

ESSENCE OF THE HEART SUTRA: The Dalai Lama's Heart of Wisdom Teachings by H.H. the Dalai Lama, trans. & ed. by Thupten Jinpa The Heart Sutra is a presentation of profound wisdom on the nature of emptiness and selflessness, but these terms can be easily misunderstood. Here, the Dalai Lama identifies misconceptions and shows how an understanding of emptiness leads not to nihilism, but to a view of reality and to a deep and compassionate understanding. Masterfully edited by Thupten Jinpa, this book includes an overview of Buddhism. Includes the complete text of the Heart of Wisdom teachings given over several days in 2001 by the Dalai Lama in San Jose. "In this volume, the Dalai Lama demonstrates how the core teachings of Buddhism and other major schools of thought are contained within the text of the Heart Sutra. [In fact,] the worldview in these ancient teachings has an eerie resemblance to the world as described by 20th-century quantum physics. ... With his usual penetrating intelligence, simple humanity, humor and compassion, he advocates that we should maintain our own spiritual traditions (Hindu, Christian, etc) while learning from others. 'In family life, social life, working life, and political life, inner disarmament is, above all, what humanity needs.'"-- NAPRA ReView

http://www.boeddhistischeboeken.nl/index.php?main_page=pubs_product_book_info&products_id=45

Тхуптен Джинпа "Сущность Сутры сердца: учения Далай-ламы о Праджняпарамите"

Предисловие редактора

Этот краткий буддийский текст, озаглавленный *Праджняпарамита хридайя*, или *Сердце запредельной мудрости* и послуживший основой для учений Его Святейшества Далай-ламы, представленных в настоящей книге, является одним из самых священных текстов буддизма Махаяны, традиции, получившей широкое распространение в Индии, Китае, Тибете, Японии, Корее, Монголии, Вьетнаме и во многих областях Центральной Азии, включая некоторые части территории современного Афганистана. На протяжении более двух тысячелетий этот текст играл чрезвычайно важную роль в религиозной жизни миллионов буддистов. Его заучивали наизусть, повторяли вслух, изучали и использовали в качестве основы для медитации те, кто устремлялся к достижению цели, сформулированной в Махаяне как обретение *совершенства мудрости*. Даже сегодня эту сутру читают на распев в тибетских монастырях особенным по глубине звука обертонным пением, распевают в такт ритмичным ударам барабана в японских храмах Дзен, поют на мелодичный мотив в китайских и вьетнамских храмах.

На протяжении веков толкование тонкостей смысла различных отрывков этого священного текста, кратко называемого *Сутра сердца*, произвело на свет многочисленные комментаторские трактаты. В изложении Его Святейшества мы вплотную сталкиваемся с богатой историей текстуального толкования, существующего в такой великой духовной традиции, как буддизм. Рассуждения Далай-ламы представлены в данной книге столь рельефно, что она может стать обстоятельным введением в самую суть буддизма Махаяны.

Сутра сердца исторически принадлежит к хорошо известному классу буддийской канонической литературы, включающему в себя сутры *Праджняпарамиты*, или Совершенной мудрости, которые, по предположению выдающегося европейского востоковеда Эдварда Конзе, посвятившего большую часть своей жизни переводу этих текстов, были составлены в период примерно с I в. до н. э. до VI в. н. э.¹ На первый взгляд, главной их темой является совершенство мудрости, состоящее в глубоком проникновении в понимание пустоты как философской категории буддизма. Однако, как можно видеть из рассуждений Далай-ламы, а также из приведённого в приложении тибетского комментария XV в., посвящённого

разъяснению этой сутры, возможен ещё и более глубокий, «скрытый» уровень понимания данного текста, в котором раскрываются последовательные стадии духовного развития, достигающего своей высшей точки в обретении полного просветления. Более того, эти комментарии также демонстрируют, что глубочайший смысл *Сутры сердца* приводит нас к фундаментальному мотиву духовного поиска буддиста Махаяны — альтруистическому намерению достичь состояния будды ради блага всех живых существ. Другими словами, центральной темой сутр Праджняпарамиты является обретение глубокого единства мудрости и сострадания.

Читатель, незнакомый с традицией Махаяны, возможно, будет озадачен тем, что такой текст как *Сутра сердца*, чьё основное содержание состоит в последовательности отрицающих высказываний, может стать для огромного числа людей источником столь глубокого духовного устремления. Чтобы разрешить это недоумение, необходимо иметь некоторое понимание той роли, которую играют в этих буддийских писаниях отрицательные языковые конструкции. С самых ранних времен своего формирования суть буддийского учения сводилась к обретению свободы от удерживаемой нами веры в некую определенность и неизменность воспринимаемой реальности, будь то реальность внешнего мира или внутреннего мира нашего собственного личного бытия. Согласно буддийскому учению, источником страданий является глубоко укоренённая в нас склонность крепко держаться за представление о неизменной вещественности окружающего мира, невзирая на то, что такое мнение никак не соответствует действительности, а также стремление к утверждению подлинности существования собственного ограниченного «я». Наша привязанность именно к этим представлениям приводит к разладу во взаимодействии как с другими людьми, так и с миром вокруг нас. Поскольку такая тенденция глубоко укоренена в нашем уме, ничто, за исключением полного изменения собственного наивного представления о своём «я» и о мире не может привести к истинной духовной свободе. Содержащееся в *Сутре сердца* категорическое отрицание подлинного и независимого самобытия всех вещей, и в особенности наших пяти *скандх*, или «психофизических совокупностей», можно рассматривать не только как развитие этой основополагающей буддийской мудрости, но и её наивысшее проявление. Такова причина глубочайшего благоговения, которое испытывают перед этим текстом последователи буддизма Махаяны.

В дополнение к использованию этой сутры как основы для глубокого медитативного созерцания пустоты, её часто начитывают и в целях преодоления различных факторов, препятствующих духовному росту. Например, в тибетской традиции принято читать этот текст перед началом каждой учебной сессии. Я с теплотой вспоминаю то чувство предвкушения, которое возникало у меня, тогда ещё подростка, когда множество монахов и мирян, посещавших учения Далай-ламы в индийском городе Дхарамсала в начале 1970-х гг., вместе читали вслух *Сутру сердца*. Это начитывание заканчивалось словами пожелания: «Пусть все препятствия будут устранены, пусть больше не будет препятствий, пусть они будут умиротворены», сопровождавшимися троекратным хлопком в ладоши. Идея такого действия состоит в том, что большая часть наших так называемых «препятствий» на самом деле есть результат глубоко укоренившейся в нас привязанности к собственному ограниченному представлению о своем существовании и порождаемого этой привязанностью эгоцентризма. Глубоко размышляя над пустотной природой всех вещей, мы устраняем саму основу для укоренения в себе так называемых препятствий. Такая медитация на пустоту, часто проводимая на основе начитывания *Сутры сердца*, считается мощным методом преодоления негативных обстоятельств².

Мне выпала огромная честь быть переводчиком учения Его Святейшества Далай-ламы, посвященного этому священному буддийскому тексту. Я чувствую, что в этой скромной мне роли предоставлена драгоценная возможность принять участие в благом деле — помочь множеству людей, и особенно миллионам моих братьев-буддистов по всему миру, по достоинству оценить глубокий смысл этого краткого священного текста.

Однако есть много других людей, чья роль была очень важной, и даже необходимой для успеха данного проекта. Во-первых, и в первую очередь, я бы хотел выразить своё глубокое восхищение Его Святейшеству Далай-ламе за то, что он неизменно являет собой великий пример воплощения самой сути учения Будды. Я благодарю *Фонд сохранения традиции Махаяны* (FRMT), и особенно его духовного главу, досточтимого Сопу Ринпоче, а также его центр *Земля Будды Медицины* за организацию учений Его Святейшества в Маунт Вью, Калифорния, расшифровки которых образуют основу данной книги. Дополнительный материал был почерпнут из беседы о *Сутре сердца*, которую Его Святейшество провел в 1998 г. Спонсором этого мероприятия выступил центр *Дхарма трех рек* (Three Rivers Dharma) в Питтсбурге, Пенсильвания. Я благодарю также Патрика Ламбелета за первоначальную редакцию, Джина Смита за то, что он нашел тибетский текст комментария Джамьянга Гевея Лодро, а также Дэвида Киттельстрома и Джоша Бартока, редакторов из *Wisdom Publications*, чья помощь была неоценима в приведении английского текста этой книги в ясный и читабельный вид. Пусть заслуги, накопленные в результате таких усилий, помогут облегчить страдания всех существ а нам — создать более спокойный мир.

Тхуптен Джинпа, Монреаль, 2002

Часть I

Буддизм в общекультурном контексте

ГЛАВА 1

Стремление к внутреннему развитию

Время всегда движется вперед. С каждой секундой, начиная с момента своего рождения, каждый из нас приближаемся к концу, к собственной смерти. Такова природа как людей, так и всей Вселенной. Для нас, как для чувствующих и разумных существ, очень важно постоянно проверять и исследовать самих себя, видеть, как мы проживаем каждый момент своей жизни. Что касается меня самого, то большая часть моей жизни уже прошла. Но хотя я — ленивый практик буддизма, тем не менее, мне видно, что каждый год в моей жизни происходит какой-то прогресс. Главным образом я пытаюсь быть подлинным последователем Будды Шакьямуни и хорошим буддийским монахом. Конечно, даже буддийские монахи совершают ошибки в своей жизни и практике, но я полагаю, что сделал некоторый вклад в этот мир, в котором мы все живём, и особенно в сохранение культуры тибетского Буддизма. В духовных вопросах мы не должны позволять себе слишком легко испытывать чувство удовлетворенности собой, поскольку воистину нет предела развитию нашего духовного потенциала. Все мы — любой из нас — имеем бесконечный потенциал развития и можем достичь состояния будды. Ум, который мы наблюдаем в себе в данный момент, бывает преисполнен неведения и страдания, но со временем он может преобразоваться в ум просветленного существа, будды. Удовлетворённость следует испытывать в том, что касается нашего материального благосостояния. Но поскольку наш духовный потенциал беспределен, а продолжительность жизни ограничена, то, обладая этой драгоценной человеческой жизнью, мы должны прилагать все усилия, чтобы с наибольшей пользой использовать имеющийся у нас небольшой запас времени.

Все мы люди, а потому не чужды друг другу. Какими бы мы ни были, между нами нет фундаментальных различий. Любой человек испытывает множество эмоций; одни эмоции помогают, другие мешают нам. То же самое верно как в отношении меня, так и любого другого человека. В череде своих вечно меняющихся переживаний мы все испытываем различные эмоции — то гнев, то ревность, то любовь, то страх. Мы обдумываем множество мыслей; можем анализировать и рассматривать как долгосрочные, так и ближайшие планы на свою жизнь. Наши переживания связаны с различными видами восприятия: цвета, запаха, вкуса, осязания, звука, а также самого сознания. Все это проявляется в каждом из нас сходным образом.

Конечно, между людьми можно обнаружить и различия. У каждого есть свой собственный, уникальный, индивидуальный опыт. Например, у вас могут иметься навыки работы с компьютером, тогда как у меня таких навыков нет совсем. Аналогичным образом, поскольку у меня нет математического образования, я могу испытывать большие трудности с решением задач, которые, возможно, не составляют трудности для вас. Но эти различия в индивидуальном опыте относительно малы. Возможно, мы также придерживаемся разных убеждений в отношении устройства Вселенной, природы реальности или в сфере религии. Различия в понимании могут существовать даже в рамках одного убеждения, в рамках одной религиозной традиции. Но эти различия, подобно различиям в жизненном опыте, малы и незначительны по сравнению с общностью нашей человеческой сути. Все мы являемся людьми — мыслящими, ощущающими и осознающими, населяем одну и ту же планету, являемся членами одной большой человеческой семьи. Это и есть то общее, что нас объединяет.

Я также считаю, что некоторые человеческие переживания имеют универсальный характер. Например, когда кто-то улыбается вам, вы чувствуете радость. Точно так же я счастлив, когда вы улыбаетесь мне. И вы, и я стремимся к тому, что, как нам кажется, является благом для нас, и по возможности избегаем того, что может нам навредить. Таковы основные свойства человеческой природы.

В сфере внешнего материального мира мы понимаем, что хорошо для нас, а что нам во вред. Затем, на основе тщательного рассмотрения и ясного понимания, мы пытаемся построить радостную, успешную, счастливую жизнь, которая, как все мы полагаем, принадлежит нам по праву рождения. Точно так же и в обширном пространстве наших мыслей и эмоций мы должны производить тщательное исследование для выработки ясного понимания того, что вредно, а что полезно. Таким образом, нам следует стараться усиливать положительные и ослаблять отрицательные стороны своего ума. От всего положительного, что существует в нашем уме, наше счастье возрастает, а от всего отрицательного — уменьшается. Таким образом, ясное понимание устройства нашего внутреннего мира имеет для нас первостепенную важность.

Счастье невозможно обрести посредством изменения одних лишь материальных условий нашего существования, поэтому нам необходимы другие средства, при помощи которых мы сможем осуществить свои устремления. Все мировые религии предлагают для этого свои средства, но я глубоко убежден, что их можно разработать и независимо от какой бы то ни было конкретной религии или системы верований. Прежде всего, требуется осознать наличие в себе безграничного потенциала, и научиться его использовать. Даже современная наука существует признаёт существование взаимосвязи между телом и умом, а также занимается исследованием того, как именно настрой ума влияет на физическое здоровье и благополучие.

У нас есть одна очень важная способность, позволяющая обрести счастье и преодолеть страдание, — это наш разум. Благодаря ему мы можем избавиться от страданий и обрести счастье, но он может также создавать проблемы. Используя свой ум, мы строим дома и выращиваем урожай, но его существование является основой для возникновения беспокойства и страха. Благодаря своему уму мы помним прошлое, и он же позволяет нам устремлять свой взор в будущее и видеть там как положительное, так и отрицательное. Несомненно, мы не можем преодолеть все несчастья посредством обретения одного лишь физического комфорта; в конечном итоге, все проблемы, будучи порождением нашего ума, могут быть устранены лишь самим этим умом. Поэтому так важно правильно применять свой ум.

А для этого следует объединить его с тёплым, открытым сердцем. К своей способности мыслить нам необходимо добавить чувство сострадания, заботы друг о друге и стремление к взаимному участию. Эти качества преобразуют ум в мощную позитивную силу, становится шире и просторнее, и даже если в нашей жизни случаются несчастья, они не в силах полностью разрушить наш покой. Будучи людьми, мы, по своей природе, являемся социальными существами, а потому наше счастье и даже само выживание зависят от способности к взаимодействию и сотрудничеству. Когда умом руководят положительные эмоции, он становится конструктивным. Теплое, сострадательное сердце является основой для покоя ума; без этого мы всегда будем испытывать дискомфорт и беспокойство.

Гнев и ненависть уничтожают в человеке его внутренний покой. Сострадание, прощение, чувства общечеловеческой общности, удовлетворённости, самодисциплины — все это основа как для внешней невозмутимости, так и для внутреннего покоя. Только через усиление этих благих качеств может развиваться подлинная и устойчивая умиротворенность. Вот что я подразумеваю под духовным развитием. Иногда я также описываю его как своего рода «внутреннее разоружение». На всех уровнях нашего существования: в семейной и социальной жизни, на работе и в политике, внутреннее разоружение — это именно то, в чем больше всего нуждается человечество.

ГЛАВА 2

Религия в современном мире

Множество учений, множество путей

Обретение подлинной реализации не зависит от следования какой-то конкретной религии или приверженности определённому убеждению. Однако многие люди добиваются изменения себя именно в рамках какой-то определенной религиозной практики или веры. Когда мы находимся в изоляции друг от друга, до нас порой доходят искаженные картины традиций или убеждений, иных, чем наши собственные. Тогда мы можем решить, что наша собственная религия, так или иначе, является единственно верной. Я и сам придерживался подобных взглядов до того, как покинул Тибет и ближе познакомился с другими религиями и их религиозными лидерами. В конечном итоге я пришел к выводу, что все традиции обладают великим потенциалом и могут играть очень важную роль в принесении пользы человечеству. Все мировые религии владеют инструментами для обращения к нашему основополагающему устремлению преодолеть страдание и взрастить счастье. В этой главе мы подробнее рассмотрим эти инструменты.

Некоторые религиозные учения содержат утонченный философский анализ, в основе других лежат обширные нравственно-этические учения, третьи в большей степени делают ударение на вере. Однако, если мы приглядимся к учениям основных мировых вероисповеданий, то сможем различить два основных измерения религии. Одно из них можно было бы назвать метафизическим или философским; оно объясняет, почему мы такие, какие мы есть, и с какой целью нам предлагается выполнять те или иные религиозные практики. Другое измерение относится к практике нравственности или этической дисциплине. Можно было бы сказать, что этические учения религиозной традиции — это выводы, находящие своё подтверждение и обоснование в метафизическом или философском рассмотрении. И хотя мировые религии сильно отличаются в плане метафизики и философии, однако выводы, к которым приходят эти отличающиеся друг от друга философии, — то есть их этические учения — демонстрируют высокую степень сближения. В этом смысле мы можем сказать, что независимо от каких бы то ни было метафизических объяснений, используемых религиозными традициями, все они приходят к схожим выводам. Философии всех мировых религий тем или иным образом придают особое значение любви, состраданию, терпимости, прощению и самодисциплине. Через межконфессиональное и межличностное общение, через сотрудничество и взаимное уважение мы можем научиться ценить полезные качества, составляющие основу проповеди всех религий, а также те способы, которыми все они могут принести благо человечеству.

В каждой религиозной традиции можно встретить последователей, которые из глубокого чувства любви и сострадания искренне желают благополучия другим людям. За последние несколько десятилетий я повстречал множество представителей разнообразных духовных традиций, — христиан, индуистов, мусульман и иудеев. И в рамках каждой религии можно обнаружить очень добросердечных и здравомыслящих людей — таких как мать Тереза^а, полностью посвятившая себя помощи беднейшим из бедняков мира или д-р. Мартин Лютер

^а Мать Тереза, Тереза Калькуттская (в миру — Агнесса Гонджа Бояджиу 1910–1997), — католическая монахиня, известная своей благотворительной деятельностью. Родилась 27 августа 1910 г. в македонском городе Скопье. В 1931 г. приняла постриг в монашеском ордена «Ирландские сестры Лорето» с именем Тереза и вскоре была направлена в Калькутту. В 1946 г. получила от руководства ордена разрешение помогать бедным и обездоленным Калькутты, а в 1948 г. основала там общину Ордена милосердия, деятельность которого направлена на создание школ, приютов, больниц для бедных и тяжелобольных людей, независимо от их национальности и вероисповедания. В 1979 г. Терезе Калькуттской была присуждена Нобелевская премия мира «За деятельность в помощь страждущему человеку». Умерла в 1997 г. в возрасте 87 лет. В 2003 г. причислена Католической Церковью к лику блаженных (беатифицирована). — *Прим. ред.*

Кинг^b, который отдал жизнь ненасильственной борьбе за равноправие. Очевидно, что все религиозные традиции содержат в себе возможность выявлять лучшее из того, что есть в человеке, и всё же для достижения этой цели в них применяются разные подходы.

