашими матерями в предыдущих воплощениях и бесконечно мучимых этим страданием, пробуждает любовь, сострадание и человеколюбивое намерение стать Буддой, дабы служить им.

Мы желаем счастья и хотим избежать страдания, и то же самое верно в отношении всех других существ, подавленных тщетой круговращения бытия. У тех, кто так мучается, недостает знания о том, что принять и что отбросить ради обретения счастья и избежания страдания. Шантидева говорит об этом в труде «Путь Бодхисаттвы» («Бодхиচারья-аватара», глава 1, строфа 28. – *Перевод с санскрита В. Андросова*):

Желая избавленья от страданья (духкха),  
Они мчатся прямо во страданье.  
Опять-таки вожделея счастья (сукха), они в силу собственного  
омрачения  
Разрушают свое счастье, словно враги.

Хотя люди не хотят страдания, они несутся в его объятия. Хотя они жаждут счастья, из-за омраченности они добиваются прямо противоположного.

Для того чтобы помочь живым существам достичь освобождения, нам нужно содействовать в понимании ими процедур обретения счастья и удаления страданий, а также безошибочному пониманию того, что принимать, а что отклонять. Дхармакирти в «Трактате о достоверном познании» («Праманавартика», глава 2), являющемся комментарием на труд Дигнаги (знаменитый индо-буддийский логик 6 в. – *Примеч. В. П. А.*), писал:

Дабы устранить страдание, сострадательный  
Предается занятиям духовными средствами (упая).  
Если же та причина занятий кому-то интересующемуся не  
ясна,  
То крайне трудно ее объяснить. <sup>6</sup>

Если вы сами не знаете способов, которыми нужно помогать другим, то вы ничего не сможете сделать. Чтобы полностью предаваться заботе о благе других живых существ, необходимо постичь все тонкости того, как помогать другим, а также главнейшее из того, что допустимо, а что недопустимо. Кроме того, вам нужно знать предпочтения и интересы, а также все прочее о существах, которым вы стремитесь помочь. Таким образом, важно удалить препятствия перед познанием таких объектов знания. Когда же все эти преграды устраните, вы приобретете всеведение Будды – возвышенное мудрое познание всех аспектов любых объектов знания.

Поскольку бодхисаттвы стремятся помогать всем живым существам, постольку они заняты основным – преодолением препятствий ко всеведению – и работают над созданием противоядия этим препонам. Без знания обо всем можно помочь некоторым существам, но невозможно полностью и действительно служить огромному числу нуждающихся. Вот почему необходимо достичь буддства: ради эффективного служения живым существам.

Не будучи в состоянии переносить более страдания чувствующих существ и сделать для них что-нибудь, вы вызываете к жизни сильное сострадание и любовь, желая существам избавиться от мук и обрести счастье. Затем, видя, что для выполнения этой задачи нет иного пути, кроме как достичь буддства, вы порождаете альтруистическое намерение стать просветленным. Это ваше намерение добиться всеведения Будды, дабы служить другим, называется альтруистическим сознанием просветления (бодхичитта). Оно окутано двояким чаянием: стремление к благопроцветанию других лиц через ваше собственное стремление к просветлению.

Опираясь на более раннее описание степени решимости освободиться от циклического существования, мы можем понять и глубину человеколюбивого сознания просветления, хотя Цонкапа об этом отчетливо не упомянул. Если, чем бы вы ни занимались, в некоторых структурах сознания сохраняется постоянное интенсивное желание приносить благополучие чувствующим существам, а также стремление к просветлению ради них, то вы выказываете признаки совершенного альтруистического сознания просветления.

Важно осознавать, что ваши личные качества не сразу и не полностью преобразуются, после того как вы попытаетесь развить такие мысли. Наши сущностные черты и особенности нашего предрасположения будут меняться постепенно. Отличия не будут тут же бросаться в глаза, но только со временем. Если вы культивируете человеколюбивый замысел медленно и постоянно, то по прошествии пяти или десяти лет заметите изменения, произошедшие с вашим образом мыслей и действий. Результаты ваших усилий в совершенствовании будут явно различимы.

Общеизвестно, что Шакьямуни Будда провел шесть лет, живя отшельником, практикующим строгие воздержания. Он сделал это, отказавшись от удовольствий мирской жизни, став монахом, отринув светские удобства, уйдя в аскетическое уединение и т. д.,

---

<sup>6</sup> Перевод с санскрита В. Андросова.

чтобы проверить все тяготы пути, по которому последуют его приверженцы. Разве возможно такое: Будде пришлось прилагать огромные усилия для достижения цели, а вот мы можем обрести то же самое быстро и без труда? Нет, такого не может быть.

Когда вы достигнете подобного состояния, какая-то часть ума будет постоянно охвачена желанием получить буддство ради всех существ, вам нужно будет сочетать ее с обрядом порождения в уме желанной цели духовного преемства, чтобы сделать сознание более устойчивым. Итак, необходимо непрестанно заниматься причинами, которые будут препятствовать искажению ума, исполненного желанием, в этой жизни или в будущих воплощениях.

Затем, нельзя удовлетворяться простым стимулированием порождения желанных форм в просветленном уме, так как должно просветленное сознание вызывать практически. Ибо одного намерения недостаточно. Вам придется понять, что после этого наступает время неумной потребности в практике шести совершенствований: даяния, нравственности, решимости, терпимости, сосредоточения и мудрости. Культивируя желание практиковать их, вы примете обеты бодхисаттвы и действительно достигнете цели.

Если выполнение принятых обетов и практика шести совершенствований имели успех, тогда будет возможно получить посвящение и приступить к занятиям мантрами, или тантрами. Это есть вполне квалифицированный вид процедуры, излагаемой в великих книгах и проводимой тогда, когда в наличии и время, и возможность прогрессировать таким путем. С другой стороны, теперь широко распространен обычай, когда вступают в практику мантры уже после определенного понимания трех главных аспектов Пути: решимости освободиться от круговорота перерождений, человеколюбивого намерения стать просветленным и правильного видения пустотности, —а также после приложения огромных усилий по развитию этих положений.

Однако если вы не постигли трех главных аспектов Пути и в глубинах своего сердца не верите в Три Драгоценности (Будду, Его учение и духовную общину) и в другие ценности, то было бы чрезвычайно трудно сказать, что вы действительно прошли тантрическое посвящение. И это даже в том случае, когда вы на самом деле принимали участие в данной церемонии.

Основой альтруистического просветленного сознания во все времена являлись доброе сердце и добрый ум. Каждый из нас может извлечь пользу, культивируя это. Нас не охватывает ни ярость, ни жажда борьбы, ни злословие, ни прочие неблагоприятные помышления. Когда люди вовлекаются в дела такого рода, они делают это даже не ради заботы о личном, но именно во вред себе. Следовательно, нам всем нужно держать ум и сердце чистыми и добрыми. К примеру, я не только объясняю, но и делаю все от меня зависящее, чтобы практиковать это. Каждому необходимо практиковать как можно больше, тогда это принесет пользу.

Если вы увлечены такими практиками и приобрели в них некоторый опыт, ваше отношение к людям и способ их восприятия изменяется. У вас исчезнут отдельные проблемы, с которыми вы сталкивались раньше. Так, вы не будете отвечать с таким же возбуждением, как прежде, не будете относиться отрицательно к чему бы то ни было. Такое изменение не есть плод чего-то внешнего и не имеет связи с новой формой носа или новым стилем прически. Оно касается внутреннего, ума. Некоторые люди умеют сопротивляться трудностям, а другие нет. Разница между ними во внутренней позиции.

Перемены, следующие за внедрением этих учений в практику, происходят медленно. Спустя некоторое время мы можем встретиться с теми, кто скажет нам, что мы изменились. Это хороший знак того, что практики оказались действенными. Такой отклик желателен, так как он указывает на то, что мы больше не доставляем беспокойства другим людям, а вместо этого действуем в мире как добропорядочные граждане. Вы не способны левитировать, летать или демонстрировать другие аналогичные чудеса, но такие способности вторичны и фактически противосозидательны, если причиняют миру заботы. Что является важным, так это покорность ума, умение быть добрым человеком. Если мы практикуем это учение, то

нирвана постепенно придет, но если мы будем действовать со злобой и ненавистью, то нирвана станет еще более удаленной.

В буддизме упор делается на применении нами доктрины. Хотя буддийские ученые предлагают нам искать покровительство у Будды, в религиозной догматике (дхарма) и в духовной общине, однако их задача – лишь помогать нам черпать силы в нашей собственной практике. Из трех прибежищ главным является Дхармо-учение. Это не та доктрина, которой владеет кто-то еще, а та, которую мы сами должны породить в целокупности нашего сознания. Без индивидуальных усилий и практики три драгоценности – Будда, учение и духовная община – не могут обеспечить никакого прибежища.

Так завершается раздел об альтруистическом намерении стать просветленным. И мы теперь подошли к последнему из трех принципиальных аспектов Пути – правильному воззрению на пустотность. Почему придается такое большое значение культивированию мудрости, постигающей пустотность? Цонкапа об этом говорит так:

Если вы не обладаете мудростью проникновения в суть вещей,  
То тогда, пусть вы даже достигли должной решимости  
покинуть круговращенье бытия и вызвали альтруистическое  
побуждение,  
Но корень циклического существования все равно не сможете  
отсечь.  
Следовательно, трудитесь над способами постижения  
взаимозависимого происхождения.

«Суть вещей» относится к существованию феноменов, имеющему многие уровни. Здесь Цонкапа подразумевает самый тонкий уровень – конечную реальность. С точки же зрения учения о двух истинах это есть абсолютная истина. Имеется множество условных способов существования, видов пребывания феноменов, но правильный взгляд на пустотность схватывает конечный модус существования, абсолютную истину.

Без мудрости, постигающей конечный способ существования феноменов, нельзя отрубить корень круговорота перерождений, даже если вы совершите огромные усилия в медитации и создадите как решимость освободиться от круговращенья бытия, так и альтруистическое намерение стать просветленным, ибо корень циклического существования вновь соединится с невежеством, с незнанием способа феноменального бытия, с лжевоззрением на природу личности и других проявлений. Необходимо породить такое мудрое сознание, которое, наблюдая те же самые объекты, схватывает их прямо противоположно тому, как это делает невежество. Да, конечно, всего лишь желание покинуть круговорот перерождений или простое человеколюбивое побуждение стать просветленным помогают опосредованно, но они не могут служить в качестве прямого противоядия лжевоззрениям, кои суть корень циклического существования. Вот почему нужно видение пустотности.

Заметьте, что Цонкапа увещевает нас: «Трудитесь над способами постижения взаимозависимого происхождения». Он вовсе не сказал: «Работайте над средствами реализации пустотности». Это потому, что значение взаимозависимого происхождения присуще значению пустотности, и наоборот – значение пустотности присуще значению взаимозависимого происхождения. Следовательно, чтобы указать на пустотность, требуется понимание значения взаимозависимого происхождения, и наоборот. Оставляя в покое одну из этих крайностей, он заявляет, что усилия должно направить на постижение взаимозависимого происхождения.

Пустотность нужно понимать не как простое отрицание всего, а как отрицание присущего существования, отсутствие которого подобно взаимозависимому происхождению.



Если же постижение пустотности и познание взаимозависимого происхождения не связаны и пустотность толкуется ложно, как нигилизм, то не только она будет понята неправильно, но и другие полезные учения станут во многом ущербны, а также впадут в крайность уничтожимости. Поэтому Цонкапа отчетливо высказывается о постижении взаимозависимого происхождения.

Далее он пишет:

Кто же, видя причину и следствие всего феноменального бытия и нирваны неизбежными,  
Полностью разрушает ложное цепляние за те объекты (как за существующие независимо),  
Тот вступает на путь, который позволителен Будде.

Посредством исследования этого конечного способа феноменального бытия мы приходим к пониманию несуществования упомянутого объекта, т.е. понятия самости, или присуще-независимого существования в личностях, вещах и явлениях. Как только мы постигаем отсутствие присущего существования и способны безошибочно установить причину и следствие всех феноменов круговорота перерождений и нирваны, мы тотчас вступаем на путь, который позволителен Будде.

Пустотность должна быть постигнута с учетом нашего понимания причины и следствия естественных и сверхъестественных феноменов, которые, очевидно, доставляют как помощь, так и вред и не могут отрицаться. Когда пустотность реализована познанием без ошибок, без заблуждений, без искажения причинно-следственного процесса, т. е. взаимозависимого происхождения, тогда реализация способна разрушить все ложные восприятия объектов в качестве существующих присуще-независимо.

Если же эта двоица, а именно: (1) постижение проявлений неминуемо дает взаимозависимое происхождение  
И (2) постижение пустотности дает отрицание (присущего существования), –  
Кажется разделенной, то (это значит, что) еще не наступило проникновения  
В сознание Шакьямуни Будды.

Если познание явлений в соответствии с законом взаимозависимого происхождения и познание пустотности присущего существования этих явлений кажутся вам взаимоисключающими, несвязанными, и если одно из них не знакомо изучающему другое или даже делает невозможным постижение другого, тогда вы не понимаете мышление Шакьямуни Будды. В том случае, если ваше проникновение в пустотность заставляет уменьшить ваше проникновение в сущность взаимозависимого возникновения или, наоборот, ваше проникновение во взаимозависимое происхождение уменьшает вашу реализацию пустотности, что делает эти две альтернативы противоположными, тогда вы еще не обладаете подлинным воззрением.

Более того, Цонкапа говорит:

Когда (два проникновения в суть существуют) одновременно и безраздельно,

И когда при одном лишь видении взаимозависимого  
происхождения в качестве неминуемого (закона)  
Полученное знание целиком разрушает цепляние (за понятие о  
независимо-присущем существовании),  
Тогда аналитическое воззрение (на реальность) является  
полным.

Мудрость, достигшая понимания отсутствия независимо-присущего существования, отсутствия самостоятельной сущности, побуждаема постоянным поиском, а не установлением объекта через его обозначение. Например, в случае рассмотрения вашего собственного тела вы можете прибегнуть к аналитическому методу семичленного рассуждения<sup>7</sup>. И наконец, посредством довода о взаимозависимом происхождении упражняющийся в практике приходит к убеждению, что субъект лишен присущего существования. Так как субъект пребывает под влиянием других факторов, зависим от них, то в силу этого он является пустым. А это означает, что его существование не есть самостоятельное, не находится в его собственной власти. Все это устанавливается благодаря учению о взаимозависимом происхождении. Таким образом, феномены, возникающие в зависимости, постулируются после опровержения присущего существования.

Если мы рассмотрим человека, являющегося нам во сне, и реального человека в состоянии бодрствования с помощью семичленного рассуждения, то ни в одном из случаев в равной мере не обнаружим никакой самостоятельной сущности. Однако, хотя человек сновидения и действительный человек после применения процедуры семичленного рассуждения являются одинаково ненаходимыми, это ведь не значит, что человек сновидения должен утверждаться в качестве человека. Это бы противоречило достоверному познанию, занимающемуся условными объектами. Последовательно конвенциональное достоверное познание отрицает, что человек сновидения идентичен человеку, считающемуся реальным, так как последний не может быть дискредитирован условным достоверным познанием.

Хотя и нельзя найти человека посредством семичленного рассуждения, все-таки не принято заключать из этого, что люди не существуют, – поскольку такое утверждение было бы опровергнуто условным достоверным познанием. Конвенционально-достоверное познание устанавливает действительность человеческих существ, и, следовательно, они должны обсуждаться в качестве существующих. Из того факта, что они не являются очевидными по результатам семичленного рассуждения, но тем не менее существующими, можно решить, что люди существуют не сами по себе, не независимо, но только будучи подвластными или зависимыми от других обстоятельств. Таким образом, смысл выражения «быть пустым в отношении своей собственной самостоятельности» состоит в том, чтобы зависеть от других.

Когда Нагарджуна и его ученики приводили доводы в пользу пустотности феноменов, они часто прибегали к доводу о взаимозависимом происхождении, а именно: феномены возникают в зависимости от наличия причин и условий. Нагарджуна говорит об этом в своем «Трактате о Срединном Пути» («Муламадхьямака-карика», глава 24, строфа 19 в переводе с санскрита В. Андросова):

Поскольку нет никакой вещи (дхарма),  
Которая бы возникла независимо,  
Постольку нет никакой вещи (дхарма),

---

<sup>7</sup> Этот аналитический метод состоит из следующих альтернатив: 1) личность и совокупность ума и тела являются присущими одной и той же сущности, или 2) они суть различные сущности, или 3) личности свойственна зависимость от ума и тела, или 4) ум и тело врожденно зависят от личности, или 5) личности присуще обладание умом и телом, или 6) личность является формой тела, или 7) личность состоит из ума и тела. – *Примечание издателя английского текста Джеффри Хопкинса.*

Которая бы ни была пустой (шунья)<sup>8</sup>.

Нет феноменов, которые бы возникали независимо, и нет феноменов, присущее существование которых не было бы пустым. Арьядева в своем «Сочинении в 400 строф» («Чатухшатака», глава 24, строфа 23 – на санскрите не сохранилась) пишет:

Все эти (феномены) не являются самостоятельными,  
Поэтому нет самости (или присущего существования).

Нет феноменов, существующих по своему собственному усмотрению, следовательно, все феномены лишены сущности, устанавливаемой в силу своей собственной природы. В качестве довода, доказывающего, почему феномены пусты, не приводят того, что объекты не видимы, не осязаемы, не обоняемы. Когда заявляют, что феномены пусты, это не означает, что они лишены возможностей выполнять их функции. Это значит, что они пусты в отношении их собственного присущего существования.

Более того, значение взаимозависимого происхождения состоит не только в том, что прирожденным является свойство феноменов возникать в зависимости от причин и условий, но и в том, что это их происхождение подобно магической иллюзии. Если вы хорошо понимаете смысл пустотности и взаимозависимого происхождения, то по поводу одного объекта вы сможете понять его неминуемое безошибочное появление, а также пустоту его присущего существования. Это вовсе не суть противоречие.

С другой стороны, вам кажется, что невозможно реализовать эти две вещи в отношении одного объекта, а именно: несозданную реальность пустотности и произведенное в силу взаимозависимого происхождения. Однако, коль вы установили пустоту присущего существования как раз посредством довода о взаимозависимом возникновении, то невозможно познавать в отдельности проявление и пустоту.

Пустотность присущего существования проникает в ум в силу исчезновения объекта отрицания. В данном случае – это присущее существование. В тот момент, когда ум постигает простое отсутствие после отрицания присущего существования, это отсутствие не подразумевает наличие другого позитивного феномена на этом самом месте. Чтобы понять пустотность, нужно устранить объект отрицания. Например, чтобы проникнуться отсутствием цветов здесь, передо мною, нужно убрать цветы.

Когда мы говорим о таком отсутствии, которое есть лишь отрицание, или отрицание присущего существования, то мы рассуждаем о способе явления пустотности уму – как чистой бессодержательности, лишенной объекта отрицания. Мы не говорим, что в это время нет сознания или личности, постигающей пустотность, так как фактически мы описываем, как это является в медитации в сознание медитирующего.

Итак, на основании того факта, что феномены взаимозависимы и что они возникают не самостоятельно, мы устанавливаем, что их присущее существование пусто. Поскольку взаимозависимое происхождение используется в качестве довода в пользу пустотности присущего существования, постольку в отношении одного объекта практикующий буддизм на уровне языка общения избегает высказываться о двух крайностях – о присущем существовании и абсолютном небытии.

---

<sup>8</sup> На наш взгляд, здесь не менее важна и предыдущая строфа:

Мы считаем, что взаимозависимое  
Происхождение – это пустотность (шуньята).  
Приняв ее лишь за обозначение (праджняпти),  
Поймешь, что она и есть Срединный путь.

Когда пустотность познается при простом восприятии явлений, и значит, при простом восприятии процесса взаимозависимого происхождения, – такое познание явлений содействует проникновенному пониманию пустотности. Когда познание пустотности происходит посредством довода о только что воспринятом взаимозависимом происхождении и вне связи с другими видами доказательства, – такое понимание не вредит другим типам познания. Напротив, они совместно помогают друг другу. И поэтому нет необходимости в альтернативном познании и явлений, и пустотности, как то могло быть, если бы они были безотносительны друг другу, отдельными. Поскольку же этого нет, такой анализ видения полон.

