

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке
<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

Махамудра. Александр Берзин.
лекция в Boise Idaho, 26 апреля 2003г.

Сегодня вечером меня попросили поговорить о махамудре и об обычной (conventional) природе ума. Сложно говорить об обычной природе ума, не затрагивая глубинную его природу, поскольку они нераздельно связаны. Мы говорим о двух различных фактах, которые истинны, когда мы говорим об обычной и глубинной природах или истинах чего-то. Мы называем обычной или относительной природой то, чем что-то является, а глубинной природой - то, каким именно образом оно существует. И когда мы говорим об уме, то, в самых общих словах (мы рассмотрим это более детально позднее), это индивидуальная субъективная умственная деятельность (mental activity) по переживанию (experiencing) вещей. Я повторю это: индивидуальная субъективная умственная деятельность по переживанию вещей. Мы не говорим о какой-то вещи, о чем-нибудь вроде инструмента в наших головах, называемого умом, но в действительности мы говорим об активности, умственной деятельности. И она индивидуальна, с буддийской точки зрения, и она субъективна. И в чем заключается эта деятельность, в самых общих словах? Это переживание вещей, восприятие объектов, восприятие содержимого. Махамудра говорит о том, что такая умственная деятельность и каким образом она существует. Есть те две ее природы, и слово "махамудра" означает "великая печать". "Маха" означает "великая" и всесторонняя, исчерпывающая в том смысле, что ум, умственная деятельность охватывает все явления, ее объекты. Что-то, что совершенно всепроникающе в том смысле, что с буддийской точки зрения все определяется в понятиях того, чтобы быть познанным. Что существует, может быть достоверно познано, что не существует, может быть недостоверно познано, поэтому все определяется в понятиях объекта умственной деятельности. И "маха" подтверждает это в терминах того, чтобы быть обширным и всесторонним, а слово "мудра" означает "печать", подобно восковой печати, которая подтверждает достоверность чего-либо. Когда в древние времена подписывали письмо, у них была такая печать, которую использовали в качестве подписи, чтобы подтвердить факт того, что это письмо действительно написал данный человек. И здесь эти две природы - обычная и глубинная природы - являются печатью для всех моментов умственной деятельности всех чувствующих существ. Они подтверждают факт того, что это умственная деятельность, это ум. Это не что-то присущее объекту с его собственной стороны, делающее его умственной деятельностью, но это, в широчайшем смысле, просто природа того, чем вещи являются, и как они существуют, выражаясь в терминах ума и умственной деятельности. Итак, это махамудра. Это одно из объяснений, существуют тонны объяснений того, что этот термин действительно обозначает. Итак, мы находим практику и медитацию махамудры во многих школах тибетского буддизма. Мы находим ее в линиях кагью, мы находим ее в линии сакья, и также в линии гелуг, там она называется линия махамудры гелуг/кагью, потому что она комбинирует определенный подход, в основном подход шаматхи в достижении сосредоточения на обычной природе ума, который мы находим в представлении кагью, с типично гелугповским анализом пустотности, являющейся глубинной природой ума. Поэтому она называется традиция гелуг/кагью. И в этой традиции есть множество цитат и ссылок на предыдущих мастеров кагью.

И если мы посмотрим, в чем же различия этих разных традиций махамудры, то прежде всего мы должны сказать о разных уровнях умственной деятельности. У нас у всех есть несколько уровней умственной деятельности. Есть самый грубый уровень умственной деятельности, являющийся нашим чувственным восприятием вещей. Т.е. видение вещей, слышание, чувствование запаха, вкуса, физические ощущения - все это самый грубый уровень умственной деятельности, и это неконцептуальный уровень - он не происходит посредством идей, концепций. Затем, есть тонкий уровень умственной деятельности, и это наши обычные уровни умственной деятельности. В отношении чувственной активности к тонкому уровню относятся оба типа - концептуальный и неконцептуальный. И концептуальным будет мышление, если мы рассматриваем его в самых общих понятиях, видение как грубый уровень и мышление как тонкий уровень. Но у нас есть также и неконцептуальные моменты умственного познания. Это, например, когда мы переживаем чувственные объекты в виде очень-очень тонких чувственных объектов, другими словами, то, что кажется видением образов или слышанием голосов или ощущением запаха или вкуса или какими-то физическими ощущениями, все это неконцептуальные формы умственного познания. Конечно, сны не являются исключительно неконцептуальными, потому что мы можем также думать во сне, концептуально.

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org

Но то, что кажется чем-то вроде чувственного восприятия во сне, это неконцептуальное умственное познание. И это тонкий уровень, и на самом деле есть разные уровни концептуального познания, но об этом в другой раз. Затем, есть тончайший уровень, и тончайший уровень умственной деятельности также известен как уровень ясного света умственной деятельности. И это уровень, который просто обеспечивает непрерывность от момента к моменту в ментальном континууме, и он на самом деле также продолжается в момент смерти, когда другие более грубые уровни познания отсутствуют или растворены, более не присутствуют. И он также продолжается и при просветлении, у будды есть только этот уровень ясного света тончайшей умственной деятельности, у будды нет более грубых уровней. У будды нет того, о чем мы говорили вчера, - совокупностей (скандх), ограниченного тела, ограниченного ума, поэтому сам уровень ясного света не ограничен в том смысле, что он не создает видимости истинного существования, не хватается за истинное существование и т.д. Кстати, для тех, кому может быть интересно, ригпа, чистая осознанность, о котором говорится в традиции дзогчен, - это уровень ясного света, когда его рассматривают с точки зрения совершенной незагрязненности, т.е. без привычек к цеплянию за истинное существование. Если мы говорим об уровне ясного света в общих чертах, он может иметь эти привычки или не иметь эти привычки, поэтому есть разница между этими двумя. В любом случае, аналогия, которую я часто использую, чтобы помочь понять, что мы имеем в виду под этим уровнем ясного света, - это аналогия с радио. Уровень ясного света - это просто уровень включенности радио. А более грубые уровни - это на какую станцию оно настроено, и какова громкость. И, не взирая на то, на какую станцию оно настроено, подобно тому, какое перерождение мы имеем, и какая установлена громкость, есть еще всегда более глубокий уровень, обеспечивающий непрерывность, - это уровень того, что радио включено. Такая вот, возможно, немножко полезная аналогия для понимания того, что мы имеем в виду под уровнем ясного света умственной деятельности. Опять, если я достаточно внимателен, чтобы придерживаться терминов умственной деятельности, а не ума, это потому что мы не говорим о какой-либо вещи, мы говорим об уровне именно умственной деятельности. Теперь, если мы посмотрим на природу умственной деятельности, обычную и глубинную природы, что это и как оно существует, то это правда, вне зависимости от того, о каком уровне умственной деятельности мы говорим, обычная и глубинная природы умственной деятельности одни и те же для всех уровней - видения, думания и ясного света.

Кроме того, у нас есть две традиции махамудры. У нас есть традиция сутры и традиция тантры, которая относится к высшему классу тантры, аннутарайогатантре. И когда мы работаем с махамудрой уровня сутры, то мы стараемся распознать, сфокусироваться и понять более грубые уровни умственной деятельности, видение и думание, кратко говоря. В то же время, когда мы работаем с махамудрой уровня аннутарайогатантры, мы стараемся работать с двумя уровнями, точнее, двумя природами умственной деятельности ясного света. Потому что это исключительно область аннутарайогатантры, это единственный аспект буддийского учения, который говорит об уме ясного света, и который предоставляет методы для доступа к нему. Итак, у нас есть сутра и тантра махамудры, и традиции кагью и гелуг/кагью представляют оба уровня махамудры - сутры и тантры, в то время как традиция сакья говорит лишь об уровне тантры, они не говорят об уровне сутры махамудры. Это потому что, согласно традиции сакья, когда у вас есть неконцептуальное познание пустотности, то просто за счет силы того, что это неконцептуальное познание пустотности, оно уже на уровне ясного света умственной деятельности. Итак, это исключительное утверждение школы сакья, у них есть только уровень тантры махамудры. Другое отличие в подходе к распознаванию и фокусированию на обычной природе умственной деятельности. В традиции кагью в основном просто успокаиваются, если вы достаточно глубоко успокоились, то можете получить доступ и распознать эти природы умственной деятельности. В то время, как в традициях гелуг и сакья это более активный процесс изучения определений и затем попыток сфокусироваться и распознать в понятиях этих определений, а не просто успокоение и исследование.