Поэтому мы можем задать вопрос: «Почему так получается? Почему среди мировых религий имеется такое разнообразие в понимании и решении метафизических и философских проблем?» Такое разнообразие подходов можно обнаружить не только при сравнении различных религий, но даже внутри каждой из них. И в рамках буддизма имеется огромное множество различных школ и течений. Можно обнаружить, что в тех учениях Будды, которые носят более выраженный философский характер, это разнообразие проявляется более отчётливо, иногда до такой степени, что они кажутся противоречащими друг другу!

Я думаю, это указывает на одну из самых важных истин о духовных учениях: они должны подходить именно для тех, кому преподаются. Будда видел разнообразие предрасположенностей, духовных склонностей и интересов своих учеников, и знал, что в разных случаях излагать учение следует по-разному. Не важно, сколь глубоким и мощным может быть данное учение или сколь «правильным» философское воззрение; если изложение является неподходящим для слушающего, оно не принесет никакой пользы. Поэтому искусный духовный учитель оценивает пригодность данного учения для конкретного человека и учит соответственно этому.

Здесь можно провести аналогию с использованием лекарства. Антибиотики, к примеру, обладают огромной целительной силой, поэтому они помогают при лечении самых разных заболеваний, но, например, совершенно бесполезны при лечении сломанной ноги. Сломанная нога прежде всего должна быть как следует зафиксирована. Более того, даже в тех случаях, когда лечение антибиотиками действительно необходимо, превышение дозы может оказаться губительным для пациента.

Подобным же образом, сам Будда, зная разнообразие предрасположенностей, интересов и способностей своих последователей, давал им различающиеся друг от друга учения. Рассматривая все мировые религии в этом ключе, я чувствую глубокую уверенность, что все традиции полезны, и каждая из них особым образом служит нуждам своих последователей.

Давайте посмотрим на эти сходства с другой стороны. Не все религии утверждают существование Бога-творца; но в тех, которые это постулируют, подчёркивается, что набожный человек должен любить Бога всем своим сердцем. Как мы можем определить степень искренности чьей-то любви к Господу? Несомненно, для этого следует рассмотреть поведение этого человека и его отношение к своим братьям-людям, к остальным созданиям Бога. Если кто-то демонстрирует неподдельную любовь и сострадание в отношении других людей, видит в них своих братьев и сестер, а также испытывает такие же чувства в отношении всей Земли, тогда, я полагаю, мы можем быть уверены в том, что этот человек таким образом свидетельствует подлинность своей любви к Богу. Ясно, что когда кто-то действительно принимает весть Бога, он стремится подражать любви Творца к человечеству. И наоборот, весьма сомнительна вера того, кто заявляет о ней на словах, но при этом не проявляет ни любви, ни сострадания в отношении других людей. Рассматривая это с такой точки зрения, мы видим, что подлинная вера в Бога является мощным средством развития любви и сострадания.

Рассмотрим другой аспект мировых религий, веру в прошлую или будущую жизнь. Не все религии утверждают существование таких вещей. Некоторые религии, подобно христианству, признают, что человека ожидает следующая жизнь на небесах или, возможно, в аду, но не признают наличия прошлой жизни. Согласно христианскому воззрению, данная

^b Мартин Лютер Кинг (Martin Luther King, 1929–1968) Американский священник и общественный деятель, лидер движения за гражданские права черного населения Америки в 1950–1960-х годах. Родился 15 января 1929 г. в Атланте (шт. Джорджия), в семье баптистского священника. Был убит в Мемфисе в апреле 1968 г. во время выступления с речью.

жизнь, та, которую мы проживаем прямо сейчас, создана непосредственно Богом. Я хорошо могу представить себе, что такая вера наделяет человека чувством глубокой близости к Богу. Конечно, зная о том, что наша жизнь является непосредственным творением Бога, мы можем из такого понимания развить чувство глубочайшего почтения к Богу и желание прожить свою жизнь в строгом соответствии с намерениями Господа о нас, реализуя тем самым свой наивысший человеческий потенциал.

В других религиях особое ударение делается на личной ответственности каждого человека за всё, что мы создано им в своей жизни. Такая вера также может быть очень эффективной помощью в развитии человеческой способности к добродетели, ибо она требует от своего последователя чувства полной ответственности за свою жизнь, за все последствия собственных действий. Те люди, которые искренне так думают, станут более дисциплинированными и возьмут на себя всю ответственность за практику любви и сострадания. Итак, несмотря на то, что подход в различных традициях разный, результат может быть более или менее одинаковым.

Следование своей традиции

Когда я размышляю таким образом, растёт моё восхищение перед великими мировыми религиями, и я могу глубоко оценить их полезность. Становится понятно, что эти религии служили духовным нуждам миллионов людей в прошлом, продолжают это делать в настоящем и будут это делать в будущем. Осознавая это, я поощряю людей к сохранению их собственной религиозной веры, даже если они пытаются учиться у других традиций, таких как буддизм. Изменение своей религии — это серьёзный вопрос, и к нему не следует относиться легкомысленно. В связи с тем, что различные религиозные традиции развивались в конкретных исторических, культурных и социальных условиях, данная религия может наиболее подходить человеку, выросшему в конкретной социальной и культурной среде. Только сам человек знает, какая именно религия является для него наиболее подходящей. Поэтому жизненно важно не обращать других в свою веру, пропагандируя только свою собственную религию и утверждая, что лишь она одна является наилучшей и самой правильной.

Именно по этой причине я часто испытываю некоторую озабоченность когда даю буддийское учение на Западе людям, выросшим в иной религиозной среде. Я вовсе не хочу пропагандировать буддизм. Тем не менее некоторые могут увидеть в буддизме то, что им подходит больше всего, метод развития, являющийся для них наиболее эффективным. Но даже если такой человек начинает рассматривать вопрос о принятии учения Будды, очень важно, чтобы он тщательно ознакомился с этим учением и принял взвешенное решение. Только после глубокого обдумывания и тщательной проверки можно действительно определить, что буддийский подход является для него наиболее подходящим и эффективным.

Я считаю, что лучше иметь хоть какую-то веру, хоть какое-то более или менее глубокое убеждение, чем никакого вообще. И я твёрдо уверен в том, что человек, заботящийся только об этой жизни и лишь о достижении чисто мирских целей, никогда не сможет достичь продолжительного счастья на основе такого чисто материалистического подхода. Будучи молодым, физически и умственно здоровым, человек может почувствовать себя совершенно самодостаточным, поверить, что всё происходящее находится под его полным контролем, и в результате счесть более глубокое понимание жизни и более глубокую веру совершенно ненужными. Но время приносит перемены, люди болеют, стареют и умирают. Такие неизбежные события или, возможно, какая-то неожиданная трагедия, которую невозможно устранить одними лишь мирскими средствами, могут привести человека к ясному пониманию ограниченности мирского целеполагания. В этих обстоятельствах более подходящим может оказаться обращение к духовности, например, в её буддийском понимании.

Уважение к другим религиям

В нашем мире с его разнообразием религиозных традиций для последователей разных религий очень полезно развивать основанное на диалоге подлинное уважение к духовным традициям друг друга. Необходимо, чтобы в начале такого диалога все участники полностью признали не только многочисленные области сближения между различными вероисповеданиями, но также, что более важно, уважали различия между ними. Более того, следует учитывать также конкретные причины и условия, которые приводящие к такому многообразию, а именно — исторические, культурные, социологические и даже личностные факторы, которые влияющие на развитие религиозных взглядов. Всё это поможет нам понять, *почему* появилась та или иная религия. Затем, выяснив различия и истоки, мы смотрим на религии с другой точки зрения: как различные религиозные философии и практики могут привести к схожим результатам. Вступая таким образом в межконфессиональный диалог, мы развиваем подлинное уважение к различным религиозным традициям.

На самом деле, возможны два вида межконфессионального диалога: происходящий исключительно на академическом уровне и касающийся в первую очередь интеллектуального понимания различий и сходств между религиями, и другой, который происходит между подлинными практиками различных традиций. Согласно моему собственному опыту, этот последний вид диалога был особенно полезен для углубления моего собственного понимания других традиций и развития уважения к ним.

Межконфессиональный диалог — это только один из способов прийти к религиозному взаимопониманию. Большую помощь в этом могут оказать также паломничества и путешествия по священным местам различных традиций, и, если это возможно, совместная молитва или просто коллективная молчаливая медитация. Когда у меня появляется такая возможность, я посещаю места паломничества, священные для людей разных вероисповеданий. Так я побывал в храмах Иерусалима, в святилище Лурд во Франции^а и в различных святых местах Индии.

Многие религии способствуют поддержанию мира и гармонии во всём мире. Поэтому для понимания ценности различных учений людям важно видеть, как религиозные лидеры разных традиций собираются вместе и говорят об этом с одной трибуны .

Епископ Десмонд Туту^б, из Южно-Африканской Республики напомнил мне ещё об одном способе поделить друг с другом силой, проистекающей из следования религии. Когда в мире случается бедствие или большое несчастье, люди различных верований могут объединиться, чтобы помочь потерпевшим, выявляя тем самым в действии самую суть каждой религии. Это замечательная идея, и более того, на практическом уровне такая совместная работа предоставляет чудесную возможность людям различных традиций лучше узнать друг друга. Я обещал епископу Туту, что в будущих обсуждениях межконфессионального обмена я упомяну об этом, и теперь выполняю данное ему обещание.

Итак, есть методы, и есть основания для установления диалога и достижения гармонии между религиями. Обретение такой гармонии является жизненно важным делом, потому что без нее может возникнуть отчуждение, в результате которого люди станут все более отдаляться друг от друга. В конечном итоге такое отчуждение приводит к враждебности и возникновению конфликтов, в результате которых происходят кровопролития и войны. Причиной вооруженных конфликтов часто становятся религиозные различия или религиозная нетерпимость. Но по самой своей природе религиозность должна устранять враждебность, ослаблять конфликты и приносить мир. Это очень трагично, когда

^а Лурд (фр. Lourdes) — город во Франции, деп. Верхние Пиренеи, один из наиболее популярных в Европе центров паломничества. 11 февраля 1858 года возле этого города четырнадцатилетней местной жительнице Бернадетте Субиру явилась Дева Мария. — *Прим. ред.*

^б Десмонд Туту (Desmond Mpilo Tutu) — архиепископ Кейптаунский Англиканской церкви и первый чернокожий епископ в ЮАР, активный борец с апартеидом, лауреат Нобелевской премии мира 1984 года. Родился в 1931 году в Клерксдорпе (провинция Трансвааль, ЮАР). — *Прим. ред.*

сама религия становится ещё одной причиной для вражды. Когда такое случается, религия теряет для человечества всякую ценность и становится даже вредной. И всё же я не думаю, что мы должны покончить с религией; религиозность может стать правильной основой для установления мира между людьми на Земле.

Кроме того, несмотря на большой технологический прогресс и значительное улучшение качества жизни, мы неизбежно сталкиваемся с трудностями, которые нельзя разрешить технологией или деньгами: это чувства беспокойства и страха, гнев или печаль при потере или расставании. Вдобавок ко всему, у нас имеется множество повседневных поводов для неудовольствия; не знаю, как у вас, но у меня они определённо есть.

Таковы фундаментальные аспекты человеческого бытия, оставшиеся неизменными на протяжении тысяч, и, возможно, даже миллионов лет. Такие проблемы преодолеваются только посредством успокоения ума, и все религии предлагают те или иные методы их решения. Так что даже в двадцать первом веке различные религиозные традиции продолжают играть очень важную роль — они обеспечивают нам покой ума.

Такова важнейшая роль религии в жизни человечества: установление мира внутри человека и между людьми на планете. Для достижения этой цели очень важно создать гармоничные отношения между различными религиозными традициями.

Необходимо учиться друг у друга

Я вовсе не рекомендую, чтобы человек отвергал свою родную религию, однако считаю, что последователь одной религиозной традиции может включить в свою духовную практику некоторые методы духовного развития, имеющиеся в других традициях. Например, некоторые мои христианские друзья, оставаясь глубоко преданными своей собственной вере, используют практиковавшиеся ещё в древней Индии методы развития однонаправленности ума через медитативную концентрацию. Они также заимствуют некоторые методы буддизма для тренировки ума посредством медитации, визуализаций, связанных с развитием сострадания, и практики, помогающие развивать терпение. Эти благочестивые христиане, оставаясь глубоко преданными своей собственной духовной традиции, осваивают аспекты и методы, заимствованные из других учений. Я думаю, что это приносит им пользу и является мудрым подходом.

Возможно также и обратное влияние. Буддисты могут включать в свою жизнь элементы христианства, например, традицию общественного служения. В христианском монашестве имеется обширная история социальной работы, в частности, в области здравоохранения и образования. В деле служения всему человеческому сообществу и выполнения социальной работы буддизм сильно отстает от христианства. Один из моих немецких друзей, сам будучи буддистом, поделился со мной таким наблюдением: за последние сорок лет в Непале было отстроено много больших тибетских монастырей, но эти монастыри построили всего лишь несколько больниц и школ. Он отметил, что если бы это были христианские монастыри, вместе с увеличением их числа непременно возросло бы также количество школ и учреждений здравоохранения. Буддист может только согласиться с таким замечанием.

Буддисты определённо могут многому поучиться у христианского служения. С другой стороны, некоторые из моих христианских друзей выказывают глубокий интерес к буддийской философии пустоты. Этим христианским братьям и сестрам я всегда говорю, что учение о пустоте, о том, что все вещи лишены какого-либо абсолютного и независимого самобытия, присуще лишь буддизму, и поэтому, возможно, для человека, искренне следующего христианству не следует слишком глубоко погружаться в этот аспект буддийского учения. Причина состоит в том, что глубокое понимание буддийского учения о пустоте может подорвать веру человека в Творца как в абсолютное, независимое и вечное Существо, наделенное качествами самобытия.

Многие люди испытывают чувство глубокого почтения одновременно и к буддизму, и к христианству, к учениям как Будды Шакьямуни, так и Иисуса Христа. Развитие глубокого

уважения к учителям и учениям всех мировых религий имеет, несомненно, огромную ценность, и на определённой начальной стадии своего религиозного развития человек может быть, например, одновременно и практикующим буддистом, и практикующим христианином. Но если он следует какому-либо пути достаточно глубоко, то со временем возникнет необходимость принять один духовный путь вместе с его основополагающим вероучением.

Здесь мы можем провести аналогию с получением образования. Мы начинаем с универсального образования; в средней школе и в колледже почти все сначала изучают схожие базовые учебные дисциплины. Но если мы желаем получить профессиональную подготовку или какие-то практические навыки, то сделать это возможно только в какой-то конкретной области. Аналогичным образом, с точки зрения индивидуального духовного практика, по мере того как он углубляется в своем духовном поиске, важной становится практика одной религии и следование одной истине. Итак, при всей важности наличия в человеческом обществе многих путей и многих религиозных истин, для отдельного человека, вероятно, лучше следовать одной истине и одному пути.

ГЛАВА 3

Основы буддизма

Основные характеристики

Как мы только что видели, многие религии содержат в себе ценные пути духовного развития, но для каждого отдельного человека сосредоточение на каком-то одном из них в конечном итоге является более эффективным. Итак, далее я буду говорить о буддизме, религии, в отношении которой у меня имеется собственный личный опыт. Во-первых, давайте рассмотрим вопрос о том, каково место буддизма среди других мировых религий.

Мы можем поделить все мировые религии на две большие группы: теистические религии, утверждающие существование Создателя, и нетеистические религии, которые этого не утверждают. Христианство, иудаизм, ислам и индуизм — это всё примеры теистических религий. Буддизм, джайнизм и одна из ветвей древнеиндийской традиции, называемая Санкхья, представляют собой примеры религий нетеистических.

В рамках нетеистических религий мы снова можем обнаружить две группы: религии, которые утверждают существование *атмана*, вечной души, являющейся единой, постоянной и неизменной сущностью, и те, которые этого не утверждают. Буддизм является единственным примером второго вида. Действительно, именно отрицание неизменного принципа, или вечной души, является одной из основных характеристик, отличающих буддизм от всех прочих нетеистических традиций.

Рассматривая древнеиндийские духовные традиции, мы также можем классифицировать их иным образом: на те, что содержат учение о перерождении и реинкарнации, и те, в которых такое учение отсутствует. В рамках первой группы мы можем провести ещё одно разделение: одни помимо веры в перерождение содержат также учение об освобождении из цикла перерождений, а другие отрицают такую возможность. Буддисты верят и в перерождение, и в возможность освобождения, которую на санскрите мы называем *мокша*.

Кроме того, среди тех, кто допускает возможность освобождения, есть те, которые понимают освобождение как достижение какого-то иного внешнего плана бытия, и те, которые рассматривают освобождение как реализацию определённого состояния ума или духа. Буддизм понимает освобождение от перерождения именно как достижение определённого состояния ума. Учитывая все эти различия, тот цикл учений, которые я представляю здесь, есть учения буддизма.

Будда

Согласно общепринятому мнению, духовная традиция, которая известна как буддизм, начала своё развитие более 2500 лет назад. Однако между буддийскими учеными существуют расхождения во мнении относительно точного времени рождения исторического Будды, Сиддхарты Готамы Шакьямуни. Большинство западных ученых полагают, что его рождение состоялось приблизительно 2 500 лет назад; некоторые тибетские ученые, как, например, великий Сакья Пандита, считают, что со времени пришествия Будды в мир прошло свыше 3 000 лет; но есть ещё и третье направление научной мысли, сторонники которого утверждают, что Будда жил 2 900 лет назад.

Я, как буддист, нахожу эту неопределённость относительно точных дат жизни основателя нашей традиции, Будды Шакьямуни, несколько обескураживающей. Я убежден, что мы должны с чувством глубокого почтения и уважения подвергнуть еще доступные нам подлинные останки Будды тщательному научному исследованию, с тем, чтобы полностью устранить всякую неясность в этом вопросе.

