

Досточтимый Геше Джамьян Кьенце

НАСТАВЛЕНИЯ
по практике

ЛО ЧЖОНГ

с разъяснениями практики Белой Тары

Буддийский Центр Ламы Цонкапы

Москва 1998 г.

Досточтимый Геше Джамьян Кьенце
Наставления по практике ЛО ЧЖОНГ
с разъяснениями практики Белой Тары

Книга составлена на основе лекций, прочитанных Досточтимым Геше Джамьяном Кьенце летом 1996 года в Москве.

Перевод Р.Крапивинной.

Над материалами лекций работали:

Н.Худобина
В.Черниговская

Отв. редактор С.Хос.

- © Геше Джамьян Кьенце
- © Оформление – Буддийский Центр Ламы Цонкапы.
Москва, 1998 г.

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ

Начиная Учение, необходимо помнить слова Чандракирти, автора *Муламадхьямика-карики*, в которых сказано: “Сегодня, когда мы обрели человеческое рождение, мы имеем ту степень свободы, при которой можем совершить нечто для будущей жизни; мы должны воспользоваться этой возможностью. Иначе, ничего не совершая и не совершив в этой жизни, мы окажемся в одном из плохих мест существования, где не будет предоставлено никакой возможности, никакой свободы, где мы будем не способны на какие-либо действия. Поэтому именно сейчас, именно при этом рождении мы должны стараться во имя будущей жизни”.

И в эти слова вложен тот смысл, что сейчас, когда мы обрели человеческое рождение, мы можем действовать:

- на собственное благо;
- на благо других;
- на благо этой жизни;
- на благо будущей жизни.

В противном случае мы получим новое рождение в пределах трех плохих мест существования, например, в виде животного. Ограниченные возможности животного мы можем видеть на примере тех собак, которые живут рядом с нами, которых мы видим своими глазами. И этот пример, когда мы воочию видим ограниченные возможности перерождения в дурных существованиях, например, в виде животного, должен вдохновлять нас на то, чтобы полностью задействовать все наши возможности в этой жизни, чтобы жить, стремясь обрести собственное благо и принести благо другим существам, обрести благо как в этой, так и в будущей жизни. Опираясь именно на это рождение, на данные нам сейчас тело и ум, мы можем совершить очень многое; это и есть та степень свободы, которой мы должны воспользоваться в нынешнем рождении.

До нашей сегодняшней встречи вы выслушали много наставлений от Геше Тинлея, и я буду следовать в этом же русле, повторив учение о Четырех Благородных Истинах, учение о Двенадцатизвенной цепи зависимого происхождения и учение о способах тренировки ума.

Четыре Благородные Истины

Вы не один раз слышали перечисление так называемых Четырех Благородных Истин или, точнее, Четырех Истин Святого. Это:

Первая Истина – о том, что существует страдание.

Вторая Истина – о том, что существует источник страдания.

Третья Истина – о том, что существует прекращение страдания.

Четвертая Истина – о том, что существует Путь, ведущий к прекращению страдания.

В целом, все Учение Будды можно изложить двумя способами:

1. С точки зрения Четырех Истин.

2. С точки зрения Двух Истин.

Первой проповедью, первым Учением, которое Будда Бхагаван даровал живым существам, подводя их к необходимости воспитания, тренировки и подчинения собственного ума, было Учение о Четырех Истинах Святого. И когда это Учение взрастило новую основу для понимания Учения у тех, к кому было обращено, Будда Бхагаван преподавал Учение с другой позиции – позиции Двух Истин: *Относительной Истины* и *Абсолютной Истины*.

Будда стал Буддой, Просветленным, 15-го числа четвертого месяца согласно тибетскому календарю, но до 4-го числа шестого месяца он оставался в безмолвии, не проповедуя открытого им в Просветлении Учения. И у него были основания в течение этих семи недель пребывать в безмолвии. Что же это были за основания? В те времена люди, населявшие Индию, в основном поклонялись Брахме, Шиве, Индре, то есть мирским богам. И это их вполне удовлетворяло. Как говорится в текстах, трудно было преодолеть то сознание, которое присутствовало в окружающем Будду мире. И именно поэтому он решил оставаться в безмолвии, понимая, что Учение, которое он обрел, чрезвычайно глубокое, чрезвычайно тонкое, – Учение, которое постичь чрезвычайно трудно. И трудность постижения Учения другими людьми, другими живыми существами останавливала его проповедь; поэтому он сказал себе и всем другим, кто это слышал, что свое Учение, подобное *нектару*, он оставит при себе, не говоря никому о нем, поскольку оно трудно постижимо, слишком трудно понять его. Что значит в этом случае слово “нектар”? Оно означает, что это Учение есть лекарство, освобождающее нас от аффектов. И в этом смысле оно является очищающим нектаром. Нектаром, очищающим нас от аффектов. И до тех пор, пока все боги, к которым были привязаны люди, ни обра-