Итак, давайте поговорим в целом о махамудре в понятиях подхода к пустотности, который мы используем для фокусирования на глубинной природе умственной деятельности, обычно это подход школы гелуг. Существуют различные способы медитации на пустотности в каждой из тибетских традиций, мы поговорим о них в пятницу. Я всегда нахожу полезным стараться понять любую тему, рассматриваемую в буддизме, в терминах четырех благородных истин, потому что, в конце концов, это основная структура, в которой будда

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
впервые представил свое учение, и все в действительности хорошо ложится в этот контекст. Итак, благородные истины - это факты жизни, которые арья видит как истины. Арья - это тот, кто имеет неконцептуальное познание пустотности, также иногда переводится как "высокореализованное существо". Итак, арья увидит их как истины. Первая благородная истина - это истина о страдании, о проблемах. И она, как мы видели вчера, относится к пяти составным факторам нашего опыта, как пример того, что проблематично, и она проблематична своими взлетами и падениями. В частности, в терминах совокупности ощущения, мы всегда испытываем какой-то уровень чувства счастья или несчастья. И несчастье или неудовольствие и боль, которые мы испытываем время от времени - это то, что называется страданием. Страдание болезненно, неприятно. Есть обычный тип счастья, которое мы испытываем, и оно называется страданием перемен. Проблема с ним в том, что обычное счастье, которое у нас есть, не длится долго, оно не устраниет все наши проблемы и сложности, и у нас нет какой бы то ни было уверенности в том, как будем себя чувствовать в следующий момент. Будем ли мы все еще счастливы или не будем счастливы, вот что довольно ужасно в этом типе сансарического счастья, страдания перемен. И потом, оно может быть приятно, когда оно продолжается, но оно проблематично, не идеально. Затем, есть всепроникающее страдание, состоящее в самом факте того, что у нас есть эти составные факторы и эти составные факторы находятся под влиянием кармы и т.д. И переживание этих составных факторов просто по природе всегда колеблется вверх и вниз, это сансара. Это колебание вверх и вниз сансары всегда очень важно принимать серьезно, потому что это сильно влияет на наш опыт в медитации и наш опыт на пути. Когда мы медитируем и продвигаемся на пути, это никогда не бывает линейным, никогда не становится все время лучше и лучше. Никогда! Что происходит, это то, что все движется вверх и вниз, и будет продолжать двигаться вверх и вниз, пока мы не освободимся от сансары, не станем архатом. Это важное достижение. И всю дорогу туда у нас будут периоды, когда нам не будет хотеться медитировать, и будут периоды, когда наши беспокоящие эмоции больше, и периоды, когда они меньше. Все время будет колебание вверх и вниз. Это природа сансары. Не думайте только в понятиях колебания вверх и вниз в плане перерождения, различных миров, но все колеблется вверх и вниз от момента к моменту. И то, где мы больше всего это видим, это совокупность ощущений. Счастье, несчастье, удовольствие, боль, нейтральное. Итак, это первая благородная истина, истина страдания. Вторая благородная истина - это истина причины. Истинная причина страдания - это, в своей основе, карма. Карма - это импульсы, которые происходят от наших прошлых действий. Эти импульсы возникают, и мы хотим что-то сделать или не хотим что-то сделать, мы реагируем на них. Они также создают ощущение счастья или несчастья. И у нас не много контроля, фактически, у нас совсем нет контроля над тем, что созревает, в терминах кармы. И все виды сансарического опыта созревают или происходят от кармы, мы движемся вверх и вниз, и беспокоящие эмоции также являются истинными причинами этого. Здесь мы в первую очередь говорим о цеплянии за истинное существование, присущее существование. Нужно рассмотреть это поближе. На самом деле, то, что активизирует карму, это двойной процесс. Есть умственная деятельность, которая в каждый момент создает видимости присущего существования. Итак, ваша умственная деятельность, ваши умы постоянно заставляют вещи казаться истинно существующими, или присуще существующими, как если бы было что-то на стороне объекта, делающее его тем, чем он является. Вроде этого человека, который едет на машине позади меня и дико сигнализирует, пытаясь обогнать меня, и мне кажется, что этот человек - идиот. Так возникает эта видимость, умственная деятельность создает видимость идиота. И он не только идиот, потому что условно этот человек может быть идиотом, не только я заставляю этого человека казаться идиотом, но она (эта умственная деятельность) заставляет его казаться идиотом по своему существу, присущему. Другими словами, что-то должно быть не так с этим человеком, с его собственной стороны, что делает его идиотом, сопляком, который так ужасно водит машину, и таким козлом на дороге. Это то, каким все кажется и чувствуется. Итак, есть создание видимости истинного существования. И затем, есть цепляние за истинное существование, которое, в своей основе, есть вера в него. Я верю, что это действительно идиот, пытающийся обогнать меня на машине. Вот что активизирует карму. Это важно понять, если хотите понять, как избавиться от кармы. В основном, от кармы избавляешься путем избавления от того, что ее активизирует. Если то, что ее активизирует, исчезло, если есть истинное прекращение этого, так что оно никогда больше не вернется, то избавляешься от кармы. Потому что больше ничего активизировать, все закончено. Вот, как избавляешься от кармы, как очищаешь карму, как понимание пустотности очищает карму. Итак, у нас тут есть создание видимости истинного существования и цепляние за истинное

существование в каждом моменте умственной деятельности. И из-за этого активизируется карма в каждый момент нашей умственной деятельности. Поэтому из момента в момент активизируется чувство счастья, это неудовлетворительное ощущение счастья, или ощущение несчастья. Созревают много других вещей, но счастье/несчастье - это то, что созревает все время. И никогда не знаешь, что заставляет созревать что. Очевидно, какая-то конструктивная карма, позитивная карма созревает в ощущение счастья, а негативная карма созревает в чувство несчастья, но обе негативная и позитивная кармы созревают за счет создания видимости истинного существования и цепляния за истинное существование. Создание видимости - это базис для цепляния, которое активизирует карму. Они здесь взаимосвязаны. И это истинная причина проблем. Итак, мы хотим достичь их истинного прекращения, что есть третья благородная истина. Истинное прекращение этого постоянного колебания вверх и вниз наших совокупностей. И его истинное прекращение может быть достигнуто, только если будет достигнуто истинное прекращение его причин, прекращение кармы. Мы сможем ее прекратить, если остановим то, что активизирует карму - цепляние за истинное существование. И если мы хотим достичь истинного прекращения, чтобы они никогда больше не вернулись, нам нужно понимание пустотности, неконцептуальное.

Теперь, если мы посмотрим поближе на то, что мы подразумеваем под истинным прекращением и на природу умственной деятельности, то увидим следующее. Что мы обнаружим, это то, что первые две благородные истины есть то, что мы назовем временными загрязнениями. Это загрязнения умственной деятельности, которые временны. Мы рассмотрим чуть позднее более подробно, что означает временные. Они не являются природой умственной деятельности, они могут быть удалены. И если они не являются природой умственной деятельности, то что же они? Они - содержимое (content) умственной деятельности. Составные факторы и их причины - содержимое умственной деятельности, они не то, чем умственная деятельность является, и не то, как умственная деятельность существует. Мы говорим о типе умственной деятельности и объектах умственной деятельности. И здесь я использую слово "содержимое", чтобы сослаться на оба - на объект умственной деятельности и на тип умственной деятельности, потому что у нас нет удобного слова, которое охватывало бы и то, и другое. Итак, они временны. И это то, истинного прекращения чего мы хотим добиться. Мы не добиваемся истинного прекращения обычной и глубинной природы умственной деятельности, мы добиваемся истинного прекращения определенного типа содержимого умственной деятельности.