Но если, оставив в стороне выяснение этих подробностей, мы посмотрим на жизнь Будды Шакьямуни, то увидим, что он прошел через определённый процесс духовного развития. Рожденный как сын царя, он рос в атмосфере роскоши дворца. В определенный момент Будда отказался от своего высокого положения и посвятил шесть лет строгой духовной практике, ведя аскетический образ жизни. Затем он отверг этот путь аскезы как неудовлетворительный, и, сидя под деревом, которое мы называем деревом бодхи, просто погрузился в медитацию, решившись не вставать с этого места до достижения полного просветления и освобождения. В результате такого длительного и трудного пути он в конечном итоге достиг полного, непревзойдённого и совершенного просветления.

Жизнь Будды представляет собой пример очень важного принципа — на пути духовного развития человеку необходимо преодолеть определённое количество трудностей. Мы можем также видеть, как работает этот принцип на примере жизни и других великих религиозных учителей, таких как Иисус Христос или мусульманский пророк Мухаммед. Кроме того, я думаю, что последователи этих учителей, если они желают достичь наивысшей духовной реализации в рамках своей традиции, также должны преодолеть ряд трудностей, претерпевая их с преданностью и выносливостью. Однако некоторые из последователей Будды иногда полагают, возможно, даже не отдавая себе полностью в этом отчета, что «хотя Будда и преодолел все эти трудности, чтобы достичь просветления, тем не менее, лично для меня они на самом деле не так уж и необходимы. Конечно, я могу достичь просветления, совершенно не отказываясь от жизненных удобств». Возможно, такие люди воображают, что они более удачливы, чем Будда, и могут достичь того же самого духовного состояния без каких-либо трудностей или необходимости в самоограничении. Я думаю, что это — ошибка.

Подобно тому, как Будда практиковал аскезу став истинным отшельником, первые ученики Будды также закладывали прочное основание для своей духовной практики, принимая монашество. Поэтому на протяжении всей истории буддизма монашеское сообщество играло важную роль в распространении и дальнейшем развитии учений Будды.

Помимо отрицания необходимости усилий и определённой степени отречения, некоторые люди также ошибочно считают излишними даже нравственно-этические заповеди буддизма по сравнению с «настоящими» учениями Будды. Но если мы рассмотрим этот вопрос повнимательнее, то увидим, что каждая заповедь нравственной дисциплины в буддизме возникает как ответ на определённый этический вызов, на конкретную ситуацию, возникшую в жизни одного из последователей. Таким образом, со временем появились все этические нормы и своды правил поведения для членов монашеской общины, которые, в свою очередь, привели к формированию определённого образа жизни, соответствующего учению Будды. Многие проповеди Будды посвящены также разъяснению философских вопросов с целью углубления практики его последователей и понимания ими морально-этических принципов учения.

Таким образом, мы видим, что пример самого Будды и его первых учеников имеет большое значение для нашего духовного пути. При любой адаптации буддизма к каждой новой культуре, с которой ему приходилось сталкиваться, в нем неизменно сохранялся акцент на нравственности и дисциплине, как на важнейших факторах духовного роста и созревания. И если мы хотим обрести проповеданные в этом учении достижения, а именно однонаправленную концентрацию и глубокое постижение, нам следует также претерпеть некоторые трудности и придерживаться определённого нравственного поведения.

Первый поворот колеса Дхармы

Вскоре после обретения просветления под деревом бодхи, в проповеди, произнесенной в Варанаси, Будда впервые поделился плодами своей реализации. Эта проповедь называется «первым поворотом колеса Дхармы». Слово «Дхарма» здесь относится к самим учениям Будды. Именно в этой проповеди Будда изложил Четыре благородные истины, ставшие основой всего его учения.

Эти четыре истины таковы: Истина о страдании, Истина об источнике страдания, Истина о возможности прекращения страдания и Истина о пути, который ведет к этому прекращению. По сути, Четыре благородные истины говорят о том, что мы все естественно желаем счастья и не желаем страданий, и что страдание, которого мы желаем избежать, возникает в результате ряда причин и условий, последовательности, которая началась ещё до нашего рождения. Исполнившись решимости обрести свободу от страдания, мы должны ясно понимать причины и условия, которые приводят к его возникновению и постараться их устранить. Кроме того, нам следует также ясно понимать причины и условия, которые приводят к счастью, и активно их практиковать. Такова суть Четырёх благородных истин.

Изложив Четыре благородные истины как основу освобождения, Будда затем подробно разъяснил тридцать семь факторов пути к просветлению. Здесь конкретно показано, как применять принципы четырёх благородных истин в повседневной духовной жизни практикующего. К ним прилагается два первичных компонента: однонаправленность ума, или «безмятежное пребывание» (*шаматха*), и «глубокое постижение» (*vipашьяна*). Рассмотрев тридцать семь факторов пути к просветлению с точки зрения этих двух способностей, мы найдем аспекты, относящиеся к каждой из них.

Первые четыре из тридцати семи факторов — это *четыре утверждения в памятовании*:

1. Утверждение в памятовании тела;
2. Утверждение в памятовании чувств;
3. Утверждение в памятовании ума;
4. Утверждение в памятовании феноменов (*дхарм*).

По мере углубления практики этих четырёх видов памятования, человек развивает всё большее усердие в положительной или «благодетельной» деятельности. Так мы переходим ко второму перечню, а именно, к *четырёх правильным усилиям*:

5. Усилие в отказе от негативных поступков в настоящем;
6. Усилие в предотвращении негативных поступков в будущем;
7. Усилие в укреплении уже имеющихся положительных качеств и прошлых добродетельных поступков;
8. Усилие в закладке фундамента будущих добродетельных поступков.

После того, как духовный ученик заложил твёрдое основание памятования и нравственного поведения, он сможет в ещё большей степени развить однонаправленность ума, и приступить к практике медитации, которая невозможна при меньшей способности к сосредоточению. Поскольку эта деятельность требует хорошо развитого и необычно сфокусированного состояния ума, она называется «сверхъестественной». Поэтому следующие четыре фактора — это *четыре сверхъестественные опоры*:

9. Сверхъестественная опора устремления;
10. Сверхъестественная опора радостного усилия;
11. Сверхъестественная опора концентрации;
12. Сверхъестественная опора исследования.

Все первые двенадцать факторов относятся к методам, которые служат для усиления способности практикующего сохранять однонаправленное сосредоточение на избранном объекте медитации. Это, в свою очередь, ведет к укреплению всех прочих духовных способностей человека. Таким образом, далее следуют *пять способностей*:

13. Способность веры;

14. Способность усердия;
15. Способность памятования;
16. Способность медитативного погружения;
17. Способность мудрости, или проникновения в суть.

Когда эти пять способностей разовьются, то они станут *пятью силами*:

18. Сила веры;
19. Сила усердия;
20. Сила памятования;
21. Сила медитативного погружения;
22. Сила мудрости или проникновения.

Когда индивидуум развивает эти силы, он естественно сможет следовать сердцевине буддийского учения, *благородному восьмеричному пути*, то есть практиковать:

23. Правильное воззрение;
24. Правильное мышление;
25. Правильная речь;
26. Правильное действие;
27. Правильный образ жизни;
28. Правильное усилие;
29. Правильное памятование;
30. Правильное сосредоточение.

Последние семь факторов в этом перечне известны как *семь ветвей просветления*:

31. Фактор просветления, состоящий в правильном памятовании;
32. Фактор просветления, состоящий в правильном различении;
33. Фактор просветления, состоящий в правильном усилии;
34. Фактор просветления, состоящий в правильной радости;
35. Фактор просветления, состоящий в правильной удовлетворённости;
36. Фактор просветления, состоящий в правильной концентрации;
37. Фактор просветления, состоящий в правильной равности.

Практика всех тридцати семи аспектов пути к просветлению образует сердцевину практического применения учений Будды о четырёх благородных истинах, а потому в первую очередь относятся к палийской традиции буддизма. Этот слой учения, который можно назвать самой основой буддизма, составляет *Первый поворот колеса Дхармы*.

Двенадцать звеньев взаимозависимого возникновения

На фундаментальном уровне четыре благородные истины представляют собой проявление закона причины и следствия. Будда подробно разъясняет причинную природу Четырёх благородных истин в учении о двенадцати звеньях цепи взаимозависимого возникновения³. В основе этого учения лежит утверждение о том, что все явления — наши переживания, вещи и события — возникают как результат взаимодействия причин и условий. Очень важно обрести ясное понимание этого учения, потому что, как мы увидим в дальнейшем, оно составляет основу учения Будды о пустоте и самую суть *Сутры сердца*. Двенадцать звеньев взаимозависимого возникновения таковы:

1. Неведение;
2. Побуждение (к действию)

3. Сознание;
4. Имя-форма;
5. Шесть способностей-источников восприятия;
6. Контакт;
7. Ощущение;
8. Желание;
9. Схватывание;
10. Становление;
11. Рождение;
12. Старость и смерть.

Последовательность этой цепи причинности, начинающаяся с неведения и заканчивающаяся рождением и смертью, описывает процесс становления *непросветлённого* существования. Если же мы исследуем не возникновение, а наоборот прекращение явлений, порядок рассмотрения будет обратным: начиная с прекращения стрости и смерти, и двигаясь назад через прекращение рождения, и так далее. Такое обратное рассмотрение описывает с точки зрения причинности процесс становления *просветленного* существования. Таким образом, на основе рассмотрения двенадцати звеньев взаимозависимого возникновения можно описать причинные процессы становления как просветленного, так и омрачённого бытия.

В проповеди двенадцатиричной цепи взаимозависимого возникновения Будда учит, что все явления, включая все элементы индивидуального опыта человека, возникают лишь в результате сочетания причин и условий. Это, в свою очередь, может привести нас к пониманию того, что все явления взаимозависимы по своей природе, и их возникновение полностью обусловлено другими факторами и явлениями.

Согласно учению Будды, сам факт того, что всё возникает в зависимости от чего-то иного, чем оно само, с необходимостью означает отсутствие во всех феноменах подлинного и независимого самобытия. Ибо если нечто в самой своей основе является *зависимым от другого*, то в силу логической необходимости, в нём отсутствует собственная, независимая от других явлений природы, то есть оно лишено *независимого* существования. Тем самым мы утверждаем пустотность, отсутствие самобытия во всём, что возникает в результате такой взаимозависимости.

Может возникнуть вопрос, почему так важно понимать, что все явления пусты от какого-либо независимого самобытия? Согласно наставлениям Будды, это имеет большое значение, поскольку тот, кто ясно понимает истинную природу этой пустотности, тем самым освобождается, полностью избавляется от всякого страдания. Итак, как же нам приступить к постижению пустоты? С точки зрения двенадцатиричной цепи взаимозависимого возникновения, корень нашего непросветлённого бытия представляет собой самое первое звено, основополагающее неведение этой пустотности видимого бытия. Буддийская психология содержит множество утонченных и сложных объяснений того, как обнаружить и преодолеть это неведение, но по сути, оно проявляется прежде всего том, что все наши мысли и чувства подвержены действию вредоносных аффектов. И для того, чтобы разобраться в вопросе о том, каким образом понимание собственного неведения может освободить нас от страданий, нам следует прежде всего рассмотреть эти вредоносные аффекты.

Вредоносные аффекты (клеши)

Большая часть буддийской литературы посвящена раскрытию природы и объяснению необходимости преодоления *вредоносных аффектов* психики, называемых на санскрите

клеша^а. В самый момент своего возникновения клеша приводит к немедленному появлению в уме беспокойства и тем самым становится причиной страдания.

Говоря о своём стремлении к обретению счастья и к освобождению от страданий, мы, конечно же, говорим о наших сознательных переживаниях, то есть о желании *переживать* счастье и не *испытывать* страданий. Итак, давайте вкратце рассмотрим природу такого явления, как испытываемые нами *переживания*.

Все сознательные переживания мы можем разделить на две обширных категории: сенсорные восприятия органов чувств, относящиеся к глазам, ушам, носу, языку и телу, и переживания, возникающие в самом уме. *Сознание органов чувств* приносит нам переживание физического дискомфорта, которое мы распознаём как страдание, и физической удовлетворённости, которую мы распознаём как удовольствие. Таким образом, наше чувственное сознание может принести нам определённого рода страдание и радость.

Однако переживание страдания и удовольствия на уровне *ума* намного острее. Рассмотрев себя внимательнее, мы увидим, что бо́льшая часть того, что мы испытываем как несчастье и страдание, имеет своей причиной беспокойство, живущее в наших мыслях и эмоциях. Они же, в свою очередь, являются результатом присущих уму вредоносных аффектов, или *клеш*. В качестве примера можно привести целый ряд испытываемых человеком негативных состояний, таких как жадность, отвращение и ненависть, гнев, гордыня, ревность и т.д. Все эти аффективные состояния психики одним только фактом своего возникновения немедленно приводят ум и чувства в возбуждение. Буддийские тексты перечисляют много классов вредоносных аффектов, такие как шесть первичных и двадцать производных⁴.

Внимательно приглядевшись к своему повседневному опыту, мы сможем точно понять, какую роль вредоносные аффекты играют в нашей жизни. При таком рассмотрении мы можем увидеть: «Сегодня я чувствовал себя очень спокойным и счастливым» или «Сегодня я чувствовал себя чрезвычайно беспокойным и несчастным». Различие между этими двумя наблюдениями состоит в том, что в первом случае наш ум в меньшей степени находился под влиянием *клеш*, тогда как во втором они преобладали. Именно вредоносные аффекты, и только они, приводят наш ум в возбуждение; мы же склонны возлагать вину за своё беспокойство на внешние обстоятельства, воображая, будто несчастными нас делает встреча с неприятными людьми или неблагоприятными событиями. Однако, как указывал живший в Индии в VIII в. великий буддийский учитель Шантидева, когда истинные практики учения Будды сталкиваются с невзгодами, они остаются непоколебимыми и равнодушными, как кусок дерева. Шантидева напоминает нам, что встреча с невзгодами, сама по себе, не обязательно приводит к беспокойству ума; даже посреди бедствий основной причиной нашего несчастья является наш собственный недисциплинированный ум, находящийся под влиянием вредоносных аффектов⁵. Не в силах этого понять, мы позволяем своим аффектам овладеть нами, зачастую не только принимая, но и усиливая их, например, распалаясь от собственного гнева.

Вредоносные аффекты психики по своей природе относительно и субъективны; они не имеют собственной абсолютной или объективной основы. Чтобы яснее это понять, давайте рассмотрим пример пищи, которую мы находим особенно неприятной. Возможно, даже самый вид такой еды беспокоит нас, и в нашем уме возникают омрачающие эмоции

^а Клеши (от санскр. *клиш*: «мучить», «загрязнять», тиб. пуоп mongs,) — омрачающие эмоции или состояния ума, приводящие к страданию.

Перевод понятия *клеша* словом *аффект* основывается на использовании этого термина в современной психологии, возводящей его к англ. *to affect* — воздействовать, оказывать впечатление. В таком понимании *аффект* означает подсознательную эмоциональную и субъективную оценку информации, систематизированной в процессе осознанного восприятия. Такое понимание аффекта близко к определению *клеши* как стабильного, определённым образом окрашенного эмоционального состояния.

В русских переводах буддийской литературы встречаются также и другие варианты перевода термина *клеша*: «омрачённые состояния сознания», «омрачения», «вредоносные эмоции», «загрязнения психики» и др. — *Прим. ред.*

отвращения или брезгливости. Если бы у этих переживаний имелась собственная абсолютная основа в объективной реальности, то усматриваемые нами качества данной пищи, её отвратительность, одинаково переживались бы каждым человеком. То есть, каждый человек всегда реагировал бы на эту пищу с тем же самым отвращением и брезгливостью, что и мы. Но это, конечно же, не так.

Люди одной культуры могут счесть отвратительной пищу, которая в другой культуре считается деликатесом. Мы даже можем «выработать вкус» к еде, обучаясь тому, как получать удовольствие от того, что раньше считали неаппетитным. Всё это открывает нам тот факт, что такая реакция является нашей субъективной проекцией и основа для неё не существует сама по себе ни в одном из воспринимаемых нами объектов.

Давайте рассмотрим другой пример. Каждый из живущих когда-нибудь состарится и умрет. Наступление старости и смерти — непреложный факт нашего существования. Однако многие люди, особенно на Западе, сопротивляются принятию этой реальности. Дело доходит до того, что даже упоминание о возрасте пожилого человека воспринимается как нечто недоброе. Однако во многих странах, например, в Тибете, те же самые явления — старость и смерть — воспринимаются совершенно в ином свете, и преклонный возраст является основой для большего уважения. Таким образом, то, что с точки зрения одной культуры расценивается как отрицательное, в другой является положительным. Но само по себе явление старости не имеет в этом отношении собственных качеств, присущих ему по природе.

На таких примерах мы можем увидеть степень, в которой наш собственный настрой и восприятие меняют для нас переживание различных ситуаций. Наше отношение зависит от наших мыслей и эмоций, а они, в свою очередь, определяются двумя основополагающими противоположными силами: влечением и отвращением. Если мы воспринимаем вещь, человека или событие как нежелательные, нашей реакцией станет отвращение и попытка их избежать. Это отвращение становится основой враждебности и прочих сопутствующих ей негативных эмоций. Если, с другой стороны, мы считаем вещь, человека или событие желательными, нашей реакцией станет влечение и стремление удержать то, что нам нравится. Это влечение становится основой страстного желания и привязанности. Таким образом, основополагающие побуждения — влечение и отвращение — составляют основу нашего взаимодействия с миром.

Если мы поразмышляем над этим, нам станет ясно, что когда мы говорим: «Сегодня я счастлив» или «Сегодня я несчастен», характер конкретного восприятия определяют именно эмоции привязанности или враждебности. Но это не означает, что определение чего-то как желательного или нежелательного по своей собственной природе является омрачением. Мы должны рассмотреть конкретное качество этого влечения или отвращения.

Все наши действия совершаются нами посредством либо нашего тела, либо речи, либо ума. То есть, любое наше действие есть либо совершенный нами поступок, либо сказанное слово, либо продуманная мысль. В буддизме совершённые таким образом действия называют *карма*, что на санскрите и означает просто «действие». Все действия имеют свои последствия; этот закон в буддизме называется *законом кармы* или *законом причин и следствий*. Как известно, Будда учил тому, что нам следует стараться совершать действия с положительными последствиями (создавая благую карму), и при этом воздерживаться от действий, имеющих отрицательные последствия (уменьшая неблагую карму). Определённые действия, например, совершаемые на уровне рефлексов или биологических процессов, находятся полностью за пределами нашего сознательного контроля, и таким образом являются нравственно, или кармически, нейтральными. Однако наши более значимые поступки непременно проистекают из некоего мотива или намерения и являются либо разрушительными, либо созидательными.