тились к нему с просьбой о проповеди Учения, приводя для этого свои доводы, Будда оставался в безмолвии. Но поскольку к нему обратились именно те мирские боги, Брахма и Индра, которым поклонялся весь мир древней Индии и которые были представителями всего мира верующих в них людей, и это было обращение с просьбой о проповеди, сделанное по всем правилам, заключавшееся в том, что Брахма поднес в знак почтения и просьбы о даровании Учения золотое колесо с тысячью спиц и они с Индрой обратились со словами, полными почтения и веры о даровании Учения, то четвертого числа шестого месяца по тибетскому календарю Будда решил открыть это Учение.

Первой проповедью было Учение о Четырех Истинах Святого, с которым он обратился к своим бывшим сотоварищам по поискам истинного Учения, к пяти монахам, с которыми он занимался практикой аскетизма (от которой впоследствии отказался). На самом деле, в момент проповеди его бывшие товарищи по практике аскетизма не были монахами, которые называются в тибетском буддизме *гелонгами*, то есть монахами с высшими монашескими обетами. Они были обычными людьми. И только после того, как они получили от Будды Учение и практиковали это Учение, они достигли состояния архатства, стали монахами и получили особое, почтительное наименование “Благое окружение из пяти монахов”. Именно им было проповедано первое Учение.

Существует история, предшествующая тому времени, когда Будда достиг Просветления. Когда он ушел из дому (вы знаете об этих событиях), его отец и мать – владыки княжества Капилавасту – очень беспокоились о нем. И когда в длительных поисках истины, переходя от одного учителя к другому, Будда достиг берега реки Найранджаны и остановился там на некоторое время, а это было недалеко от княжества Капилавасту, озабоченные родители стали периодически присылать ему по сотне людей для помощи в каких-либо делах. Всего было прислано пять раз по сто человек. И один из каждой сотни оставался возле него. Это были дети знатных родителей. Так возле него оказалось пять человек, ставших впоследствии Благим окружением из пяти монахов.

Когда мы говорим о Четырех Истинах Святого, то, перечисляя эти Истины по порядку, мы называем их так:

Истина о страдании;

Истина о происхождении страдания;

Истина о прекращении страдания;

Истина о Пути, на котором прекращаются страдания.

Истина о страдании

Мы начинаем наше обсуждение с *Истины о страдании*. Когда мы говорим об Истине о страдании, то за словами “страдание”, “Истина о страдании”, стоит наше рождение в теле, которое состоит из пяти скандх (из пяти “груд”). И мы, наделенные этим телом, этими скандхами, не постигаем, что это тело является страданием. Мы, то есть “простые люди” – так мы называемся в буддизме, не видим это тело как тело страдания и не имеем понимания страдания, которым наделено наше тело, что в полном объеме постигают только святые. Поэтому говорится об Истине Святого о страдании. Только для уровня святого или для состояния святого доступно полное понимание того, что это тело есть страдание. И каждая Истина Святого, в том числе Истина Святого о страдании, рассматривается с четырех позиций, в четырех аспектах или четырех положениях.

Первая Истина – Истина о страдании – рассматривается в четырех положениях, а именно:

1. Невечность.
2. Страдательность.
3. Пустота.
4. Отсутствие самосущего (или независимого) “я”.

1. *Невечность*. Что такое “невечность”? Её можно продемонстрировать на примере того, что наше тело момент за моментом, момент за моментом разрушается. Момент, который характеризуется как единица времени очень краткой продолжительности, и является точкой зрения, с которой рассматривается Невечность в Истине Святого о страдании.

Тело разрушается момент за моментом, и при этом разрушение происходит непрерывно, без единого промежутка, паузы, остановки, без единого зазора между этими моментами – едим ли мы, спим ли мы... Каким бы мы делом ни были заняты – все это время, момент за моментом без единого промедления, без единого промежутка, наше тело разрушается вплоть до смерти. Это и есть не вечность.

2. *Страдательность*. Второе положение – страдательность как таковая, то есть качество, которое имманентно, внутренне присуще страданию нашего тела. Страдательность как качество существования рассматривается таким образом: родившись и имея эти скандхи, мы находимся под властью кармы и аффектов. Этим самым обуславливается страдание, страдательность нашего существования.