Теперь давайте посмотрим, что мы имеем в виду под обычной природой умственной деятельности. Как я говорил, мы не говорим об уме, как о каком-либо объекте в наших головах, или инструменте, который производит умственную деятельность, но мы говорим о самой умственной деятельности. И она индивидуальна. У нас нет какого-либо неразделимого универсального типа умственной деятельности или сознания в буддизме. Она очень индивидуальна, и у каждого человека есть свой континuum индивидуальных моментов. Мое видение не превращается в ваше видение в качестве своего следующего момента в цепочке. И она (умственная деятельность) субъективна. Если я ем, вы не ощущаете того, что ощущаю я. Итак, это умственная деятельность, иногда я использую слово "переживание", "испытывание" (experiencing) в качестве более общего слова для нее, но это тоже не слишком правильно, потому что переживание тут не означает приобретение опыта, это не переживание в таком смысле. Но просто познание вещей, некоторый тип умственной деятельности. И определение обычной природы умственной деятельности дается в трех словах. Их порядок в английском такой: просто (в смысле только) ясность и осознанность. Очень, очень обманчивый перевод. Очень важно понять, что мы имеем в виду под этими терминами, в противном случае мы очень сильно собьемся с пути во время медитации махамудры. Итак, давайте посмотрим на них в том порядке, в котором они идут в тибетском языке: ясность, осознанность и слово "просто" идет последним. Ясность и осознанность - это аспекты умственной деятельности, мы не говорим ни о какой вещи или качестве, которое подразумевает английское слово "ясность". И, если мы можем немного поиграть со словом "ясный", мы говорим здесь о прояснении чего-то, о том, чтобы что-то было ясно, понятно. Прояснение чего-то, пожалуй, более точное выражение. Также, слово "ясно" здесь не слишком хорошо, потому что оно не означает "в фокусе", как это делает английское слово, оно не означает "светлый" или чего-либо подобного. Мы определенно не говорим о какой-либо лампочке, которая освещает вещи и делает их светлыми, ясно видимыми, но скорее оно означает создание познавательных видимостей, или, короче, создание видимостей. Что означает создание познавательных

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
видимостей, образов? Мы говорили об этом немного вчера. Когда мы видим что-то, есть сам объект, не связанный с нашим ментальным континуумом. Скажем, эта чашка. Но что действительно происходит, с западной точки зрения, это всевозможные процессы с палочками и колбочками в глазу. Буддизм не выражается такими терминами, но он говорит о чувстве, познавательном чувстве, вовлеченном в этот процесс. И умственная деятельность создает познавательный аспект, который походит на эту вещь, использующийся затем для ее познания, восприятия. И это похоже на что-то вроде внутренней голограммы. Вообще, это довольно интересно, потому что в действительности все, что вы видите, это форма и цвет. Вы видите цвет в какой-то форме передо мной. Но умственная деятельность делает их не только формой и цветом, но превратит их в чашку в качестве общего чувственного объекта, являющегося объектом не только зрения, но и физических ощущений. Сматря на чашку, я могу держать ее в руке, и это будет также голограмма чашки на уровне познания. Итак, мы создаем умственную голограмму, это и есть познавательная видимость, образ. Это один аспект умственной деятельности. И второй аспект... Тут мы должны быть осторожными со словами первый и второй. Они не происходят по очереди, они происходят одновременно, и не просто происходят одновременно, но они есть описания одной и той же деятельности с двух разных точек зрения. Второй аспект обычно переводится как осознанность. Так же, как ясность означает аспект умственной деятельности по созданию видимостей, созданию образов, не важно в фокусе этот образ или размыт, так же осознанность означает деятельность по умственному познанию чего-либо, осознание чего-либо в смысле самого действия. И это познание может быть любым познанием чего-то - видение, слышание, думание, ощущение запаха. У нас есть первичные сознания для каждого канала, имеющего дело с чувственной природой этого объекта, этого образа. И, конечно, они могут быть определены с помощью ментальных факторов: приятие, неприятие, знание что это, понимание, непонимание.. В английском языке слово "осознавать" имеет дополнительный смысл того, что мы знаем что это, мы осознаем, но тут этот смысл не вкладывается. Итак, это два способа описания одного и того же момента умственной деятельности, одного события, где есть создание видимости и ее познание. И это подобно мышлению, думанию о чем-то. Если мы используем пример с мышлением, то это не так, что сначала мысль появляется, а потом ее думаешь. Но эти два аспекта описывают одну и ту же вещь. Потому что возникновение мысли и думание ее - это одно и то же. Возникновение умственного видения и само видение - это одно и то же. Это не так, что сначала оно появляется, а потом это видишь или, может быть, выбираешь не видеть, это не так. Итак, мы говорим об одной деятельности с двух разных точек зрения. Затем идет слово "просто". И слово "просто" означает, что это все, что тут есть. В терминах этой умственной деятельности, нет никакого истинно существующего меня, который заставляет это происходить, контролирует это или наблюдает это. Отделен от этого и наблюдает это. И нет никакого самосущего ума, который это делает, производит эту умственную деятельность, заставляет ее происходить. Конечно, у нее есть физическая основа, но это другой способ описания. Она появляется в высшем классе тантры, когда мы говорим о тончайшей энергии. Тончайшая энергия - это более тонкий уровень этой умственной деятельности, описываемый с точки зрения энергии. И затем, есть также более грубые уровни энергии, задействованные при концептуальном мышлении, беспокоящих эмоциях, восприятии и т.д. Это другой способ описания все того же явления - умственной деятельности. И, конечно, умственная деятельность и энергия не идентичны, они "одни по природе", тоже ужасный перевод. Два объекта имеют одну сущностную природу - это значит, что мы говорим об одном и том же явлении с разных точек зрения. Подобно двум истинам, когда говорим об одном явлении, любом явлении с двух точек зрения: что это и каким образом оно существует. Итак, конечно, есть физическая основа, и эта основа поддерживается более грубой физической основой, такой как тело, органы чувств и т.д. Но когда мы говорим в терминах самой умственной деятельности, то это не так, что есть какая-то отдельная сущность, истинно существующая, называемая умом, и это инструмент, который истинно существующее "я" использует для мышления. Как в фразах "я использую свой ум и постараюсь выяснить", "я применю свой ум в этой задаче" или "я схожу с ума". Подобные выражения вводят в заблуждение. Чувствуется, что это так (как в этих фразах), но на самом деле это не так. Итак, это обычная природа. Просто ясность и осознанность. Создание видимостей и познание видимостей, происходящие без какого-либо самосущего "я" или самосущего ума, заставляющие их происходить.

Вопрос из зала про зеркало (mirror).

Ответ: Зеркало? Речь идет о слове просто (mere), я не говорю зеркало

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
(mirror). Простите за мой акцент. Ясность и осознанность, это просто создание познавательных образов и познание чего-то, всегда с объектом [познания]. OK?

Итак, это обычная природа. И каждый из этих аспектов, определяющих характеристики, может иметь нечистую и чистую стороны. Для создания видимостей нечистая сторона может быть созданием истинного существования, а для познания - цеплянием за истинное существование. Т. е. это относится к содержимому, какого рода это умственная деятельность, какого рода это создание видимостей, и какого рода это познание этих видимостей. Именно содержимое является нечистой стороной. И что действительно очень важно понять, это то, что эта нечистая сторона не относится к самой природе, самой обычной природе. И нечистая сторона аспекта "только" здесь - это истинно существующее "я", производящее умственную деятельность, отдельное от нее, заставляющее ее происходить. А ведь это "я" даже не существует. В то время как создание видимости истинного существования и цепляние за истинное существование существуют, они происходят. Но все это содержимое не затрагивает действительную природу того, чем это является, что происходит. Итак, это нечистая сторона. А чистая сторона - это создание видимости полного отсутствия истинного существования или создание видимости того, что еще называют чистой видимостью, т.е. видимости неистинного существования, здесь я использую понятие школы гелуг, или зависимого происхождения. С точки зрения гелуг, для этого создания видимости отсутствия истинного существования, или видимости зависимого происхождения, создания чистых видимостей, его чистым познанием будет неконцептуальное познание пустотности. Как противоположность к цеплянию за истинное существование. Это неконцептуальное познание отсутствия истинного существования, ведь такой вещи на самом деле нет, нет такого способа существования. Теперь, если мы посмотрим с позиции сутры в терминах познания на того, кто достиг такого видения, но до того, как он стал буддой, в это время неконцептуальное познание пустотности существует с более грубыми уровнями ума, в этот момент все, что он может иметь, это создание видимостей отсутствия истинного существования и познание пустотности. И это чистая сторона умственной деятельности, конечно же, без какого-либо самосущего "я" или самосущего ума, производящего ее, что, правда, и так всегда выполнено. Если мы остаемся на уровне сутры, то только будда может иметь одновременно видимость отсутствия истинного существования и видимость зависимого происхождения, обе истины одновременно. Если же мы говорим в терминах аннтарайогатантры, то умственная деятельность ясного света может иметь одновременно обе истины еще до достижения состояния будды. Это еще одно из больших преимуществ доступа к умственной деятельности ясного света. Уже на уровне арьи с неконцептуальным постижением пустотности можно иметь две истины одновременно, познавать одновременно. Итак, есть создание видимости отсутствия истинного существования, создание видимости неистинного существования, зависимого происхождения, и умственная деятельность по неконцептуальному познанию пустотности. Это чистая сторона.