Разрушительные поступки мотивированы возбужденными состояниями ума, находящегося под влиянием вредоносных аффектов. На протяжении всей истории человечества именно такие бесконтрольные состояния сознания становились основой всех

разрушительных действий — от самого незначительного, как, например, прихлопнуть муху, до величайших преступлений военного времени. Следует помнить, что неведение само по себе является вредоносным аффектом^а. Это проявляется, к примеру, в том, что нам часто не удается увидеть долгосрочные последствия своих поступков, и мы действуем, исходя из сиюминутных, корыстных побуждений.

Если внимательно рассмотреть чувства сильного вожделения или гнева, можно увидеть, что корень этих переживаний лежит в нашем пристрастном отношении к объекту, на который они направлены. А если продолжить такое рассмотрение на более глубоком уровне, можно обнаружить, что в основе всего этого лежит наша страстная привязанность к чувству своего собственного «я», или к своему эго. Не сознавая пустотности своего «я» и прочих явлений, мы ошибочно схватываем и то, и другое, как нечто самостоятельное, существующее в качестве объективной реальности, наделённое независимым самобытием.

Как разъясняет индийский философ VIII в. Чандракирти в своей работе *Вступление на срединный путь* (Мадхьямакааватара), сначала у нас возникает привязанность к переживанию собственного «я», а затем мы распространяем это чувство на все прочие явления. На основе ощущения своего «я», мы затем цепляемся за прочие вещи как за «свои». Заглянув в свой собственный ум, мы можем увидеть, что чем сильнее цепляние, тем активнее оно производит отрицательные и разрушительные эмоции. Существует очень тесная причинная связь между нашим схватыванием чувства своего «я» и возникновением вредоносных аффектов. Пока мы остаемся под водительством таких ложных представлений, в нас не остаётся места для продолжительной радости; это и означает быть узником в темнице круговорота бытия (*сансары*). Страдание есть ничто иное, как пребывание в рабстве у неведения.

Имеется множество вредоносных аффектов и немало способов их классификации, но три из них, а именно *привязанность*, *гнев* и *неведение*, часто называют *тремя ядами*. Подобно тому, как яд причиняет вред и приносит страдания телу, и даже может стать причиной смерти, эти *клеши* так же причиняют нам мучения, и возможно даже сокращают нашу жизнь.

В конечном итоге, вредоносные аффекты не только причиняют страдания нам самим и окружающим, но также препятствуют достижению счастья. В этом смысле такие состояния ума являются нашими подлинными врагами. Эти внутренние враги даже более губительны, чем мог бы быть любой внешний враг. От внешнего врага иной раз можно по крайней мере спрятаться, но *клеши* следуют за нами неотступно, куда бы мы ни отправились. Более того, внутренний враг всегда остается нашим врагом; и нет ни малейшего шанса, что когда-нибудь наши внутренние враги превратятся в друзей. Нет такого места, куда бы можно было сбежать от внутреннего врага, нет никакого способа заставить его перейти на нашу сторону, и этот враг никогда не прекратит нападать на нас. Итак, что же мы можем сделать?

Устранение причин страдания

Постигая пустоту, ясно воспринимая пустотную природу всех явлений, включая и своё собственное «я», мы получаем возможность освободиться от вредоносных аффектов, а значит и от возникновения неблагой кармы. Так нам удастся ослабить своего «внутреннего врага» и приступить к устранению вреда, причиняемого цеплянием, и порождаемых им эмоций. С момента начала развития понимания пустотной природы «я» и всех прочих феноменов начинается процесс избавления от такого пристрастного схватывания привычных представлений. С момента первого проникновения в пустотную природу собственного «я» и окружающих феноменов, мы начинаем освобождаться от рабства неведения и научаемся избегать атак своего «внутреннего врага». Уменьшая силу пристрастного схватывания, мы постепенно обращаем вспять причинность цепи непросветлённого бытия. Подрывая в себе

^а В этом контексте клешу «неведение» можно определить как своего рода аффект неосознанной страстной вовлечённости в представление об отдельной и независимой сущности внешних объектов и собственного «я». — *Прим. ред.*

веру в независимое и самосущее «я», которая и есть неведение, первое звено цепи взаимозависимого возникновения, мы предотвращаем появление второго звена, и в конечном итоге освобождаемся от всей бесконечной череды жизней, исполненных страдания.

Но что в точности всё это значит? Когда мы приближаемся к знанию о том, что объект нашего схватывания, наше «я», является пустым, нам может показаться, будто это означает полное несуществование нас самих, как индивидуумов с личной идентичностью. Но это, конечно же, не так: наши собственные личные переживания свидетельствуют о том, что мы определённо существуем как деятельные субъекты нашей собственной жизни. Как же тогда следует понимать это постижение отсутствия своего «я»? Что следует из этого постижения? Мы должны достичь полной ясности в понимании того, что отрицанию подлежит *только то «я», которое мы схватываем на уровне представления как реально существующее в силу своей собственной природы*. «Я» как относительное явление^а не отрицается. Это — ключевой аспект учений Будды о пустоте. Без понимания такого различия нельзя полностью понять значение отсутствия «я». Позднее, когда мы приступим к обсуждению *Сутры сердца*, я более подробно разьясню этот момент.

Как же мы развиваем ясное постижение пустоты? Чтобы практиковать буддийский путь, нам необходимо породить глубокое чувство отречения от само\$й природы нашего теперешнего существования, которая характеризуется тем, что наши психофизические совокупности (*скандхи*), находятся под управлением кармы и вредоносных аффектов-клеш. Это непросветлённое существование не только является следствием прошлых заблуждений и омрачений ума, но становится также основой для настоящих и будущих страданий и омрачений. Поэтому мы должны в глубине своего сердца развить устремление освободиться от этого обусловленного существования.

Суть отречения составляет стремление к победе над своим внутренним врагом, вредоносными аффектами. Поэтому «отречение» не сводится к отказу от всего нашего имущества, но касается, скорее, состояния ума. Пока умом движет неведение, в нем не найдется места продолжительному счастью, и мы будем продолжать сталкиваться с чередой проблем. Чтобы остановить этот процесс, необходимо понять саму природу страдания обусловленного существования и развить сильное желание освободиться от него. Таково истинное отречение.

Бесконечная череда страданий, которые мы испытываем в нескончаемом повторении рождений и смертей, называется *сансарой*. Мы отвергаем сансару, чтобы достичь нирваны. *Нирвана* буквально означает «состояние за пределами страданий» и относится к состоянию свободы от круговорота бытия. «Страдания», за пределами которых находится нирвана, — это вредоносные аффекты. Поэтому мы обретаем прибежище в различных духовных состояниях, которые развиваем с целью напрямую противодействовать негативным состояниям ума; именно они защищают нас от вредоносных аффектов. И в конечном итоге, именно в пространстве свободы от вредоносных аффектов мы принимаем своё окончательное прибежище; это — истинная Дхарма.

Стремясь постепенно устранить все вредоносные аффекты, сначала мы устраняем их на грубом уровне, а затем переходим к более тонким. Индийский учитель III в. Арьядева в своём труде *Четыреста строф о срединном пути* выделяет три стадии их преодоления. Он пишет:

В начале пути необходимо отвратиться от неблагих поступков,
В середине — от [пристрастия к своему] «я»,
А в конце — от всех воззрений.
Мудр тот, кто это знает^б.

^а Относительные явления (санскр. samvrita, тиб. kun rdzob) — образ восприятия явлений на относительном уровне обыденного переживания реальности. — *Прим. ред.*

На первой стадии духовной практики человек воздерживается от совершения самых очевидных неблагих поступков тела, речи и ума, таких как «десять недобродетельных деяний»⁷. На второй стадии, достигнув определённой степени способности к воздержанию в отношении этих действий, он бросает вызов самим вредоносным аффектам, применяя против них противоядия. Например, чтобы противодействовать гневу, практикующий развивает в себе любящую доброту, а для противодействия пристрастиям он размышляет о непостоянстве. Эти противоядия помогают уменьшить силу отрицательных эмоций. Однако самым прямым методом преодоления вредоносных аффектов является постижение пустоты. На этой завершающей стадии человек стремится устранить не только сами вредоносные аффекты, но также остаточную склонность к ним, так, что в уме не остается даже следа, который может привести к повторному их возникновению.

Итак, неведение является корнем всех вредоносных аффектов-клеш, а они в свою очередь составляют основу страдания. Неведение и клеши представляют собой истинный источник страдания, а их последствия и есть *само страдание*. Проникновение в пустоту является истинным путём избавления от страданий. И, наконец, свобода, которую мы обретаем посредством развития этой мудрости, является истинным прекращением страдания.

ГЛАВА 4

Великая колесница

Махаяна

Чтобы полностью понять *Сутру сердца*, мы должны увидеть её место в рамках всего буддийского канона. *Сутра сердца* является частью корпуса текстов *Праджняпарамиты* (*Совершенства мудрости*), в который входят исключительно тексты Махаяны (Великой колесницы). Эти махаянские трактаты образуют ядро учений Второго поворота колеса Дхармы. Учения Махаяны основаны на проповедях, произнесённых Буддой преимущественно на Горе грифов. Главной темой учений Первого поворота колеса Дхармы является страдание и пути его прекращения, а в учениях Второго поворота основной упор делается на объяснении пустоты.

В традиции Махаяны есть также учения, составляющие Третий поворота колеса Дхармы. В рамках этих учений мы можем говорить о двух категориях писаний: это толкования на сутры *Праджняпарамиты*, и писания, содержащие учение о природе будды (называемой на санскрите *татхагатагарбха*). Поскольку основной темой текстов *Праджняпарамиты* является учение о пустоте, их истолкование в текстах Третьего поворота первоначально давалось для блага тех духовных учеников, которые хотя в целом и были расположены к пути махаяны, однако на тот момент ещё не имели готовности должным образом понять учения Будды о пустоте как отсутствии самобытия. Если бы такие ученики восприняли значение сутр *Праджняпарамиты* слишком буквально, не разобравшись в их подлинном смысле, существовала бы опасность возникновения у них крайних нигилистических воззрений. Важно понимать, что буддизм вовсе не представляет собой нигилизм в простом философском смысле, и учение Будды о пустоте от самобытия не означает утверждение простого несуществования.

Один из способов избежать крайности нигилизма — это постижение пустотности с точки зрения рассмотрения конкретных воспринимаемых явлений. Например, в *Сутре раскрытия замысла [Будды] (Самдхинирмочана сутра)* Будда предлагает способ понимания сутр *Праджняпарамиты*, устанавливая понятие отсутствия самобытия на основе рассмотрения этих конкретных явлений⁸.

Нагарджуна и Великая колесница

Тибетская традиция приписывает авторство учений Махаяны самому Будде, однако, ученые историки из других школ, так же как и некоторые современные буддологи выражали сомнения по данному вопросу. Кажется, что даже до времени Нагарджуны (великий буддийский учитель, живший в Индии приблизительно во II в. н. э.) на сей счёт имелись противоречивые мнения. Поэтому в писаниях Нагарджуны, таких как *Драгоценная гирлянда (Ратнавали)*, мы находим целый раздел, в котором он старается доказать подлинность сутр Махаяны. Подобные аргументы можно встретить также в трактате Майтрейи *Украшение сутр Махаяны (Махаянасутраланкара)*, в работе Шантидевы *Вступление на путь бодхисаттвы (Бодхичарьяватара)* и в труде Бхававивеки *Сущность срединного пути (Мадхьямакахридая)*.

Для нашей цели давайте рассмотрим суть доводов Нагарджуны: если бы «тридцать семь аспектов пути к просветлению», метод, который преподается в Первом повороте колеса Учения, был единственным преподанным Буддой путём к просветлению, то не было бы никакой существенной разницы между духовным процессом, ведущим к полному просветлению, и тем, который ведёт к индивидуальному освобождению, достигаемому архатом. Иначе говоря, это бы означало, что достигший нирваны (устранения собственного

страдания) был бы в своих способностях и понимании полностью идентичен тому, кто достиг состояния будды, то есть полного просветления. Если эти два состояния на самом деле совершенно идентичны, тогда единственной существенной разницей между ними был бы тот промежуток времени, который требуется для их достижения: для обретения полного и окончательного просветления необходимо накапливать благие заслуги в течение трех неисчислимых эонов, тогда как индивидуального освобождения архата можно достичь гораздо скорее. Однако Нагарджуна доказывает, что такая точка зрения (о том, что эти два состояния идентичны, за исключением требуемого времени) несостоятельна.

Нагарджуна указывает, что, согласно учениям ранних буддийских традиций, в момент окончательной нирваны Будды, которая известна как «нирвана без остатка» — в обычном смысле это момент его окончательной смерти — индивидуальный поток сознания прекращает своё существование. Если бы это было так, говорит Нагарджуна, то период времени, в течение которого Будда Шакьямуни мог после своего полного пробуждения действовать на благо других живых существ был бы чрезвычайно короток, а ведь именно ради этого он накапливал благие заслуги и мудрость в течение трёх неисчислимых эонов. Будда оставил свою жизнь во дворце в возрасте двадцати девяти лет, в тридцать шесть достиг полного просветления и скончался в возрасте восьмидесяти одного года. Это означает, что действовать на благо всех живых существ он мог лишь в течение нескольких десятилетий. Согласно Нагарджуне, такое огромное несоответствие между длительностью подготовки Будды и временем его деятельности после достижения просветления делает такое представление бессмысленным.

Далее он доказывает безосновательность утверждения о том, что поток сознания индивида полностью пресекается при достижении им окончательной нирваны, поскольку, по мнению Нагарджуны, нет ничего, что могло бы привести индивидуальный поток сознания к полному прекращению. Действительно, рассуждает Нагарджуна, если для данного явления или события имеются необходимые меры противодействия, они вызовут полное прекращение этого явления или события. (Например, достаточное противоядие вызовет полное прекращение действия яда, против которого оно применено.) Однако в том, что касается потока самого сознания, нет ни одного события или фактора, которые могли бы привести к его полному уничтожению. Нагарджуна доказывает, что изначальный ум и загрязнения, или омрачения, которые затмевают присущую ему ясность, — это две отдельных сущности. Омрачения и загрязнения ума можно устранить путём практики мощных противоядий, содержащихся в учении Будды. Однако сам поток ума остается бесконечным.

Нагарджуна утверждает, что учения, содержащиеся в возникшей на основе санскритских источников традиции Махаяны, не только более глубоки, чем учения палийской традиции, но также не противоречат палийским учениям. В этом смысле можно сказать, что писания Махаяны разъясняют темы, представленные и впервые разработанные в более ранних учениях Будды, давая более глубокие и подробные объяснения содержащихся там идей. Так Нагарджуна обосновывает подлинность учений Махаяны.

В учении школы Сакья путь-и-плод (*ламдре*) есть рассуждение, которое полезно при определении достоверности учений. В этой традиции говорится о *четырёх достоверных источниках знания*: достоверные слова Будды, достоверные комментарии, достоверный учитель и достоверный собственный опыт человека. С точки зрения истории развития можно сказать, что первыми возникли достоверные писания, содержащие слова Будды. Основываясь на прочтении и толковании этих писаний, возникло множество достоверных комментариев и трактатов, объясняющих глубокий смысл его учений. Примером тому являются работы Нагарджуны. Затем, в результате изучения этих достоверных комментариев и благодаря выполняемой на их основе практике, люди могут реализовать учения, представленные в этих писаниях и комментариях, и тем самым стать достоверными учителями. Наконец, на основе учений, данных такими учителями, у их последователей появляется достоверный опыт и реализация.

Однако установить для себя самую достоверность этих четырёх источников можно только в обратном порядке, нежели тот, в котором они возникли исторически: чтобы развить глубокую убеждённость в достоверности учений Будды, сначала необходима некоторая степень их личного переживания. Таким образом, первым фактором здесь становится собственный достоверный опыт самого человека. Когда мы говорим о достоверном опыте, то следует сказать, что он может быть обыкновенным и особым. Хотя в настоящее время у нас может и не быть каких-то выдающихся духовных переживаний, однако обыкновенные духовные переживания доступны всем нам. Например, при глубоком размышлении над учениями о сострадании мы можем испытать духовный подъем или переживание сильного чувства невыносимости чужих страданий. Аналогичным образом, размышление над учениями о пустоте и об отсутствии самобытия также может оказать на нас глубокое внутреннее воздействие. Всё это — духовные переживания.

Возникновение таких переживаний даже на уровне обычного сознания даёт практикующему приблизительное представление о том, что его ожидает на пути полной реализации. Основываясь на таком небольшом собственном опыте, он может удостовериться в истинности сообщений о тех великих духовных достижениях, которые упоминаются в сутрах, комментариях и биографиях учителей. Этот процесс, начинающийся с нашего собственного переживания и используемый для подтверждения достоверности содержания учений и объяснения учителей, весьма важен; можно даже сказать, что это — единственный реальный путь.

В своём трактате *Коренные шлоки о срединном пути (Муламадхьямакарика)* Нагарджуна выражает почтение Будде как достоверному учителю, который преподал учение о конечной природе реальности, воплотил в себе принцип великого сострадания, и, действуя исключительно силой этого сострадания ко всем живым существам, открыл путь, ведущий к устранению всех ошибочных воззрений. Глубоко размышляя над нашим собственным опытом, мы сможем сами подтвердить для себя истинность слов Нагарджуны и вынести своё собственное суждение о подлинности учений Махаяны.

Истоки учения Великой Колесницы

После паринирваны Будды все его учения были собраны некоторыми из его главных учеников. В действительности, это собрание происходило не одновременно, а в три этапа. Кроме того совершенно ясно, что писания Махаяны не входят в те три корпуса текстов (*трипитака*), которые на настоящий момент составляют так называемый Палийский канон. Более того, изучая сами писания Махаяны, мы находим утверждения, которые тем или иным образом представляются не вполне понятными. Например, в сутрах *Праджняпарамиты* говорится, что они преподавались Буддой большому собранию учеников на Горе грифов в Раджагрихе. Однако для всех, кто посещал это место в нынешнем Раджгире, очевидно, что на такой вершине могут уместиться не более нескольких человек. Итак, истинность этих историй мы можем понять лишь на уровне, за пределами обыденного, ограниченному относительными представлениями о пространстве и времени.

Нагарджуна и Асанга сыграли ключевую роль в собирании текстов Махаяны. Именно они считаются главными наставниками этой традиции и толкователями её писаний. Однако между кончиной Будды и рождением Нагарджуны имеется интервал, составляющий по меньшей мере четыре сотни лет, и около девятисот лет прошло с момента кончины Будды и до рождения Асанги. Поэтому можно спросить, что обеспечивает непрерывность передачи учений Махаяны со времен Будды до времени жизни Нагарджуны и Асанги? Согласно писаниям Махаяны, этим звеном являются бодхисаттвы, такие как Майтрейя и Манджушри. В частности, там говорится, что в случае Нагарджуны линию учения передал бодхисаттва Манджушри. Бхававивека в своём трактате *Пламя суждения (Таркаджвала)* утверждает, что учения Махаяны собрали именно великие бодхисаттвы. Таким образом, картина получается довольно сложная.