Чандракирти пишет в своем труде «Введение в Мадхьямаку» («Мадхьямака-аватара», глава 6, строфа 160 – санскритский оригинал не сохранился):

Если йог обнаруживает отсутствие этой (Колесницы),  
Разве может он сказать об этом как о несуществующем семью  
видами присущего бытия?

Благодаря такому видению он легко входит в Таковость  
(Татхата).

Следовательно, дабы здесь установить эту (Колесницу), нужно  
утвердиться в этом Пути.

Когда ищут посредством семичленного рассуждения, феномен не может быть найден, однако он постулируется как существующий. Это существование проистекает не от самостоятельной силы объекта, а от силы его обусловленности. Отсюда следует, что понимание того, как феномены постулируются на уровне условностей, помогает проникать в их безусловную природу.

Прежде же столь глубокого уровня постижения, когда вы составили себе еще лишь малое представление о пустотности, вы, наверное, будете удивляться, возможна ли внутри пустотности деятельность причины и следствия, деятеля и объекта, а также движение. Тогда посмотрите на образ в зеркале, который, будучи простым отражением, произведен определенными условиями, и он исчезает, когда прекращается действие этих условий. Вот пример выполнимости функций при отсутствии присущего существования.

Или понаблюдайте за вашим собственным переживанием по поводу очевидной помощи и вреда, доставляемых присутствием и отсутствием определенных феноменов, и тем самым вы усилите свое убеждение во взаимозависимом происхождении. Если вы в размышлениях стали склоняться к крайнему утверждению бытия, то созерцайте на пустоте. Другими словами, когда вы являетесь приверженцем крайнего нигилизма, то побольше думайте о взаимозависимом происхождении. Когда же вы начинаете обращаться к крайностям присущего существования, больше размышляйте о пустотности.

Такое умелое чередование раздумий о пустотности и о взаимозависимом происхождении, соединенных с уравновешенной и аналитической медитацией, способствует тому, что ваше проникновение и во взаимозависимое возникновение, и в пустотность присущего существования будет становиться все глубже и глубже. И в определенный момент ваше понимание и явлений, и пустотности уравновесится в покое.

Наш текст продолжает тему:

Далее, крайность (независимого) существования исключается  
(знанием природы) проявлений, (имеющих место быть только как  
номинальные обозначения),

А крайность (всеобщего) небытия исключается (знанием  
природы) пустотности, (как отсутствия именно присущего  
существования, а не отсутствия номинального существования).

Во всех четырех школах буддийской философии, а также, например, в санхье и даже в школах нигилистов считается верным, что крайний взгляд на небытие (т. е. лжеотождествление того, что существует, – с несуществующим), устраняется миром явлений, а крайний взгляд на бытие (т. е. лжеотождествление несуществующего с существующим), устраняется пустотностью.

Однако согласно необычному воззрению школы Срединного пути сведения к абсурду, истины можно держаться, и поступая наоборот: с помощью явлений избегать крайностей утверждения бытия и с помощью пустотности избегать крайности утверждения небытия. Эта доктрина опирается на основополагающее воззрение, согласно которому смысл взаимозависимого происхождения тождествен смыслу пустотности, а смысл пустотности тождествен смыслу взаимозависимого происхождения.

Понимание взаимозависимого происхождения отличается в буддийских школах Только сознания, Самостоятельного срединного пути и Срединного пути сведения к абсурду. Школа Только сознания постулирует значение взаимозависимого происхождения лишь в отношении составных феноменов, т. е. тех, которые возникают из и зависят от причин и условий. В школе Самостоятельного срединного пути значение взаимозависимого происхождения прилагается ко всем феноменам, вечным и невечным, в том, что все феномены зависимы от своих частей. В школе Срединного пути сведения к абсурду в дополнение к предыдущим взаимозависимое происхождение толкуется как возникновение или установление всех феноменов из-за их загрязнения или обозначения знаковопонятийным мышлением. Взаимную совместимость такого зависимого происхождения нужно понять.

В том же духе наш текст продолжает:

Если внутри пустотности познаются проявления причин и  
следствий,  
То вы не будете пленены крайними взглядами.

Когда внутри сферы пустоты причина и следствие являются в зависимости от пустотности, в том смысле, что взаимозависимое происхождение выполнимо в силу пустотности, то это равнозначно тому, как если бы взаимозависимое происхождение причин и следствий являлось или производилось из пустотности. Когда, полагаясь на пустотность, вы понимаете осуществимость взаимозависимого происхождения, тогда вы освобождаетесь от склонностей к двум крайностям.

Таким образом, проникновение в пустотность помогает вам избежать крайнего воззрения на небытие. А когда вы понимаете, что зависимость от причин и условий, составленность из частей, а также знаково-понятийная определенность в мышлении противоречат присущему, или независимому, существованию, тогда само понимание взаимозависимого происхождения будет помогать вам избежать крайнего воззрения на бытие как на сверхматериализованную сущность. Когда вы проникнетесь смыслом пустотности как взаимозависимым происхождением, т. е. поймете, что пустота присущего существования является такой же, как причина и следствие, тогда станет невозможным вашему уму быть захваченным крайним взглядом на материальное, которое не существует, или резко осуждать то, что существует.

Если такой взгляд на пустотность практикуется в соединении с решимостью освободиться от круговорота перерождений, то он будет действовать в качестве причины освобождения от циклического существования. Если же он культивируется совместно с альтруистическим намерением стать просветленным, то он служит в качестве причины полного просветления, т. е. просветления как у Будды. Поскольку взгляд, постигающий

пустотность, является общей причиной просветлений, соответствующих требованиям всех трех Колесниц: слушателей (шравакаяна), будд-одиночек (прагьякабуддаяна) и бодхисаттв (бодхисаттваяана), – то такой взгляд сравнивается с материнским.

Особое место занимают буддисты, практикующие мантры, для которых это учение было намеренно провозглашено. Их видение реальности должно совпадать с видением школы Срединного пути сведения к абсурду. Однако нет нужды придерживаться именно этого взгляда, для того чтобы упражняться в мантрах. Вы можете разделять философию либо школы Только сознание (виджняптиматра, или йогачара), либо школы Срединного пути (мадхьямака). Но мантра не может практиковаться, если вы придерживаетесь взглядов более низких, чем эти. Грубые воззрения, реализующие только бессамость личности, которые излагаются в школах Великого толкования (вайбхашика) и Сутр (саутрантика), не достаточны.

Так завершается обсуждение трех главных аспектов пути к просветлению: решимости освободиться от круговращения бытия, человеколюбивого намерения стать просветленным и правильного взгляда на пустотность. Первоначальное совершенствование (парамита) созерцания (дхьяна) и мудрости (праджня), представляющих огромные глубины великой силы мантры, нужно соединить с практикой, сосредоточенной на этих самых трех аспектах.

Действительным основанием практики является альтруистический замысел стать просветленным, а решимость покинуть циклическое существование является подготовительным этапом к этому. Шесть совершенствований суть предметы занятий бодхисаттв, среди которых интересующиеся отдельными замечательными чертами мантры упражняются в совершенствовании сконцентрированного созерцания и мудрости. Отсюда все практики всех Колесниц, т. е. Малой, Великой, а внутри Великой – Колесницы сутр и Колесницы тантр, могут включать в себя следующие части: [1] предварительную подготовку, [2] центральную действенную часть практических занятий бодхисаттв, [3] дополнения к ней.

Заканчивая объяснения трех принципиальных аспектов Пути, Цонкапа дает советы, как нам понимать узловые точки трех аспектов. Эти Пути и их плоды должны совершаться внутри нашей собственной целостности:

Когда вы постигнете как раз то, каковыми являются  
Краеугольные камни трех главных аспектов пути,  
То вы станете искать прибежища в уединении и породить  
силу для совершения усилий.  
Достигайте быстрее вашей конечной цели, мое дитя.

В начальной стадии это выполняется посредством слушания учения, затем путем раздумий, которые устраняют ложные наносные суждения по поводу нужных предметов и способствуют возникновению отчетливого знания, и завершается все медитацией, которая удаляет все искажения и делает ум сосредоточенным на одном-единственном. Таким образом, вам следует осилить три принципиальных аспекта Пути, а они вам принесут плод – всеведение буддства.

Так заканчиваются толкования на три главных аспекта Пути. Это великое сочинение о практике, превосходное руководство. Восприняв переданное вам, вы обретете блаженство. Если вы упражняетесь в этих практиках постоянно, то вы придете к их реализации. Чрезвычайно важно создавать хорошее настроение, а сердцем переживать добро, насколько это возможно. От этого придет к вам и другим счастье как на короткий срок, так и на долгий.

## **Самость и бессамость**

*Гарвардский университет*

Я очень рад предоставленной мне возможности выступить в этом университете, особенно в его Центре по изучению мировых религий. Как только я приехал, я сразу же ощутил теплоту, исходящую от всех вас. Более глубокие человеческие отношения друг к другу чрезвычайно важны. Обычная вежливость и тактичность, конечно, милы, но они не могут достичь глубин. Открытость, прямота и искренность – вот что делает нас ближе друг другу.

Если вы хотите настоящего согласия и дружественности, то прежде всего вам нужно знать друг друга. Знание – основное, так как без него трудно установить доверие, обрести чувство подлинного единения, необходимое при стремлении к миролюбию. Самое главное – это касание сердца сердцем. Ныне в некоторых случаях мы теряем настоящие человеческие связи, и в силу этого у нас пропадает почтение к ценностям человечества, мы начинаем относиться к людям как к частям машины.

Если же мы больше не признаем ценности человеческих существ, то это крайне неудачное решение. Человек намного больше, чем нечто материальное – деньги или богатство. Если последние служат людскому благу, то человек не может жить ради денег. Если мы сосредоточимся на пути исключительно к богатству и внешнему прогрессу, отрицая гуманитарные ценности и человеческое достоинство, то следствием этого будут несчастье, психическое расстройство, упадок духа и подавленность.

Если мы осознаем, что «Я есмь человек, а человек может всё», то такая решимость, отвага, доверие к себе суть важные источники победы и успеха. Без силы воли и решимости даже то, чего вы могли бы легко достичь, становится недостижимым. Если у вас есть сила воли и разумная отвага, т. е. не слепая отвага, а отважность без гордыни, тогда даже кажущееся невозможным на определенной стадии превратится в возможное благодаря постоянным усилиям, вдохновляемым этой отважностью. Вот почему решимость столь значима.

Можно ли это развивать? Причем, развивать не машинами, не деньгами, но лишь вашей собственной внутренней силой, опирающейся на ясное осознание ценности человеческих существ, человеческого достоинства? Как только мы поймем, что человеческое существо много больше, чем нечто материальное, много больше, чем деньги, мы сразу ощутим смысл человеческой жизни, а затем сможем почувствовать значение сострадания и доброты.

В силу своей природы люди желают счастья и не хотят страдания. Исходя из этого, каждый пытается обрести счастье и избежать страданий, и каждый имеет на это право. Таким образом, все здесь одинаковы: богатый и бедный, с образованием и без него, человек Востока и Запада, верующий и неверующий. А среди верующих все равно, кто ты, – буддист, христианин, иудаист, мусульманин и т. д. Существенно то, что с точки зрения подлинной человеческой ценности все мы одинаковы.

Например, я приехал с Востока, а более точно – из Тибета. Материально наше общее положение весьма отличается от положения в Соединенных Штатах. Но если мы посмотрим глубже, то увидим, что и вы и я – человеческие существа в равной мере. Если мы отправимся в далекий космос, то оттуда не различим границ на нашей маленькой планете. Все эти разграничения созданы искусственно. Мы выдумываем отличия, основанные на географическом местонахождении и прочем, а затем, отталкиваясь от чувства разделенности, начинаем браниться друг с другом, осуждать, сражаться. С широкой же точки зрения – мы все братья и сестры.

В социальном смысле тип поведения, учитывающий ценность других, является важнейшим. В то же самое время он полезен для нашей собственной повседневной жизни. Благодаря ему мы можем хранить внутренний мир и оставаться спокойными. Хотя каждый день не обязательно заканчивается успешно – и это нормально, что некоторые наши задачи не удается решить, – мы не теряем чувства внутренней умиротворенности и равновесия. Если для вас главное – забота о других, тогда неудача не может нарушить покой ума.

Многие проблемы снимаются из-за изменения внутренней позиции. Невзирая на преграды, вы сохраняете миролюбие и покой, и люди, с которыми вы связаны, могут разделять то же умиротворение. Однако стоит вам напрячься и разозлиться, как вы обретете внутренний разлад, и из-за сильных чувств ярости и привязанности не сможете хорошо спать, есть, даже если прекрасная пища будет находиться прямо перед вами. Когда вы будете что-то делать, члены вашей семьи и даже ваши любимцы – собаки и кошки – будут страдать. Вы можете даже потерять ваших друзей. Следствием злобы и ненависти является враждебность. Все это нам известно из собственного опыта.

Таким образом, по здравому разумению ясно, что сильные страсти злости и ненависти вовсе не хороши для нашего собственного счастья, потому что они создают плохую атмосферу для наших соседей, друзей и даже родителей, на которых это так воздействует, что они отдаляются. Значит, для нашей собственной повседневной жизни, а также для общества в целом очень важным является наше ментальное состояние.

В качестве результата высоко развитой науки и технологии мы проникли глубоко в космос. Это 190 весьма хорошо. С самого детства я любил науку и технику. Они совершенно необходимы для блага человечества. В то же время, если вы заглянете внутрь себя, хотя ваша голова и невелика, вы обнаружите большое пространство для исследований. Таким образом, стоит направить половину вашей энергии вовне, а половину вовнутрь. Побольше задумывайтесь над тем, кто я емь? Какова природа ума? Какая польза от доброй мысли? Что проку в дурных помыслах? Проведите такого рода исследование. Думайте, думайте, думайте.

Благодаря таким раздумьям мы сможем ясно осознать, что определенная часть ума доставляет беспокойство и ее стоит контролировать, в то время как другая часть полезна для нас самих и для других, и ее стоит развивать. В этом заключается ценность самонаблюдения.

Не преувеличивая мой опыт буддийского монаха, но опираясь на собственные переживания, я чувствую благо от применения таких отношений, как любовь, сострадание, признание человеческого достоинства, значимости людей. Теперь, в 44 года, когда я провел многие лета, стремясь к развитию сострадания и доброты, я ощущаю, что в результате этих практик я стал совершенно счастливым человеком. Несмотря на многие трудные обстоятельства, я счастлив. Если бы из-за них я постоянно чувствовал печаль, то я не был бы столь деятельным, поскольку грустный не может влиять на действительность. Наличие несчастий вовсе не значит, что нужно унывать. Мы пытаемся преодолевать эти тяготы и трагедии, оставаясь мирными и уравновешенными.

Исходя из собственного опыта, я поведаю моим друзьям, какое значение я придаю любви и состраданию. Хотя слова и не столь изящны, они передают значение и ценность. Легко говорить о любви, сострадании и доброте, но одни лишь слова не действуют. Если вы совершенствуете такие отношения и переживаете их, то вы будете знать их подлинную цену. Они стоят того, чтобы постараться развить их.

Первоначально по приезде в эту страну у меня не было особой цели, кроме обмена идеями, но цель возникла при содействии сострадания и любви, а также при более близком контакте между различными религиями. В течение последних нескольких недель я имел несколько возможностей встретиться с последователями многих религий. Определенные основоположения или базисные пункты всех вероисповеданий одинаковы. Это – любовь, чувство братства и сестринства, а также конечная цель, а именно: счастье человеческого общества. Разные, зачастую противоположные философии и методики нацеливают на один и тот же результат. Главная тема одинакова. С уважением и искренностью мы можем признать, что все религии являются очень хорошими, они технически помогают достичь мира многим людям.

Мой визит длится всего лишь несколько дней. Я чувствую, что внес маленький вклад в дело любви, доброты и единения. Поэтому я очень счастлив.

Вторая часть нашей беседы посвящена природе самости. Мне предстоит назвать много технических терминов. Поскольку же мой английский беден, я буду говорить через переводчика.



Для того чтобы культивировать сострадание, альтруизм в медитации, необходимо прибегнуть к содействию мудрости. Сказано, что с помощью мудрости сострадание может стать безграничным. Вот почему неблагоприятные эмоции мешают развитию 192 безграничного сострадания, и для их устранения нужно знать природу феноменального мира.

Основанием этому является то, что неблагоприятные эмоции набрасывают сеть оценочных суждений о том, что хорошо, а что плохо, на феномены, и тем самым преувеличивают или искажают меру того, что есть. Признаком этого будут наши страсти, когда мы очень вождееем или очень злы, а также то, что эмоции убывают, когда мы глядим на тот же самый объект и видим его совершенно иначе, и даже взрываемся от смеха на самих себя. Для того чтобы противостоять набрасыванию этой сети и отсюда препятствовать возникновению неблагоприятных эмоций, необходимо знать конечную природу феноменального вне этого наносного. Мы должны знать об отсутствии присущего существования во всех феноменах.

Такой способ существования охватывает все феномены, однако в зависимости от типа субстрата или субъекта легче, когда эта конечная природа дается уму в отношении личности, нежели в отношении других феноменов. Таким образом, важно, когда первое установление конечного статуса вещей сразу же решает проблему конечного статуса личности. Но без установления того, что есть личность, невозможно понять конечную природу или реальность личности.

Что же такое личность? Что есть самость? Буддизм утверждает бессамость. Не означает ли это, что самость не существует? Если бы буддисты уверяли, что нет никаких личностей и что самости не существуют, то не было бы, кому медитировать на бессамости и не было бы никого, на ком можно было культивировать сострадание. Отсюда наш собственный опыт говорит о том, что есть личности и самости.

Если самость удостоверяется опытом, то что же это за теория бессамости? Не является ли это большим противоречием? Нет, и позвольте мне пояснить. Подумайте, есть ли различие между способом проявления Я, когда вы расслаблены, и способом его проявления, когда вы возбуждены? Например, если кто-то ошибочно обвиняет вас: «Вы сделали такую ужасную вещь», – а вы чувствуете: «Я не делал этого», – то как в то время проявляется Я в вашем сознании? Аналогично: когда вы вспоминаете врага: «Вот мой враг», – то этот враг является вашему уму существующим по собственному праву, самостоятельно, как нечто конкретное, на что показывают пальцем.

Таким образом, феномены кажутся существующими на основании собственной силы, тогда как фактически они не таковы. Их бытие, устанавливаемое ими самостоятельно, т. е. их присущее установление, называется «самостью». Их несуществование называется «бессамостью», и, похоже, оно верно в отношении как личностей (другое значение самости), так и иных феноменов.

Имеется множество способов, какими личность или Я являются нашим умам. По одному из них Я кажется вечным, единичным и независимым. В соответствии с этим способом появления Я, видимо, представляется сущностью, отдельной от ума и тела, а личность – в качестве пользователя или получателя наслаждений от применения и поведения ума и тела. Ни одна буддийская школа мысли не разделяет взгляда, что такая личность существует. Имеются сомнения о двух подразделениях школы Великого толкования (вайбхашика), которые нужно рассеять. Но по поводу остальных – сомнений нет.

Согласно другому способу проявления, Я кажется субстанционально существующим или самодостаточной сущностью, но по своей природе одинаково с умом и телом. Существуют как врожденные, так и искусственные (или заученные) формы сознания, которые постигают Я в соответствии с проявлениями.

С позиций еще одного способа проявления Я не кажется существующим абсолютно, но видится существующим условно посредством собственной природы. Иное видится, когда проявления Я как бы существуют присуще. Наше врожденное лжепредставление о Я есть сознание, взирающее на Я как на конкретно существующее в соответствии с этим

проявлением. Этот вид лжепредставления имеет место быть во всех существах вне зависимости от того, изучают они науки или нет.

Хотя все эти проявления очевидны, на самом деле ни одно из них не существует. Согласно различным буддийским школам, несуществование этих относительных уровней самости, их конкретности учреждает бессамость, прогрессирующую от более грубых к более тонким уровням.