Если, например, в обычной жизни, мы вынуждены работать под властью какого-либо человека, не имея при этом возможности следовать собственным желаниям, мы испытываем страдание, мы чувствуем страдательность этой ситуации. Так и наше рождение целиком и полностью находится под властью кармы и аффектов, не имея никакого другого свойства, кроме страдательности. И эта страдательность двойка:

во-первых, мы оказались наделены телом, которое принесли нам прошлые деяния и прошлые аффекты, и это заставляет нас страдать;

во-вторых, будучи уже наделены этим телом, мы, оказываясь в самых разных ситуациях, не можем избежать таких аффектов, как страсть, гнев и неведение. И в результате действий, совершенных на основе этих базовых аффектов мы увеличиваем степень своего страдания. Вот почему наши скандхи, которые называются “загрязненные принятые скандхи”, имеют качество страдательности большой степени.

Посмотрим на страдательность с двух точек зрения, а именно с точки зрения прошлого и настоящего:

с точки зрения прошлого, страдательность, присущая нашему нынешнему существованию – это деяния и аффекты прошлой жизни, в результате которых мы получили нынешнее рождение;

в настоящем мы неизменно проявляем гнев, страсть и неведение, тем самым определяя наше последующее рождение, которое также будет наделено загрязненными принятыми скандхами. Сегодня мы уже наделены ими. И это *сансара*. Сансара есть не что иное, как вот это, – то, чем мы наделены. (Кен Ринпоче касается тела). Именно это и есть сансара, и ничто другое сансарой не является. Никакой другой сансары, кроме этой сансары, нет.

И мы, будучи людьми, то есть существами, получившими человеческое рождение, знаем человеческое страдание. Мы знаем его хотя бы в виде рождения, болезни, старости и смерти. И, зная эти виды страдания, мы понимаем, что все они присущи человеческому рождению. Они основываются на том, что называется сансарой или нашими скандхами, то есть на том теле, в котором мы сейчас присутствуем. Таким образом, наше тело (скандхи) является базой всех страданий, которые мы, если не испытали сегодня, то испытаем завтра, в старости или при смерти. Кроме того, наше тело является базой не только для страданий этой жизни, но и для того, чтобы в нем уже сейчас накапливался потенциал будущих страданий.

Продолжая тему страдательности как качества, внутренне при-

сущего телу нынешнего рождения, мы можем исследовать наше тело на всех уровнях, начиная с самого грубого и кончая самым тонким. И мы не найдем ни малейшей частицы даже с игольное острие, которая содержала бы в себе блаженство или счастье. Все, что есть, все, что присутствует, все, что содержится в нашем теле, пронизано страданием. Более того, если мы посмотрим на содержимое нашего тела с точки зрения чистоты и загрязненности, то увидим, что нет ни одного чистого местечка, даже с булавочную головку или с игольное острие. “Чистого” — в смысле “чистого от аффектов”. И все это составляет содержание нашего рождения. Вы можете исследовать свое тело с любой позиции, с любого уровня, начиная от макушки головы и кончая подошвами ног, и вы не найдете при этом ни малейшего островка, ни малейшей частицы, которая представляла бы собой нечто чистое, наделенное блаженством или не имеющее страдания. Вот почему страдание, страдательность является внутренне присущим качеством нашего существования. Это все и является логической аргументацией для рассмотрения нашего рождения в аспекте страдательности.

3. *Пустота*. Мы говорим об Истине о страдании с точки зрения пустоты. Пустоты от чего? Пустого от чего? Пустого от некоего хозяина этого существования, некоего хозяина того, что испытывает страдания. Вот поэтому говорится о пустоте. Это близкие темы — Пустота и Отсутствие независимого, самосущего “я”, и поэтому они обсуждаются вместе с того времени, как появились письменно зафиксированные *Сутры* и *Шастры* (комментарии на Сутры). Существует традиция объяснения этих двух связанных тем на примере колесницы. Поскольку в те времена транспорт был колесным, то примером была колесница. Сейчас в качестве примера мы можем использовать автомобиль. Мы можем взглянуть на автомобиль и задуматься: а есть ли нечто совершенно самостоятельно существующее, нечто независимое от каких-либо причин и условий в том, что мы называем автомобилем, или это нечто под названием автомобиль существует в связи со многими причинами и условиями? Я поставлю перед вами такой вопрос. Есть ли некая основа, на которую мы накладываем название “автомобиль”, и тем самым “осуществляем” автомобиль? Или есть некий автомобиль, существующий вне этой основы? Если я предложу вам такой вопрос, что вы ответите? Что такое автомобиль?

ОТВЕТ: Некая основа, на которую накладывается название “автомобиль”.

РИНПОЧЕ: Если автомобиль — это некая основа, которой приписывается название “автомобиль”, и мы рассмотрим эту основу, то найдем ли мы с вами при этом автомобиль? Или нет?

ОТВЕТ: Не найдем.

РИНПОЧЕ: Если мы не найдем автомобиль, тогда, пожалуйста, скажите мне, существует автомобиль или не существует?

ОТВЕТ: Существует.