Как мы можем понять эти утверждения об истоках писаний Махаяны в рамках наших относительных представлений о времени? Вероятно, писания Махаяны не преподавались историческим Буддой широкой публике в каком-то общепринятом смысле.

Более того, возможно, что учения Махаяны, такие как сутры *Праджняпарамиты*, преподавались группе из нескольких человек, которых Будда считал наиболее подходящими для получения этих учений. Это согласуется с традиционным представлением о том, что Будда учит своих последователей теми способами, которые наиболее подходят для различного настроения и различных физиологических и психологических типов учеников.

Таким образом, эти учения могли передаваться на плане бытия, превосходящем наши обычные представления о времени и пространстве. Вот так мы можем понять истоки махаянских текстов и происхождение *Сутры сердца*.

ГЛАВА 5

Свобода от страдания

Страдание и сострадание

Независимо от своего исторического происхождения и эволюции Махаяна, без сомнения, является путём освобождения всех существ. Вступая на путь Махаяны, человек присоединяется к семейству бодхисаттв. Это случается, когда в ходе своего духовного развития он достигает реализации подлинного сострадания. Конечно, сострадание можно понимать на многих уровнях, и на самом высоком сострадание, несомненно, представляет собой окончательное освобождение. Но давайте рассмотрим, что подразумевается здесь под «подлинным состраданием».

Согласно буддизму, сострадание — это устремление, или состояние ума, характеризующееся желанием того, чтобы все живые существа были освобождены от страданий. Это не просто пассивное сочувствие, но, скорее, сопереживающий альтруизм, активное стремление освободить других от страдания. Подлинное сострадание должно обладать мудростью и любящей добротой. То есть, такой человек должен понимать природу страдания, от которого он желает освободить других (это — мудрость), и одновременно испытывать глубокую близость и сочувствие ко всем живым существам (это — любящая доброта). Давайте внимательнее рассмотрим оба эти качества.

Согласно учению Будды, страдание, от которого мы желаем освободить всех живых существ, имеет три уровня. Первый уровень включает очевидные физические и ментальные ощущения боли и дискомфорта, которые мы легко можем определить как страдание. Этот вид страдания, главным образом, переживается на чувственном уровне — неприятные или болезненные ощущения и переживания. Великий тибетский мастер Первый Панчен-лама Лобсанг Чокьи Гьялцен, учитель Пятого Далай-ламы, напоминает нам о том, что даже животные стремятся избежать физической боли и страдания.

Второй уровень страдания — это страдание перемен. Хотя в настоящий момент определённые переживания или ощущения могут показаться нам приятными и желательными, однако, при дальнейшем развитии они неизбежно превращаются в свою противоположность. Есть и другой способ объяснить это. Наши переживания не делятся вечно; приятные ощущения со временем меняются на нейтральные или неприятные. Если бы приятные ощущения не были бы переменчивы по своей природе, то, достигнув хотя бы однажды приятного ощущения, мы бы навечно оставались счастливыми. Если бы чувство приятного было присуще какому-то ощущению по его собственной природе, тогда чем дольше мы оставались бы в соприкосновении с ним, тем счастливее мы бы становились. Однако в действительности этого не происходит. Напротив, часто получается так, что чем упорнее мы гонимся за некими ощущениями, тем выше становится уровень нашего разочарования, неудовлетворенности и подавленности.

Вероятно, каждый из нас мог бы привести множество примеров страдания перемен из собственной жизни, но давайте рассмотрим простой случай, например, покупку новой машины. Первые несколько дней такой человек может пребывать в ощущении совершенного счастья, будучи чрезвычайно доволен покупкой, постоянно думая о своей новой машине, внимательно и с любовью вытирая с неё пыль, моя и полируя её. Ему даже может захотеться спать рядом со своей машиной! Однако по прошествии времени уровень возбуждения и радости спадает и становится уже не столь высоким. Возможно, этот человек начинает воспринимать машину как должное, или даже сожалеть о том, что не купил модель подороже или другого цвета. Постепенно уровень удовольствия от обладания машиной уменьшается, превращаясь в некоторую форму неудовлетворенности, возможно, в желание другой, более новой машины. Вот что мы, буддисты, имеем в виду, когда говорим о страдании перемен.

Духовный ученик должен развивать осознание этого вида страдания и научиться распознавать его. Знание о страдании перемен присуще не одному лишь буддизму; стремление к освобождению от этого вида страдания можно встретить и в небуддийских практиках медитативного погружения.

Третий, наиболее существенный вид страдания — всеобъемлющее страдание обусловленного бытия. Это понятие относится к самому факту нашего непросветлённого существования, к тому, что нами управляют отрицательные эмоции и их основополагающая, коренная причина, а именно — наше собственное основополагающее неведение о природе реальности. Буддизм утверждает, что пока мы находимся под контролем своего основополагающего неведения, само это непросветлённое существование по своей природе является страданием.

Намереваясь развивать мудрость глубокого постижения, мы должны понять страдание на его самом глубочайшем, всеобъемлющем уровне. В свою очередь, свобода от этого уровня страдания является истинным освобождением, истинным состоянием прекращения, нирваной. Свобода от одного только первого уровня страдания, простое избавление от неприятных физических и психологических переживаний, не является истинным прекращением страдания. Свобода от второго уровня также не является истинным прекращением. Однако свобода от третьего уровня страдания, то есть полная свобода от самого источника страдания — это и есть подлинное прекращение страданий и освобождение.

Считается, что свобода от первого уровня страдания в некоторой степени достигается путём обретения более высокого перерождения, например, более удачного человеческого рождения или перерождения в мире богов-долгожителей. Свободу от второго уровня страдания можно обрести посредством достижения мирских медитативных состояний. Например, посредством практики глубокого медитативного погружения человек может вступить в переживание четырех сфер мира форм и четыре бесформных сферы. Говорится, что в высшей сфере миров форм и во всех четырёх бесформных мирах живые существа свободны от переживания боли и удовольствия, пребывая в нейтральном состоянии. Но это состояние продолжается лишь во время пребывания в глубоком медитативном погружении. Таким образом, в рамках круговорота бытия есть сферы, в которых существа обретают свободу от первого и второго видов страдания. Свобода от третьего вида страдания является истинной Дхармой, защищающей нас от всех видов страданий и негативных состояний. Путь, ведущий к реализации этой Дхармы, называется *путь бодхисаттвы*.

Мудрость такого понимания является первым элементом подлинного сострадания. Второй элемент подлинного сострадания, любящая доброта, чувство близости и сочувствия в отношении всех без исключения живых существ, достигается на основе понимания нашей всеобщей взаимосвязанности и взаимозависимости. Мы должны развивать способность устанавливать отношения и усиливать чувство близости с другими существами. Этого можно достичь путём сознательного и намеренного размышления об ограниченности и вредных последствиях себялюбия, пристрастия к одному только собственному благополучию, а также о благих последствиях и достоинствах заботы о благополучии других. В двенадцатой главе я подробнее объясню некоторые практики, направленные на порождение сострадания и самоотверженного настроя, называемого *бодхичиттой*.

Объединение всех учений

Поскольку мы собираемся подробно изучить *Сутру сердца*, разрешите мне указать на то, что при прочтении сутр *Праджняпарамиты* существует традиция толкования, посредством которой предмет этих учений рассматривается на двух разных уровнях. С одной стороны, есть явный предмет, который является учением Будды о пустоте; с другой стороны, скрытый предмет, который относится к стадиям пути, связанным с углубляющимися уровнями понимания пустоты. Писания *Праджняпарамиты* открыто и в величайших подробностях

представляют учение о пустоте, перечисляя разнообразные категории явлений, нечистых (таких, как пять психофизических совокупностей, *скандх*) и чистых (таких как *Четыре благородные истины*). В то же самое время эти писания косвенным образом представляют стадии пути к просветлению в плане прогрессивных уровней проникновения в понимание пустоты⁹.

Как я уже говорил, первый поворот колеса Дхармы закладывает базовую структуру пути Будды к просветлению в рамках Четырёх благородных истин. Второй поворот колеса учения, содержанием которого главным образом являются тексты цикла *Праджняпарамиты*, далее разъясняет третью благородную истину, истину прекращения, в особенности, в плане понимания окончательной природы реальности, пустоты. По мере углубления понимания окончательной природы реальности, индивидуум начинает яснее понимать ошибочность своего представления о независимом самобытии явлений. По мере того, как ошибочная природа пристрастия к такому представлению становится всё очевиднее, проникновение в истинную природу реальности становится глубже и яснее. Таким образом, мы также закладываем основу более глубокого понимания субъективного переживания пустоты, которое является ключевой темой Третьего поворота колеса Дхармы. Один из главных текстов учений третьего поворота — *Сутра о природе будды* (*Татхагатагарбхасутра*), на основе которой написана работа Майтрейи *Высшая непрерывность* (*Уттаратантра*) и *Собрание гимнов* Нагарджуны. В них подробнейшим образом представлены учения о природе будды и о природе субъективного переживания пустоты, что закладывает основу учений Ваджраяны, или Тантры. При таком рассмотрении мы видим, что в более ранних учениях Будды закладывается фундамент для более поздних учений, и что более поздние учения углубляют и развивают темы, затронутые в более ранних, тем самым дополняя их.

Исходя из такого понимания, можно увидеть, что та разновидность буддизма, которая развивалась в Тибете, поистине является его всеобъемлющей формой, включающей в себя все самые существенные учения Тхеравады, Махаяны и Ваджраяны. Очень важно понимать, что центральные учения традиции Тхеравады, составляющие Палийский канон, являются основой учений Будды. Начав с этих учений, человек может затем перейти к пониманию представлений, содержащихся в подробных объяснениях санскритской традиции Махаяны. Наконец, привлекая методики и видение, почерпнутые из текстов традиции Ваджраяны, он может ещё больше углубить своё понимание. Но без знания фундаментальных учений, составляющих Палийский канон, простое провозглашение себя последователем Махаяны имеет мало смысла¹⁰.

Тот, кто имеет такое глубокое понимание различных писаний и их толкований, будет воздерживаться от ошибочного противопоставления «великой» (*Махаяна*) и «малой» (*Хинаяна*) колесниц. Иногда со стороны последователей Махаяны наблюдается прискорбная тенденция пренебрежительно относиться к учениям Тхеравады, утверждая, будто они являются учениями «Малой колесницы» и поэтому не подходят для их личной практики. Подобным же образом, со стороны последователей Палийской традиции иногда наблюдается тенденция отвергать достоверность учений Махаяны и утверждать, будто на самом деле они не являются подлинными учениями Будды. Поскольку мы приступаем к изучению *Сутры сердца*, очень важно понимать, как эти традиции дополняют друг друга, и видеть, как каждый из нас на индивидуальном уровне может объединить все эти центральные учения в своей личной практике.

Текст Сутры сердца

Благословенная Мать, Сердце Праджняпарамиты

На санскрите: *Бхагавати Праджня Парамита Хридая*

[Это — первая часть.]¹¹

Так я слышал: однажды Благословенный пребывал в Раджагрихе, на Горе грифов вместе с великой общиной монахов и великой общиной бодхисаттв. В то время Благословенный погрузился в самадхи [созерцания] перечня дхарм, называемое «проявленность глубины». В это же время бодхисаттва махасаттва арья Авалокитешвара ясно узрел практику глубокого совершенства мудрости и увидел, что даже пять совокупностей пусты от самобытия.

Тогда достопочтенный Шарипутра, [вдохновляемый] силою Будды, обратился к бодхисаттве махасаттве арья Авалокитешваре, с такими словами: «Если какой-нибудь сын [или дочь из благородной] семьи желает выполнять практику глубокого совершенства мудрости (Праджняпарамиты), как им следует изучать [её]?» Так он вопрошал, и бодхисаттва махасаттва арья Авалокитешвара сказал [в ответ] достопочтенному Шарипутре такие слова: «Шарипутра, если какой-нибудь сын или дочь [из благородной] семьи желает выполнять практику глубокого совершенства мудрости, они должны так всецело увидеть: даже все пять совокупностей пустыми от собственной сути следует им в совершенстве узреть. Форма — пустота. Пустота — форма. Пустота — не иное, чем форма, форма также не иное, чем пустота. Подобным же образом чувства, представления, побуждения и [все виды] сознания — пустота. Итак, Шарипутра, все дхармы пусты, [собственных определяющих] характеристик не имеют, не возникающие и не прекращающиеся, не загрязнённые и не чистые, не убывающие и не возрастающие.

Итак, Шарипутра, в пустоте нет [совокупностей] форм, чувств, представлений, побуждений, сознаний. Нет зрения, слуха, обоняния, вкуса, осязания, умопостижения; нет форм (как объектов зрительного восприятия), звуков, запахов, вкусов, осязаний, [умопостигаемых] дхарм. Нет элемента «зрение» и далее до элемента «ум» — [его также] нет; элемента «ментальное сознание» также нет. Неведения нет, прекращения неведения нет, и далее вплоть до того, что старости и смерти нет, прекращения старости и смерти также нет. Подобным образом, страдания, источника, пресечения и пути нет; мудрости нет, достижения нет и недостижения также нет.

Шарипутра! Поскольку для бодхисаттв достижения нет, на это совершенство мудрости они опираются и пребывают в нём; в их уме нет омрачений, а потому нет и страха; так, всех ошибок полностью избежав, они в совершенстве осуществляют уход из мира скорби. Все будды, пребывающие в трех временах, достигли полного непревзойдённого пробуждения, совершенного просветления, опираясь на это глубокое совершенство мудрости.

Поэтому следует знать, что мантра совершенства мудрости – мантра великого ведения, непревзойденная мантра, мантра равная несравненному, мантра успокаивающая все страдания, – является истинной, поскольку она безобманна. Мантра совершенства мудрости произносится так:

ТАДЪЯТХА: ОМ ГАТЕ ГАТЕ ПАРАГАТЕ ПАРАСАМГАТЕ БОДХИ СВАХА

Шарипутра! Именно так бодхисаттвы махасаттвы должны обучаться в совершенной мудрости».

Тогда Благословенный, выйдя из медитативного погружения, одобрил бодхисаттву махасаттву арья Авалокитешвару, сказав: «Превосходно! Превосходно! Это именно так, именно так, благородный сын. Глубокое совершенство мудрости следует практиковать именно так, как ты поведаль, и татхагаты возрадуются».

Когда Благословенный изрёк эти слова, достопочтенный Шарипутра, бодхисаттва махасаттва арья Авалокитешвара, вместе со всем собранием, включая миры богов, людей, асуров и гандхарвов, возрадовались и восславили сказанное Благословенным

ГЛАВА 6

Открытие

Сутры Праджняпарамиты

Говорится, что Будда дал восемьдесят четыре тысячи собраний учений, дабы удовлетворить различные ментальные предрасположенности и духовные наклонности живых существ. Корпус текстов *Праджняпарамиты*, содержащий учения о Совершенства мудрости, занимает среди них особое место. Сутры *Праджняпарамиты* относятся к санскритской традиции буддизма, и включают *Сутру сердца*, называемую также *Сутра сердца мудрости*, которую мы будем рассматривать здесь подробно. Главной темой сутр *Праджняпарамиты* является махаянский идеал бодхисаттвы, человека, чьи устремления направлены на освобождение всех живых существ. Эти сутры получили широкое распространение во многих странах, включая Китай, откуда они были принесены в Японию, Корею и Вьетнам, а также Тибет, откуда они были попали в Монголию, на обширные просторы Транс-Гималайского региона, а также в области, находящиеся на территории современной России. *Сутра сердца* играет столь важную роль во всех буддийских традициях, развивавшихся на этих территориях, что многие буддисты включают её начитывание в свои ежедневные практики.

В монастырских школах Тибета сутры *Праджняпарамиты* стали также важным предметом философских диспутов. Обучающийся монах в среднем посвящает углублённому изучению этих сутр от пяти до семи лет. Более того, в монастыре ученик изучает также многочисленные комментарии на них. В переводе на тибетский язык имеется по меньшей мере двадцать один комментарий из числа написанных индийскими учителями, и ещё гораздо большее число тех комментариев, написанных в самом Тибете. Большое внимание изучению сутр *Совершенства мудрости* уделяется во всех четырёх школах тибетского Буддизма — в Ньингма, Сакья, Кагью и Гелуг.

Важность этих сутр мы можно понять из слов знаменитого тибетского ученого и высоко реализованного практика XVIII в., Джамьянга Шепы. Однажды его спросили: «Вы прославились глубоким знанием писаний *Праджняпарамиты*. Означает ли это, что ваши познания в других областях, таких как философия Срединного пути (*Мадхьямака*), не столь велики?» Джамьян Шепа ответил, что философия *Мадхьямаки* отражает философскую позицию *Праджняпарамиты*, а методы её теории познания также приводят к пониманию *Праджняпарамиты*. Собрание правил монашеской дисциплины *Виная* представляет собой предписания, которые должен выполнять практик *Праджняпарамиты*, а содержащаяся в *Абхидхарме* систематика элементов реальности (*дхарм*) является основой сутр *Праджняпарамиты*. Таким образом, отвечает Джамьянг Шепа, *Праджняпарамиты* является фундаментом всех прочих областей буддийского знания.

Вообще говоря, в корпусе сутр *Праджняпарамиты* имеется множество различных текстов. Те из них, что были переведены на тибетский язык, известны под общим названием *Семнадцать материнских и сыновних писаний*. *Сутра сердца* в ходит в их число, и иногда её также называют *Праджняпарамита из двадцати пяти строф*.

Имеются версии *Сутры сердца*, до некоторой степени отличные друг от друга; например, существует небольшое различие между тибетским и китайским вариантами. В китайской версии текст начинается с представления учения о пустоте, тогда как тибетская содержит небольшой предварительный раздел, описывающий обстоятельства, в которых Будда впервые дал это учение. Как тибетская, так и, китайская версии дают представление пустоты в «четырёхчастном» изложении, тогда как мне говорили, что в японской версии говорится о «шестичастной пустоте». Для целей, излагаемых в этой книге, мы воспользуемся тибетской версией *Сутры сердца праджняпарамиты*.

Согласно традиции тибетского буддизма в начале передачи учения обычно сообщается о линии передачи соответствующего текста. Я имею устную передачу самой сутры, однако линия передачи комментария на неё к настоящему моменту утеряна. Но я получил сохранившиеся устные передачи комментариев на другие сутры *Праджняпарамиты*, такие как *Сутра Праджняпарамиты из восьми тысяч строф*.