Но тогда то, что есть условно существующее Я, разве оно оказывает помощь и вред? Среди буддийских школ не составлено единого мнения относительно личности, которая и помогает, и вредит. Некоторые системы утверждают, что сознание и есть личность, другие – ментальное сознание, третьи, – что основанием всему будет только ум (алая-виджняна), который разделен с ментальным сознанием. Однако согласно наиболее глубокой школе буддизма – школе Срединного пути сведения к абсурду (прасангика–мадхьямака) – личность просто обозначается в зависимости от совокупностей ума и тела. В отличие от тела ум более тонок и более постоянен. Я или личность просто обозначаются в зависимости от постоянной длительности сознания.

Только это простое Я, кое есть зависимо обозначенное Я, может без дополнительного исследования и анализа постулироваться как то, что является врожденным осознанием. Именно благодаря ему мы думаем: «Я иду», «Я стою» и т. д. Из-за своей зависимо-обозначенности оно зависимо. Зависимое и независимое явно противоречивы, дихотомичны. Например, хотя лошадь и человек являются взаимоисключающими понятиями, они не суть явная противоположность, дихотомия, в то время как понятие «человек» и «нечеловек» именно таковы. Аналогично, «зависимое» или «независимое» – отчетливо противоречивы, и все считается принадлежащим либо одному, либо другому, а третьего не дано.

Поэтому Я, будучи взаимообозначенным, не может быть независимым Я, самостоятельным. Это несуществование независимого, самостоятельного Я называется бессамостью Я. Поскольку это положение распространяется на всю зависимую природу сущности мироздания, каждый может говорить о своей бессамости.

Когда мы постигнем бессамость, опираясь на этот довод, то должны будем понять и существо ее основы. Поскольку зависимость отдельно существующей основы используется в качестве довода, постольку эта основа пуста в своем присущем существовании. Отсюда легко убедиться в том, что пустотность не есть нигилизм.

Когда значение пустотности присущего существования появляется в контексте взаимозависимого происхождения, удается избежать крайнего мнения об абсолютном несуществовании. Когда же взаимозависимое происхождение понимается в качестве довода о пустоте присущего существования любой вещи, то удается избежать крайней точки зрения о материальности существования. Для того чтобы утверждать воззрение Срединного пути, необходимо освободиться от этих двух крайностей абсолютного несуществования и материального существования в отношении присущности.

Таким образом, различные буддийские системы взглядов по-разному относятся, грубее или тоньше, к проблеме Я, которое служит основанием, или субстратом, при утверждении природы реальности. Врожденные формы ложного представления о Я без всякого исследования и изучения встречаются у многих, даже у маленьких детей. Есть свидетельства также и тому, что начальные или ранние лжепредставления и лжепонятия о самости, как врожденные, так и искусственные, являются более грубыми, а позднейшие – более тонкими. Когда вы утверждаете небытие того, что было раньше, и это утверждение в дальнейшем не изменяется, то оно и не мешает действовать более тонкому и позднему понятию самости. Однако, когда вы утверждаетесь в наиболее глубоком и тонком воззрении на бессамость, и если это состояние сознания не ухудшается, то грубые предшествующие представления о самости уже вовсе не могут действовать в данном состоянии сознания.

Если вы утверждаете значение бессамости, то вы должны заниматься аналитической медитацией – созерцательным анализом выводного знания. Вот почему в

труде Нагарджуны «Основополагающие строфы Срединного пути» («Муламадхьямака-карика») представлены многие рассуждения, доказывающие с различных точек зрения, что все феномены пусты, если их определяют как самостоятельные, т. е. пусто их присущее существование.

В главе «Вопросы Кашьяпы» из «Сутры груди драгоценностей» («Ратнакута») в контексте изложения учения о трех вратах освобождения говорится вкратце, что формы не пусты в силу пустотности, формы пусты сами по себе. Следовательно, пустотность не означает, что феномен пуст в качестве некоторого другого объекта, но он пуст сам по себе, ибо таково его собственно присущее существование. Таким образом, нет пустоты другого, а есть пустота самости. Объекты пусты своим собственным внутренним установлением.

Аналогично, «Сутра Сердца» («Хридая-сутра») заявляет: «Форма (рупа) есть пустота, а пустота есть форма.» Если принять форму в качестве примера, то высказывание «Форма есть пустота» означает, что конечная природа форм является естественным отсутствием их присущего существования, поэтому формы возникли взаимозависимо, они пусты как независимые, самостоятельные, самодостаточные сущности.

То, что пустотность есть форма, означает, что пустотность – это конечная природа, или отсутствие основного самостоятельного принципа этих вещей, состоящего в том, что их существование зависит от иных факторов. Эта естественная пустота присущего существования делает возможным формы, которые суть игра, и в ней они устанавливаются в зависимости от условий. Поскольку формы являются пустыми в соответствии с истинным установлением, и поскольку формы основывают пустотность, поскольку пустотность есть форма. Формы уподобляются отражениям пустотности.

Конечная природа форм, которая есть отсутствие их независимости от других факторов, одновременно является тем, что образует пустоту. Значит, и формы суть игра пустотности. Это похоже на две стороны руки. Когда смотрите на одну, то есть пустотность присущего существования, конечная природа, но когда смотрите на другую, – то здесь проявление, здесь субстрат пустоты. Они представляют единую сущность. Следовательно, форма есть пустотность, а пустота есть форма.

Созерцая значение пустотности таким образом, вы постепенно будете делать успехи в буддизме. На духовный рост указывается в мантре из «Сутры Сердца»: «Гате гате парагате парасамгате бодхи сваха» («В шествующем, в шествующем, в шествующем до конца, в шествующем до конца со всеми вместе да возникнет просветление» – условный перевод с санскрита, так как мантры значимы не семантически, а духовно-практически – *Прим. В. Андросова* ).

Первое «гате» относится к пути накопления (самбхара-марга), второе – к пути приготовления (прайога-марга). Этими двумя вы утверждаете пустотность двойственного проявления мудрого сознания и реализуемой пустотности. Затем, «в шествующем до конца» – эти слова указывают на выход за мирской уровень к сверхъестественному уровню пути видения (даршана-марга), в котором исчезает дуалистическое проявление. Слова «в шествующем до конца со всеми вместе» относятся к пути медитации (бхавана-марга), на котором вы постигаете пустотность вновь и вновь и которую впервые непосредственно узрели лишь на пути видения. Хотя вы, наконец, вышли за пределы круговращения бытия и достигли просветления (бодхи) на пути неучения (ашайкша-марга), но ваше состояние остается источником помощи и счастья для всех живых существ.

\*\*\*

**Вопрос:** Если нет самости, то что же переходит из одной жизни в другую?

**Ответ:** Вы утверждаете, что самость, или просто Я, т. е. самость, которая не имеет присущего существования, переходит из одной жизни в другую. Хотя сознание тесно связано с материей, все-таки сознание является сущностью лишь ясного света и знания. Таким образом, оно не может происходить от материи, но должно возникать в зависимости от

предыдущего момента ясного света и знания. Следовательно, целостность сознания не имеет ни начала, ни конца. Существующая самость, или Я, обозначается в зависимости от целостности сознания. Самость отрицается потому, что отождествляется с присущим существованием.

**Вопрос:** Какова роль желаний в природе самости?

**Ответ:** Имеются два типа желаний: ложные желания, возникающие от примысливания того, что в действительности не существует, и желания, возникающие на разумном основании. Желания, порождаемые неблагоприятными эмоциями, создают уйму проблем, тогда как разумное желание может привести к освобождению и всеведению. Для того чтобы поддерживать наши жизни день за днем, мы должны использовать разумное желание и должны контролировать желания, побуждаемые бессмысленными неблагоприятными страстями.

**Вопрос:** Вы видите сны, когда спите?

**Ответ:** Конечно. Для тех, кто практикует йогу, известно, что во время сновидений можно многое сделать. Прежде всего необходимо признать сон в качестве сна во время сна.

В заключение скажу о том, что здесь много студентов, а будущее зависит от более молодого поколения. Знание весьма важно, но одновременно более важным, чем образование, является ум, осуществляющий это образование. Если мы пользуемся знанием в ущерб чему-то в наших сердцах, т. е. если мы всецело полагаемся лишь на мозг, то мы можем доставить человеческому обществу еще большие заботы и ужасы. Человеческий рассудок должен уравновешиваться добрым сердцем.

## Тибетские воззрения о смерти

*Университет штата Вирджиния*

Этим утром я посетил Медицинский центр университета штата Вирджиния, где идут работы над проблемой продления жизни. Позже я разговаривал с доктором Яном Стивенсоном о реинкарнации, о том, как люди рождаются вновь после предыдущей жизни. Теперь я буду говорить о том, как мы умираем и как подготовиться к этому.

Смерть, будучи нежеланной, анализируется издавна как в религиях, так и вне их. В буддизме первое из учений Будды посвящено четырем благородным истинам, из которых первая гласит об истинности страданий. Важно признать страдание. Оно имеет три вида: страдание собственно от боли, страдание от изменения и распространяющееся повсюду страдание, находящееся под влиянием загрязняющего процесса обусловленности.

После того, как вы признаете страдание, нужно определить его причины и избавиться от них. Необходимо культивировать сознательный путь, которым вы достигнете прекращения их действия, т. е. угасания причин, доставляющих страдание. Вот эти четыре истины: есть страдание, есть его причина, есть прекращение страдания и его причин, и есть путь, ведущий к этому прекращению.

Четыре истины характеризуются шестнадцатью свойствами, по четыре в каждой истине. Четыре свойства подлинного страдания суть невечность, мучительность, пустотность и бессамость. Невечность имеет два подвида – грубую и тонкую формы невечности. Тонкая невечность относится к тому, что могут описать ученые, интересующиеся мельчайшими частицами. Они не соглашаются принимать за данное настоящий твердый объект, такой как стол, который кажется тем же самым, что был вчера. Они смотрят на изменения в мельчайших частицах, составляющих объекты.

Субстанции, из которых состоят эти внешние объекты, распадаются ежемгновенно, и то же самое происходит с внутренним сознанием, наблюдающим эти внешние объекты. Оно распадается на составные части тоже ежемгновенно. Такое моментальное распадение есть тонкое непостоянство. Грубым же непостоянством является, например, разрушение объекта или смерть человека.

Огромную пользу можно извлечь из осознания смерти. Как я уже говорил, если страдание признано, то исследуются его причины, но самое главное – его нужно держать на виду, перед собой. Раньше или позже смерть все равно придет. Мы не хотим ее, но однажды мы окажемся под сильным влиянием загрязняющих деяний и неблагоприятных эмоций, и тогда она определенно придет. Если вы с самого начала думаете о смерти и готовитесь к ней, то это поможет при ее приближении. Таким образом, задача состоит в осознании смерти.

Если вы верите только в эту жизнь и не признаете ее непрерывности, то это не имеет никакого отношения к тому, осознаете вы смерть или нет. Медитация на смерти и непостоянстве основывается на теории о непрерывности сознания в перерождениях. Признание еще других жизней с сознанием, непрерывно продолжающимся при перерождениях, может помочь подготовиться к смерти, поскольку, будучи готовыми, вы, скорее всего, не будете особо волноваться и бояться процесса умирания, а также не усложните положение с вашим собственным разумом.

Если есть будущие жизни, то качество следующей жизни зависит от настоящей. Если вы ныне проводите вашу жизнь добродетельно, то это принесет хороший плод в следующей. Злость, привязанность и т. д. не только неблагоприятны для наших жизней, но и ведут к печальным результатам в будущем, а причиной возникновения неподходящих состояний ума является его убежденность в вечности.

Существуют и другие причины, такие как представление о присущем существовании объектов, но если вы способны уменьшить степень увлеченности понятием о вечных началах, то привязанность к этой жизни ослабевает. Итак, когда вы способны сохранять в уме состояние невечности, видя истинную природу вещей в их распаде, то наиболее вероятно, что вы будете не очень потрясены смертью, когда она действительно придет.

Для того чтобы полностью преодолеть смерть, необходимо прекратить проявление ваших собственных неблагоприятных эмоций. Преодолением этих эмоций вы остановите рождения и тем самым остановите смерть. Для того чтобы сделать это, нужно совершить усилие и создать такое напряжение, которое поможет сосредоточить ум на смерти и непостоянстве. Размышляя о них, вы порождаете нежелание такой участи, что заставит вас обратиться к исследовательским средствам преодоления смерти.

Итак, благодаря раздумьям о смерти и невечности ваш интерес единственно к поверхностным предметам этой жизни будет сильно ослабевать. Смерть, конечно, придет. Если вы проводите вашу жизнь, чрезмерно занимаясь ее временными заботами и не готовясь к смерти, тогда однажды, когда она придет, вы будете не в состоянии думать ни о чем, кроме ваших собственных ментальных страданий и страха, и у вас не будет возможности еще что-то практиковать.

Это может вызвать чувство сожаления. Однако если вы размышляете о смерти и непостоянстве часто, то вы знаете, что она наступит, и вы будете приготавливаться к ней легким шагом, имея в запасе время. Когда же смерть действительно придет, то она будет легкой. Более того, я слышал от некоторых служащих больниц, что отдельные люди, не заботящиеся о будущей жизни, умирают значительно легче, чем те религиозные личности, которые поглощены вниманием к следующей жизни.

Поскольку во время умирания сознание является непосредственной причиной непрерывного продолжения в следующей жизни, то важно практически использовать ум в момент смерти. Не имеет значения, что происходит хорошего или плохого в это особое мгновение жизни, ибо при приближении времени кончины воистину нужна особая сила. Следовательно, необходимо выучить все о процессе умирания и готовиться к смерти.

В Колеснице Бодхисаттв и тем более в Колеснице Мантр, или тантры, имеются пояснения относительно трех видов тел: Тела истины, Тела наслаждения и Тела воплощения. Их имеет Будда в действенной стадии процессов трех типов, которые свойственны и нам в обычном состоянии; это – смерть, промежуточный период и новое рождение. При толковании могут быть использованы и три пути, представленные как ординарными факторами, соответствующими грубой форме, так и факторами просветления. В этих объяснениях,

являющих уникальную Наивысшую Йогу Мантры, говорится, что знание процесса умирания чрезвычайно важно.

С точки зрения того, как подготовиться к смерти, в буддизме существуют разъяснения, данные как в сутрах, так и в мантрах, причем последние отвечают не только трем низшим тантрам – действия (крия), исполнения обетов (чарья) и йога-тантре, но и наивысшей йога-тантре. Что является сущностью или природой смерти? Это то, чем завершается или оканчивается жизнь. В труде Васубандху «Сокровищница знаний» («Абхидхармакоша») сказано, что жизнь служит основой сердечной теплоты и сознания, следовательно смерть есть прекращение этих функций.

Таким образом, пока это временное, грубое тело и сознание вместе, некто живет, когда же они разделяются, тогда наступает смерть. Необходимо провести разграничения между грубым, тонким и сверхтонким телом, а также умом. Смерть есть отделение сознания от грубого тела. В то же время нет никакого способа, чтобы отделить самое тонкое сознание от самого тонкого физического уровня тела. На нем, а он сродни ветру или внутренней энергии, устанавливается это сознание.

В текстах описываются различные условия умирания. В одном случае умирают, когда проведенная жизнь изнурила физически, в другом – когда истощилась ваша добродетельность, и в третьем – в результате несчастного происшествия. Последний случай происходит, например, от опьянения алкоголем, от приема наркотиков, в аварии при вождении автомобиля или при самоубийстве.

Туманные предчувствия возникают уже с приближением смерти и касаются вида существа в будущем вашем перерождении. Кем бы вам хотелось стать? Это зависит от того, какое сердечное тепло собрано внутри тела. У некоторых людей накопленное сердечное тепло уходит из верхней части тела, а у других оно начинает отходить сначала из нижней части тела. Хуже, когда собранное сердечное тепло отправляется сверху вниз, и лучше, если снизу вверх.

Некоторые люди умирают мирно, другие – борются со смертью. Тем лицам, которые умирают, на ум приходят различные картины, приятные и неприятные.

При объяснении процесса смерти с точки зрения Колесницы Мантр (мантраяны), в Наивысшей Йога-тантре она толкуется как прекращение влияния грубых ветров, или энергий. Поскольку смерть соотносится с прекращением деятельности этих внутренних энергий, а они, в свою очередь, зависят от тела, постольку важно знать строение тела.

В Колеснице Мантр излагаемые здесь предметы объясняются преимущественно через систему понятий, таких как «каналы», «внутренние ветры», «капли сущностной жидкости» и т. д. Но и в Колеснице Сутр (махаяне) выдвигаются представления о 80 тысячах каналов, в то время как в мантраяне их только 72 тысячи. Среди них самыми значительными являются три: центральный канал, устремляющийся из лба к макушке головы и оттуда вниз к основанию позвоночного столба, а также каналы правой и левой сторон тела.

Терминов для внутренних ветров, или энергий, тоже множество, но 10 из них суть важнейшие – это 5 главных и 5 вторичных ветров. Сущностные капли являются красными и белыми составными частями. В общем-то существа умирают также и в том смысле, что процесс усиливается и достигает кульминации с появлением ясного света смерти. Из-за многочисленных перемещений по каналам этих внутренних ветров и капель в сознании умирающего возникают различные явления. Благодаря незначительным физическим отличиям этот процесс почти одинаково протекает у большинства лиц.

Считается, что на стадиях умирания распадаются 25 факторов жизни. Они еще называются 25-тью большими объектами:

**Пять совокупностей:** цвета и формы (рупа), эмоционально-чувственного (ведана), знаково-понятийно-рассудочного (самджня), сил и влияний кармы (санскара), собственно сознания (виджняна) – вот пять скандх.

**Четыре основных элемента (махабхута):** земля, вода, огонь и ветер.

**Шесть источников познания (индрия):** зрение, слух, обоняние, вкус, осязание и мысле-восприятие.

**Пять объектов:** видимые цвета и формы, звуки, запахи, осязаемое на вкус и осязаемое<sup>9</sup>.

**Пять обычных видов мудрости (праджня):** основная мудрость, подобная зеркалу, основная мудрость равенства, основная мудрость аналитического расследования, основная мудрость совершения действий и основная мудрость природы вещей.

В процессе действительного умирания эти факторы стадийно распадаются. Обозначение этих стадий возможно ввиду наличия различных как внешних физических признаков, так и внутренних признаков. Эти признаки появляются постепенно, чтобы умирающей личности не пришлось быть чрезмерно страдающей болезнью, а также чтобы личность не умерла вдруг от несчастного случая. Если вы умираете в результате автомобильного столкновения на скоростной магистрали, то эти восемь стадий будут протекать быстро и у вас не будет шанса применить какую-нибудь практику. От этого страдание удвоится: вы преждевременно теряете жизнь от несчастного случая и не имеете возможности попрактиковать в связи с постепенным разворачиванием стадий распада. Если же вы умираете естественно, то признаки будут появляться в соответственном порядке.

Первая стадия предстает разрушением совокупности форм. Говоря обобщенно, когда совокупность цвета и формы начнет распадаться, это значит, что составной элемент земли теряет свою силу в том смысле, что он становится менее способным служить основанием сознанию. Одновременно с этим способность составного элемента воды служить основанием сознанию в вашем теле становится более явной. Этот процесс называется «растворением основного элемента земли в основном элементе воды».

В качестве внешних признаков происходящего ваши конечности сделаются тоньше, более хрупкими, а свежесть вашего лица пропадет. У вас возникнет чувство, что ваше тело погружается под землю, а ваше зрение затуманивается.

Согласно «Гухьясамаджа-тантре», в это же время внутренним признаком является то, что ваш источник зрения видит мираж. Однако согласно «Калачакра-тантре», ваше чувство зрения воспринимает дым. Варианты в толковании появляются из-за небольших различий в физической структуре каналов, ветров и капель сущностной жидкости у практикующих те или иные тантры. Особенно это касается канала лепестков и канала кругов на макушке головы, а также, например, в горле. Обе названные тантры описывают шесть канальных центров пространно и четыре вкратце, но эти описания отличаются в отношении числа каналов лепестков.