Вопрос: Когда у нас есть познание пустотности, отсутствия истинного существования, и зависимо возникающих явлений, может ли что-нибудь происходить концептуально в это время?

Ответ: Нет. Если это неконцептуальное познание пустотности, каждый второй момент нашего существования есть создание видимости истинного существования, каждый второй момент. И с концептуальным познанием это цепляние за истинное существование проявляется. Поэтому вы определенно не можете иметь концептуальных мыслей. Пока не станете буддой, у вас никогда не будет создания видимости зависимого происхождения, никогда. Это потому что нельзя иметь одновременно создание видимости истинного существования и создание видимости зависимого существования. Они взаимоисключающи. У вас не может быть создания видимости истинного существования и создания видимости неистинного существования одновременно - это либо одно, либо другое. И с более грубыми уровнями ума, нашим обычным ментальным сознанием, познанием, все, что оно может делать, это создавать видимость истинного существования, оно не может создавать видимость неистинного существования, только уровень ясного света способен на это.

Это часто переводят, как постмедитационный период, ужасный перевод, потому что вы все еще медитируете. Это ваша реализация, являющаяся результатом полной сосредоточенности на пустотности. Итак, в любой ситуации, практикуем ли мы сутру или тантру, есть создание видимости истинного существования, уже без познания ясного света. Мы понимаем, что эта видимость истинного

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org

существования подобна иллюзии, но все равно она есть. Мы более не обманываемся ею, но видимость истинного существования все еще есть. И что здесь существенно, это то, что в обоих - чистой и нечистой - ситуациях природа умственной деятельности одна и та же. Когда мы достигаем истинного прекращения нечистой стороны, истинного прекращения первых двух благородных истин: создания видимости составных факторов нашего опыта и цепляния за нее (это первая благородная истина), а также цепляние за истинное существование (это вторая благородная истина), и когда вы избавляетесь от этих двух так, что они больше не вернутся, тогда вы достигаете их истинного прекращения. Вы не достигаете истинного прекращения всех этих вещей просто за счет неконцептуального познания пустотности, это только избавляет от одного из уровней. Какого из уровней - это зависит от того, практикуем ли мы сутру или аннтарайогатантру. На уровне сутры мы избавляемся от концептуально основанных беспокоящих эмоций. Когда вы сначала становитесь арьей, но у вас все еще есть автоматически возникающие эмоции. Пример концептуально основанных эмоций - это те, которые разжигал Гитлер с помощью пропаганды. Или они могут быть вызваны психологическими мучениями, поэтому животное тоже может развить концептуально основанную злость или страх из-за того, что его все время били или что-нибудь вроде этого. Мы не должны думать, что это ограничено людьми. И есть также автоматически возникающие эмоции, которые есть у всех. Скажем, вы падаете, и автоматически возникает страх. То же у животных. Итак, если работать с обычным уровнем умственной деятельности, то неконцептуальное познание пустотности избавляет только от концептуально основанных беспокоящих эмоций. Если же мы работаем с уровнем ясного света, то оно избавляет одновременно от обоих - концептуально основанных и автоматически возникающих. Но моя мысль тут в том, что все равно определенные вещи все еще возвращаются, мы не достигли истинного прекращения определенной части первой и второй благородных истин. Вот почему есть такие люди, как сангха, благородная сангха, арья сангха, драгоценность сангхи, потому что они достигли частично третьей и четвертой благородных истин, только будда реализовал их полностью. И главная мысль в том, что чем больше мы пребываем в познании пустотности, неконцептуальном познании пустотности, тем меньше мы активизируем нечистую сторону. И важный момент тут в том, что неважно достигли ли мы лишь частично истинного прекращения первых двух благородных истин или полного, как будда, все равно природа умственной деятельности, характеризующейся этим истинным прекращением, та же самая. По-прежнему есть создание образов и познание образов без какого-либо твердого "я" или твердого ума, заставляющего их происходить. Не важно, нечистая это умственная деятельность или чистая, рассматриваем ли мы ее с точки зрения первых двух благородных истин или с точки зрения двух последних, все равно природа одна и та же.

Тогда возникает вопрос: которая из этих сторон более стабильная - чистая или нечистая? Что более стабильно: создание видимости истинного существования и цепляние за истинное существование или создание видимости отсутствия истинного существования, или создание видимости зависимого происхождения, и неконцептуальное познание пустотности? Эти два варианта взаимоисключающи, их не может быть одновременно. И какой же из них более стабильный? Нам придется сказать, что нечистая сторона менее стабильна. Она менее стабильна, потому что она может быть подорвана чистой стороной. Проще говоря, заблуждение может быть подорвано правильным пониманием. И это утверждение мы не должны делать голословно, потому что на него можно возразить, что аналогично понимание может быть заменено заблуждением. Если они взаимоисключающи, то если у вас есть одно, то не может быть второго и наоборот. И даже после того, как у вас появляется неконцептуальное познание пустотности, есть все еще немного заблуждения. И что здесь происходит, это то, что чем больше мы исследуем нечистую сторону, этого водителя в машине сзади меня в качестве идиота, и я верю, что он идиот, что что-то не то с ним (или с ней, но давайте будем использовать один пол), что делает его идиотом присуще с его собственной стороны. Так вот, это может быть подорвано пониманием того, что такое невозможно. Если бы он был идиотом по своему существу, то все бы находили его идиотом с самого рождения во всех ситуациях, потому что было бы что-то неправильное с его собственной стороны, что делало бы его идиотом по сути, присуще. Итак, чем больше мы исследуем это нечистое создание видимостей и нечистое цепляние за них, их познание, веру в них, тем более мы обнаруживаем, что они просто не выдерживают анализа. В то время как чем больше мы фокусируемся на чистой стороне... В смысле, этот человек может быть условно ведет себя как идиот, это может быть верным обозначением для его поведения в данный момент, но, несмотря на это, он все же не идиот по своей сути, присуще. Его идиотское поведение возникает зависимо от, фактически, всего: что кто-то изобрел