Название текста и выражение почтения

Благословенная мать, сердце Праджняпарамиты
На санскрите: *Бхагавати праджня парамита хридая*

Сутра сердца начинается с формулировки её названия. Даже в тибетском тексте сохранено санскритское название: *Бхагавати праджня парамита хридая*. Санскритское название переведённого текста традиционно помещается в начале тибетского перевода как свидетельство аутентичности. Это также демонстрирует то огромное уважение, которое тибетцы традиционно питают к текстам, переведённым с индийского языка, и к самой индийской традиции.

Буддизм в Тибете буддизм возник приблизительно в VII веке. В то время одной из жен тибетского императора Сонгцена Гампо была китайская принцесса Вен-чинг, чьё влияние внесло свой вклад в привнесение китайского буддизма в Тибет. И всё же, несмотря на влияние Вен-чинг через Сонгцена Гампо, первоначальная передача буддизма в Тибет пришла непосредственно из Индии.

Этот факт становится очевиден при рассмотрении корпуса текстов тибетского канона. Имеется свыше ста томов *Кагьюра*, переводов священных текстов, содержащих слова самого Будды и свыше двухсот томов *Тенгьюра*, представляющего собой собрание подлинных комментариев. Лишь несколько из этих более чем трехсот больших томов содержат переводы из китайских источников, один из которых является хорошо известным комментарием на *Сутру раскрытия замысла Будды (Самдхинирмочанасутра)*. Имеется также ряд текстов по монашеской дисциплине, *Винае*, переведенных из палийских источников. За исключением этих нескольких текстов весь остальной письменный канон тибетского буддизма был переведен на тибетский непосредственно с санскрита.

Большинство ученых соглашались с тем, что тибетские переводы индийских текстов являются очень точными. Со временем тибетский и китайский языки стали двумя самыми важными неиндийскими языками, на которых буддизм Махаяны передавался из страны в страну, что приводило к возникновению многочисленных разновидностей буддизма махаяны. От китайскоязычной традиции произошли многочисленные разновидности буддизма Восточной Азии, тогда как из тибетоязычной версии произошёл буддизм Монголии и Трансгималайского региона. На сегодняшний день тибетский язык остается одним из самых важных живых языков, на котором могут в неискажённом виде передаваться практики и учения, относящиеся к *Колеснице бодхисаттв*.

На тибетском языке *Сутра сердца* называется *Сердце праджняпарамиты, бхагавати*. Термин *Бхагавати* имеет значение «мать». Таким образом, Праджняпарамита отождествляется с матерью, дающей рождение арьям, или благородным существам. Слова *Совершенство мудрости (Праджняпарамита)* в названии указывают на предмет данного текста. Термин *сердце* предполагает, что среди обширного корпуса сутр *Праджняпарамиты* рассматриваемый нами текст является сердцевинной — кратким представлением учений, пространно излагаемых в остальных сутрах *Праджняпарамиты*. Данная сутра находится как бы в самом сердце этих учений.

В тибетской версии текста переводчик выражает почтение матери, Праджняпарамите. Через некоторое время после того, как был выполнен этот перевод, в Тибете возник установленный царским указом обычай, чтобы в начале переводимого текста переводчики выбирали конкретные объекты, которым следует выразить почтение. Это посвящение

служило для целей идентификации того, к какому из трех собраний духовных писаний — *абидарме*, *сутре* или *винае* — принадлежит данная работа. Если текст относился к собранию учений о буддийской психологии, *абидарме*, в его начале выражалось почтение Манджушри, считающемуся воплощением знания и мудрости. В начале текста, принадлежащего к собранию *сутры*, почтение выражается всем буддам и бодхисаттвам. Такой обычай позволяет легко определить, к какой категории учений принадлежит тот или иной текст.

В тибетском тексте *Сутры сердца* сразу после выражения почтения стоит краткая фраза: «Это первый раздел». Как правило, деление на разделы осуществлялось с целью избежать искажения текста, например, добавления или пропуска при переписывании. *Сутра сердца* является очень коротким текстом длиной всего в двадцать пять строф, поэтому она состоит только из одного раздела.

Происхождение учения

Основная часть текста начинается с представления контекста этого учения, или истории его появления. На самом деле, существуют два различных контекста истории появления учения: это обычный контекст, который приводит историю о мирском происхождении учения, и особый контекст, содержащий историю об абсолютном источнике учения. Касательно *обыденного*, мирского контекста в сутре говорится следующее:

Так я слышал: однажды Благословенный пребывал в Раджагрихе, на Горе грифов вместе с великой общиной монахов и великой общиной бодхисаттв. В то время Благословенный погрузился в самадхи [созерцания] перечня дхарм, называемое «проявленность глубины».

Таким образом, текст указывает на стечение трех обстоятельств, называемых *совершенными условиями*: присутствие совершенного учителя: в данном случае это Будда Шакьямуни; наличие совершенного собрания слушателей: здесь это собрание состоит из великой общины монахов и бодхисаттв; стечение первых двух условий в совершенном месте: в данном случае это Гора грифов в Раджагрихе. Наименование «великая община монахов» здесь относится к абсолютной Сангхе, состоящей из великих архатов.

В отношении *особого* контекста происхождения этой сутры мы читаем: «В то время Благословенный погрузился в самадхи [созерцания] перечня дхарм, называемое «проявленность глубины»». Будда здесь называется *Бхагаваном*, что на европейские языки можно перевести как «Благословенный». Кроме того, санскритский термин *Бхагаван* означает того, кто победил в себе все негативные силы, то есть, четыре препятствующие силы или *четырёх мар*: мару омрачений, мару психофизических совокупностей (*скандх*), мару смерти и мару привязанности к чувственным удовольствиям (санскр. *деванутра*, букв. «божественный юноша»).

Бхагаван полностью вышел за пределы всех препятствующих сил и освободился от всех вызванных ими влияний и ограничений. Это означает, что им были устранены все факторы, омрачающие истинное видение. Мы говорим именно об устранении омрачений, а не о достижении некой новой разновидности видения, поскольку познавательная способность представляет собой естественное свойство понимать, или знать. После устранения всех сил, препятствующих её функционированию, эта естественная способность становится полностью проявленной. Такое состояние ясности является состоянием всеведения, всеведущим умом. На самом деле, одна из главных характеристик всеведения Будды состоит в том, что он одновременно воспринимает относительную и абсолютную истины в рамках одного акта восприятия, тогда как существа, не достигшие полного просветления, могут иметь некоторое проникновение в область как абсолютной, так и относительной истины, но при этом, однако, вынуждены попеременно смотреть на вещи либо с одной, либо с другой точки зрения.

Далее в сутре говорится, что Будда погрузился в состояние однонаправленного медитативного сосредоточения на разнообразии явлений, именуемое «проявленность глубины». Термин «глубина» здесь относится к пустоте, которая часто называется также «таковость явлений», или «вещи, как они есть». Пустота называется «глубокой» поскольку для того, чтобы постичь её, наше понимание должно проникнуть очень глубоко. Для обычного ума осуществить это чрезвычайно трудно.

Сущность учений и форма их передачи

Совершенно просветленный Будда, полностью преодолевший все ограничения и загрязнения и осуществивший все уровни реализации, сам был проявлением совершенства мудрости. Это совершенство мудрости, истинная Дхарма, воплощена в достижении прекращения страдания и в пути, который ведет к этому прекращению.

Поскольку мы преклоняемся и восхищаемся плодом Дхармы, — завершающим состоянием полного просветления, — мы должны также преклоняться и восхищаться всеми причинами и условиями, которые приводят к этому состоянию. Это обстоятельства могут быть глубокими и запредельными, как, например, три вышеупомянутых совершенных условия, а могут быть простыми и мирскими, такими как тот факт, что Будда устроил сидение, восседая на котором он давал учение *Праджняпарамиты*. В писаниях говорится, что когда Будда намеревался давать учение, члены монашеской общины часто сворачивали свои желтые одежды и укладывали их друг на друга, чтобы устроить трон, на котором бы он восседал. Однако такое почтение оказывается не самому учителю по причине его величия, но скорее, тому учению, которое он воплощает в себе и примером которого является. Понимание этого момента очень важно.

В тибетской традиции, давая учение учитель обычно сидит на троне. Однако это не означает, что сам восседающий на троне человек является святым или драгоценным, но скорее то, что объектом преклонения и почитания должно быть именно преподаваемое учение. Чтобы указать на это, учитель, прежде чем сесть на трон, обычно сам совершает перед ним три простирания. Садясь на трон, он прочитывает несколько строк из сутры, размышляя над преходящей природой всех явлений. Этот обычай выполняет две основных функции: напоминания учителю и всем присутствующим, что почтение надлежит выказывать именно учению, а также в противодействие любому чувству гордыни, которое может возникнуть в учителе, когда он сидит на таком высоком троне. Более того, трон и ритуальная обстановка служат для напоминания учителю о том, что ему следует подняться над загрязнениями мирской мотивации к даянию учения.

Опасность гордыни очень реальна. К сожалению, в Тибете между ламами иногда устраивались настоящие соревнования, у кого трон выше. Есть даже тибетская поговорка о «тронном синдроме». В автобиографии Пятого Далай-ламы говорится, что во время его учений организаторы, зная об этом, устраивали троны всех присутствующих лам равными по высоте. Однако некоторые смыслённые помощники ухитрились засовывать под подушки своих лам кровельные плитки, и получалось так, что хотя два трона были сделаны в точности одинаковыми, одни ламы всё же восседали выше других. Некоторые люди, не ведающие об истинном значении Дхармы, судили об уровне духовной реализации лам по таким нелепым критериям, как высота трона. Вдобавок к этому они также принимали во внимание количество лошадей в караване ламы, заключая, что раз у какого-то учителя имеется много лошадей, то он должен быть высоко реализованной ламой. И это несмотря на то, что они прекрасно знали: много лошадей может быть и в караване удачливого бандита!

Конечно же, правильное суждение о качествах ламы должно основываться на его знании, его практике и реализации, а не на внешних факторах. Если посмотреть на историю буддизма в Тибете, можно увидеть великих духовных учителей, таких как Миларепа, который вёл совершенно нищенское существование, или на мастера школы Кадам, Дромтонпу, который был и оставался обыкновенным скромным кочевником. В начале

двадцатого века в Тибете жил мастер школы Дзогчен, Дза Патрул Ринпоче, который был совершенно неприметен и внешне выглядел как странствующий бродяга. Эти воистину великие духовные учителя не носили никаких внешних знаков величия.

Внимание, которое уделялось в Тибете головным уборам лам, — ещё один пример ложного выражения почтения учителю. Возможно, вы слышали о так называемых «желтошапочной» и «красношапочной» школах. Если мы посмотрим на нашего изначального учителя, Будду Шакьямуни, то он, конечно же, вообще не носил никаких шапок. И хотя буддийские мастера Индии, такие как Нагарджуна и Асанга, часто изображаются на тибетских танках в головных уборах, однако, возможно, это историческая неточность. Конечно же, в Тибете есть веский повод для ношения головных уборов: там очень холодно! Особенно если учитель лыс, шапка может оказаться весьма кстати. Однако тибетцы вдавались в крайности, изготавливая головные уборы самых замысловатых форм и размеров, пока не появилась тенденция, в результате которой различные школы можно было различить по их шапкам. Я думаю, что это довольно нелепо.

Для нас чрезвычайно важно воспринять сущность учений Будды и понять учения великих индийских мастеров, таких как мастера монастыря Наланда. Истинный критерий, посредством которого следует оценивать достоверность любого учения, должен состоять в том, является ли это учение истинной Дхармой, способной освободить нас от страдания. Соответствуют ли философские воззрения, нравственное поведение и медитативные практики данного учителя учениям Будды Шакьямуни и индийских мастеров, вот что самое важное. Хотя внешние ритуалы, такие как бой в барабаны, игра на цимбалах, ношение изысканных костюмов и исполнение костюмированных танцев имеет место в духовной жизни повсеместно, однако, мы должны знать, что именно обладает наивысшей значимостью.

Это особенно важно сегодня, поскольку буддизм приходит на Запад. Если мы утратим нить понимания подлинного значения учений, есть опасность, что западные последователи позаимствуют неправильные аспекты культуры тибетского буддизма — его внешние формы и атрибуты, а не внутреннюю суть. К сожалению, есть некоторые указания на то, что такое уже происходит с некоторыми людьми, которые выдают себя за учителей, надевая для этого странные костюмы.

Позвольте мне привести другой пример. Недавно я посещал Германию, и мои хозяева вывесили в моем гостиничном номере буддийскую икону, *тханку*. На ней был изображён Авалокитешвара, а под ним — маленькая фигурка монаха. Конечно, было бы уместным запечатлеть внизу тханки Авалокитешвары монаха, если бы этот монах, скажем, подносил Авалокитешваре мандалу или был изображен в углу тханки в медитативной позе. Однако это было не так: монах бил в барабан и цимбалы, а рядом с ним была нарисована фигурка мирянина, который держал ритуальный сосуд, предназначенный для того, чтобы делать божествам-защитникам подношение, называемое *серкьем*. Это совершенно неуместно, потому что в Тибете подношения божествам-защитникам делают для мирских, а не для духовных целей. Позже я узнал, что эту тханку рисовал европеец. Возможно, он подражал внешним формам того, что, по его представлениям, является «тибетским буддизмом», а может быть считал Авалокитешвару каким-то мирским защитником, однако, этот художник явно не понял значения, скрывающегося за формами.

Такого рода неправильный подход свойственен не только западным людям. Например, если человек заходит в типичный храм в тибетском монастыре, то там, в центре зала, как и следует, будет находиться изображение Будды Шакьямуни. Для буддийских практиков Будда Шакьямуни является учителем и проводником, тем, кто открывает нам путь к просветлению. Поэтому мы должны по возможности верить всё наше духовное благополучие Будде Шакьямуни. Если нам необходимо иметь некоторое чувство страха, например, страха последствий наших негативных деяний, то этот страх должен происходить из почтения к Будде и его учениям о карме. Однако часто это не так. Придя в такой храм люди, могут кратко выразить почтение Будде и прикоснуться головой к его изображению, но

намного больше внимания они зачастую уделяют тому углу храма, где находится маленькая темная комната, предназначенная для поклонения защитникам. У каждого монастыря есть свой собственный защитник, изображаемый в гневном аспекте. Когда тибетцы заходят в эту комнату, они начинают говорить шепотом, с чувством благоговейного страха, и устрашённые этим защитником они даже могут совершать какие-то поступки. Если эти люди приносят подношения, то они скорее посвятят их защитнику, чем Будде в основном зале.

В святилище защитника обычно есть монах, отвечающий за приготовление ритуальных подношений в виде напитка, который включает в себя чай и алкоголь. Я слышал от кого-то, что однажды в Тибете в одной из таких комнат-святилищ защитников был монах, главной обязанностью которого было непрерывное выполнение ритуала разливания этого напитка-подношения. Этот монах был лыс, и вот через некоторое время он вдруг обнаружил, что на его голове начали отрастать волосы. Кто-то спросил его: «Откуда у тебя появились волосы?», и монах ответил: «Точно не знаю, но каждый раз, когда я делаю подношение напитка, я обтираю оставшиеся на моей руке капли о свою голову». Так что для некоторых лысых людей, которые хотели бы отрастить волосы, возможно, это будет решением!

Для всех нас, считающих себя последователями Будды, — включая и меня самого — важно постоянно проверять самих себя, проверять свою мотивацию и поддерживать устремление к освобождению всех существ от страдания. Для меня это составляет особую трудность в силу моей роли светского и религиозного лидера тибетского народа. Хотя в прошлом практика объединения светской и религиозной власти иногда приносила Тибету пользу, однако, несовершенство этой системы привело к недостаткам в управлении страной и к страданиям её народа. Даже в моем собственном случае, хотя я редко испытываю чувство гордости, когда сижу на высоком троне, чтобы давать учение, однако, если я перестану проверять свои помыслы, то в уголке моего ума могут возникнуть мирские заботы. Например, я могу почувствовать удовольствие, если кто-то похвалит мою лекцию или опечалиться, если кто-то её раскритикует. Это — своего рода уязвимость мирскими заботами. Чтобы наша практика стала истинной практикой Дхармы, важно убедиться, что состояние ума и мотивация не загрязнены тем, что тибетские мастера называют *восемью мирскими заботами*¹².

Сидеть на троне и обладать политической властью — чрезвычайно соблазнительно, и бдительность учителя никогда не может быть чрезмерной. Мы должны вспомнить пример Будды, не стремившегося к мирской власти; в начале *Сутры сердца* говорится, что он просто сел и погрузился в медитацию.

ГЛАВА 7

Вступление на Путь в буддизме

Бодхисаттва Авалокитешвара

Далее текст *Сутры сердца* гласит:

В это же время бодхисаттва махасаттва арья Авалокитешвара ясно узрел практику глубокого совершенства мудрости и увидел, что даже пять совокупностей пусты от самобытия.

Следующее после Будды действующее лицо сутры — бодхисаттва Авалокитешвара. Термин *бодхисаттва* в переводе на тибетский язык состоит из двух терминов: *чангчуб* (санскр. *бодхи*), что означает «просветление», и *семпа* (санскр. *саттва*), что означает «герой» или «существо». Итак, вместе получается *чагчуб семпа*, что означает «просветлённый герой». В термине *чагчуб* — «просветление» — первый слог *чанг* указывает на преодоление и устранение всех препятствующих сил, а второй, *чуб*, — на реализацию полного знания. Вторая часть названия — *семпа* или «героическая личность» — указывает на присущее бодхисаттве качество великого сострадания. Бодхисаттвы — это существа, которые из чувства сильного сострадания никогда не оставляют живых существ своим вниманием; все их устремления направлены на благополучие живых существ, и они целиком посвящают себя обеспечению этого. Таким образом, слово *бодхисаттва* указывает на того, кто в силу своей мудрости героически устремляется к достижению просветления из сострадательной заботы обо всех живых существах. Уже само это слово содержит в себе обозначение качеств бесконечного альтруизма.

В данной сутре упоминается бодхисаттва Авалокитешвара, называемый в Тибете Ченрезиг. Имя Ченрезиг означает бодхисаттву, который, в силу своего великого сострадания, никогда не отвлекается от нужд живых существ, всегда обозревая их с чувством глубокой заботы. Он зовется также Локешварой (тиб. *Джигтен Вангчуг*), что буквально означает «совершенный владыка мира». В контексте *Сутры сердца* Авалокитешвара появляется в форме бодхисаттвы, находящегося на десятом уровне становления¹³.