РИНПОЧЕ: А если автомобиль есть и мы его ищем, то почему мы тогда не находим его?

ОТВЕТ: Это некое явление или вещь, состоящая из причин и условий.

РИНПОЧЕ: И вот вы отвечаете, что автомобиль — это некое явление или вещь, состоящая из причин и условий, то есть являющаяся нам зависимое происхождение. Это очень важный вывод, поскольку мы говорим о пустоте. Говоря о “пустоте” или о “пустом”, мы задумываемся: “Пустое от чего?” Когда говорят о “пустоте”, возникает трудность с освоением этого способа существования напрямую. У нас есть стереотип понимания “пустоты” как не-существования чего-либо. Но только ход мысли в направлении зависимого существования или зависимого происхождения, на который указывал Нагарджуна, приводит нас к пониманию этого способа существования.

4. *Отсутствие самосущего независимого “я”*. Мы используем пример автомобиля, как древние использовали пример колесницы, и смысл этого примера переносим на то, что называем “я”, некое независимое “я”, самосущее “я”, — “я”, не зависимое от причин и условий.

Если мы перейдем непосредственно к поискам такого “я”, существующего вне причин и условий, то можем, для примера, обратиться к некой женщине по имени Наташа и начать поиски той Наташи, которая обозначается именем “Наташа”. Мы поставим себе задачу искать, что же есть Наташа. И будем исследовать это: голова этой женщины является Наташей или рука, нога и так далее и так далее? Если мы будем следовать этому поиску Наташи, то обнаружится, что мы не можем найти такого существа — Наташа. Мы не можем найти Наташу, занимаясь подобным исследованием, но при этом мы знаем, что человек под именем Наташа приходит, уходит, страдает, становится счастливым... Мы пользуемся именем Наташа для того, чтобы обозначить приход, уход, состояние счастья или страдания. И мы имеем основу, на которую наложили

имя Наташа. Таким образом, появляется некое живое существо под именем Наташа, она приходит, уходит, страдает или испытывает счастье. Вот это и есть пример того, как наложенное на некую основу обозначение приводит к возникновению явления. И это явление живет, действует. Таким образом, мы пользуемся этим явлением под именем Наташа для того, чтобы взаимодействовать. Это и есть взаимозависимое происхождение. И вот мы смотрим на Наташу с точки зрения той основы, которой приписываем имя Наташа, и ищем “всамделишную” Наташу. Что является Наташей? На самом деле мы не находим Наташу. Мы не можем найти Наташу, некую независимую Наташу, которая без совокупности каких-либо причин и условий существует как нечто независимое, и в результате мы говорим с точки зрения Высшей Истины или Абсолютной Истины: “Наташи не существует”. Мы приходим к этому в результате анализа, который только что коротко описали. Но мы пользуемся именем Наташа, накладывая его на некую основу. Общепринятое наше использование этого имени (“Наташа пришла”) вместе с основой, на которую мы его накладываем, является результатом того, что мы не проводим подобный анализ того, что же является Наташей. И поэтому мы говорим: “А в общепринятом смысле Наташа существует”.

Когда мы, возвращаясь к анализу способа существования, который обозначается именем Наташа, ищем: “Что же есть Наташа?” или “Где же находится эта Наташа?”, и не находим Наташи, мы говорим: “Это существование пусто от Наташи”. “Пусто от Наташи”, поскольку мы не можем найти, что же является Наташей. И это есть пустота по природе, то есть Наташа по природе своей не существует.

Это есть пустота, или, говоря другими словами, “Наташа не обладает независимым “я”, независимым существованием”. Независимым, то есть свободным, не зависящим от причин и условий существованием.

Вот это и есть краткое объяснение тем “Пустота” и “Отсутствие независимого “я””.

Анализ, который мы производим в поисках Наташи, не находя Наташи — это и есть рассмотрение способа существования Наташи на уровне Высшей, или Абсолютной Истины. Мы не находим Наташи и говорим: “По природе Наташа пуста”. Это и есть пустота в рассмотрении Истины о страдании.

Или мы говорим “Отсутствие независимого “я”. В каком смысле “Отсутствие независимого “я”? Что такое “Отсутствие незави-

симого “я”? Это значит, что нет такой Наташи, которая не опиралась бы ни на какие причины и условия. Существование Наташи опирается на её скандхи, опирается на то, что этим скандхам присвоено имя “Наташа”, и мы не можем сказать, что существование Наташи происходит вне зависимости от причин и условий. В этом смысле мы и говорим об отсутствии независимого “я”. Вот это и есть четыре аспекта, в которых мы рассматриваем Истину о страдании.

Истину о страдании нужно рассматривать для того, чтобы понять самому, что это такое. Нужно стараться усвоить это самому. Это важно.