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
машины, людей, которые сделали машину, людей, которые построили дорогу, от правил дорожного движения, от еще кучи вещей... Эволюции людей от амеб, возникающей зависимо от взаимосвязанности всего. Вот почему только будда может это видеть, когда мы говорим о создании видимости зависимого происхождения, это взаимосвязанность всего, полнота причин и следствий. Я говорю просто о несметном количестве причин, бесчисленных причинах и всех следствиях, которые рождаются из того, что происходит в любой момент. Поэтому только будда может это видеть. Мы не должны думать о зависимом происхождении, как о какой-то простой вещи, оно за пределами наших ограниченных умов, у нас нет аппарата для его познания. Аналогия, которую я часто использую: наше восприятие происходит как будто через перископ, все двигаются вокруг в маленьких подводных лодках, и наше восприятие очень ограничено, мы можем видеть только то, что прямо перед нашим носом. Не можем видеть, что позади нас, не можем видеть всех причин, возможно, видим одну или две причины, мы не видим всех следствий. Оно ограничено, и только когда мы избавимся от совокупностей, типа ограниченного тела, ограниченного ума, что у нас есть, тогда мы, наконец, избавимся от перископа. И сможем воспринимать цельность всего во всей его взаимосвязанности. И только с помощью слов и концепций мы можем выделить различные части целого в стол или идиота или машину, но в действительности все связано. И, кстати, есть интересная теория голографической вселенной, где все подобно голограмме в этом смысле. Мы имеем взаимосвязанность всей вселенной. Итак, понимание может подорвать заблуждение. И можем ли мы заменить заблуждение? Это все более подтверждается, когда мы исследуем все детали, которые заставляют этого человека вести себя по-идиотски. И тогда, что мы обнаруживаем - это то, что хорошо, возможно, условно правильно называть его идиотом, но нет ничего присущего со стороны этого человека, что делало бы его идиотом. Его поведение возникает зависимо. И есть видимость истинного существования, деятельность по созданию видимости, или создание этой видимости, и цепляние за нее, как будто она соответствует реальности. Это и есть то, что подразумевается под цеплянием, - принимать способ видимости за способ существования. Это видится, это кажется так, будто этот человек действительно идиот. Но это не соответствует тому, как этот человек существует в действительности. Вот, что означает цепляние за истинное существование. Далее, это исследование не только поддерживает мнение, что понимание, чистая сторона может устраниТЬ нечистую сторону, оно сильнее. Опытная его часть в том, что пока мы остаемся сфокусированы неконцептуально на пустотности, нет создания видимости истинного существования, и нет цепляния за истинное существование. А без создания видимости истинного существования и без цепляния за истинное существование нет активизации кармы. Потому что они и есть то, что активизирует карму - цепляние за истинное существование, основанное на создании видимости истинного существования. И мы не только не активизируем никакой кармы в этот момент (старой кармы), но мы также и не создаем никакой новой кармы. И чем дальше мы можем оставаться сфокусированными неконцептуально на пустотности, тем слабее и слабее становятся создание видимости истинного существования и цепляние за него. Сначала цепляние становится все более и более слабым, а затем и создание видимости, если мы следуем представлениям гелугпинской прасангги. В других представлениях есть небольшие вариации по поводу того, избавляешься ли вы от этих двух аспектов одновременно или последовательно. Но в любом случае по мере их ослабления мы все дальше остаемся сфокусированы неконцептуально на пустотности, не активизируя старую карму, не создавая новую карму, так, что когда мы вне этого мы многое исчерпываем. Но не только исчерпываем, потому что, очевидно, мы можем создать и новую карму даже будучи арьей, мы стараемся увеличить долю времени, в течение которого мы остаемся сфокусированы неконцептуально на пустотности. По мере нашего продвижения через бхуми, ступени бодхисаттвы, арьи на пути махаяны, стараясь продлить это, мы сможем оставаться дальше и дальше в неконцептуальном познании пустотности. И над чем мы действительно работаем, это чередование двух состояний все чаще и быстрее - состояния поглощенности, сосредоточенности и состояние последующей реализации, которая также присутствует в период между медитациями, когда мы едим, спим, делаем другие вещи, как можно больше помогая другим людям. Мы стараемся чередовать и быть способными входить все чаще и все быстрее в неконцептуальное познание пустотности и, в конце концов, мы становимся способны оставаться в нем постоянно, тогда мы становимся буддой. И тогда эта нечистая сторона исчезает навсегда, она больше никогда не вернется. Потому что это состояние взаимоисключающее с созданием видимости истинного существования и цеплянием за истинное существование, они не могут происходить одновременно. И чем дальше мы остаемся сфокусированы на пустотности, и чем чаще мы способны это делать, тем больше и больше мы

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
ослабляем карму, потому что мы ничего не активизируем и не создаем ничего нового. Итак, таков весь процесс, если говорить в терминах четырех благородных истин. Истинное понимание. Итак, даже хотя нечистая и чистая стороны – это содержимое умственной деятельности, а природа умственной деятельности – это создание видимостей, просто создание видимостей и познание происходящего, говорим ли мы о чистой или о нечистой стороне, мы говорим о том, какого рода умственной деятельности это содержимое. Чистая умственная деятельность может заменить нечистую. И на всем протяжении эта умственная деятельность индивидуальна и субъективна: если я переживаю что-то, то это не означает, что вы это переживаете. Вопросы?

Вопрос: Когда арья полностью сосредоточен неконцептуально на пустотности, арья не активизирует старую карму и не создает новой. Что происходит с его старой кармой, что на самом деле означает, что она очищается?

Ответ: Ну, здесь придется углубиться в несколько более сложный анализ...

Голос из зала: Я забираю свой вопрос обратно!!! :)

Ответ: Что у нас есть, это отпечатки (legacies) и привычки (habits) кармы. Кармические отпечатки иногда переводятся как кармические семена. Выражаясь языком гелуг, мы называем их непостоянными абстракциями. Это абстракции – эти отпечатки и привычки. Отпечатки создают перемежающиеся (прерывистые) явления: иногда мы делаем это, иногда мы делаем то, иногда мы счастливы, иногда мы несчастливы, а привычка – это постоянная вещь, постоянная активизация кармы, постоянное действие кармы. И это абстракции. Что такое абстракции? Абстракция – это приписывание. Есть последовательность похожих событий, и на основе этой последовательности мы говорим, что есть отпечаток или привычка. Простой пример: выпивание чашки кофе. Мы выпили чашку кофе вчера, позавчера, сегодня утром, сегодня днем, и поэтому мы можем сказать, что есть привычка пить кофе. Отпечаток каждого акта выпивания чашки кофе проявляется в том, что, вероятно, мы будем пить кофе в будущем. Но отпечаток существует до тех пор, пока есть возможность для будущих повторений в последовательности. Вы можете сказать, что у вас еще есть привычка, все еще есть отпечаток, если есть возможность для возникновения последующих ее моментов. Если невозможны последующие моменты последовательности, вы не можете сказать, что у вас есть такая привычка или отпечаток, она больше не существует. Вот как вы очищаете карму. И понимание пустотности делает это, потому что оно устраняет то, что активизирует карму, а именно цепляние за истинное существование, основанное на создании видимости истинного существования. Поэтому если вы избавитесь от этого, то не будет пути для активизации кармы и не будет больше способов иметь привычки и отпечатки кармы, их можно будет лишь приписать к прошлым моментам последовательности, но не будет никаких будущих моментов. Вот процесс очищения кармы.

Вопрос: что достигается на четвертой ступени архатства?

Ответ: Это действительно зависит от того, в какой системе мы это рассматриваем – с точки зрения тхеравады и доктрины хинаяны, с точки зрения махаяны, вроде вайбхашики, или с точки зрения прасангхи – они все различны. Каждая говорит что-то свое. С точки зрения тхеравады, когда кто-нибудь достигает архатства, нирваны, то в течение периода между этим моментом и паринирваной, когда архат действительно покидает мир, вся остававшаяся карма должна созреть. И подобно махаяне, где есть определенные утверждения о возможности ослабления силы созревания кармы, карма созреет в очень легкой форме, но она созреет. И есть примеры. Я забыл, был это шарипутра или один из архатов, которого избили или что-то вроде того. Итак, это одна точка зрения. Другая точка зрения – это та, что есть у вайбхашиков. Вайбхашика и саутрантика – это подшколы сарвастивады, одной из 18 школ хинаяны. Хинаяна – это унизительный термин, но у нас нет другого термина для обозначения всех этих 18 школ, это общий термин. И вот, был большой раскол между тхеравадой и сарвастивадой, который произошел (это зависит от того, смотрим ли мы на историю с точки зрения тхеравады или с точки зрения сарвастивады) или во время второго собора или несколько позже второго собора. Но в любом случае вопрос был о том, снялся ли архатам эротические сны. И вопрос тут в том, избавился ли архат полностью от беспокоящих эмоций или что-то осталось, что может привести к тому, что он облазнится во сне, и у него будет эротический сон. И по этому поводу был большой раскол. Тхеравада сказала: ни в коем случае, у архата не осталось беспокоящих эмоций! А позиция сарвасти была: да, есть некий след, который

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
остался. Это открывает путь к точке зрения всей махаяны о том, что простого понимания отсутствия личности, твердого "я" человека недостаточно для настоящего достижения полного состояния архатства, но нужно иметь понимание пустотности всех явлений. Это открывает путь сюда. Еще не совсем махаяна, но ее предшественник. Поэтому это действительно зависит от того, о какой системе мы говорим, всегда нужно указывать. И даже нужно указывать какая версия тибетских традиций индийской доктринальной системы, они все разные. :) Это не так сложно. :) Т.е. это сложно, но не запутывающе.