После этого на второй стадии распадается совокупность ощущений. В это время в основном элементе воды сильно убывает способность действовать в качестве базиса сознания. Из-за этого более проявленной становится способность составного элемента огня – фактор телесного жара. Внешними признаками окажутся высыхание жидкости в теле, сухость во рту, немного высохнет жидкость глаз и они будут менее подвижны. Согласно «Гухьясамаджа-тантре», внутренним признаком этой стадии является то, что ваше чувство зрения будет воспринимать дым.

На третьей стадии распадается совокупность знаково-понятийно-рассудочных ограничений. В это время составной элемент огня сильно уменьшится в том смысле, что перестанет служить основой сознанию. Но тем самым станет отчетливее действие составного элемента ветра. В качестве внешних признаков у вас пропадет ощущение жара, т. е. жар вашего тела начнет уходить, а ваш собственный разум, ваша память о делах, близких людях – ухудшаться. Внутренним признаком будет видение летающих светлячков или разбрасываемых искр.

На четвертой стадии расстраивается совокупность сил и влияний кармы. В это время ослабевает способность составного элемента ветра действовать в качестве основания

---

<sup>9</sup> Трудно понять, почему в этом списке отсутствует шестой объект – дхармы, или дхарма-аятана, т. е. то, что является источником познания мысле-восприятия (мана-индрия-аятана) – *примечание В. Андросова.*

сознания. Внешний признак – прекращение вашего дыхания. Внутренний признак – видение горящего красноватого свечения в пламени. Это есть предыдущие множественные проявления светлячков и т. д., которые становятся все более и более тонкими, оставаясь всего лишь красноватым сиянием.

В общем-то люди считают, что это уже наступила смерть, потому что ваше сердце больше не бьется и вы больше не дышите. Если бы пришел доктор, то он сказал бы, что вы уже мертвы. Однако с нашей точки зрения, вы еще пребываете в процессе умирания, вы еще не мертвы. Исчезло лишь ваше чувственное сознание, но ментальное – сохранилось. Все-таки это не значит, что вы можете вновь ожить.

Существует множество грубых и тонких уровней ментального сознания. В буддийских текстах говорится о различном числе сознаний: девять, восемь, шесть, один, – хотя преобладающее место занимает учение о шести сознаниях. Школа Только сознания (виджнянавада), следуя Писанию, заявляет о восьми сознаниях – это пять чувственных, мыслительное, омраченно-ментальное и сознание-основание-всего (алая-виджняна – чаще переводится с санскрита как «сознание-сокровищница». – *Примеч. В. Андросова* ). Два последних термина используются и в других контекстах с отличающимися значениями. Таким образом, употребление этих терминов не обязательно связано с трактовкой восьми сознаний школы Только сознание.

Помимо самого числа, сознания могут также подразделяться на главные умы и ментальные факторы. Первые суть того, что познает сущность объекта, а вторые – то, что различает черты этого объекта. Общей характеристикой сознания является чистая светоносность и знание, что охватывает все сознания. Его светоносная природа не ограничена ничем. Его функция – знать, опираясь на проявления, какой бы то ни было объект.

Для возникновения, например, чувственно-зримого сознания нужны три условия: достаточное, которое есть физическая возможность чувствовать. Второе – условие наблюдаемости объекта, т. е. наличие здесь видимой формы, цвета, очертаний. Третье – условие непосредственного предшествования, т. е. предыдущий момент сознания. Когда эти три условия выполняются, тогда возникает сознание, воспринимающее видимую форму.

Эти три условия имеют различные функции. Тот факт, что сознание есть сущность света и знания, обязан условию непосредственного предшествования. То, что оно воспринимает видимую форму, а не звук, есть следствие действия условия-способности к визуальному чувству. А то, что создается в образе цветом и очертанием, обязано условию наблюдаемости самого объекта. Так работает грубое сознание.

Вышеописанный процесс смерти касается только умирания основ этих грубо-чувственных сознаний – чувственных способностей глаза, уха и т. д., которые ухудшаются, в связи с чем и сознание, ассоциируемое с ними, прекращается. Однако имеются еще четыре грубых и тонких уровня, сохранившихся в умах. Распад сознания на этих уровнях соответствует следующим четырем стадиям, наступающим уже после предыдущих четырех стадий разрушения основных элементов, упомянутых выше.

Более грубый из них начинает распадаться вместе с 80-тью мыслительными образованиями. Эти 80 подразделяются на три группы, соответственно свойствам следующих трех тонких уровней сознания. Первый состоит из 33 мыслительных образований, которые имеют природу сознания, лучающуюся<sup>10</sup> белым светом. Второй – из 40 образований природа сознания которых лучится постепенно поднимающимся красным светом. Третий уровень состоит из 7 мыслительных образований, природа сознания которых лучится почти абсолютной чернотой. Большой, средний и малый уровень неустойчивости внутреннего ветра, или энергии, являющийся обрамлением этих трех групп мыслительных конструкций, служит для того, чтобы показать природу движения ветра, или энергии, связанной с тремя тонкими уровнями сознания.

---

<sup>10</sup> «Лучающуюся» означает яркую, а не передающуюся от одной точки к другой. – *Примечание Дж. Хопкинса.*



Когда распадутся 80 мыслительных образований вместе с обрамляющими их ветрами, или энергиями, внутренним признаком этого будет появление белого света – это сознание лучится белым свечением. Оно сопоставимо с ясным осенним небом, наполненным одним лишь лунным светом. И нет больше никаких внешних признаков.

Когда исчезает сознание, лучащееся белым светом, вместе с ветром, или энергией, которая служит его оправой, то возникнет более тонкое сознание, называемое сознанием, излучающим постепенно поднимающийся красный свет. Он сравним с ясным осенним небом, пронизанным красноватым оттенком или оранжевым светом солнца.

Когда распадется сознание, излучающее растущий красный свет вместе с его обрамлением, то возникнет еще более тонкое сознание – это сознание, лучащееся почти абсолютно черным светом. Оно сопоставимо с полной темнотой ясного осеннего неба в первый период ночи. В течение начальной фазы этого уровня вы все еще сознаете, но затем способности сознания искажаются, и вы становитесь как бы бессознательным.

Когда же исчезнет сознание, лучащееся почти абсолютной чернотой, вместе с ветром, служащим его оправой, то появится самое тонкое из всех сознаний. Это есть ясное сияние смерти, действительная смерть. Оно сравнивается с безукоризненно чистым осенним небом на заре, т. е. без какого бы то ни было другого явления. Сознание ясного света называется основополагающим, потому что оно есть источник всех других сознаний. По отношению к нему все прочие сознания вторичны. Именно это основополагающее сознание существует безначально и продолжается во всех перерождениях каждого индивидуума, а также в буддстве. Соответствующие толкования даются только в Наивысшей йога-мантре.

В течение фаз распада важно сохранять осознание происходящего. Чем больше вы осознаете, тем больше будет способность вспомнить прошлую жизнь после перерождения. Это похоже на тот случай, когда ночью перед сном мы твердо и с четким осознанием решаем, в какое время мы хотим утром проснуться, и намечаем, что делать после пробуждения. Затем во сне мы ведь не помним этого, но благодаря предыдущему намерению мы просыпаемся в точно назначенное время и сразу же вспоминаем, что должны делать. Аналогично: поскольку сохраняется осознанность происходящего в течение перечисленных фаз умирания, вам следует обратить внимание на то, чтобы быть полностью бдительным.

Лицо, которое умирает естественно без особых телесных повреждений, будет оставаться в состоянии этого наитончайшего сознания, т. е. сознания ясного света, примерно три дня. В течение этого времени самое тонкое сознание все еще пребывает в старом теле. Некоторые исключительные люди, которые практиковались всю жизнь, занимаясь упражнениями с каналами, ветрами и каплями, а также умеющие определить природу сознания, – эти люди способны распознать процесс смерти так, что ясный свет появится при полной осознанности. Благодаря своей бдительности они могут оставаться в этом состоянии неделю или даже месяц, как на то будет их желание. Примерно 10 таких случаев уже имели место среди тибетцев, с той поры как мы прибыли в Индию в 1959 году. Даже в жаркий сезон в Индии люди остаются в состоянии ясного света в течение двух недель, словно спящие. Они не дышали больше, но в отличие от трупов, от них не исходил запах разложения.

Когда в среде этого ясно светящегося тонкого сознания происходит очень слабое движение, ясный свет прекращается, сознание выходит из старого тела, и для вас начинается обратный процесс. Это есть возвращение к уму, лучащемуся почти абсолютной чернотой, и к другим шести уровням сознания: лучащемуся растущим красным светом, лучащемуся белым цветом, проявляющемуся подобно свечению горячей масляной лампы, проявляющемуся подобно летящим светлячкам, проявляющемуся подобно дыму и проявляющемуся подобно миру.

Если вам предстоит родиться в Царстве желаний (кама-дхату) или в царстве форм (рупа-дхату), то перерождение предваряется промежуточным состоянием (*антара-бхава* на санскрите или *бордо* по-тибетски). В это время сознание существ находится на уровне почти абсолютной черноты. Если же вы должны родиться в Царстве бесформенности (арупа-дхату), то не будет никакой промежуточной стадии.

Для тех же, кто проходит через промежуточное состояние, оно заканчивается соединением с новой жизнью. В это время вы вновь переживаете испытание восьмью признаками смерти, кульминацией которого является подъем сознания ясного света смерти. Если вам предстоит перерождение посредством чрева, то тогда одновременно наступят новая жизнь в материнском чреве и появление сознания почти полной черноты, приходящего после ясного света смерти, свойственного промежуточному состоянию. Таким образом, в определенном смысле жизнь начинается с сознания ясного света.

Говоря обобщенно, обычная жизнь вовлечена в деятельность самых грубых уровней сознания, смерть – самых тонких, а промежуточное состояние занимает уровень посередине. Это можно сравнить с 24-мя часами суток: нормальное бодрствование находится на самом грубом уровне сознания, глубокий сон – на самом тонком, а сновидение – на промежуточном уровне. Опять-таки, когда человек в обмороке, его ум становится более тонким. Значит, и в течение обычного дня мы проходим через те же различные уровни сознания, хотя и не в столь полной мере, как то случается при умирании.

В заключение скажем о важности определения вашего собственного основополагающего сознания, сознания ясного света. Для того чтобы реализовать самое тонкое сознание, прежде всего нужно постичь природу ума на обусловленном уровне. Постигнув сущность ума, вы можете сосредоточиться на самом уме, постепенно увеличивая силу реализации сути сознания. Таким способом возможно обуздание ума.

В свою очередь, сила обуздания поможет остановить грубые проявления ума. И когда однажды они прекратятся, автоматически начнут действовать более тонкие уровни ума. Если до приближения смерти вы сможете реализовать тонкий ум, то он будет вполне в состоянии трансформироваться в мудрость – самое мощное оружие по разрушению невежества и вызываемого им страдания. Практикующим буддизм еще многому нужно учиться и многие упражнения должны выполняться.

\*\*\*

**Вопрос:** Ваше Святейшество сказали, что частично в процессе подготовки к смерти люди обучаются переживать различные признаки умирания, еще будучи живыми. Значит, во время смерти Ваш опыт пригодится, и Вы будете более готовы к ней. Есть ли какая-нибудь практика по отделению сознания от грубого тела при жизни? Не видите ли Вы каких-нибудь параллелей между этой практикой и переживаниями, сообщаемыми западными людьми, кому приходилось весьма приближаться к смерти и чувствовать себя вне их физического тела, но внутри другого более тонкого тела?

**Ответ:** Да, известны случаи отделения тела от ума благодаря соответствующим практикам в предыдущих рождениях. Тем самым они, видимо, являются «даром» этой жизни, поэтому и имеются возможности практиковать их сейчас. В частности, особое тело в сновидении не есть лишь проявление ума, но это действенное тонкое тело, которое может отделяться от обычного тела и может переживать внешние факты, как то случается с нами в нормальном состоянии. Я не могу рассказывать детально о том, сохраняет ли обычное тело дыхание или переходит на стадию, подобную глубокой медитации, на которой грубое дыхание прекращается. В любом случае, тонкое тело может бывать где угодно. Итак, поскольку вне физического грубого тела вы не ограничены расстоянием, вы в состоянии проникнуть в глубь пространства и достичь всего. Затем по вашему желанию вы можете вернуться в старое тело. Это происходит и в переживаниях вблизи часа смерти, а также в период тяжелой болезни.

**Вопрос:** Многие из нас читали «Тибетскую книгу мертвых» и соответственно находятся под впечатлением мирных и гневных божеств, которых каждый должен встретить в промежуточной стадии. Но мы не являемся, в общем и целом, тибетскими буддистами, мы не принимали посвящений и дозволений, не получали указаний по медитациям. Будут ли те

из нас, кто не имеет представления, как эти божества выглядят, видеть те же самые фигуры в этом состоянии?

**Ответ:** Я так не думаю. Говоря обобщенно, «Тибетская книга мертвых» описывает внешность мирных и гневных божеств для тех, кто практиковал и знаком с ними, еще будучи живым. Если лицо практикующее не способно освободиться посредством использования состояний, предшествующих умиранию, тогда в каждой фазе промежуточного положения практикант «Тибетской книги мертвых» стремится заставить появиться мирных и гневных божеств в том виде, в каком их предопределяет практика. Посредством практики, вызывающей их появление, он стремится осознать в промежуточной стадии то, как быть способным определить сущность основного знания, главного сознания, т. е. природу сознания, заключающуюся в свете и знании. Именно такова практика Великого Совершенствования в школе ньягмапа. Предыдущее знакомство каждого с этими божествами служит искрой зажигания для памяти, поскольку постепенно возникают определенные видимые очертания, и каждый получает несколько возможностей, чтобы преуспеть в пробуждении осознания и тем самым реализовать абсолютную природу ума.

**Вопрос:** Пожалуйста, поясните еще «риг-па» (основополагающий ум, или знание, по-тибетски) в понятиях обыденной жизни.

**Ответ:** Бывает так, что чей-то основополагающий ум проникся сущностью сознания, но понимание все равно не пришло. Важно определить этот фактор ясного знания. Те йогини, которые приобрели в этом опыт, рассказывают, что очень значимым является наличие веры и почтения перед Учением и что необходимо получить указания от ламы, обладающего своим собственным опытом. До тех пор, пока вы не обрели точное знание об этой основополагающей природе ума, трудно пережить что-нибудь стоящее. Однако вам поможет каждодневное взирание на ваши собственные состояния сознания и изучение его основных свойств. Природа же ума есть яркий свет и знание. Полезно делать это ранним утром, когда сознание чище.

**Вопрос:** Считаете ли вы пригодным и действенным для западных людей пользоваться «Тибетской книгой мертвых» в переводе? Поможет ли она умирающим при смерти, хотя они и не получали формальных инструкций по технике? Естественно, в том случае, когда в читателе наличествует требуемая чистота.

**Ответ:** В общем-то без предварительной инициации, медитации и т. п. это было бы трудно. Все-таки нужно быть знакомым с учениями. Таким образом, если умирающая личность осведомлена с текстами о процессе смерти, то это поможет в их использовании. В целом же, когда человек умирает, важно, чтобы он или она покидали нас миролюбиво. Никому нельзя возбуждать или нервировать умирающего человека. Никому не следует действовать так, чтобы мешать ему. Тот, кто умирает, должен иметь чистые мысли.

**Вопрос:** Как возрастает сила сознательности?

**Ответ:** Прежде чем распадется грубое сознание, вам нужно породить мощную бдительность. Посредством медитации вам необходимо ознакомиться с видами состояний, приводящих к смерти. В своей ежедневной практике я медитативно прохожу через стадии умирания шесть-семь раз. Будет видно, преуспел ли я в этом, но, по крайней мере, я достигаю причин успеха, стимулируя память и узнавание. Например, если вы собираетесь начать войну в некоем регионе, то вы изучите карту, определяя, где гора, а где река, где расположено озеро и т. д. Это для того, чтобы, когда вы действительно прибудете туда, вы были способны ориентироваться в увиденном и знать, что вам должно делать. Поэтому до того, как вы приобретете твердое знание того, что могло бы появиться при умирании, не уклоняйтесь от цели и ни о чем не беспокойтесь.

## Преображение ума посредством медитации

*Институт Наропы, Боулдер,  
и университет Колорадо, Денвер*

Медитация есть ознакомление ума с объектом созерцания. В зависимости от того, как ум осваивает объект, имеется несколько видов медитации. В соответствии с одним из них ум проникает в сущность частного типа сознания, например, в медитирующее сострадание или в медитирующую мудрость. При таком созерцании вы стремитесь, чтобы ваш ум производил свою работу в сострадающем сознании или в мудром сознании. При этом сострадание и мудрость не являются объектами, на которых вы медитируете, ибо они суть то подлинное бытие, в которое вы пытаетесь преобразовать ваше сознание посредством процесса ознакомления.

Однако когда вы медитируете на невечности и бессамости, то они принимаются в качестве объектов восприятия умом, и вы медитируете именно на них. При другом виде медитации, если вы созерцаете хорошие свойства Будды, желая приобрести их, эти свойства являются объектами желания, что и называется медитацией по образцу желания. Далее, есть еще один вид медитации, который состоит в том, что вы велите уровням пути освобождения возникать в уме, в том смысле, что вы прибегаете к уму для реализации тех уровней. Это называется отражательной медитацией.

При другом способе расклада медитация подразделяется на исследовательскую, или аналитическую, и устанавливающую устойчивость, или стабилизирующую. В общем, пребывание в покое (шаматха) является стабилизирующей медитацией, в то время как особое прозрение в суть (випашьяна) есть аналитическая медитация.

По поводу объектов обеих этих медитаций нужно сказать, что они могут быть либо конечным состоянием феноменов, либо какими-нибудь другими из множества феноменов. В целом же пустотность есть нечто, находимое в результате аналитического исследования разумом конечного бытия объектов. Тем не менее при созерцании пустотности посредством стабилизирующей медитации медитирующий сосредотачивается на одной точке, чтобы проникнуть в значение пустотности, которое устанавливается, а не анализируется. Таким образом, и аналитическая, и стабилизирующая медитации созерцают пустотность. Аналогично, обе эти медитации созерцают любой из множества феноменов. Все зависит от того, как ум действует с объектом.

Пребывание в покое, что является следствием преимущественно стабилизирующей медитации, – это общая практика как буддистов, так и небуддистов. Внутри буддизма ею занимаются сторонники и Малой, и Большой колесниц. Внутри Большой колесницы к ней прибегают как поклонники колесницы Сутр, так и поклонники Колесницы Мантр. Теперь я коротко поясню, как достичь постоянства покоя.

Наш ум полностью рассеивается по внешним объектам, что и обессиливает его. Наша мысль подобна воде, текущей в любом направлении. Но вода, будучи собранной в одно русло, становится мощным потоком. То же самое может произойти и с нашим умом.

Как же его собрать в русло? В общем-то в Колеснице Мантр, и в частности, в Наивысшей Йога-мантре, описываются многие техники, но в начале я поведаю о техническом методе, одинаково верном для всех колесниц. Для достижения устойчивости ума на объекте наблюдения необходимо сперва установить, что это за объект. Будда говорил о четырех типах: объектах для очищения поведения, искусных объектах, объектах для очищения от неблагоприятных эмоций и объектах, распространенных повсюду. Например, что касается объектов для очищения поведения, то не имеет значения, какое волнующее чувство преобладало в нас ранее. Поскольку его влияние теперь продолжает оставаться в нашем уме, нужно избрать такой объект медитации, который будет противостоять силе этой конкретной неблагоприятной эмоции.

Для тех, кто был охвачен желанием, объектом медитации является нечто отталкивающее. Среди четырех установок сознания оно объясняется в связи с установкой сознания на теле. Здесь само понятие «отталкивающее неприятного» вовсе не обязательно относится к обезображенным телесным формам. Ведь природа нашего тела, состоящего из крови, плоти, костей и т. д., внешне может казаться очень красивой, скажем, с золотистой

кожей, прочной и в то же время мягкой на ощупь. Но когда вы это подвергаете исследованию, то видите, что основа тела выглядит как скелет. Если бы я носил очки, просвечивающие подобно рентгеновским лучам, то увидел бы комнату, наполненную скелетами. Таким же скелетом был бы и говорящий с вами с этого возвышения. Значит, медитирование на отталкивающе неприятном образе равносильно изучению природы нашего физического тела.