В сутре говорится, что «...бодхисаттва махасаттва арья Авалокитешвара ясно узрел практику глубокого совершенства мудрости...». Это означает, что Авалокитешвара постиг способ практики глубокого совершенства мудрости. Следующая строка разъясняет, каков этот способ: «...и увидел, что даже пять совокупностей пусты от самобытия». Это и есть смысл практики совершенства мудрости.

Вообще говоря, существует три вида текстов, авторство которых относят к Будде: слова, которые были действительно произнесены самим Буддой; слова, произнесённые от имени Будды его учеником или бодхисаттвой, и слова, которые были произнесены учениками и бодхисаттвами в силу непосредственного вдохновения Будды. Тогда как предварительный раздел *Сутры сердца*, относящийся к контексту происхождения её учения, принадлежит ко второй категории писаний, основная часть текста принадлежит к третьей категории, как показано в следующем отрывке:

Тогда достопочтенный Шарипутра, [вдохновляемый] силою Будды, обратился к бодхисаттве махасаттве арья Авалокитешваре, с такими словами: «Если какой-нибудь сын [или дочь из благородной] семьи желает выполнять практику глубокого совершенства мудрости (Праджняпарамиты), как им следует изучать [её]?»

Шарипутра — один из двух главных учеников Будды, отличавшийся самым ясным пониманием пустоты. Однако здесь Шарипутра предстаёт как высоко реализованный бодхисаттва, а не как простой ученик. Согласно сутре, в данном случае Будда не излагает это конкретное учение сам, но остается погруженным в медитативное созерцание разнообразия феноменов-дхарм, именуемое «проявленность глубины». Но именно это пребывание Будды в однонаправленном созерцании вдохновляет Авалокитешвару и Шарипутру вступить в диалог, который становится *Сутрой сердца*. Итак, основная часть сутры, учение о совершенстве мудрости, начинается с вопроса Шарипутры.

Благородные сыновья и благородные дочери

В этом тексте мы читаем, что «... достопочтенный Шарипутра, [вдохновляемый] силою Будды, обратился к бодхисаттве махасаттве арья Авалокитешваре, с такими словами: «Если какой-нибудь сын [или дочь из благородной] семьи желает выполнять практику глубокого совершенства мудрости (Праджняпарамиты), как им следует изучать [её]?» Эта упоминание «сыновей или дочерей из благородной семьи» буквально означает детей, принадлежащих некоему известному роду (тиб. *rig*). Это можно понимать так, что здесь сказано о людях, пробудившихся к пониманию своей природе будды, врожденного потенциала просветления. Однако мы находим косвенное упоминание о трех типах существ, реализующих три типа просветления, — это *шраваки* («слушатели»), *пратьекабудды* («достигающие в одиночку») и *будды*. В данном случае это упоминание относится в первую очередь к тем, чьи духовные склонности направлены на следование к обретению состояния будды путём бодхисаттвы. К такой предрасположенности пробуждаются в результате развития в себе великого сострадания.

Кроме того этот отрывок относится к практикующим, желающим упражняться в обретении «шести совершенств»¹⁴, которые являются основой пути бодхисаттв, чей ум охвачен сильным состраданием, желанием освободить от страданий всех живых существ. Такое обширное сострадание смягчает сердце человека и побуждает его вступить на путь бодхисаттвы. «Благородные сыновья и дочери» — это те люди, которые породили в себе такое сострадание.

Упоминание «благородных сынов и дочерей» имеет ещё одно дополнительное значение, о котором следует знать современным практикам. Эта фраза ясно указывает на то, что пол человека не имеет значения в отношении действенности практики совершенства мудрости. На самом деле это также верно и для всех прочих ключевых аспектов буддийского пути. Рассмотрим в качестве примера учения Винаи о нравственности и монашеской дисциплине, которые имеют огромное значение для непрерывного существования и сохранения буддийской дхармы.

Сказано, что там, где присутствует Виная, воплощенная в практике трех ритуалов, также присутствуют Учение Будды, а там, где этого нет, Учение тоже отсутствуют¹⁵. Если мы внимательно рассмотрим учения о нравственности, предписания и практики монашества, то увидим, что возможности здесь равным образом предоставляются как практикующим мужчинам, так и женщинам. В Винае существует традиция полного монашеского посвящения как для женщин, так и для мужчин; а в отношении комплексов обетов, которые принимает каждый из них, нельзя указать, кто из них выше: мужчины или женщины. Хотя вследствие культурных традиций древней Индии полностью посвященные в монашество мужчины, или *бхикшу*, по сравнению с полностью посвященными в монашество женщинами, *бхикшуни*, считались старшими, однако в самих обетах нет никакой иерархической разницы.

Я думаю, что поскольку в настоящих учениях нет дискриминации по признаку пола, то необходимо тщательно изучить те аспекты Винаи, которые отражают гендерную предвзятость данного общества и времени, и, возможно, даже пересмотреть таковые. Реформы и изменения некоторых областях бывают необходимы. Например, в тибетской монашеской традиции мы следуем линии Винаи, называемой *Муласарвастивада*, согласно

которой церемония полного посвящения для женщин может быть проведена только в присутствии собрания полностью посвященных в монашество мужчин и полностью посвященных в монашество женщин. К настоящему моменту орден полностью посвященных женщин в этой линии Винаи не сохранился, а поскольку существование полностью посвященных в монашество женщин в этой традиции является необходимым условием для посвящения новых монахинь, это, по сути, означает, что женщинам уже невозможно получить полное посвящение в монашество в той линии, которой мы следуем в тибетском буддизме¹⁶.

Хотя сам я полностью солидарен с теми, кто хотел бы исправить эту несправедливость, однако, изменения в Винаю можно вносить только коллективно, посредством всеобщего обсуждения и достижения согласия; это не тот вопрос, который может решить один человек. Более того, поскольку практика Винаи является общей для многих буддийских традиций, таких как тхеравада, тибетский и китайский буддизм, то проблема изменения практик нуждается во всеобщем обсуждении. Когда представители разных школ проведут тщательное исследование своих собственных линий передачи с целью определить, каковы общие правила и исключения, мы сможем коллективно решить, как наилучшим образом соответствовать обстоятельствам времени и культуры. Это вопрос, требующий серьезного обдумывания.

Природа Будды

Ранее мы отмечали, что выражение «благородный сын или благородная дочь» говорит о тех, в ком пробудилась духовная предрасположенность к вступлению на путь бодхисаттвы. Слово «*природа*» (на санскрите — *готра*) по-разному используется в Махаяне и в немахаянских текстах. В немахаянских текстах *готра* может относиться к благоприятным для духовной практики наклонностям, таким как отсутствие сильных плотских влечений и способность довольствоваться малым. С другой стороны, махаянские тексты используют слово *готра* для обозначения истинной природы человека, называемой также *природой будды*.

В рамках Махаяны термин «*природа будды*» имеет различные оттенки значения. В *Читтаматре* (школе Только-ума) понятие *природа будды* относится к тому, что в считается нашим фундаментальным, незагрязненным умом. Согласно учению этой школы, до прохождения пути духовного развития этот ум является нашей «естественно пребывающей», а по достижении просветления становится «преображенной» природой будды. Эта «естественно пребывающая природа будды» называется также *естественная нирвана* или естественное освобождение, ибо она присуща всем нам по природе. Последователи *Читтаматры* утверждают, что именно по причине наличия в человеке этой «естественной нирваны», все загрязнения, препятствующие её проявлению, можно отделить от сущностной природы ума, что и обеспечивает возможность достижения просветления. В *Мадхьямаке* (школе Срединного пути) о природе будды говорится иначе: она определяется в категориях пустотности, и в особенности в аспекте пустоты ума от самобытия. Это также называется природой *ума ясного света*.

Отсутствие подлинного и независимого самобытия

После вопроса Шарипутры, заданного Авалокитешваре, мы читаем раздел, объединяющий этот вопрос со следующим ответом:

Так он вопрошал, и бодхисаттва махасаттва арья Авалокитешвара сказал [в ответ] достопочтенному Шарипутре такие слова: «Шарипутра, если какой-нибудь сын или дочь [из благородной] семьи желает выполнять практику глубокого совершенства

мудрости, они должны так всецело увидеть: даже все пять совокупностей пустыми от собственной сути следует им в совершенстве узреть.

С этого места и далее текст представляет ответ Авалокитешвары на вопрос Шарипутры, сначала в виде сжатого резюме, а затем в подробно. Я объясню смысл этих разделов *Сутры сердца* с точки зрения явного смысла, являющегося учением о пустоте. А потом при обсуждении мантры Праджняпарамиты я объясню скрытый смысл, являющийся этапами пути, связанного с мудростью пустоты.

Краткий ответ Авалокитешвары гласит, что благородные сыновья и благородные дочери должны проникновенно, правильно и постоянно видеть «даже все пять совокупностей пустыми от собственной сути». Слово «даже» предполагает, что в это представление пустоты будет включен всеобъемлющий перечень феноменов. Пять психофизических совокупностей (называемых на санскрите «скандхи») — это совокупности физических и психических элементов, составляющие всю полноту существования индивида. Поскольку эти пять совокупностей лишены самобытия, то и сам индивид тоже лишен самобытия в силу того, что он полностью состоит из этих совокупностей, *скандх*. И поскольку индивид как «я» лишен самобытия, то и всё, что воспринимается им как «моё», тоже лишено самобытия. Другими словами, не только индивид как «владелец» физических и психических совокупностей не имеет подлинного и независимого самобытия, которое можно было бы установить на основе его собственной природы, но такое самобытие отсутствует и в самих этих «объектах его владения».

Рассматривая вещи подобным образом, мы обнаруживаем, что все составные явления лишены существования, основанного на их собственной природе. Поскольку все составные явления пусты от самобытия, то и все несоставные явления также пусты от самобытия. И подобно тому, как живые существа, пребывающие в круговороте сансары, лишены существования по своей природе, все будды тоже лишены самобытия. Наконец, и это главное, качество самобытия отсутствует и в самой пустоте.

По мере того как мы проходим этот процесс отрицания, может показаться, что возникает опасность обманчивого вывода о полном отсутствии чего бы то ни было. Но приходя к более ясному пониманию смысла пустоты, а я надеюсь, мы начнем это понимать, мы увидим, что здесь имеется в виду нечто совсем иное. Это ясное понимание является весьма тончённым, и точное значение пустоты составляет предмет полемики различных буддийских школ. Тогда как все буддийские школы отвергают любое представление об *атмане* или о самосущем «я», некоторые из них применяют понятие *анатман*, «отсутствие я», только в отношении индивидуумов, но не в отношении «внешних» явлений. Среди школ, применяющих понятие *анатман* к внешним явлениям, также имеются различные мнения. Одни применяют это понятие к явлениям избирательно, тогда как другие — ко всем единообразно. Затем среди тех, кто применяет это понятие единообразно, некоторые отрицают самобытие даже на условном, относительном уровне, тогда как другие являются приверженцами определённых условных представлений о самосущей реальности.

Как и следовало ожидать, такое разнообразие точек зрения породило многочисленные споры, и позднее мы рассмотрим некоторые из них. Главное, что я хотел бы сейчас подчеркнуть: когда Авалокитешвара говорит Шарипутре о необходимости узреть пять совокупностей пустыми от самобытия, это не означает, что он полностью отрицает всякое их существование в любом смысле.

ГЛАВА 8

Понимание отсутствия самобытия в контексте буддийского учения о пустоте

Абсолютная бодхичитта

Давайте вернемся к началу этой сутры, к моменту, когда Будда погружается в медитацию, именуемую «проявленность глубины», а Авалокитешвара прозревает практику глубокого совершенства мудрости. Выражение «проявленность глубины» относится ко всем деяниям бодхисаттвы, входящим в практику шести совершенств (шести *парамит*). Однако здесь оно применяется по отношению именно к совершенству мудрости, называемому на санскрите *праджняпарамита*. В данной сутре под словами «совершенство мудрости» подразумевается прямое, непосредственное постижение пустоты. Такое постижение называется также «абсолютной бодхичиттой». Но это не просто прямое постижение одной только пустоты, а скорее её постижение в союзе с *бодхичиттой*, устремлением стать буддой ради освобождения всех живых существ. Этот союз *мудрости* и *метода* составляет первую *бхуми*, или первый уровень пути развития бодхисаттвы.

Важность альтруистического устремления — бодхичитты — невозможно переоценить. Бодхичитта важна не только как мотивирующий фактор в начале практики, но и как усиливающий фактор на каждом этапе пути. Устремление бодхичитты двояко: с одной стороны оно состоит в желании помочь другим существам, а с другой — в намерении обрести просветление для того, чтобы эта помощь была наиболее эффективной.

Учение об отсутствии «я»

Ранее в кратком резюме Авалокитешвары о представлении пустоты мы читаем, что те, кто желает приступить к практике совершенства мудрости, «... должны так всецело увидеть: даже все пять совокупностей пустыми от собственной сути следует им в совершенстве узреть». Как мы видели в предыдущей главе, учение о пяти психофизических совокупностях-скандхах тесно связано с вопросом о природе и существовании «я». На эту тему мы сейчас и обратим наше внимание. В древней Индии существовало много философских школ, глубоко рассматривавших данный вопрос, и все они подчеркивали его ключевую роль, особенно в понимании принципа причинности.

Я часто говорю, что все мы естественным образом наделены врожденным желанием быть счастливыми и избежать страдания. Но как именно возникает страдание? Как именно возникает счастье? Какова природа «я», которое переживает счастье или страдание? Когда мы пытаемся понять причинны, лежащие в основе страдания и счастья, то понимаем, что они возникают как результат сочетания множества условий. Эти условия включают внутренние факторы, такие как наши органы чувств, переживания, восприятия, а также внешние факторы: формы, звуки, запахи, вкусы и осязаемые объекты. Это приводит нас к вопросу: какова природа этих вещей, которые приводят к возникновению переживания боли и удовольствия? Существуют ли они в реальности, и если да, то каким образом?

В индийских философских традициях буддисты и небуддисты представляли разнообразные ответы на вопросы касательно возникновения внутреннего и внешнего мира, а также характера субъекта, который испытывает эти переживания. Некоторые школы считают, что вещи и события, включая наше «я», возникают без причины, тогда как другие утверждают существование абсолютной изначальной причины, которая по своей природе вечна, неизменна и едина. Все эти вопросы так или иначе приводят к необходимости понимания того, что же такое «я».

Мы можем подумать, что «я» идентично телу. Например, если у человека болит рука, у него инстинктивно возникает мысль: «Мне больно». Хотя рука человека — это не он сам, однако, всякий инстинктивно отождествляется с этим переживанием, и таким образом в отношении тела естественно возникает чувство «я».

Однако в то же самое время чувство «я» не полностью отождествляется с телом. Можно провести такой мысленный эксперимент: представим себе, что у нас появилась возможность обменять своё старое, немощное тело на более молодое и здоровое. По всей вероятности, каждый из нас совершенно искренне захотел бы произвести такой обмен. Это значит, что в глубине души мы полагаем, что есть нечто, некое бестелесное «я», которое получило бы для себя пользу от такого обмена.

Мы можем распространить этот мысленный эксперимент на сферу ума, подумав о возможности обменять свой непросветлённый и заблуждающийся ум на полностью просветлённый ум Будды. Конечно, мы бы согласились совершить такой обмен, снова представляя, будто есть нечто, некое отличное от нашего ума «я», которому такой обмен был бы выгоден. Это означает, что мы не отождествляем своё «я» полностью ни с телом, ни с умом.

В своём наивном воззрении на мир мы цепляемся за ощущение, что есть некое «я», которое в некотором смысле является хозяином нашего тела и ума — независимым агентом, имеющим свою собственную, отличную от них идентичность. Те, кто верит в перерождение, могут представить себе, что именно это «я» проходит через последовательность жизней одной и той же личности. Даже у человека, который не верит в перерождения, есть представление о некой неизменной сущности, о «я», которое проходит различные стадии жизни, от детства до среднего возраста и далее, вплоть до старости и смерти. В нас живет убежденность в существовании того, что во многих или в одной жизни сохраняет свою непрерывность во времени.

Именно это чувство непрерывности приводит последователей многих небуддийских религий к утверждению о вечной душе, или *атмане*, едином принципе, неизменном и независимом от физических и ментальных составляющих человека, другими словами, об «абсолютной реальности». Однако буддийские школы учат, что если человек попробует посредством углублённого анализа с достаточной строгостью отыскать эту абсолютную реальность, сущность своего собственного «я», он неизбежно обнаружит, что найти её невозможно.

В таком поиске обнаруживается, что о непрерывности индивидуума можно говорить лишь на основе его физических и ментальных совокупностей. Например, о старении человека можно утверждать на основе старения его тела и ума. Поэтому буддисты отвергают представление о вечном неизменном принципе и далее доказывают, что представление о «я» как о чём-то, обладающем такими характеристиками, всецело является порождением ума, ментальным конструктом. Все существа имеют врожденное *чувство* своего «я», однако, *представление* о вечном, неизменном едином и независимом «я» существует лишь в уме тех, у кого возникают мысли по этому поводу. В процессе такого критического анализа буддисты приходят к выводу, что «я» можно понимать только как относительное явление, находящееся в зависимости от психофизических совокупностей-скандх.

Кроме отрицания концепции существования вечного и абсолютного «я», в буддизме отрицается также наивное представление о «я» как о хозяине тела и ума. Поскольку буддисты утверждают невозможность найти какое-либо «я» вне физических и психических компонентов, это устраняет возможность существования контролирующего их независимого агента. С буддийской точки зрения небуддийская концепция «я», как абсолютного и вечного принципа усиливает ложную привычку верить в некое «я», контролирующее наше тело и ум. Поэтому (за исключением некоторых подразделов школы Вайбхашика) все классические индийские буддийские школы отвергают концепцию субстанционально реального, постоянного, вечного принципа, называемого «я».

Четыре печати

Итак, мы установили, что учение об *анатмане* (отсутствии вечного и неизменного «я») является центральным для буддизма. На самом деле, есть четыре главных утверждения, которые характеризуют буддийское понимание существования. Эти четыре утверждения, также известные как *четыре печати*, таковы:

Все составные явления непостоянны;
Все загрязнённые явления сопряжены со страданием;
Все явления пусты и лишены самобытия;
Нирвана есть истинный покой.

Давайте рассмотрим каждое из этих утверждений по очереди.

Все составные явления непостоянны

Первое утверждение гласит, что все переживаемые нами вещи и события ежесекундно подвергаются нескончаемому процессу изменения и распада. Все вещи возникают в определённый момент времени и в определённый момент прекращают своё существование: они разбиваются, распадаются, погибают и т.д. Мы можем наблюдать всё это в своей повседневной жизни на примере наших вещей, а также своего физического и наших эмоционального состояний. К такому пониманию можно прийти путём обычного рассуждения, без необходимости в каком-либо сложном логическом доказательстве. Однако чтобы что-то возникло и затем позднее прекратило своё существование, процесс изменений должен происходить постоянно, каждое мгновение. Само прекращение любого явления не происходит мгновенно, но является результатом непрерывного процесса.