Вопрос: Что произошло с теми двумя группами, они подрались?

Ответ: Нет, они сформировали различные школы, и это не считается расколом сангхи, одним из тех ужасных преступлений. Раскол сангхи - это ближе к тому, что пытался делать Девадатта: "Будда плохой, забудьте о Будде и его учении и следуйте за мной". Это раскол сангхи. А в пределах буддийского пути, с признанием будды, винайи и других всевозможных вещей, просто имея разницу мнений по интерпретации, это не создает раскола. В конце концов, тхеравада была тем, чему следовал король Ашока, он распространял ее, но в последующем тхеравада склонялась к тому, чтобы двигаться на юг, расцвела на юге Индии, Шри-Ланки, Бирмы. И потом из Бирмы в Таиланд и другие части юго-восточной Азии. В то время как цитадель сарвастивады была на севере Индии, в частности, вайбхашика и саутантика были заметны на северо-западе Индии - в Кашмире, Пунджабе, тех районах.

Вопрос о шаматхе и випашьяне.

Ответ: Шаматха - это спокойное, неподвижное, устойчивое состояние ума, а випашьяна - это исключительно восприимчивое состояние ума, так мне нравится переводить эти два слова, немного ближе к их значению в тибетском. Поскольку эти переводы довольно громоздкие, давайте продолжим использовать термины на санскрите - шаматха и випашьяна. Шаматха, которую также переводят как умиротворение или спокойствие, в основном достигается на обычной природе умственной деятельности, простом создании видимостей, в то время как випашьяна - на глубинной природе этой деятельности, т.е. таким образом она существует, лишенная невозможных способов существования. И если мы посмотрим в терминах создания видимостей и познания, то по части шаматхи будет что такое умственная деятельность, а по части випашьены - как она существует. Теперь мы можем увидеть, что означает слово "временные", когда мы говорим "временные загрязнения". Сторона заблуждения, нечистая сторона не имеет начала. Эти создание видимости истинного существования и цепляние за истинное существование не имеют начала, всегда часть умственной деятельности, вид умственной деятельности, будь это видение, слушание, думание... И она (нечистая сторона) устойчива, но у нее может быть истинное прекращение, так что она больше никогда не вернется. Вот, что здесь означает слово "временные", когда мы говорим о временных загрязнениях. Что-то является временным, если возможно его истинное прекращение так, чтобы оно больше не вернулось, даже если это что-то безначальное и устойчивое. В то же время, если мы посмотрим на правильное понимание, то правильное понимание, неконцептуальное познание пустотности может иметь начало - первый раз, когда у нас оно появляется. И оно прерывисто, сначала оно у нас лишь иногда, не все время. Но у него нет конца, потому что его нельзя подорвать, и, в конце концов, мы становимся способны иметь его все время. Поэтому нельзя сказать, что правильное понимание - это временное загрязнение умственной деятельности. Это аспект природы будды, в том смысле, что оно может быть преобразовано в дхармакаю будды. Природа будды включает в себя те факторы, которые могут быть преобразованы в различные тела будды, отвечают за них. Понимание - это не природа ума, но можно говорить о природе будды. Когда мы говорим о природе ума, природе умственной деятельности, мы говорим только об обычной и глубинной природах, двух истинах. Но мы также можем сказать, что пустотность ума, его глубинная природа, - это один из аспектов природы будды, потому что она ответственна за сваbhавакаю, тело сущности. Тем не менее, когда мы говорим в терминах природы будды, факторы вроде понимания и т.п. с точки зрения гелуг, являются качествами умственной деятельности, но не ее природой. Но главная мысль в том, что временное может иметь истинное прекращение, и, хотя правильное понимание может быть прерывистым, оно не может иметь истинного прекращения, у него нет конца. Итак, нужно понимать, что именно здесь означает "временный", потому что неведение постоянно до тех пор, пока мы от него не избавимся, за исключением тех моментов, когда мы полностью сосредоточены неконцептуально на пустотности. ОК. Итак, в медитации махамудры мы практикуем в основном шаматху и випашьну. Шаматха - это

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
невозмутимо неподвижное и умиротворенное состояние ума на обычной природе умственной деятельности. И так мы практикуем в традиции гелуг/кагью сначала в понятиях видения, чувственной умственной деятельности и мышления, а затем умственной деятельности без мыслей, ни о чем не думая, в понятиях того, что просто возникает. Эта последовательность упомянута в коренном тексте первого Панчен Ламы о традиции махамудры гелуг/кагью. Кстати, не знаю, известно ли вам, но я перевел два комментария Его Святейшества к этому тексту с моими собственными комментариями в качестве введения, под названием "традиция махамудры гелуг/кагью". Вы можете купить их в издательстве Snow Lion или скачать с моего сайта бесплатно в разделе электронных книг. В шаматхе мы сосредотачиваемся на обычной природе, просто создании видимостей и познания. Неважно, какого типа они, мы не фокусируемся на содержимом. А в випашье мы фокусируемся на глубинной природе, пустотности умственной деятельности, отсутствии ее существования невозможными способами. И чтобы быть способными делать это, надо быть способными отличать природу умственной деятельности от ее содержимого. Мы возвращаемся к нашей совокупности (скандхе) различия или распознания, как еще иногда переводят. И если вы вспомните определение этой совокупности или ментального фактора, различие – это способность отличить одну вещь в когнитивном поле от другой, которая позволяет затем сфокусироваться на ней. "Это – не то". Как очень простой пример – способность отличить желтое от черного, способность отличить цвет и форму чьего-нибудь лица от цвета и формы стены. Итак, здесь в моменте умственной деятельности, что мы должны быть способны делать, это отличать ее обычную природу от содержимого, что очень сложно. Очень сложно отличить действительное возникновение от создания видимости и ее познания, потому что мы не фокусируемся. И не просто сложно отличить, но весь процесс медитации здесь состоит в не фокусировании на этой обычной природе в качестве объекта, с отдельной умственной деятельностью, которая ее наблюдает и фокусируется на ней, а это процесс или деятельность (это на самом деле не процесс, процесс подразумевает прохождение шаг за шагом, он полон в каждый момент), эта умственная деятельность происходит. И что есть сосредоточение? Это шаматха – внимательность, памятование, бдительность и сосредоточение. Итак, внимательность основана на различении, так что вы можете различать, обращать внимание на то, что происходит. Что происходит – это умственная деятельность. И эта умственная деятельность сопровождается внимательностью умственной деятельности. Не так, что есть отдельное "я", которое внимательно, подобно наблюдателю, но внимательность сопровождает ее. Что такое памятование? Памятование – это память об объекте, умственный клей, держащийся за него, не дающий упустить объект. Бдительность – это поддерживание надзора, это часть памятования. Если есть удержание, и удержание поддерживается, то частью этого удержания является бдительность, проверяющая, удерживается объект или нет. Поэтому это не так, что должно быть какое-то отдельное "я", которое следит и бдит, это большая ошибка, которая может возникнуть и стать параноидальной, тогда вы впадете в дуалистичный способ медитации, сосредоточение будет разделено. Часть сосредоточения будет на объекте, а часть – на слежении за тем, чтобы быть бдительным, подобно полицейскому. Итак, эта бдительность – часть памятования, а сосредоточение – это пребывание там. Итак, фактически, говоря об этих ментальных факторах, мы практически говорим об одной и той же деятельности с разных точек зрения. Удерживание, пребывание, не отпускание означают, что есть бдительность, чтобы не отпускать. Все это вместе с внимательностью по отношению к происходящей деятельности, природе этой деятельности, не только к ее содержимому. Не внимательность по отношению к объекту, которая у нас есть, например, когда мы смотрим на чашку, не фокусирование на цвете и форме, не фокусирование на факте самого видения. Не фокусирование на ментальных факторах, которые могут сопровождать любой момент, вроде эмоций и тому подобных вещей в качестве содержимого. Но сама эта деятельность, ее обычная природа, сопровождается всеми этими факторами сосредоточения.