Для тех, над кем довлела ненависть, объектом медитации является любовь. Для тех, кто изначально был погружен во мрак невежества, медитация должна проводиться на 12-членной цепи взаимозависимого возникновения круговращения бытия. У кого же преобладающей страстью являлась гордыня, тому медитировать следует на разделении себя на составные части. Ибо, медитируя на нескольких разделенных частях, вы приходите к осознанию того, что вы их не знали, и тем самым уменьшаете гордыню. Для тех же, у кого доминирует концептуальное мышление, предписанной медитацией является наблюдение над вдохом и выдохом. Таковы объекты для очищения поведения.

Как уже упоминалось, объектом созерцания может быть и пустота. В качестве объекта вы могли бы взять даже цветок или любой другой предмет. Буддист же в состоянии медитировать на теле Будды, а христианин вправе использовать с этой целью Иисуса или крест.

Неважно, каков объект, так как в случае с медитацией вы не смотрите на внешний объект, а вызываете его образ, который и предстает пред вашим ментальным сознанием. Этот образ называется отражением, и он является объектом созерцания.

Определив таким образом объект, как же вам установить на нем свой ум? Вначале вы должны услышать об объекте медитации от учителя. Затем предстоит обрести уверенность в нем, раздумывая о нем вновь и вновь. К примеру, если вы собираетесь медитировать на теле Будды, то прежде всего вам необходимо услышать, как описывают это тело, а также посмотреть на изображение или скульптуру его, а затем, когда вы привыкнете к этому образу, тогда этот образ сможет ясно явиться вашему уму.

Приступая к медитации, вообразите этот образ в четырех футах (чуть более 120 см) перед вами и на высоте ваших бровей. Его следует созерцать как чистое и светоносное по своей природе. Это поможет преодолеть натиск лени.

Кроме того, представляйте воображаемое тело Будды тяжелым, что будет способствовать удалению возбудимости сознания. Поскольку вы в силах сократить размер созерцаемого образа, то это поможет втянуть внутрь органы чувств и тем самым сконцентрировать ум в одном русле. При медитации также важно и положение вашего физического тела (см. выше лекцию о Медитации).

В качестве объектов созерцания можно воспользоваться буквами или огоньками света в наиболее значимых местах внутри вашего тела. При медитации в такой манере объект должен быть крошечным, чем меньше он будет, тем лучше. Сразу же и прежде всего подберите объект, причем вам вовсе необязательно изменять его размер в сторону уменьшения или увеличения. Но имейте в виду, что он должен быть зафиксирован на протяжении всего периода успокоения сознания.

Вначале заставьте объект явиться уму. Затем бдительно держите его в сознании так, чтобы не потерять. Именно непропадание объекта из памяти благодаря осознанным действиям есть причина развития самонаблюдения.

Во время пребывания объекта в поле внимания ваш ум должен совершенствовать два качества: достигать все большей ясности не только объекта, но и сознания; всецело сосредотачиваться на объекте созерцания. Два противоположных фактора мешают этому развитию – лень и возбудимость ума. Лень препятствует созиданию внутренней чистоты, а возбудимость – стабильно-равновесному соединению с объектом.

Лень – это свойство ума быть слишком расслабленным, слишком небрежным, теряющим деятельное напряжение, т. е. хорошее состояние ума становится обессиленным. Причина лени состоит в вялости, которая подобна шляпе на голове, т. е. тяжести. В качестве противоядия вам следует заставить ум быть более упругим.

Когда же степень схватывания объектов умом станет выше, тогда опасность возврата лениности будет меньше, но увеличится опасение, вызванное возбудимостью. Разбрасывание ума, следующего за возникающими желаниями, называется возбуждением. Рассеянность может наблюдаться и с объектами других типов, в то время как возбуждение является именно метанием за объектами вожелания. В качестве противоядия возбудимости и прочим видам расточительности сознания вам необходимо понизить уровень схватывания умом, сделав его менее напряженным.

Когда вы бдительно держитесь объекта созерцания, попробуйте время от времени приглядывать за своим умом посредством самонаблюдения, пребывает ли он под влиянием лениности или возбуждения. Если вы благодаря интроспекции обнаружите, что близится опасность лениности, то усильте степень схватывания. Если же грядет опасность перевозбуждения, то снизьте немного уровень восприятия. С опытом разовьется чувство срединной меры напряжения ума.

Когда усиливаете степень восприятия ума, то раздумывайте о том, что вас радует. Когда же ее понижаете, то раздумывайте над тем, что уравнивает ум, например, над страданием. Если вы начнете упражняться таким образом, то лучше всего делать это чаще, в коротких медитативных занятиях, поскольку сразу трудно погрузиться в глубины медитативного состояния. Когда вы бываете в деловом, шумном городе, нужно полностью уединиться и успокоиться. Без последнего практически невозможно достичь полностью настоящего состояния внутреннего умиротворения.

Если вы занимаетесь такой практикой, то ум постепенно все больше и больше будет совершенствоваться, обретая высшую точку в умиротворении. Благодаря силе стабилизирующей медитации, в которой ум полностью сосредоточен на своем объекте созерцания, создается ментальная гибкость. Опираясь на нее, зарождается и физическая гибкость, имеющая и свою точку блаженства. Благодаря последней возникает блаженство ментальной гибкости. В данной точке это блаженство делается устойчивым, чем и достигается умиротворение. Из четырех сосредоточений (рупа-дхату) и четырех погружений в сферы бесформенности (арупа-дхату) состояние, в котором соединяется физическое и ментальное блаженство, является самым низшим среди приуготовлений к первому сосредоточению.

Особое интуитивное прозрение достигается аналогичным образом и тоже, когда наступает блаженство ментальной гибкости, но не силой медитативной устойчивости, а силой анализа распознающей мудрости. Имеются естественные и сверхъестественные формы особого прозрения. Естественное состояние – это видение более низкого уровня как грубого, а более высокого – как умиротворяющего. Если говорить в общем плане, то сверхъестественное прозрение имеет отношение к четырем благородным истинам. А согласно положениям школ Большой колесницы, особый сверхинсайт включает в себя бессамость феноменов.

Для того чтобы вызвать медитативную устойчивость еще быстрее, в Колеснице мантр существуют специальные техники, многогранно использующие божественную йогу. Путь божественной йоги приносит более быстрый прогресс в обретении Буддства посредством особых технических упражнений, развивающих союз сосредоточения и мудрости, кои занимают два последних места в списке шести совершенствований (парамита). Речь идет о даянии, нравственности, терпимости, подвижничестве, сосредоточенном созерцании и мудрости, которые описываются в письменном собрании духовного наследия бодхисаттв.

Если у вас нет способности к сосредоточенному созерцанию (дхьяна), в котором ум неколебимо стоек и ясен, то мудрость не сможет познать этот объект как он есть, во всех его тонкостях. Следовательно, необходимо развивать сосредоточенное созерцание. Основанием для совершенствования мудрости, постигающей пустотность присущего существования, является то, что даже будь у вас только сосредоточение, оно не мешает возникнуть лжепредставлению о бытии объектов самих по себе. Нужен союз сосредоточенного созерцания и мудрости.

Согласно «Ваджрапанджара тантре», относящейся к пояснительным тантрам цикла Гухьясамаджи, Колесница Мантр подразделяется на тантру действия (крिया), тантру исполнения обетов (чарья), тантру йоги и тантру наивысшей йоги (ануттара). Три первых и низших тантры излагают способ совершенствования духовного пути в понятиях йоги с символами и без оных. Беззнаковая йога заключается в недвойственности проявленного и непроявленного.

Медитативная устойчивость достигается с принятием в сознание в качестве объекта медитативного созерцания, чистого видения вашего собственного тела как тела божества. Когда созерцание вашего тела делается ясным или видится как тело божества, тогда вы устанавливаете отсутствие у него присущего существования. Так происходит соединение проявления в божественной форме и проникновенной мудрости, постигающей конечную природу этого тела. Такая глубокая реализация вкупе с божественной данностью есть йога недвойственности проявленного и непроявленного.

В тантре действия, когда выполняется йога с символами, порождение сознания божества или настоящее воображение самого себя реальным богом осуществляется с помощью шести шагов, называемых шестью божествами. Первое – абсолютное божество, т. е. медитация на пустотности присущего существования самого себя и этого божества в равной мере.

Второе есть божество звука, рассматривающего природу пустоты в качестве отражателя звуков мантры отдельного божества в пространстве. Третье есть божество буквы, в котором звуки мантры являются в виде букв, стоящих по краю плоского лунного диска. Четвертое есть божество формы, т. е. преобразование луны и букв в тело божества.

Пятое есть божество печати, т. е. блаженство важнейших мест божественного тела, обозначаемых жестами руки, именуемыми «печатами». Затем вы помещаете белое «ом» в венец головы, красное «ах» в горло и голубое «хум» в сердце. Они символизируют восторг тела, речи и ума и полностью сосредотачиваются на этом божественном теле, которое теперь обладает всеми качествами или знаками божества. Таков последний шаг на этом пути, называемый божеством знамения.

Когда вы добьетесь некоторых успехов в созерцании самого себя в качестве божества, тогда сосредоточения на пребывании в огне и пребывании в звуке обычно увеличивают скорость развития медитативной устойчивости. После этого вы культивируете йогу беззнаковости, а сосредоточенным созерцанием даруете освобождение от звучания. Так культивируется сверхъестественное особое прозрение при созерцании пустотности присущего существования. Хотя божественная йога все еще выполняется, главный упор делается на удостоверении в конечной природе феноменов.

Объяснение процедуры пути в тантре выполнения обетов внешне выглядит таким же, как и в тантре действия, в то время как в йога тантре оно слегка отличается. В ней основами очищения объявляются тело, речь, ум и деяния, а средствами очищения – четыре печати, служащие для преобразования первых в возвышенные тело, речь, ум и деяния действенной стадии Буддства.

В этом процессе достижение состояния покоя возрастает с медитацией на маленьком искусном символе, таком как ваджра, в точке носа, а затем постепенно увеличивается в размере, так что сначала все ваше тело, а затем и окружение охватывается этим крошечным искусным символом. Столь специфический искусный символ определяется в соответствии с учением о пяти родословных дхьяни-будд (см. выше вопросы и ответы в главе о медитации), т. е. тех божеств, которые держат в своих руках особые символы. Например, Вайрочана держит колесо, а Акшобхья – ваджру.

Медитация на таких маленьких искусных символах помогает совершенствовать состояние покоя благодаря самому размеру объекта, а также способствует росту медитативной сноровки посредством практики рассеивания и собирания множества форм этого символа.

Тантры наивысшей йоги объясняют преимущественно йогу безраздельного блаженства и пустотности в понятиях двустадиальной йоги: стадии порождения, которая является выдуманной и искусственной, и стадии завершения, которая не есть мнима и производна. В наивысшей йога-мантре обычно состояния смерти, промежуточного бытия и нового рождения, как на стадии порождения, так и на стадии завершения, приводятся в движение на пути к преобразованию в три Тела Будды – Тело Истины, Тело Совершенного Наслаждения и Тело Воплощения.

В наивысшей йога-мантре имеются способы медитации на внутренних каналах, ветрах (энергиях) и каплях сущностной жидкости. Представления о каналах сообщаются двояко: первое является описанием физического характера, а второе – чисто медитативного. Последнее служит для специальных медитативных эффектов, а точное физическое соответствие не подходит для этой цели. Однако после эффектов искания пути, очевидно, продолжаются.

Адепт медитирует на каплях, свете или буквах в центрах этих каналов. Благодаря этим особым местам, где созерцаются такие объекты медитации, и благодаря силе посвящения, а также подготовительным медитациям, называемым «приближение к состоянию божества», мы можем использовать медитативную устойчивость при культивировании особого прозрения в пустотность присущего существования. Значит, вполне возможно достичь одновременно состояния умиротворения и прозрения в суть.

Техника сосредоточения на буквах и свете в важнейших местах внутри тела служит средством силового прекращения знаково-понятийного мышления. Причиной прекращения концептуальности является то, что в сознании существует много уровней – от грубого до наиболее тонкого. А в наивысшей йога-мантре более тонкие уровни сознания преобразовываются в пути в сознание мудрости.

Естественно, когда мы умираем, более грубые уровни сознания исчезают (см. предыдущую лекцию), а более тонкие начинают проявляться и развиваться в манифестацию самого тонкого сознания – чистого света смерти. Обычный человек не осознает этой фазы существования, будучи как бы в обмороке.

Однако, если тело не дегенерирует, а оно опора сознанию, то йогин устраняет более грубые уровни сознания силой медитации, а более тонким сознанием он может переживать ясность и полное осознание происходящего. Силовым удалением более грубых и более тонких уровней ветра (энергии) и ума йогин проявляет самый тонкий уровень – сознание чистого света. Если двигаться таким путем, то этот уровень сознания достигается быстро и особенно сильно. Для того чтобы ум созрел настолько, что возможно было бы практиковать те высокие стадии пути, необходимо прежде всего практиковать стадию порождения.

Вот таково наше короткое изложение. Очень полезно постичь эти состояния, а также то, как они достигаются посредством сутр и тантр.

## **Две истины**

*Калифорнийский университет. Беркли.*

Существуют многие способы изложения основоположений буддийской доктрины. Согласно одной из наиболее важных точек зрения, опорами учения являются две истины – условная и абсолютная, зависимые от них пути суть метод (упая) и мудрость (праджня), плодами этих путей будут два тела Будды – Тело цвета и формы (рупакая), предназначенное в помощь другим, и Тело подлинной природы (дхармакая), в котором исполняется собственное благо-предназначение.

В буддизме нет отдельного Будды, который всегда был бы буддой, т. е. изначально просветленным существом. Будды – это люди, как и мы с вами, ранее имевшие загрязненные умы и постепенно устранявшие эти загрязнения вплоть до того момента, когда они



преобразовывали сами себя в существа, которым свойственно обладание всеми хорошими качествами и удаление от всех проступков.

Причина их способности совершить такое заключается в природе сознания, кое есть лишь сияние и знание. Сознание есть нечто способное проявиться соответственно какому бы то ни было объекту или его аспекту, и оно есть сущность чистой ясности и познания, природа которого – переживание опыта. Оно распадается каждое мгновение. Однако среди его многочисленных исходных основ, подразделяемых на существенные причины и сопутствующие условия, должен присутствовать предыдущий момент сознания. Он необходим и в качестве сущности сознательного опыта, и в качестве непосредственно предшествующей сущностной причины.

Невозможно для сущности, которая есть свет и знание, быть произведенной от материальных элементов как своей субстанциальной причины. Аналогично, внутренний ум не может действовать в качестве субстанциальной причины внешних элементов. Поскольку бытие каждого мгновения сознания требует наличия предыдущего мгновения сознания, как своей субстанциальной причины, то нет иного пути, кроме постулирования того, что непрерывность сознания безначальна.

Некоторые специфические проявления жизни сознания, например, желание иметь автомобиль, конечно, начинаются и заканчиваются, в то время как другие, например, невежество при восприятии присущего существованию, – безначальны, но конечны. Однако у самого сознания света и знания нельзя установить ни восхода, ни заката. Следовательно, хотя сознание и распадается на составные части каждого мгновения, тем не менее его начала не существует.

Таковы обстоятельства сознания. Как же оно преобразовывается? Ум пребывает в неблагоприятных состояниях в силу невежества и омраченности по поводу реального существования феноменов. Для устранения этого невежества необходимо открыть знание о реальном существовании. Для порождения в себе такого сознания, которое постигало бы подлинную природу феноменального, нужно познать объекты, которые должны быть познаны.

То, что должно быть познано, имеет две стороны. С одной – объекты предстают органам познания обусловлено и лишь как проявления, а с другой стороны сознанию открывается конечная природа этих объектов. Первые – суть объекты, находимые сознанием, отмечающем условные вещи. Вторые же – суть объекты, обнаруживаемые сознанием, различающим конечную природу существования. Первая сторона называется обусловленной истиной (самврити-сатья), вторая – абсолютной истиной (парамартха-сатья).

Положениям о двух истинах учат так или иначе и в небуддийских системах мысли, а также во всех направлениях буддизма. Среди последних есть как сторонники идеи бессамостности феноменов (дхарм), так и те, что не утверждают ее. Здесь я не буду касаться мнений школы Великого толкования (вайбхашика) и школы Сутр (саутрантика), которые отрицают идею бессамостности феноменов (дхарма-найратмья). Я вкратце поясню представления о двух истинах в школе Только Сознания (читта-матра) и в школе Срединного Пути (мадхьямака), утверждающих бессамостность феноменального.

В школе Только Сознания две истины излагаются в связи с учением о трех природах. Нижним слоем, или основанием, является природа, созданная силой иного, а также обусловленная природа – это паратантра-свабхава. Объекты, подлежащие отрицанию в связи с законами предыдущей природы, суть замутненная природа – это парикальпита-свабхава. Совершенно подлинная же природа есть пустота как замутненной, так и обусловленной природ – это паринишпанна-свабхава. Последняя является пустотой и в смысле отсутствия различий между субъектом и объектом. Именно такова абсолютная истина.

В школе Только Сознания любой феномен – это та же самая сущность, что и осознание, воспринимающее его. Одним словом, нет никаких объектов, которые были бы внешними сущностями воспринимающему их сознанию. Таким образом, в этой системе бессамостности термин «самость» отождествляется с внешними объектами, якобы существующими отдельно

от ума, познающего их. Это есть конечная замутненная природа, феномены которой пусты и фактически отсутствуют. Пустотность феноменов, таких как «самость», является совершенно установленным фактом. Поэтому школа Только Сознание утверждает, что все феномены как бы «выпускаются» внутри ума.

Ученые школы Срединного Пути многообразно толкуют о двух истинах, но здесь я буду рассказывать преимущественно о позиции Буддхапалиты (5 в.). По его мнению, формы, звуки и другие объекты вовсе не принадлежат к сущностям сознания, как то полагают в школе Только Сознания, а напротив, отличаются от него. Далее Буддхапалита поясняет, что не только эти феномены являются сущностями, отдельными от воспринимающего их ума, но и сам способ установления этих сущностей вовсе не таков, как считают в школе Только Сознания. Вернее сказать, эти сущности вообще нельзя установить по-настоящему, подлинно-присуще.

Что же означает это отсутствие присущего или правильного установления в учении Буддхапалиты? Можно лучше понять, объяснив противоположное–присущее установление или присущее существование. Какие бы феномены не являлись нам, видимо, они существуют объективно по своему собственному праву, сами в себе и сами по себе. Хотя они, вероятно, существуют своеобразно, все-таки, когда мы в анализе пытаемся определить, существуют ли они такими, какими кажутся, мы не можем найти их аналитически. Когда объект распадается на части, целое нельзя обнаружить. Следовательно, нет способа постулировать целое при анализе.

Далее, среди объектов знания нет таких, которые бы не имели частей. Все физические объекты имеют части, ориентированные по направлениям. Например, даже когда мы рассматриваем кварки, которые сравнимы с фотонами в атомных ядрах, то и они занимают определенное пространство и, значит, имеют части, ориентированные по направлениям.

Ученый школы Только Сознания Васубандху (4–5 вв.) в своем трактате «Двадцать строк» («Вимшатика») относительно подробно анализирует и показывает, что даже мельчайшие частички должны состоять из еще более мелких частей, связанных с направлениями, соответствующими другим частицам, окружающим ее. Тем самым он демонстрирует, что нет ни одной вещи, которая бы не имела частей.

Из этого доказательства отсутствия вещей без частей Васубандху делает вывод, что внешние объекты не существуют. К такому же выводу он приходит, когда применяет довод, что при анализе внешние объекты не обнаружимы. Для школы же Срединного Пути, однако, не столь важно, что вовсе не существует частичек без частей. Для этой школы сам факт того, что при анализе не найти внешних объектов, означает не то, что они не существуют, а то, что внешние объекты воистину не установить. Таким образом, необнаружимость при крайнем анализе значит, что вещи не являются по-настоящему существующими и несуществующими.

Феномены существуют, потому что и содействие и противодействие, очевидно, идет от них и свидетельствует об их существовании. Но они суть пусты, существуя так, как кажутся нам. Отсутствие феноменов на уровне окончательного анализа указывает на то, что они не являются подлинными или существующими присуще.

Коль феномены пусты, существуя тем конкретным способом, которым они даны нам, то все феномены существуют в контексте, в самой природе пустотности присущего существования. Например, без всякого исследования и анализа мы пользуемся этим аналогом и думаем: «Здесь аналог». Такое сознание есть осознание, отличающееся обусловленностью, а объект, данный такому сознанию, т. е. именно аналог, является условно-истинным.

Если же вы не удовлетворены чистой данностью аналога и стремитесь отыскать его реальную природу, его сущность, то этого нельзя будет сделать. Помимо цвета, формы и прочего, составляющего качественную сторону аналога и в этом смысле представляющего его субстрат, ибо он зависим от этого, вам не найти иной природы аналога.

Осознанность или сознание, которое ищет таким образом и остается неудовлетворенным лишь видимостью объекта, его обусловленностью, имеет дело -с конечной природой объекта. Что же обнаруживает это осознание при анализе? Оно

открывает отсутствие аналога. Когда вы ищете его, когда аналог является объектом аналитической медитации, то его ненаходимость есть конечная природа аналога. Это его качество, абсолютное качество объекта – конечный модус бытия, модус существования объекта.

Значит, когда Буддхапалита разъясняет эту доктрину пустотности, он не говорит, что феномены пусты в отношении их способности совершать действия. Мыслитель заявляет, что феномены, будучи взаимозависимыми, пусты в отношении присущего существования. Быть зависимым от иного и не быть зависимым от иного – отчетливо противоречивые суждения. Они суть дихотомия: если нечто не есть одно из двух, то оно должно быть вторым. Если оно установлено как одно из двух, то оно не может быть вторым.

К примеру, человек и нечеловек. Все с необходимостью признается либо одним, либо другим, и нет ничего иного, кроме этих двух. А вот человек и конь, будучи несовпадающими понятиями, не являются отчетливо противоположными, дихотомичными. Таковыми как раз будут человек и нечеловек. Нет третьей категории, которая могла бы быть постулирована наряду с этими двумя. Поскольку столь же противоречивы понятия зависимости и независимости, постольку то, что зависимо, пусто на присутствие в нем независимого начала.

Прежде чем судить о том, как эта пустотность дана уму, нужно сначала обсудить само сознание. Все объекты восприятия подразделяются по двум истинам, а сознание, воспринимающее эти объекты, состоит из многих уровней. Те из них, которые постигают ясные объекты, не полагаясь на знаки и доводы рассудка, называются непосредственно воспринимающим сознанием. Другие, опирающиеся на знаки и рассуждения, познают неясные объекты; их называют уровнями выводного знания.

Относительно знаков, или оснований, используемых в процессе вывода, Дхармакирти предлагал трехчастное деление: знаки действия, знаки состояния и ненаблюдаемые знаки. Последние бывают двух видов: ненаблюдение неявленного и ненаблюдение того, чему было бы выгоднее явиться, если бы оно существовало. Среди этих находятся и знаки, доказывающие отсутствие присущего существования. Именно таковой есть ненаходимость феноменов отдельно от тех составляющих, которые делают возможным само обозначение феноменов. Опираясь на такой довод, возникает достоверное познание пустотности присущего существования.

В связи с этими соображениями одна из первых задач вывода – преодолеть влияние устойчивых ложных концепций. Согласно школе Последовательного сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака), выводы сами могут убедить в достоверном познании тезиса. В любом случае, опираясь на такие доказательства, каждый приходит к твердому решению по поводу неприсущего существования всех феноменов, модуса бытия феноменов и абсолютной истины.

Пустотность присущего существования объекта, установленного таким путем, является отрицательным феноменом, если все их подразделять на позитивные и негативные феномены. Позитивен ли феномен или негативен, определяется не только словом, выражающим соответствующее значение, но и тем, как он предстает пред концептуальным сознанием, воспринявшим его. Например, слово «пустота» негативно и пустотность – негативный феномен.

Однако хотя слово «реальность» (дхармата) и не считается негативным, но когда его значение передается уму, оно должно явиться путем отрицания – путем очевидного устранения объекта отрицания, а именно – присущего существования. Таким образом, и это слово есть негативный феномен.

Среди таких негативных феноменов, которые даются уму посредством отчетливого устранения объекта отрицания, можно выделить два вида: те, что подразумевают нечто вместо отрицаемого объекта, и те, которые ничего не подразумевают. Первые называются утверждающими отрицаниями, а вторые – неутверждающими отрицаниями.

С точки зрения абсолютной истины пустотность, будучи объектом ума, является именно его бессодержательностью, устраняющей и сам объект отрицания, т. е. присущее существование. Никакой позитивный феномен не предполагается устанавливать вместо этого отрицательного объекта. Следовательно, абсолютная истина, или пустотность, неутверждающее отрицание.

Это означает, что ум решительно проникает в глубины этого неутверждающего отрицания, а объектом познания является как раз устранение объекта отрицания – вот таково отсутствие присущего существования. Поскольку модус такого познания не искажен, постольку полная бессодержательность есть отсутствие присущего существования.

Если вы приобрели такой опыт в состоянии медитативного равновесия или после него, хотя, как и прежде, феномены кажутся существующими присуще, сила утверждения пустотности присущего существования порождает в вас мысли о том, что эти феномены подобны иллюзиям и, несмотря на их кажущую видимость, их нет.

Далее, поскольку желание, ненависть и тому подобное производится при содействии представлений о присущем существовании, а восприятие феноменов через уподобление их иллюзиям создает противоречие между способом их кажущегося присущим существованию и способом их действительного существования, постольку такое восприятие служит в качестве контролирующего органа над этими нежелательными неблагоприятными сознаниями. Это же самое восприятие помогает также благоволить к добродетельному сознанию. Ибо в общем оно не нуждается в своих действиях в лжеконцепции о феноменальном присущем существовании.

В зависимости от абсолютных истин совершенствуется мудрость, а в зависимости от условных истин – сострадание и доброта по отношению к другим. И мудрость и сострадание должны практиковаться в соединении. Таков путь единения мудрости и метода.

Для того чтобы увеличивалось мудрое сознание, вовсе не достаточно исходить лишь из знания слушающего (шрута-май) и размышляющего (чинта-май). Ибо должно порождать мудрость, возникающую из медитации (бхавана-май-праджня). Мудрое сознание, в медитативном состоянии созерцающее пустотность, как раз и является медитативной устойчивостью, союзом пребывания в покое с особым прозрением (випашьяна).

Добавим, что в тантре описывается множество специальных техник по развитию такого сознания. Главная из них состоит в держании в едином сознании двух факторов: созерцание мандалы цикла божеств и одновременного постижения пустотности их присущего существования. Этим путем в едином сознании выполняется и пространное – видимость божеств, и глубинное – реализация таковости.

Следствием, или результатом, практики этой тантрической йоги, в которой соединяются в одном сознании сострадательный метод и глубокая мудрость, является порождение двух тел Будды. Тело цвета и формы, т. е. физическая манифестация Будды, есть отпечаток йоги созерцания божественного цикла, соотносимого с условными истинами. Тело истины, т. е. возвышенное сознание Будды, – отпечаток мудрого сознания, реализующего пустотность. Это абсолютная истина. Источником возможности развития обоих тел Будды является самый тонкий ветер (или энергия) и очень тонкое сознание, присутствующие и теперь в нашей целокупности. Это называется природой Будды.

\*\*\*

**Вопрос:** В наивысшей йога-тантре имеется практика созерцания пустотности в медитации, соединенной с блаженством. Каковы цели этого блаженства?

**Ответ:** Чтобы открыть в себе тонкое сознание, устанавливающее пустотность, необходимо прекратить работу более грубых уровней сознания. Когда порождается блаженствующее сознание, наша осознанность становится тоньше. Таким образом, самый сильный уровень блаженства обычно помогает прекращению деятельности более грубых

уровней сознания. Такое блаженствующее сознание затем само по себе реализует пустотность присущего существования.

## Союз старой и новых школ перевода

*Бунесвиль, штат Вирджиния*

Перед вами, можно сказать, личный отчет.

В течение долгого времени я верил, что ньигмапа, сакьяпа, кагьюпа и гелукпа – школы, соединяющие в себе сутры и мантры, а также точку зрения на пустотность индийской школы Срединного пути сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака). У меня были надежда и интерес узнать различные изложения взглядов, медитации и поведения в этих школах, а также приложить усилия к их изучению.

Хотя в Индии не было разговоров о старых и новых системах, но в Тибете Колесница мантр распалась на школы старых и новых переводов в зависимости от периодов, в которые переводились писания на тибетский язык. Ньигмапа представляет старую традицию, а сакьяпа, кагьюпа и гелукпа – новую традицию, возникшую после переводческой деятельности тибетца Ринчен Занпо (958–1055 гг.).

Более новые школы не имели между собой каких-то значительных разногласий относительно сутр, но по поводу мантр, называемых также тантрами, они немного расходились во мнениях. Если не изучать тщательно, то различия в терминах и прочем могут привести к мысли о существенной разнице между позициями школ новой традиции перевода, особенно в практике мантр. Однако их основоположения являются одинаковыми.

Линия преемственности учителей кагьюпа происходит от Дакпо-ларджея (1079–1153 гг.), его ламы Миларепы (1040–1123 гг.) и учителя последнего Марпы (1012–1096 гг.). Главным личным божеством Марпы был Гухьясамаджа, относящийся к традиции, передаваемой от Наропы – индийского мудреца.

Аналогично в школе гелукпа учение Цонкапы (1357–1419 гг.) о пяти стадиях в состоянии завершения в соответствии с Наивысшей йога-тантрой имеет своим источником традицию Марпы и Наропы по передаче сущностных наставлений в «Гухьясамаджа-тантре». Добавим, что многие другие важные положения в школах кагьюпа и гелукпа таковы же, как и в «Чакрасамвара-тантре», например, о достижении долгожительства, или в «Хеваджра-тантре», и они являются передачей содержания знания, происходящего от Марпы. Таким образом, основа и общая структура представлений тантры в кагьюпе и гелукпе преимущественно одинаковые, хотя ясность и продолжительность толкований иногда отличаются.

По поводу философии можно сказать, что переводчик<sup>11</sup> Марпа выражал взгляд на пустотность, свойственный Майтрипаде, который в своем произведении «Десять строф о сущности» («Таттвдашака»)<sup>12</sup> писал:

(Взгляды) как сторонников, так и противников,  
И даже тех мадхьямиков, которые не украшают  
Свои речи мыслями Учителя (гуру), весьма посредственны.

Здесь сказано, что ни сторонники, ни противники школы Только Сознания не владеют конечной истиной, и что даже те представители школы Срединного Пути, которые не постигли главнейших наставлений Гуру, являются посредственностями. В комментарии на этот трактат ученик Майтрипады – Сахаджаваджра отождествляет «гуру» с бесподобным

<sup>11</sup> Переводчик, или лоцзава, – официальный и почетный титул некоторых тибетских ученых монахов. – Примеч. В. Андросова.

<sup>12</sup> Согласно каталогу Танджура, «Таттвдашака» составлена Адваяваджрой, в то время как Майтрипадой иногда называют Майтрею, или Майтреянатху. Но последний не сочинял «Таттвдашаку». – Прим. В. Андросова.

Чандракирти. Отсюда ясно, что Майтрипада считал важнейшие положения Чандракирти существенными и даже верховенствующими в буддизме. Значит, взгляды Майтрипады, а затем и Марпы суть взгляды школы Чандракирти – Срединного Пути сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака).

Далее, ученик Марпы – Миларепа – в своей «Песне к пяти сестрам-долгожительницам» заявляет, что даже будды, тело истины, земли, пути и т. д., в том числе даже пустотность, не существуют в абсолютном смысле, и что всеведущий Будда, пребывая в сфере, лишенной аналитических и исследовательских побуждений, изрек: все существует лишь для обусловленного сознания.

Таким образом, Миларепа защищал порядок закона взаимозависимого возникновения в мире обусловленных истин, а также необнаружимость пустотности даже с абсолютной точки зрения. В вопросе разграничения двух истин Миларепа придерживался правильной и безошибочной позиции школы Срединного Пути сведения к абсурду. Поскольку взгляды гелукпы также относятся к этой позиции, постольку они не отличаются от идей кагьюпы в философском отношении.

Школа сакьяпа несколько иначе делает упор в своем учении и пользуется иной терминологией, но общая структура и систематика ее в сущности одинаковы с предыдущими школами. Например, Кхедруп (один из двух главных учеников Цонкапы, основатель гелукпы) в «Собрании» своих трудов заметил, что взгляды на Срединный Путь у Цонкапы и Рендавы (1349–1412 гг. – учитель первого из сакьяпы) различаются по способам толкования, они достигают одинаковой цели. Различны выражения, а не основоположения. Поэтому для большинства легко понять то, что базисные идеи кагьюпы, сакьяпы и гелукпы те же самые с философской точки зрения, ибо они все суть идеи школы Срединного Пути сведения к абсурду.

Школой, в которой трудно увидеть такое сходство, является ньигмапа – школа старой традиции. Если судить поверхностно, то практики могут подразделяться на применяемые в воззрениях, поведении и медитации. Между школами старой и новой передачи знания имеются значительные расхождения в поведении и медитации, а также небольшие различия в способе обучения обрядам и представлениям о пути. Философские же взгляды могут внешне показаться разнящимися даже в большей степени из-за использования иной терминологии.

Источники ньигмапы достоверны и в соответствии с действительным положением вещей признавались даже Цонкапой, который принял учения этой школы о Великом совершенствовании от знаменитого мастера из Лодрака Намка Гьелцена. Цонкапа принял этого учителя ньигмапы как одного из своих лам и восславил его знание. Цонкапа предпочел получить великое убеждение в буддийских воззрениях через него, чем идти за этим в Индию. Он поступил именно так, что явствует из его жизнеописаний<sup>13</sup>.

Действительно, до развития школ нового перевода существовало множество великих ученых и адептов йоги. Среди них 25 учеников великолепного мастера Падмасамбхавы, царь Трисонг-децен (8 в.) и другие – это те, кто возвысился до уровня адептов в течение своей жизни, полагаясь лишь на путь ньигмапы. Тогда школы нового перевода еще просто не сформировались. Сегодня же можно увидеть многих, кто демонстрирует знаки достижения великих духовных высот, следуя путем ньигмапы. Значит, можно прийти к выводу, что Великое совершенствование ньигмапы – это определенно чистая система глубокой практики Наивысшей йога-тантры.

В «Собрании трудов» Кхедрупа приводится случай, когда некто возразил против доктрины ньигмапы о Великом совершенствовании и усомнился в том, что это чистое учение. Кхедруп в ответ пояснил, что старую традицию Великого совершенствования осуждают из-за внешнего поведения некоторых тантриков, практикующих его. Он указал, что

---

13 Согласно этим текстам, Намка Гьелцен обучил Цонкапу встречаться с высшим бодхисаттвой Ваджрапани в трансмедитативных видениях. Намка Гьелцена иногда причисляют к школе кадампа, но есть устная традиция, относящая его к ньигмапа, что ясно также из учений о поле зрения. Цонкапа перенял у него и уникальный словарь системы Великого совершенствования по ньигмапе. – *Примеч. Дж. Хопкинса.*

Великое совершенствование есть практика высоких уровней Наивысшей йога-мантры, и что, следуя этому воззрению, многие, со всей очевидностью, достигли огромного мастерства.

Кхедруп добавил, что тибетские переводчики, посещавшие Индию, лицезрели оригинальные санскритские рукописи «Таинственной сущности тантры» (Гухьягарбха) и другие в Магадхе (родине буддизма). Он заключает, что осуждение этого старого учения приведет к плохому перерождению. Вот отрывок из «Собрания трудов» Кхедрупа:

**Вопрос:** Эта старая традиция передачи Секретной мантры раньше отвергалась учеными, и сегодня многие осуждают ее. Как это?

**Ответ:** Переводы учений Секретной мантры в период раннего распространения буддизма в Тибете называются старой традицией – ньигмапа, а переводы более позднего времени распространения – новой, или сармапа. Причина частого осуждения старой традиции состоит в том, что в тот промежуток времени, когда буддизм преследовался при царе Ландарма (803–842 гг.), адепты мантры внешне вели себя недостойно: вступали в брачные союзы и не выполняли нравственные заповеди. Сегодня также много домохозяев, практикующих мантру и носящих волосы, связанные в стиле мантриков. Высмеивание школы ньигмапа, видимо, возникло как вследствие такого поведения тех лиц.

И действительно, положение школы старой традиции мантры совершенно иное. Вначале выдающиеся религиозные цари послали в Индию с большим кушем золота в качестве подношения пять переводчиков, которые были столь же надежными существами, как Вайрочана и Маньек. Там они изучали доктрины непревзойденной тайны мантры, такой как Великое совершенствование, у бесспорно признанных ученых и адептов, а затем приступили к переводу текстов.

Более того, Падмасамбхава, Вималамитра, Буддхагухья и другие индийские мудрецы были приглашены в Тибет, где они излагали учения такого глубокого содержания, которое свойственно Высочайшей колеснице. В соответствии с достоверной информацией установлено, что посредством практики этих систем многие освободились от циклического существования и достигли мастерства.

В монастыре Самье все еще сохраняется много рукописных копий индийских текстов школы старого перевода и отчетов тибетских переводчиков, ходивших в Индию, о том, – что индийские оригиналы книг «Тайная сущность тантры», «Пять сутр Писания» и других находятся в Магадхе. Следовательно, те, кто осмеивают такие глубокие доктрины высочайшей махаяны, лишь накапливают причины для перерождения в аду. Точно также Кхедруп определял Великое совершенствование как уникальный и самый глубокий способ практики Наивысшей йога-тантры. Таким образом, мы можем на полном основании заключить, что это учение чистое.

Большинство представителей этих основных четырех школ тибетского буддизма – ньигма, сакья, кагью и гелук – полагали, что все четыре имеют одинаковые основоположения. Первый Панчен Лама школы гелук Лобсан Чоги Гьелцен (1567–1662) заявил в корневом тексте своей «Великой печати», что хотя школы пользуются различными понятиями и обозначениями, но когда опытный йогин анализирует их, то оказывается, что они все опираются на одно и то же.

Первый Панчен Лама писал:

Действительно имеется много разных обозначений  
(В школах), происходящих от единого корня, а именно – малое обстоятельство,

Пятиричность, одинаковый вкус, четыре буквы,

Умиротворение, заклинание, великое совершенство,

Наставления по воззрениям школы Среднего пути и другие.

Когда они анализируются опытным йогиним,

Знающим определенные писания и систему выводного знания,  
То они все сводятся к одним и тем же основоположениям  
мыслимого.

Тем не менее некоторые ламы гелукпа, например, Третий Панчен Лама Лобсан Пелден Ешей (1737–1780 гг.), говорили, что Первый Панчен Лама руководствовался политическими целями в таких заявлениях, на самом же деле это совершенно неверно – считать различные школы одинаковыми. В качестве довода такого опровержения они называли следующее: взгляд ньиγμαпы на Великое совершенствование является утвердительным отрицанием (парьюдаса-пратишедха), в то время как гелукпа судит о том же посредством неутвердительного отрицания (прасаджья-пратишедха). В силу этого они уверяют, что нет пути, по которому обе школы могли бы прийти к одному и тому же. Данная позиция привела ко многим разногласиям, из-за которых ученые спорили друг с другом и, опровергая, приводили собственные положения.

В кагьюпе и сакьяпе тоже имеется много явных опровержений относительно системы Великого совершенствования. Много их и в трудах поздней гелукпы, хотя в писаниях Цонкапы, на которые опирается гелукпа, термины «ньиγμα» или «Великое совершенствование» даже не упоминаются. Обычно те, кто предъявляют возражения, опровергают лишь отдельные пункты в изложении некоторых личностей, но сам стиль этих опровержений производит неблагоприятное впечатление. Создается мнение, будто Великое совершенствование отвергается целиком, а это очень грустно.