Это, очевидно, не так-то просто сделать. Но это то, что мы пытаемся сделать. И чтобы преуспеть в этом, нам нужны общие и специальные предварительные практики, иначе мы никуда не приедем, пытаясь сделать это. Поэтому нам нужно безопасное направление, или, в переводе, прибежище, движение в безопасном направлении третьей и четвертой благородных истин. Третья и четвертая благородные истины являются тремя глубочайшими драгоценностями. Я имею в виду, они все – образ Трех Драгоценностей. Глубочайшие Три Драгоценности третьей и четвертой благородных истин – истинного прекращения и истинного пути. С точки зрения Драгоценности Будды, это источник вдохновения. С точки зрения Драгоценности Дхармы, это источник

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org

настоящих достижений. С точки зрения Драгоценности Сангхи, это источник просветляющего воздействия, влияния. Третья и четвертая благородные истины – это истинное восприятие и истинный путь в потоке ума арьи, но мы по-прежнему говорим об истинном прекращении и истинном пути к пониманию. Итак, нам нужно безопасное направление, мы стремимся к нему. Вот зачем мы занимаемся этой медитацией, не потому что это просто весело и приятно, но мы ей занимаемся, чтобы избавиться от первой и второй благородных истин, и иметь в качестве содержимого умственной деятельности четвертую благородную истину. Поэтому безопасное направление абсолютно важно. Затем, мы должны ценить драгоценную человеческую жизнь, которая у нас есть, и которая имеет возможность различать на таком сложном уровне природу умственной деятельности от ее содержимого, животные на такое неспособны. Поэтому стоит действительно ценить драгоценную человеческую жизнь и понимать, что мы ее потеряем, поэтому нужно пользоваться ее преимуществами. И затем, отречение абсолютно важно, потому что от чего мы отрекаемся? Мы отрекаемся от первой и второй благородных истин. Итак, отречение – это отворачивание от чего-то. Мы хотим освободиться от них и действительно отворачиваемся от них, выбрасываем их. И что же мы должны выбросить? Мы должны выбросить в нашей медитации содержимое, нечистое содержимое того момента умственной деятельности, мы должны отречься от него. Отречься от гнева, отречься от скуки, отречься от ощущения боли в ноге, всех подобных вещей. добраться до природы самой умственной деятельности, создания видимостей и их познания, и только. Итак, отречение здесь принципиально важно. В противном случае вы будете пойманы содержимым и отвлечены беспокоящими эмоциями. И бодхичитта также очень важна. Как объясняется, бодхичитта нацелена на третью и четвертую благородные истины, наше достижение просветления. Это касается нашего собственного ментального континуума. Она не направлена на просветление Будды Шакьямуни, не направлена на просветление в общем, она направлена на наше собственное просветление. Очень важно не только понимать бодхичитту, но и уметь действительно правильно медитировать на ней, мы должны различать, знать что это. Итак, это третья и четвертая благородные истины в таком полном смысле в качестве будды, который будет существовать в наших ментальных континуумах, и у нас есть намерение к этому прийти. И почему? Потому что мы хотим приносить пользу всем существам. Поэтому наше намерение в том, чтобы достичь состояния будды, чтобы приносить пользу всем существам как можно больше, потому что способ, которым мы можем приносить пользу сейчас, неадекватен. Мы не понимаем всех причин, почему кто-то поступает определенным образом, и явно понятия не имеем, к каким следствиям это приведет. Я не имею представления чему именно учить этого человека, чтобы ему помочь, и к каким последствиям это приведет, не только с ним самим, но и что он расскажет всем остальным. И как это повлияет на его детей, и детей тех, с которыми он поговорит и так далее бесконечно в будущее. Только будда это знает. Потому что у будды есть создание видимости зависимого происхождения без ограничений, он видит все вещи. Чтобы быть способными действительно полно приносить пользу другим, для этого мы и должны стать буддами. Не просто избавиться от наших беспокоящих эмоций и цепляния за это, от этого избавляется архат. И нам нужно сострадание, которое усилит энергию намерения достичь просветления. И, конечно, нам нужна дисциплина и нужно сосредоточение, чтобы достичь шаматхи. Но что важнее всего, это вдохновение от учителя. Вдохновение часто переводят как благословение, ужасный перевод из другой религии, неуместный здесь. Правильное слово – вдохновение, подъем, потому что оно означает подъем нашей энергии, и что оно делает, это... Если мы говорим об умственной деятельности, обычная природа – это то, на чем мы фокусируемся. Конечно, мы можем рассматривать ее с двух точек зрения: с точки зрения объекта фокусировки, и того, что фокусируется. Так вот, чтобы уметь их различать, что нам поможет, это если они будут усилены. И это то, что делает вдохновение от учителя. Оно усиливает их, так что умственная деятельность становится более сверкающей, полной энергии, ощущается подъем. Чем выше она поднимается, чем больше в ней энергии, тем проще становится различить природу этой умственной деятельности. И познающий ее ум становится интенсивней, наполняется энергией, и у него начинает получаться все лучше. И, конечно, все это происходит из здоровых отношений с духовным учителем, не из нездоровых. Здоровые – это те, которые очищают от беспокоящих эмоций, а не увеличивают их. Итак, это очень-очень важные предварительные практики в основных стадиях ламрима. Специальные предварительные практики простираций, бодхисаттвы, дарения мандалы, они больше направлены на создание позитивной силы, часто называемой заслугой. Но заслуга звучит как зарабатывание очков, когда вы выигрываете тостер или вроде того. Здесь совсем другое. Это позитивная сила, она все сильнее и сильнее и сильнее, так что становится возможным действительно различать. Это несколько похоже

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
на самоорганизующиеся системы, я думаю это правильный термин. Когда у вас есть открытая система, вроде организма, и энергия входит снаружи и выходит из системы, то когда эта энергия достигает определенного квантового уровня, вся система пересекивает на новый уровень организации. Простой пример: если вы теряете свою правую (если вы правша) руку, мозг реорганизуется так, чтобы вы могли писать и делать дела левой рукой, система реорганизуется. Похожим образом, когда достаточно много позитивной силы подано в систему умственной деятельности, эта система всех этих различных вовлеченных факторов достигает определенной точки, тогда она реорганизуется и вы начинаете различать обычную природу умственной деятельности. Затем реорганизуется так, что вы обретаете концептуальное познание пустотности. Затем реорганизуется так, что вы обретаете неконцептуальное познание пустотности. Все это требует много позитивной силы и вдохновения от учителя. Позитивной силы от сострадания, от принятия безопасного направления, от бодхичитты, все эти вещи должны войти в систему, чтобы произошел скачок на квантовом уровне, чтобы система реорганизовалась. И, в конце концов, система перестроится так, что больше не останется нечистой стороны, создания нечистых видимостей и их познания, и останется только чистая сторона. Навсегда. Истинное прекращение нечистой стороны, это состояние будды. Итак, это немного о махамудре. Очевидно, очень многое может быть сказано, но это просто небольшое введение для понимания того, с чем мы тут работаем. И помните, что эта природа, обычная и глубинная природы умственной деятельности, всегда останется той же. По мере реорганизации умственной деятельности на разных уровнях мы продвигаемся по пути.

И мы должны понимать разницу между тремя терминами, которые используются в буддизме: вмешерожденное (*innate*), присущее (*inherent*) и индивидуальное (*individual*). Очень разные понятия. Вмешерожденный означает, что что-то идет как часть пакета. Дословный перевод – одновременно возникающее. В отношении умственной деятельности одновременно возникают ее обычная природа и ее глубинная природа, что это и как это существует. Это вмешерожденное, или врожденное, как другой перевод. Тут все в порядке, ничего неправильного в этом нет, просто вещи таковы. Присущее, как в выражении присущее существование, это что-то на стороне объекта, что за счет его собственной силы делает его тем, что он есть. Неважно, независимо от умственного обозначения или в связи с умственным обозначением. Итак, то, что вмешерожденно, подобно обычной природе умственной деятельности, не является присущим. Условная определяющая характеристика умственной деятельности не сидит там, подобно коду ДНК и тому, что своей собственной силой делает умственную деятельность тем, чем она является. Такой вещи нет. Это присущее. Индивидуальный означает индивидуальный, его собственная последовательность непрерывности, одна вещь следует за другой, один момент за другим. Если мы говорим о ментальном континууме, он индивидуален в том смысле, что есть определенная последовательность причин и следствий, которая описывает создание следующего момента последовательности. Это индивидуальное. Итак, умственная деятельность всегда сохраняет свои вмешерожденные качества, она всегда индивидуальна, но в ней нет ничего присущего. Ни индивидуальность, ни природа умственной деятельности не делают ее тем, что она есть. Не так, что есть что-то обнаружимое во мне, моя индивидуальность, которую я должен найти, которая сделает меня индивидуальным своей собственной силой. Если бы я только мог найти, что есть та уникальная вещь, которая делает меня мной, а не вами. Условно это правда: я – не вы, но нет ничего обнаружимого, присущего во мне, что своей собственной силой делает меня индивидуальным и делает тем, кто я есть. Тем не менее, я индивидуален. Это подобно иллюзии, но, тем не менее, функционирует. Итак, это общее введение в махамудру. Ваши вопросы?