С моей точки зрения бесспорно, что Первый Панчен Лама имел в виду единство всех четырех школ. Нельзя также отрицать и того, что многие практикующие стали высоко развитыми йогами, опираясь на учения Великого совершенствования ньиγμαпы. Если йогин в состоянии достичь вполне правомочной реализации сути вещей, следуя неким путем, тогда этот путь есть чистый путь.

Таким образом, я привел много соображений относительно того, как эти две традиции могут сводиться к одному и тому же. И хотя у меня сформировались некоторые идеи по этому поводу, я еще не могу объяснить их решительно и ясно. Нужен дальнейший анализ. Но позвольте мне выразить мысль, которая появилась при чтении произведения мастера ньиγμαпы Додруп-чена Жигме Денпинима (1865–1926 гг.), чьи труды оказались ключевыми для моего анализа.

Каков контекст высказывания Первого Панчен Ламы о том, что все школы обеих традиций сводятся к одной и той же идее? Было бы слишком грубо заявлять, что позиция школы Срединного Пути и Великое совершенствование ньиγμαпы принадлежат одной идее, ибо взгляд Срединного Пути разделяют даже верующие Малой колесницы (хинаяны), причем в интерпретации Чандракирти, т. е. школы Срединного Пути сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака), в то время как доктрины Великого совершенствования ньиγμαпы не найти даже в сутрах Большой колесницы (махаяны), а тем более в сутрах Малой колесницы.

Среди девяти колесниц ньиγμαпы три принадлежат сутрам – это колесницы слушающих (шравака), просветленных отшельников (пратьекабудда) и бодхисаттв, три суть системы внешней тантры – это крия, упа и йога, и три суть системы внутренней тантры – это махайога, ануйога и атийога. Даже среди шести тантрических колесниц Великое совершенствование не находится в числе трех внешних. Нет его и в махайоге и ануйоге внутренней тантры. Эта практика – вершина всех колесниц, величайшая атийога.

Не каждый сможет согласиться, что Великое совершенствование, верх совершенства всех девяти колесниц есть то же самое, что и Срединный Путь, предложенный Нагарджуной. Ведь учение Срединного Пути в общем-то практикуются даже слушающими (шраваками) и просветленными отшельниками (пратьекабуддами), которые достигли уровня святости Вступившего в поток (шротапанны), т. е. они непосредственно реализовали истину пустотности присущего существования. Значит, воззрения в системах Великого



совершенствования и Срединного Пути несопоставимы. А сравнивать Великое совершенствование с развитым взглядом школы Срединного Пути было бы слишком поверхностно.

Ведь если даже единство наивысшей из всех тантрических систем ньи́гмапы и идей школ новой традиции не может быть объяснено в понятиях сутр школы Срединного Пути, то как же последние сопоставлять с разумом Великого совершенствования? В Наивысших йога-тантрах, например, в «Гухьясамаджа-тантре», практикуемых школами нового перевода, имеется способ культивирования взгляда школы Срединного Пути посредством особого ума, врожденной мудрости великого блаженства. Вот когда этот способ развития и тот, что предлагается Великим совершенствованием по старой традиции школы ньи́гмапа, кажутся параллельными, тогда сравнение делается на правильном уровне.

Согласно толкованиям школ нового перевода «Гухьясамаджа-тантры», дискуссия о воззрениях распадается на две части – об объективных и субъективных взглядах. Под объективным имеется в виду взгляд в качестве объекта, т. е. пустотность присущего существования, которая является объектом сознания мудрости. Судя по этому, «Гухьясамаджа-тантра» по крайней мере не отличается от системы Срединного Пути Нагарджуны.

Однако они весьма разнятся в понятиях субъективного взгляда – сознания, реализующего пустотность. Согласно учению Гухьясамаджи, на стадии завершения пустота должна постигаться усиленным более тонким сознанием, называемым врожденным фундаментальным умом ясного света, в то время как в школе Срединного Пути она постигается грубым сознанием по сравнению с умом ясного света.

С точки зрения монгольского ученого из Калки Дамцик-доржею, когда обучают воззрениям Великого совершенствования, то их тоже подразделяют на две категории: объективную и субъективную. Первую можно понять с помощью терминологии школ нового перевода, растолковывающих, каков объективный ясный свет, иначе говоря, какова пустотность, будучи объектом сознания мудрости. Субъективные же воззрения являются тонким сознанием мудрости, основанием ума, а не обычным грубым сознанием.

В системе Великого совершенствования термин «взгляд» гораздо чаще относится не к объективной пустотности, а к субъективной, к созданию мудрости; кроме того, этот термин иногда означает также единство объекта, или пустотности, с субъектом, или сознанием мудрости, реализующим ее. На этот врожденный фундаментальный ум ясного света делается упор в равной мере и в Наивысшей йога-тантре школ нового перевода, и в Великом совершенствовании ньи́гмапы. Вот подходящее место сходства старой и новых школ.

Трактовка объекта, т. е. пустотности, как взгляда, а также субъекта, т. е. сознания мудрости, как взгляда, не является особенной чертой мантры, а напротив, напоминает то, что и школа Самостоятельного Срединного Пути (сватантрика-мадхьямака) представляет пустотность как абсолютную истину и ум, реализующий пустотность, как соответствующий абсолюту. Кстати говоря, это признают школы и старой, и новой традиций.

Однако в учении Великого совершенствования субъективный взгляд, т. е. ум, занятый пустотностью как объектом, не является обычным, или грубым, умом, описываемым в Колеснице совершенства (парамитаяна) махаяны, но является тонким умом. Это и есть главное знание, ясный свет, основополагающий врожденный ум ясного света, который представляет конечное состояние вещей.

С точки зрения двух истин, постулируемых школой Срединного Пути, этот очень тонкий ум ясного света считался бы соответствующим абсолютной и действительной обусловленности, но не являлся бы настоящей абсолютной истиной. Ибо в школе Срединного Пути настоящая абсолютная истина есть объект, находимый сознанием, которое различает конечный модус бытия объектов – пустотность. В то время как объект, находимый сознанием, которое различает условный объект, т. е. все за исключением пустотности, является условной истиной.

Однако две истины, предстающие из текстов Великого совершенствования, вовсе не те, что знает школа Срединного Пути. Потому что они не основываются на разграничении между субъектом и объектом при постижении реальности, а отвечают уникальному пониманию двух истин по Наивысшей йога-тантре.

Мастер ньягмапы Додруп-чен сказал об «особых двух истинах» в самом начале своей книги «Общее значение текста „Тайная сущность тантры“». Он описывает семь особых абсолютных истин, это истины основ, пути и плода, которые в дальнейшем подразделяются на пять категорий. Коренное правило этой доктрины состоит в том, что ум-ваджра является основанием всех феноменов круговращения бытия и нирваны.

По толкованиям наивысшей йога-мантры в школах нового перевода этот ум известен в качестве фундаментального врожденного ясного света, обозначаемого термином «абсолютная истина». В Великом совершенствовании ньягмапы этот базисный ум, или знание, есть абсолютная истина, а проявления его в виде чистых и нечистых феноменов определяются условными истинами. Они суть грубые случайные феномены, в то время как абсолютная истина соотносится с тем, что фундаментально и врожденно, что всегда существует как ум-ваджра. Таково уникальное представление о двух истинах в учении Великого совершенствования.

Хотя термины «абсолютное» и «условное» те же самые, что и принятые в школе Срединного Пути, значение их отличается. Нам это следует иметь в виду и не путать их. Разница в значениях – вещь знакомая, так как даже в школе Срединного Пути термин «абсолют» использовался многообразно. Например, Майтрея (3–4 вв. – один из основоположников йогачары) в своем труде «Величественная целостность Великой колесницы» («Уттаратантра») говорил об абсолютном и относительном прибежище, а в другом своем сочинении «Различение середины и крайностей» («Мадхьянта-вибханга») характеризовал абсолют трояко. Так, объективный абсолют есть пустотность, практический абсолют есть мудрость как состояние сознания в медитативном равновесии, а обретенный абсолют есть нирвана.

Даже школы нового перевода использовали термины «абсолютное» и «обусловленное» в различных смыслах. К примеру, в своей трактовке пяти стадий наивысшей йога-тантры они рассуждают о стадиях завершения абсолютной истины и условной истины, и при этом придают им значения, отличные от их словоупотребления в школе Срединного Пути. Также и доктрина Великого совершенствования прибегает к необычному пониманию двух истин.

Субъективный ясный свет (т. е. очень тонкий ум ясного света, который является четвертой из пяти стадий завершения) обозначается термином «абсолютная истина». Однако, согласно разграничению двух истин в школе Срединного Пути, это было бы условной истиной, так как она лишь соответствует абсолютной, не будучи действительно ее сущностью.

Таким образом, в системе наивысшей йога-тантры школ нового перевода фундаментальный ум, служащий базисом всех феноменов циклического существования и нирваны, устанавливается как абсолютная истина или сущность феноменов (дхармата). Он также иногда называется «ясным светом» (абхасвара) и «несоставным» (асамскрита).

В ньягмапе он называется «ум-ваджра». Это не тот ум, который противопоставляется основному знанию в двойце последнего и ума. Это фактор чистого света и знания, сама неразделимая природа знания. Это исходный источник всех сознаний, вовеки неразрушимый, неизменный и несокрушимый в своей целостности, как ваджра или алмаз.

Как школы новой традиции постулируют безначальный и бесконечный фундаментальный ум, так ньягмапа постулирует ум-ваджру, который не имеет ни начала, ни конца и непрерывно продолжается в действенном состоянии буддства. Он считается «вечным» в том смысле, что пребывает всегда, и значит, предстает вечным умом. Это вечность – не в смысле его нераспадения в каждое мгновение сознания, а в том, что его целостность не прерывается.

Аналог этому можно найти в положениях труда Майтреи «Украшение ясному проникновению в суть» («Абхисамая-аламкара»), что Возвышенная деятельность Будды рассматривается вечной, поскольку она неистощима. Она также непроемчива в том смысле, что не вызвана причинами и условиями, а также неслучайна. Ибо она всегда присутствует в своей целостности.

В том же духе ученый и адепт гелупка Норзанг Гьяцо (1423–1513) говорил, что все существует в необходимо составном виде (самскрита), хотя смысл его высказывания был более общим, чем обычное значение слова «составной». Он не утверждает, что все феномены, включая вечные, производятся совокупностью причин и условий, но – что все феномены существуют обусловлено, в зависимости как от их частей, так и от знаково-понятийного сознания, характеризующего их. Похоже, что этот базисный ум ньигмапы не является вновь созданным в зависимости от причин и условий. Он называется «непроизведенным», что указывает на более широкий смысл термина.

В ньигмапе ум-ваджра определяется в качестве абсолютной истины. Она не постулируется с точки зрения бытия объекта, находимого сознанием, которое различает пустотность, как то было в школе Срединного Пути. Скорее, она есть фундаментальный ум ясного света, не имеющего ни начала, ни конца, основание всех феноменов циклического существования и нирваны. Абсолютная истина является сущностью Тела истины действенной стадии буддства. Будучи вне всех случайных феноменов, ум-ваджра называется абсолютной истиной. Его забавы, проявления или грубые формы суть конвенциональные истины.

Сущность этого базисного ума абсолютно чиста или, в понятиях школы Срединного Пути, естественно лишена присущего существования изначально. Внутри сферы этой сущности, состоящей единственно из сияния и знания, все чистые и нечистые феномены являются как забавы или манифестации этой спонтанной природы. Все такие проявившиеся и случившиеся феномены характеризуются спонтанной сущностью. Беспрепятственная лучезарность базисного ума называется состраданием (каруна), потому что следствием этого есть сострадательные деяния Будды, опирающиеся на природную чистоту и непосредственную сущность ума-ваджры.

Естественно чистый изначально и снабженный природой непосредственности ум-ваджра является основой всех феноменов, присущих круговращению бытия и нирване. Даже будучи живым существом и несмотря на порождение великого множества хороших и плохих представлений, проявляемых в желании, ненависти, заблуждении, ум-ваджра свободен сам по себе от всякой оскверненности этими загрязнениями.

Вода может быть крайне грязной, но ее природа остается чистой, ибо ее сущность не замутнена грязью. Аналогично, неважно, какие неблагоприятные эмоции возникают в качестве забавы этого ума-ваджры, и неважно, сколь они мощны. Базисный ум сам по себе, основа проявления этих искусных проделок ума, остается неподвластным загрязнению, безначально благостным, всецело добрым (самантабхадра).

Возвышенные качества действенной стадии буддства, такие как десять сил и четыре бесстрашия, целиком присутствуют в этом уме-ваджре. Их проявлению мешает лишь наличие определенных условий. Поэтому и говорится, что мы просветлены с самого начала и снабжены совершенно добрым базисным умом.

Если кто-то установит эту таковость (татхата), абсолютную истину (парамартха-сатья) или базисный ум, а затем убедится, что все феномены круговращения бытия и нирвана суть его забавы, тогда этот человек таким образом постигнет, что все чистые и нечистые феномены являются, как гласят об этом тексты школы Срединного Пути, лишь номинально существующими. Этот человек поймет, что все явленные объекты знания – случайные и бессущностные, и хотя такие феномены изначально не установлены как самостоятельные, они кажутся нам существующими благодаря собственной природе, в результате чего и мы склоняемся к признанию значения этого кажущегося присущим существованию.

Далее, человек осознает, что такое лжевосприятие вовлекает в совершение различных хороших и плохих деяний и в накопление соответствующих им предрасположенностей, ведущих к еще большему запутыванию в циклическом существовании. Однако если человек в состоянии вызывать все эти феномены в качестве забав базисного ума, не отклоняясь от истинной сферы этого ума, то человек не подпадет под влияние условных представлений. Когда мы уясним для себя нашу собственную основополагающую сущность и непосредственно, навсегда утвердимся в непрерывном медитативном равновесии, тогда, даже продолжая действовать в мире, мы станем буддами.

Аналогично высказываются и школы нового перевода: когда актуализирован ясный свет, тогда великий йогин успокаивается. В понятиях этих школ все концептуальные разработки, результаты действия которых влияют на накопление предрасположенностей, считаются более грубым сознанием, чем три его тонких уровня: лучшее белым цветом, постепенно поднимающимся красным цветом и лучшее почти абсолютной чернотой, – которые должны прекратиться до пробуждения четвертого уровня сознания – ясного света<sup>14</sup>.

После того как проявлено сознание ясного света, и если мы не способны остаться в нем, вновь начнут возникать названные три уровня сознания, но в обратной последовательности, а затем будут вновь формироваться 80 мыслительных образований, от которых вновь произойдут загрязненные действия и будут накапливаться их предрасположенности к следующим перерождениям. Это есть то, что причиняет зло. Однако, когда прекращаются, не действуют 80 мыслительных образований, а также три названных уровня сознания, и мы навсегда вступаем в мир ясного света, тогда неблагоприятные эмоции и представления не смогут уже появиться. Оставаясь в этом состоянии, мы пребываем вне сферы знаково-понятийной обусловленности. Даже самые сильные страсти не в состоянии вторгнуться в эту стадию ума. Это есть подлинный покой.

Таковы представления школ новой традиции. Согласно же понятиям школы ньигмапы, если некто достигает понимания ума-ваджры как способа существования, тогда он постигает все проявления круговращения бытия и нирвану как происходящих благодаря силе этого ума, как его забавы. Посредством такого знания некто осознает, что эти феномены не существуют самостоятельно, но лишь благодаря силе этого основополагающего ума.

Нагарджуна в «Драгоценных строфах» («Ратна-авали», 1, 29)<sup>15</sup> показал, что циклическое существование ложно, поскольку оно возникает в зависимости от фальшивой причины – невежества, хотя базисный ум сам по себе не содержит лжи, а феномены круговорота бытия и нирвана являются забавами базисного ума, но не им самим как таковым. С этой точки зрения, их демонстрация ложна.

Постигнув это, человек с неизбежностью понимает и то, что феномены существуют только номинально. Додруп-чен говорил, что когда мы сможем удостовериться в истине – все явленные объекты знания суть забавы базисного ума, – тогда мы с неизбежностью осознаем еще глубже справедливость позиции школы Срединного Пути сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака), что феномены существуют только благодаря силе знаково-понятийной обусловленности.

Учение о Великом совершенствовании представляет практику взирания на все феномены циклического существования и нирвану как на забавы ума и его лучезарный отблеск, мерцание внутри сферы осознания, поддерживаемой базисной сущностью ума. Итак, исчезновение объекта отрицания, или присущего существования, и реализация феномена, определяемого лишь номинально, понимаются лишь в качестве побочного

---

14 Подробное толкование этих уровней сознания, а также понятий нижеследующего абзаца см. выше в лекции «Тибетские воззрения о смерти». – *Примеч. В. Андросова.*

15 Вот эта строфа в переводе с оригинального санскрита:

При созидании Я (поток сознания) расчленяется на группы (скандхи). Такое созидание Я неистинно по сути. Если семя ненастоящее, разве росток будет настоящим?

продукта подлинного знания того, что все эти феномены суть только манифестации, забавы базисного ума ясного света. Следовательно, все важные точки зрения на пустотность, представленные в школах нового перевода, опирающихся на индийскую школу Срединного Пути, внутри себя содержат эту практику.

В школе Срединного Пути сведения к абсурду (прасангика-мадхьямака) такая реализация описывается в понятиях, согласно которым феномены существуют лишь благодаря силе номинальной обусловленности, а не присуще. В соответствии с толкованиями школы гелукпа и другими, во время медитации только отсутствие присущего существованию принимается за объект способа созерцания и нечто иное, т. е. именно непосредственное отрицание присущего существованию, которое и является объектом отрицания. Практикующий адепт стремится остаться в этой медитации, не теряя данный объект.

Сознание, утвердившееся в этом значении, должно реализовать неутвердительное отрицание, т. е. отрицание, которое не подразумевает ничего позитивного вместо отрицаемого. Таков фундаментальный принцип системы Срединного Пути: пустотность есть неутвердительное отрицание. Бхававивека, например, очень хорошо объясняет это положение в своем комментарии на первую строфу первой главы тракта Нагарджуны «Строфы о Срединном Пути» («Мадхьямака-карика»).

Нагарджуна заявил: «Нигде и никогда никакие вещи не возникают ни сами по себе, ни с помощью другого, ни от первого и второго вместе, ни беспричинно» (перевод с санскрита В. Андросова). Буддхапалита и Чандракирти говорили то же самое.

Однако в школе Великого совершенствования адепт медитирует на базисном уме ясного света, сосредоточенно созерцая фактор чистого сияния и знания. Значит, этот медитирующий ум не занят реализацией одного только неутвердительного отрицания. Еще до этой стадии, когда в базисный ум вводится практика, называемая «прорыв», адепт Великого совершенствования медитативно анализирует, откуда возникает ум, где он пребывает и куда направляется.

В текстах школы Срединного Пути об этой практике утверждается, что ум избегает крайностей концептуальной деятельности и тем самым реализует отсутствие присущего существованию. Позже, медитируя на базисном уме, или ясном свете, который свободен от возникновения, пребывания и исчезновения, практикующий адепт медитирует на утвердительном отрицании. В нем базисный ум явлен, но понимается пустотой присущего существованию.

В школе «прорыва» ньи́гмапы пустотность толкуется главным образом в отношении ума, в то время как в школе Срединного Пути она относится преимущественно к личности с разделением всех феноменов в ней, по крайней мере, на два класса: на пользователей объектами и объекты, которыми пользуются. Практика пустотности в системе «прорыва» ассоциируется с умом, потому что великая пустотность ньи́гмапы есть упор в учении на сам ум, на познание и на базисный ум.

Арьядэва в своем трактате «Светильник соединения практик», являющимся комментарием к пяти стадиям «Гухьясамаджа-тантры», которая есть главная Наивысшая йога-тантра школ нового перевода и особенно гелукпы, назвал третью из пяти стадий «ментальной уединенностью» – т. е. тем состоянием, в котором вы, не зная природу ума, не сможете освободиться от страдания<sup>16</sup>. Он ведь не сказал, что это вызвано незнанием природы личности или внешних проявлений.

В действительности нет различия между пустотностью ума и пустотностью личности или внешних проявлений, когда мы судим об этом в терминах простого прекращения присущего существованию, но поскольку Арьядэва объясняет тантру и стадию «ментальной уединенности» в системе Наивысшей йога-тантры, то он подчеркивает различия, которые

---

<sup>16</sup> Ученые различают Арьядеву-мадхьямика (3 в.) и Арьядеву тантрика (7–8 вв.), входящего в список сиддхов ваджраяны, хотя в тибетской традиции они слились в одно лицо. Автором названного трактата «Чарья-мелаяна- (согласно другим – меласака) прадипа» мог быть только второй поскольку «Гухьясамаджа-тантра» была составлена не раньше рубежа 4–5 в. – Прим. В. Андросова.

происходят на пути сознания, реализующего пустотность. Подобно Арьядеве, делающему упор на природе ума, так поступают и в практике «прорыва» ньигмапы, когда адепт медитирует на уме, понимая в качестве его свойства – отсутствие присущего существования.

В школе ньигмапы нет ясного и подробного толкования, является ли эта комбинация ума и пустотности утвердительным или неутвердительным отрицанием. Однако некоторые ученые школы называли эту комбинацию утвердительным отрицанием. По этой причине считается, что не могут согласиться и прийти к единству взглядов те, что придерживаются неутвердительного отрицания, и те, что придерживаются утвердительного отрицания. Однако этот спорный вопрос на самом деле более сложен.

Даже по пояснениям сутр о медитации известно о ее двух основных видах: m медитация на объективном аспекте, например, на невечности, и [2] медитация на различных типах субъективного, например, на совершенствующейся любви. Когда в ньигмапе мы медитируем на глубоком уме, то он сам уясняет глубинную природу ума и поддерживает ее по методам второго вида. Когда этот глубокий ум удостоверяется сам в себе, то он это и обнаруживает. Но прежде чем идентифицировать и соединиться с сущностью этого глубокого ума, адепт должен утвердиться уже в пустотности присущего существования ума посредством практики «прорыва», созерцая, откуда ум возникает, где он пребывает и куда он направляется.

Ум является тем, что постижимо как пустотность присущего существования. Хотя это может быть названо даже медитацией на утвердительном отрицании, но оно не сопоставимо с утвердительным отрицанием иллюзорного проявления, т. е. соединением проявления и пустотности, на которых медитируют на более грубых уровнях сознания в школе Среднего Пути. Скорее, такая медитация происходит на более тонких уровнях. Когда сближение с базисным умом усиливается, тогда рассудочнопонятийный комплекс постепенно исчезает, сознание становится все более и более тонким, а его ясный свет – очевидным.

Даже в школах нового перевода признается, что когда манифестируется ясный свет, тогда явлена и пустотность присущего существования. Согласно интерпретации ученого и адепта гелукпа Норзанг Гьяцо, когда материнский ясный свет<sup>17</sup> явится даже обычному человеку в момент смерти, то явится и пустотность, но она не утвердится. Когда умирает любое существо, даже клоп, то исчезает у него грубое дуалистическое восприятие. Неверно, что исчезает видимость присущего существования или условные проявления. Но исчезают более грубые обусловленные явления.

Таким образом сказано, что в момент ясного света смерти видится и пустотность, но, пока вы не стали высокопродвинутым йогиним, вы не сможете утвердиться в ней, потому что она видится не в силу исчезновения объекта отрицания – присущего существования. Однако когда ум определяет сам себя и делается это человеком, который уже утвердился в пустотности, тогда при уничтожении этим человеком дуалистического восприятия его ум, несомненно, станет единой, не различимой с пустотностью сущностью. Именно тогда полностью реализуется в пустоте прекращение дуалистической видимости.

В системе Великого совершенствования, когда йогин все более и более привыкает медитировать на соединении пустотности и видимости, что касается тонкого ума, т. е. видимой пустоты этого базисного ума – ума, понимающего пустотность присущего существования, – тогда постепенно проявления знаково-понятийной деятельности ослабевают в сфере базисного ума, позволяя обнаружиться очень тонкому ясному свету. Таким образом, очевидно, что все факторы вовлечены в совершенствование созерцания пустоты, которые предстают из текстов сутр и мантр школ нового перевода, и они все вмещаются в медитацию системы Великого совершенствования.

---

17 Материнский ясный свет есть ум ясного света самой смерти, а сыновий ясный свет есть то, что осуществляется посредством культивирования йогического пути. Опытный йогин может применить материнский ясный свет смерти для реализации пустотности присущего существования. Такое состояние называется встречей материнского и сыновнего ясных светов. – *Прим. Дж. Хопкинса.*

Таков путь абсолютной истины, базисного ума, так медитируют в соответствии с доктриной Великого совершенствования школы ньигмапы. В школах же нового перевода считается невозможным актуализировать фундаментальный ум одновременно с проявлениями шести действенных каналов сознания, а именно, воспринимаемого глазами, ушами, носом, языком, телом и мышлением. Нет необходимости сначала устранять все более грубые формы сознания, достаточно представить их недейственными, и только затем обнажится фундаментальный ум. Нельзя грубым и тонким уровням сознания функционировать одновременно при восприятии -объектов, при контакте с ними.

Однако в системе Великого совершенствования школы старого перевода вполне возможно встретиться с ясным светом без прекращения деятельности шести активных форм сознания. Даже когда возникают неблагоприятные эмоции при неожиданной встрече с объектом, которому мы ложно навязываем качества добра или зла, не взирая на его настоящую природу, тогда эти эмоции сами имеют сущность, состоящую из чистого сияния и знания.

Поскольку ум ясного света есть главная природа ума как сущности чистого сияния и знания, постольку главный фактор ясного света может быть идентифицирован даже среди грубого неблагоприятного сознания, например, охваченного желанием или ненавистью. Согласно Додруп-чену, факторы чистого сияния и знания наполняют собой все формы сознания и даже могут быть определены при возникновении сильной буйной страсти и без прекращения деятельности шести каналов сознания.

Аналогично, в «Калачакра-тантре» говорится о возможности порождения пустой формы – данности фундаментального ума – без актуализации самого этого ума. Поведано и о том, что ребенок, который ничего не знает о буддийских идеях, может в игре преуспеть в создании пустой формы. Поскольку пустота есть необходимая данность тонкого базисного ума, постольку нет нужды останавливать деятельность шести каналов воспринимающего сознания и проявлять этот самый тонкий ум, для того чтобы эта данность случилась.

Эти суждения похожи на положения доктрины Великого совершенствования, в которой идентификация фактора чистого сияния и знания не предполагает прекращения деятельности шести форм воспринимающего сознания и манифестации самого тонкого ума ясного света. Когда йогин, практикуя либо Великое совершенствование, либо «Калачакра-тантру», достигает высокого уровня мастерства, тогда шесть действенных сознаний останавливаются, и проявляется наитончайший ум, также как на Пути тайной мантры школ нового перевода. Различие состоит лишь в том, как начинать эту практику идентификации базисного ума. В соответствии с системой Великого совершенствования, нет нужды в этот период прекращать деятельность шести каналов воспринимающего сознания. Скорее, оставив более грубые сознания как они есть, йогин идентифицирует ясный свет.

Когда это уже сделано, нет необходимости намеренно истреблять представления о добре и зле. Неважно, какой тип представлений может возникнуть вместо этого, у него нет сил обмануть практикующего адепта, того, кто в состоянии остаться сосредоточенным на единственном факторе чистого сияния и знания. Тем самым условия порождения неподходящего ментального состояния, вызванного лжевоображением о феномене, сильно сокращаются, ибо знаково-понятийные проявления не могут реально начать действовать, постепенно уменьшаясь и ослабевая. Таким образом, доктрина Великого совершенствования учит уникальному способу видения, медитации и поведения тех, кто осведомлен в базисном уме и хорошо его идентифицирует.

Отсюда имеются следующие способы практики фундаментального ума в соответствии: [1] с толкованиями «Гухьясамаджа-тантры» в школах нового перевода; [2] с учением Калачакры о пустой форме и тому подобном; [3] с доктриной Великого совершенствования школы ньигмапы. Согласно школам нового перевода, практикуя Тайную мантру, в определенной высшей точке адепт приступает к занятиям особыми практиками, такими как использование сексуального партнера, охота за животными и т. д. Хотя легко объяснить цель применения партнера (когда сила желания становится средством пути и помогает вызвать

более тонкое сознание, реализующее пустотность), но охоту за животными не так-то просто разьяснить.

Такая необычная цель свойственна тем, кто знаком с фундаментальным умом, особенно его высокого уровня, на котором происходит великое совпадение усилий практиков. Там они выходят за пределы знаково-понятийной обусловленности. Для обладающих такой природой сознания ни одно из понятий не является только хорошим или плохим. Этот высокий уровень сознания способен применить ярость в духовном пути и с сострадательными побуждениями. Таким образом, основоположения этой практики в школах нового перевода одинаковы с оными в системе Великого совершенствования.

Эта важная объединяющая доктрина освещается совместно толкованиями взглядов в школах Срединного Пути, Гухьясамаджи, Калачакры, Материнских тантр, таких как Чакрасамвара, в учении Великого совершенствования, а также ключевыми интерпретациями Додруп-чена. Кроме того, непременно следует встретиться и посоветоваться с опытным ламой.

Обоснованием моих собственных поучений послужили знания весьма сведущего ученого и адепта ньягмапы Додруп-чена. Это особое существо было студентом Жамьян Кенце Вангпо (1820–1892), который сам явился инкарнацией царя Трисонг Децена и который был восхитительным ламой, свободным от предубеждений относительно воззрений ньягмапы, сакьяпы, кагьюпы и гелукпы. В свои 18–19 лет Додруп-чен уже был знатоком многих текстов Срединного Пути мадхьямаки, Совершенной мудрости, или Праджняпарамиты, Достоверного познания, или прамана-вады, и школ нового перевода, особенно их комментариев к «Калачакра-тантре» и «Гухьясамаджа-тантре». Помимо этого он владел учением Великого совершенствования – его собственной уникальной специальностью.

Ранее я уже отмечал, что в толковании Цонкапой скрытого значения первых сорока слогов введения к «Гухьясамаджа-тантре» приводится цитата из «Пяти стадий» («Панча-крама») Нагарджуны<sup>18</sup>: «Все подобно медитативно равновесному созерцанию (шаматха) иллюзии». Цитируя это, Цонкапа устанавливает, что все окружающее и существа суть забавы чистого ветра и ума.

Обнаружив след столь глубокой доктрины, я взял его суждение в качестве основы и разработал несколько соответствующих учений. Чтение Додруп-чена давало такой эффект, как будто он гладил мою голову при посвящении и оказывал мне доверие в том, чтобы мое прозрение не было беспочвенным. Однако я не смог утвердить определенное знание; это лишь мое мнение о том, каким оно должно быть. Каждому необходимо стать искусным в школе Срединного Пути, в «Гухьясамаджа-тантре» и «Калачакра-тантре», а также исследовать трактат Додруп-чена «Главное значение книги „Тайная сущность тантры“».

Очевидно, что умозаключений эпистемологов (праманика)<sup>19</sup> и последователей школы Срединного Пути (мадхьямака) недостаточно для того, чтобы объяснить процедуры высших уровней практики в Тайной мантре, будь то в школах старой или новой традиций перевода. Например, в системе Гухьясамаджа определенные формы постулируются в качестве путей<sup>20</sup>, а возвышенная мудрость действенного ясного света четвертой стадии (заклчительной

---

18 Этот труд был создан, скорее всего, Нагарджуной-тантриком, жившим примерно в 7–8 вв. и входившим в состав «совершенных» (сиддха) ваджраяны. – Примеч. В. Андросова.

19 Праманиками прежде всего являются последователи Дигнаги и Дхармакирти, а также саутрантики и виджнянавадины, применяющие выводное знание. Они могут быть названы эпистемологами из-за их интереса к достоверному познанию (прамана). Их наименование произошло от термина прамана. – Прим. Дж. Хопкинса.

20 В системе сутр Пути – это сознания, которые, возникая в ментальной последовательности, ведут адепта к более высокому состоянию. Однако правильная речь, будучи формой в некоторых системах, также считается Путем. Поэтому в Гухьясамадже само иллюзорное тело рассматривается как третья из пяти стадий заклчительной ступени совершенствования. Это и есть Путь. Однако нет ни одной системы сутр, в которой тело считалось бы Путем. – Прим. Дж. Хопкинса.



ступени совершенствования) может немедленно подействовать как противоядие и искусственным, и врожденным неблагоприятным препонам сознания<sup>21</sup>.

Такие моменты практики нельзя пояснить, не зная о более тонких ветрах и сознаниях, восходящих с помощью ветров, как то описано в Наивысшей йога-тантре. Понятийно-технических возможностей школ прамана и мадхьямака для этих целей недостаточно. Аналогично, даже в школах нового перевода тем, кто единственно изучает Гухьясамаджу, трудно поверить в структуру каналов и ветров, предлагаемую системой Калачакра. Им трудно поверить в возможность установить, благодаря этой структуре, пустую форму, служащую причиной порождения превосходного непреложного блаженства, в котором 21600 материальных факторов поглощаются 21600 белыми и красными сущностными каплями, способствующими также преодолению 21600 скрытых выделений. В результате наступает осуществление буддства.

Только благодаря убедительным объяснениям сведущего и опытного ламы, что такой путь является достоверным и изложенным в некоторых тантрах, и что посредством него происходят определенные реализации, лицо, которое сможет придерживаться такого обучения иной системе, в конце концов, примет ее.

Точно также путь Великого совершенствования, представленный различными методиками, как например, в труде Логченпа «Сокровища Верховной колесницы» (1308–1363), отличается от малых путей, предлагаемых школами нового перевода. Поскольку эти представления преподаются лицам различных типов сознания, и поскольку все они основываются на главном буддийском учении двух истин, постольку их расхождения носят лишь частный характер. Таким образом определенное изложение нельзя считать ложным только из-за несоответствия его тому, к которому кто-то привык.

Поэтому в силу различия в телах йогини, структура каналов и порядок возникновения видений, обусловленный каналами, объясняются по-разному в системах Гухьясамаджи, Калачакры и Великого совершенствования. К примеру, в Гухьясамадже насчитывается 32 лепестка, или спицы, в средоточии (чакра) каналов у макушки головы и 16 – в горле, в то время как в Калачакре наоборот. В Гухьясамадже на стадиях смерти мираж появляется до дыма, а в Калачакре он является иначе. В Гухьясамадже имеется всего 8 знаков, а в Калачакре – 10. Подобные расхождения имеют место и при описании системы Великого совершенствования.

Многочисленные тантрические учения сообщают, каковы лишь различные техники манифестации фундаментального ума ясного света. В Гухьясамадже – это йога внутренних ветров (или потоков энергии). В Чакрасамваре – это порождение четырех блаженств. В Хеваджре делается упор на внутреннем жаре, называемом «свирепой женщиной» (чандали). Калачакра вовлекает в практику сосредоточения на пустой форме.

Отличительной чертой системы Великого совершенствования является возможность йогина вызывать видения фундаментального ума ясного света не с помощью раздумий и тому подобного, а только посредством поддержания состояния сознания вне знаков и понятий, но в сочетании с различными внешними и внутренними условиями. В школе кагьюпа есть похожая практика Великой печати (махамудра).

В системе Великого совершенствования один из примеров идентификации ясного света таков. Когда некто слышит шум, то между моментом его восприятия и моментом понимания того, что это такое, ум лишен каких бы то ни было понятий или представлений. Тем не менее это не похоже на состояния сна или медитативного равновесия, в котором объект есть отражение той сущности чистого сияния и знания. Но в том состоянии как раз идентифицируется основополагающая сущность ума.

---

21 В системе сутр Великой колесницы, называемой также Колесницей совершенствования, бодхисаттва преодолевает врожденные неблагоприятные препоны, такие как привычное представление о присутствии существования феноменов, а также другие неблагоприятные состояния, вызванные этим представлением. Но бодхисаттва преодолевает их за период, равный бесчисленным большим зонам (кальпам). В Наивысшей йога-тантре они преодолеваются за одно мгновение реализации пустотности очень тонким умом ясного света. Это возможно благодаря потрясающей силе. – *Прим. Дж. Хопкинса.*

Таким практическим философским занятиям учат в школах нового перевода, которые часто твердят определение сознания – «то есть сияние и знание», которое нужно идентифицировать в опыте. Это совсем не просто – изрекать дефиниции, классификации и иллюстрации, для этого необходим настоящий опыт. В этом отношении система Великого совершенствования чрезвычайно значима. Она вводит адепта в действительную сущность чистого сияния и знания.

В учениях Великого совершенствования говорится, что никто не просветлеет посредством составного ума. Более того, базисный ум должен быть идентифицирован, после чего все феномены понимаются в качестве забав этого ума. При такой практике нет нужды твердить мантру, повторять тексты и т. д., потому что адепт имеет нечто большее. Другие же практики выдуманые. Они требуют напряжения, в то время как при идентификации базисного ума и поддержании данной практики все происходит спонтанно и без напряжения. Практики, требующие напряженных усилий, осуществляются умом, а непреднамеренные практики без напряжения претворяются базисным умом.

Для того чтобы осуществить последнее, отнюдь не достаточно лишь читать книги. Нужно пройти полностью подготовительную практику системы ньигмапа, и кроме того необходимо специальное обучение у опытного мастера ньигмапы, а также его благословение. Ученик еще должен накопить большие заслуги в добродетельности. Сам великий Джигме Линпа (1729–1798) провел три года и три фазы луны<sup>22</sup> в уединении, занимаясь с громадным усилием, прежде чем ему открылась сфера базисного ума. Это не дается легко.

Додруп-чен тоже работал очень тяжело. В своих сочинениях он подчеркивает, что занимающийся этой непреднамеренной практикой без напряжения должен много трудиться над всеми подготовительными практиками, и с базисным умом он должен быть ознакомлен ламой, обладающим настоящим опытом. Этому практиканту необходимо медитировать, строго сосредоточившись на одном и при условии абсолютного отречения от этой жизни. Додруп-чен полагает, что только так может быть идентифицирована сфера базисного ума – и никак иначе.

Однако некоторые люди ошибочно трактуют эту доктрину и не считают нужным повторять мантру, медитировать на божестве и т. д., а думают, что Великого совершенствования очень легко достичь. Это вовсе не так. Его обрести совсем не просто. Те, кто не знают воззрений школы Срединного пути и не сведущи в вызывании альтруистического намерения стать просветленным, будут не в состоянии найти Великое совершенствование. Если же названные условия будут соблюдены, тогда может быть достигнут великий прогресс.

В результате такой полной практики мы обретем единение двух тел Будды – тела истины и тела формы. В соответствии с системой Гухьясамаджа, это достигается посредством практики единения иллюзорно обусловленного тела и абсолютно ясного света. По системе Калачакра того же самого добиваются соединением пустой формы и неизменного блаженства. Согласно доктрине Великого совершенствования, это приходит через объединение точки зрения и медитации, или прорыва и прыжка<sup>23</sup>. Сущность всех этих путей сводится к фундаментальному врожденному уму ясного света. Даже сутры, служащие основанием комментария Майтреи «Величественная целостность Великой колесницы» («Уттаратантра»), покоятся на таком же фундаментальном уме – опоре их положений в дискуссиях о природе Будды или сущности Шествующего просто так (татхагатагарбха), хотя полностью их практика не описывается подробно, как то делают системы Наивысшей йога-тантры.

---

<sup>22</sup> Фаза луны соответствует либо убыванию, либо прибыванию. Таким образом названный срок равняется трем годам и полутора месяцам. Многие ошибались, принимая этот период за три года и три месяца. – Прим. Дж. Хопкинса.

<sup>23</sup> Прыжок означает способ продвижения по пути, т. е. спонтанные позитивные факторы ума. – Прим. Дж. Хопкинса.

При сопоставлении различные системы совпадают именно в этой точке. Если мы стремимся преодолеть сектантство, то найдем и поймем многое глубоко, видя, как эти школы приходят к единому основополагающему сознанию.