Вопрос: Как неконцептуальное познание пустотности служит для принесения пользы всем существам?

Ответ: Это нечто очень важное, и оно объясняется по-разному в разных традициях. Если мы говорим в терминах обычной традиции сутры, то сострадание здесь очень-очень важно. Благодаря состраданию и его силе входят в неконцептуальную поглощенность пустотностью. И возвращаются из него, чтобы приносить пользу другим. Если нет сострадания при погружении в медитацию, то вы просто остаетесь поглощены пустотностью, потому что это такое блаженство и у вас отличная сосредоточенность, но именно из-за того, что есть сострадание, вы не зависаете в экстазе, так сказать, в полной поглощенности, а возвращаетесь для принесения пользы другим. Если же мы говорим в терминах представления махамудры, точнее даже не столько

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org

махамудры, сколько в представлении дзогчен... То же слово - сострадание - это один из аспектов природы будды, и этот аспект - способность к реагированию, энергия. давайте назовем его состраданием. Это одно из трех качеств той умственной деятельности. Есть три качества: сущность, энергия и природа. Пустотная сущность (в определении "просто ясность и осознанность" это наше слово просто: она свободна от беспокоящих эмоций, твердого "я" и всех подобных вещей), энергия, способность к реагированию, когда энергия выходит наружу и реагирует. И также, есть природа - создание видимостей. Глубинная природа сущности - это также аспект осознанности, аспект познания, в зависимости от рассматриваемой версии дзогчена. Но, в любом случае, основная идея в том, что способность к реагированию, приводимая в действие нашим обычным состраданием, эта реактивность уже там, в любом случае энергия выходит наружу. И когда есть полная сосредоточенность на ригпа, чистой осознанности, в дзогченовском смысле подобно пустотности, тогда достигаешь уровня сострадания, способности к реагированию, оно автоматически присутствует. В тоне нашего обычного сострадания: пусть все существа освободятся от страданий и их причин. Итак, это более вместерожденная часть той поглощенности пустотностью с точки зрения дзогчен. Т.е. разные объяснения.

Вопрос: Когда мы поглощены пустотностью, очищаем ли мы в действительности какую-то определенную карму? Так, что когда выходишь из полной неконцептуальной поглощенности пустотностью, то какая-то карма исчезла, но какая-то все же осталась.

Ответ: Нет, такого не происходит. Что мы делаем, это ослабляем силу цепляния за истинное существование и повторение цепляния за истинное существование, которое активизирует отпечатки и привычки кармы. Поэтому это не так, что вот сейчас я избавился от 70 процентов кармы, осталось 30 процентов. Мы работаем над ее силой, силой привычки цепляться за истинное существование, которая способна создать повторения цепляния за истинное существование. Вот что мы очищаем.

Вопрос о практике Ваджрасаттвы.

Ответ: Это очень временная вещь. Прежде всего, чтобы очищение Ваджрасаттвой работало, это должно быть не просто произнесение магических слов сто тысяч раз, но оно должно сопровождаться абсолютно безупречным сосредоточением, мотивацией и всем таким. И определенно, концептуальное понимание пустотности тоже очень полезно. И даже если эта практика делается правильным образом, то все, что мы можем сделать, это избавиться от кармических отпечатков, не от привычек, вы не затрагиваете привычки, только отпечатки, их семена. Т.е. нет какой-либо гарантии, что вы не создадите новые. Потому что цепляние за истинное существование все еще есть. Поэтому эта практика дает некоторого рода передышку, чтобы мы могли легче достичь реализации пустотности и т.п. Но мы определенно не достигаем истинного прекращения этой практикой.

Вопрос: можно поподробней о параноидальном разделении?

Ответ: Это правда, в любом типе медитационного сосредоточения, практикуем ли мы махамудру как вид шаматхи, или сосредотачиваемся на образе будды или на дыхании, неважно. Вы хотите оставаться сосредоточенными на объекте, и, как я говорил, внимательность - это то, что приводит к объекту, памятование - это умственная хватка, подобная клюю, бдительность - это что-то вроде системы сигнализации, срабатывающей, если что-то не так с хваткой, удержанием. Если она слишком слабая, если вы упускаете объект, или если хватка слишком сильная. И что она делает, как система сигнализации, она активизирует внимание, корректирует его, так чтобы вновь установить правильное умственное удержание. И опасность паранойи может возникнуть, если наша внимательность и фокусировка разделены между объектом медитации и аспектом бдительности. Так что вместо фокусирования нашего основного внимания на объекте и сохранении его удержания, не отпуская, часть нашего сосредоточения смотрит на нас самих, медитирующих. Смотрит на состояние медитации. Смотрит на состояние сосредоточения. И это усложняется, если у нас есть ощущение (и мы им введены в заблуждение) наличия твердого "я", которое отдельно от всего процесса, и которое может на него смотреть. Поэтому очень важно подходить ко всему этому с точки зрения умственной деятельности. Умственная деятельность с фокусом на объекте, и один из сопровождающих ее ментальных факторов - это бдительность. И она является побочным видом умственной деятельности, которая возникает и сопровождает первичное сознание, ментальное сознание, фокусирующееся на объекте. Вот так мы стараемся медитировать в недуалистичной манере. В противном случае ваше

Махамудра. Александр Берзин filosoff.org
внимание разделено, ваше сосредоточение разделено, и вы становитесь параноиком, слишком напряженным, следящим за собой, подобно полиции. Как объясняет Его Святейшество Далай-Лама, бдительность – это вмешательство памятования, часть памятования. Если есть умственная хватка, удержание, то есть и бдительность. Если нет удержания, нет и бдительности. Итак, у нас есть много медитационных техник, в которых, как в випассане, на обычном уровне понимания, надо быть наблюдателем и следить за ощущениями, следить за эмоциями, следить за различными вещами. И при неправильном подходе есть большая опасность становления очень дуалистичным. Поэтому, даже несмотря на то, что можно начинать подобным образом, вам действительно нужно понимание отсутствия твердого "я", этого "просто" в определении обычной природы умственной деятельности. Итак, как говорит Его Святейшество, главная вещь, которую делают в медитации сосредоточения, это удержание с памятованием, удерживание за объект, не отпускание его. Вот, во что вкладывают силы. Если вы способны это делать, то бдительность автоматически присутствует, и сосредоточение присутствует, потому что внимание остается на объекте. Давайте возьмем практический пример: вы на диете, вы проходите мимо булочной и видите все эти аппетитно выглядящие пирожные в окне. И памятование – это как вы поддерживаете сове сосредоточение, это не отдельный полицейский "я", который следит за умом и говорит: "Нет, нет, возвращайся к диете! Помни о своей диете!" Что вы делаете, это просто придерживаетесь диеты, держитесь за нее, за умственную дисциплину сидения на диете. Вот, что вы делаете – фокусируетесь, держитесь. Тогда вы не пойдете в булочную, не купите это пирожное и не съедите его. И бдительность будет частью этого.

Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке
<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

<http://buckshee.petimer.ru/> форум Бакши buckshee. Спорт, авто, финансы, недвижимость. Здоровый образ жизни.

<http://petimer.ru/> Интернет магазин, сайт Интернет магазин одежды Интернет магазин обуви Интернет магазин

<http://worksites.ru/> Разработка интернет магазинов. Создание корпоративных сайтов. Интеграция, Хостинг.

<http://dostoevskiyfyodor.ru/> Приятного чтения!