Не признавая этого процесса ежесекундного распада, чрезвычайно трудно, или даже вовсе невозможно, понять, каким образом вещи внезапно прекращают своё существование. Тот факт, что они со временем приходят к своему концу, предполагает, их неприменную подверженность ежесекундному изменению. Фактически, все буддийские школы согласны в том, что с самого момента своего возникновения вещи и события несут в себе семя своего собственного прекращения. Данный объект или событие прекращает своё существование не в силу влияния какого-то иного, внешнего объекта или события, но уже в себе самом оно содержит причину своего собственного прекращения.

Давайте рассмотрим это на примере: представьте себе здание, такое как дом. Наше обыденное понимание причинности заставило бы нас сказать, что этот дом прекратит своё существование в силу того, что кто-то его снесет. Однако тот факт, что все составные явления, а в данном случае это — дом, непостоянны, заставит нас понять, что в конечном итоге он прекратит своё существование независимо от того, снесем мы его или нет. Этот дом непрерывно распадается по самым разнообразным причинам, и в конечном итоге прекратит своё существование просто потому что он непостоянен по своей природе.

Итак, согласно буддизму, дело обстоит совсем не в соответствии с нашим наивным представлением о мире, когда мы полагаем, будто одно событие вызывает что-то к существованию, а другое условие на каком-то более позднем этапе приводит к его прекращению. Другими словами, буддизм не согласен с тем, что вещи сначала возникают, какое-то время пребывают в неизменном виде, а затем внезапно прекращают существовать.

Несмотря на это, мы склонны, рассматривая происхождение вещей или явлений, видеть их с утвердительной точки зрения: нам представляется, будто вещи возникают, например, по причине своего рождения, и продолжают существовать, возможно, путём роста. В противоположность этому, думая о том, что нечто приходит к концу, прекращает своё существование, то мы склонны видеть это в негативном ключе, как прекращение бытия чего-то такого, что ранее реально существовало. Мы видим эти два явления —

возникновение и прекращение — как несовместимые и противоречащие друг другу, считаем, что они являются двумя взаимоисключающими состояниями бытия.

Однако первое утверждение буддизма, его первая «печать», говорит нам, что в силу своего непостоянства явления непрерывно, секунда за секундой, подвергаются процессу изменения. Поэтому, согласно буддийскому определению, непостоянства можно назвать «моментальностью». Увидев непостоянство в таком аспекте, мы поймём, что на самом деле возникновение и прекращение не являются взаимоисключающими. Напротив, они представляют собой единое явление, а именно непостоянство, рассматриваемое с двух точек зрения.

Сам факт того, что нечто возникает, делает возможным, а на самом деле даже содержит в себе необходимость прекращения его существования. Возникновение вещи является основным условием неизбежного прекращения её бытия. Итак, говоря о непостоянстве, мы утверждаем, что все вещи подвергаются процессу прекращения в каждый момент своего существования. Таков смысл первого утверждения буддизма, о том, что все составные явления непостоянны.

Все загрязнённые явления сопряжены со страданием

Второе утверждение гласит, что все загрязнённые вещи и события страдательны. Это означает, что все они являются страданием по самой своей природе. Как мы видели в главе 3, есть три уровня страдания. Страдание, упоминаемое в данной случае, — это его третий уровень, всепроникающее страдание, составляющее саму природу нашего обусловленного бытия. Оно всепроникающее, поскольку все наши действия совершаются в неведении истинной природы явлений, и потому результаты этих действий, то есть всё происходящее с нами, полностью определяется кармой и вредоносными аффектами. Слово «загрязнённый» просто указывает на результаты, произведенные кармой и аффектами.

Здесь было бы уместно упомянуть нескольких отрывков из писаний. В *Сутре десяти земель (Дасабхуми сутра)* Будда утверждает следующее:

«Весь этот мир трех царств есть ничто иное, как ум».

Согласно толкованию данного отрывка буддийской школой Читтаматра, это означает, что внешний воспринимаемый нами материальный мир есть ничто иное, как иллюзия, проекция нашего ума. Однако другие школы понимают это утверждение совершенно иначе. Например, Чандракирти, комментируя этот отрывок из сутры в своём трактате *Вступление на срединный путь (Мадхьямакаватара)*, пишет следующее:

Не считая «личность» и прочее создателем,
Как это утверждается *тиртхиками* в их трактатах,
Победоносный учил, что один лишь ум есть создатель¹⁷.

Чандракирти понимает эти слова Будды о том, что весь мир — окружающая среда и населяющие её существа — создан умом, как отрицание представления о независимом, абсолютном, божественном создателе. Тем не менее, школа Срединного пути (Мадхьямака), к которой принадлежал сам Чандракирти, в некотором смысле всё же допускает, что вся вселенная создана умом.

Как следует это понимать? Если мы рассмотрим возникновение нашего нынешнего физического тела, то сможем проследить его материальные составляющие до самого начала вселенной. С точки зрения современной науки вся материя, составляющая наши тела, возникла в момент Большого взрыва. Но с точки зрения традиционной буддийской космологии, непрерывность бытия нашего материального тела простирается даже за рамки начала материальной вселенной — до времен, когда она была совершенно пуста и пребывала

в состоянии того, что *Калачакра тантра* называет «частицами пространства». Эти частицы не являются абсолютными или фиксированными, но, скорее, они, как и вся материя, подвержены закону непостоянства и перемен.

Если посмотреть на чисто материальный уровень существования атомов или частиц, то можно спросить: «Что в процессе эволюции физической вселенной заставило её через сочетание частиц и атомов иметь непосредственное отношение к переживанию живыми существами страдания и счастья?» С буддийской точки зрения именно в этом месте на сцену выходит карма. Карма представляет собой действия, совершаемые намеренно. Если принять, что всё становление нашего непросветлённого бытия есть следствие бесконтрольности ума, то в результате окончательного анализа получается, что именно ум является создателем всего нашего существования. Карма — это причина становления личности в сансаре.

Хотя кармические действия совершаются как телом, так и словом, однако, в первую очередь карма определяется деятельностью ума. Кармические действия мотивированы вредоносными аффектами и коренятся в них. Причиной же аффектов-клеш, в свою очередь, является основополагающее неведение, а именно, в ошибочная убежденность в неизменном и подлинном самобытии вещей. Более того, с точки зрения закона причинности, существует неременная связь между характером причин и следствий¹⁸. Следовательно, все переживания и события, вызванные бесконтрольными состояниями ума, то есть возникшие в результате кармических действий и вредоносных аффектов, при окончательном анализе являются загрязнёнными. Такое действие, как совершение подношений Будде, с условной точки зрения может быть положительным, но до тех пор, пока через прямое осознание пустоты мы не преодолели неведение, оно также остаётся загрязнённым и имеет природу страдания.

Между этими первыми двумя утверждениями буддизма — что все составные явления непостоянны, и что все загрязнённые явления неудовлетворительны — существует тесное отношение вывода; мы можем вывести вторую аксиому из первой. Первое утверждение, о том, что все явления непостоянны, предполагает, что поскольку любая вещь является производной от некоторых посторонних ей самой причин и условий, её бытие зависит от иных факторов, нежели она сама. В случае загрязнённых явлений во второй аксиоме, смысл в том, что они являются производными продуктами и поэтому находятся под контролем вредоносных аффектов, возникающих в результате нашего фундаментального неведения. Первое утверждение говорит о самой причинности, тогда как второе объясняет причинный процесс становления непросветлённого существования.

Все явления пусты и лишены самобытия

В третьем утверждении говорится, что все явления — все вещи и события — лишены реальности, которая была бы присуща им в силу их собственной природы. Это традиционная формулировка буддийского утверждения о пустоте, которой мы пользуемся на протяжении всей этой книги, и которая играет ключевую роль в понимании *Сутры сердца*.

Давайте вкратце посмотрим на наше предыдущее рассуждение: «все явления, включая наше собственное “я”, лишены существования по своей природе, однако, из-за своего фундаментального неведения мы приписываем им самобытие». Таким образом, это фундаментальное неведение не является состоянием простого незнания; скорее, оно представляет собой состояние активного *неверного понимания*. Исходя из этого неверного понимания, мы ошибочно воспринимаем образ бытия вещей вопреки тому, как они существуют в действительности. Чем полнее человек раскрывает истину о природе реальности, тем меньшей становится сила этого неведения, и поскольку подлинная природа реальности становится всё более очевидной, осознание того, что неведение приводит к ошибочному мировосприятию, будет становиться всё сильнее.

Нирвана — это истинный покой

Когда в процессе медитации мы обретаем глубокое убеждение в искаженности нашего видения реальности, его власть над нами начинает постепенно и естественно уменьшаться. По мере того, как это происходит, нам удастся представить себе возможность достижения *полного* освобождения от такого ошибочного мировосприятия. Такая свобода есть полное освобождение от неведения, цепляющегося за представление о самобытии вещей; она является единственным истинным и продолжительным состоянием счастья и духовной свободы, истинным покоем, истинным освобождением.

ГЛАВА 9

Понимание пустоты

Два вида бессамостности

Прежде чем мы вернемся к изучению текста *Сутры сердца*, давайте посмотрим на отсутствие самобытия глазами различных буддийских школ с тем, чтобы лучше понять пустоту в том виде, как она представлена в *Сутре сердца*. Как уже объяснялось ранее, признание отсутствия самобытия существует во всех буддийских школах, но всё же среди них существуют различные понимания того, что в точности означает этот термин. В программе тибетского монашеского обучения есть даже особый вид литературы, специально посвященной различным способам понимания этих вопросов в рамках каждой школы. В рамках этой литературы излагаются различные точки зрения, присущие четырем основным буддийским философским школам, преобладавшим в древней Индии. При этом с появлением каждой новой школы представление об отсутствии самобытия становится всё более утончённым. Вот названия этих школ: *Вайбхашика*, *Саутрантика*, *Читтаматра* (школа *Только-ума*) и *Мадхьямака* (школа *Срединного пути*).

Тибетские буддисты как правило придерживаются воззрений последней школы, школы *Срединного пути*. Возникает вопрос: а почему тогда необходимо тратить столько времени на изучение воззрений всех прочих школ? Правильное понимание пустоты является ключевым фактором успеха в устранении омрачений, поэтому важно рассмотреть все те пункты, в которых мы можем сбиться с пути правильного понимания. Воззрения более ранних школ представляют собой те пункты понимания проповеданного Буддой учения о пустоте, на которых ранние буддисты останавливаясь в попытке добиться самого исчерпывающего применения этого учения. Изучение способов понимания, достигнутых в этих школах, помогает нам избежать остановки на том, что является лишь частичным пониманием истинной природы пустоты. Это способствует также появлению в нас большего почтения в отношении глубины самой утончённой точки зрения. Конечно, правильное интеллектуальное воззрение не является заменой прямого, неконцептуального постижения пустоты, но, тем не менее, это жизненно важный инструмент в задаче приближения к такому пониманию.

В текстах, посвященных изложению доктрин различных школ, проводится различие между двумя видами отсутствия самобытия: в отношении *личности* и *явлений*. Здесь термин «личность» относится к нашему сильному чувству самости, «я», с которым мы отождествляем самих себя. Понятие «явления» относится главным образом к психическим и физическим совокупностям личности, но включают также и все прочие внешние объекты. Две ранние школы буддийской философии — *Вайбхашика* и *Саутрантика*, говорят о необходимости медитации только на отсутствии самобытия (пустотности) личности, и не содержат представлений о пустотности явлений. Однако, две более поздних — *Читтаматра* и *Мадхьямака*, содержат учение о пустотности как личности, так и явлений. Как мы увидим далее, эти школы утверждают, что ограниченное представление о пустотности в отношении только к личности, мешает нам устранить весь спектр вредоносных аффектов и страданий. Итак, хотя устойчивое постижение пустотности личности само по себе является огромным успехом, оно всё же не достигает цели полного освобождения от страданий.

Воззрение Читтаматры

В целом, мы имеем естественную склонность доверять своему повседневному восприятию и инстинктивно признаём его достоверность, совершенно не подвергая эту веру сомнению. Все

мы наивно полагаем, что воспринимаемый нами образ объекта совершенно тождественен тому, как он существует на самом деле. И поскольку события и феномены, включая наше собственное «я», кажутся нам реальными, мы непроизвольно и без какого-либо размышления делаем вывод о том, что они на самом деле объективны. Только в процессе тщательного анализа можно увидеть, что наше восприятие не отражает объективной реальности безошибочно.

Как уже обсуждалось ранее, всё восприятие внешнего мира возникает как результат сочетания трех факторов: сенсорной способности органа чувств, самого объекта восприятия и деятельности ума. Затем это восприятие внешнего объекта приводит к возникновению субъективной оценки: мы находим его либо привлекательным, либо отталкивающим. После этого мы проецируем на него представление о желательности или нежелательности, чувствуя при этом, что данное качество само по себе «объективно», присуще объекту. Затем на основании этой проекции в нас может возникнуть соответствующая эмоциональная реакция. Если объект видится как нежелательный, мы испытываем по отношению к нему чувство отвращения или неприязни, а если он видится как желательный, мы чувствуем привязанность или вожделение. Но, как мы видели, в самом объекте нет ничего реального по природе, нет ничего такого, что дало бы ему право носить ярлык «привлекательный». Воспринимаемое нами качество привлекательности в значительной степени субъективно. Особенно полезно рассмотреть свои переживания во время сильной эмоциональной реакции, поскольку она резко и немедленно сосредоточивают наше внимание на чувстве собственного «я».

Согласно учению школы Читтаматра, то, что видится как объект, объективно и реально существующий «там, вне нас», есть ничто иное, как проекция нас как субъекта, нашего собственного ума. Таким образом, субъект и объект видятся как абсолютно недвойственные. С практической точки зрения такое воззрение очень полезно: не трудно понять, как признание того, что воспринимаемые нами качества объекта являются простыми аспектами нашего собственного ума, может оказать радикальное воздействие на уменьшение привязанности к этим «внешним» объектам.

Итак, хотя школа Читтаматра отвергает реальность личности, а также внешней, материальной и объективной реальности, она всё же утверждает, что субстанционально реальным является субъективное *переживание*, то есть ум. Последователи Читтаматры утверждают, что если бы ум не был субстанционально реальным по своей природе, не существовало бы основы для осмысленного различения добра и зла, того, что вредно и что полезно. Они полагают, что явление для своего существования должно иметь объективную субстанциональную основу, на которую накладываются её разнообразные функции.

Кроме того, согласно воззрению Читтаматры, все вещи и события — это не просто *чисто* ментальные конструкции, поскольку в противном случае белое могло бы оказаться черным, а черное — белым просто в зависимости от того, что мы об этом думаем. Раз это не так, необходимо допустить, что внутреннее субъективное переживание, мир сознания, также обладает субстанциональной реальностью. Следовательно, по мнению школы Читтаматра, объяснения пустоты, содержащиеся в сутрах *Праджняпарамиты*, нельзя принимать в качестве выражения окончательного смысла. Последователи этой школы полагают, что при буквальном понимании, к примеру, утверждения «нет форм, нет чувств, нет представлений», мы впадаем в крайность нигилизма, что противоречит закону причин и следствий.

Понимание Читтаматрой учения Будды о пустоте, содержащегося в сутрах *Праджняпарамиты*, главным образом основано на определённом ряде утверждений из *Сутры раскрытия замысла Будды (Самдхинирмочанасутра)*, в которой очень подробно представлена теория о «трёх природах». Согласно этому учению, все вещи и события обладают тремя основополагающими природами. *Зависимая природа*, то есть взаимодействие различных причин и условий, является с этой точки зрения *основой* существования явлений. На эту основу мы проецируем своё представление о независимой реальности явлений; эта *подразумеваемая природа* кажется нам реальностью. И наконец,

абсолютная природа, а именно — пустота явления, представляет собой отрицание этого подразумеваемого существования.

Поскольку в учении школы Читтаматра говорится, что все вещи и события обладают этими тремя природами, она далее утверждает, что формула «пусты от собственной сути» в сутрах *Праджняпарамиты* имеет различные значения в отношении каждой из этих природ. С этой точки зрения, *зависимые явления* лишены самобытия, поскольку не имеют *независимого возникновения*, то есть не возникают из самих себя. *Подразумеваемые явления* лишены самобытия, поскольку не имеют собственных определяющих характеристик, то есть те различные характеристики, которые мы воспринимаем у некоего явления, являются производными нашего ума. Наконец, *абсолютные явления* лишены самобытия в силу того, что не являются абсолютными, поскольку даже пустота не имеет абсолютной объективной реальности. Толкование Читтаматрой смысла сутр *Праджняпарамиты* осуществляется в контексте её учения об этих трех природах.

Вследствие этого школа Читтаматра делит писания Будды на писания *определённого смысла*, которые можно понимать буквально, и *условного смысла*, которые принимать буквально нельзя, и для полного понимания которых необходимо толкование. Учения, выдерживающие проверку критическим анализом так, как его осуществляют последователи Читтаматры, принимаются ими в качестве выражающих окончательный, не подлежащий толкованию смысл, тогда как учения, противоречащее их представлению об окончательном намерении Будды, требуют, по их словам, толкования.

Одна из важных подшкол Читтаматры — это «последователи писаний». Отвергая представление о вечном «я», эта ветвь школы Читтаматра утверждает, что реальной личностью или базисом «я» является нечто, называемое сознание-основа (*алая виджняна*). Основоположник этой школы полагал, что если отождествлять личность, или «я», с грубым ментальным сознанием, то в определённые моменты невозможно установить существование личности; например, когда человек находится в обмороке или в состоянии глубокого сна, или когда медитирующий достигает состояний полного отсутствия активности сознания. Учение о существовании такого сознания-основы даёт Читтаматре возможность обосновать непрерывность чувства самоидентичности личности. Кроме того, сознание-основа согласно их учению является хранилищем четырёх предрасположенностей¹⁹ и является тем местом, где хранятся отпечатки всех наших кармических деяний. Заблуждающаяся мысль «я есть», которая возникает на базе этого основополагающего сознания, иногда выделяется как «заблуждающееся сознание». Так, один из сторонников этой ветви Читтаматры постулирует восемь классов сознания — пять сознаний органов чувств, грубое ментальное сознание, сознание-основу и заблуждающееся сознание.

Понимание с точки зрения условного (подлежащего толкованию) и окончательного (определённого) смысла

Ранее мы видели, что одна из основных характеристик учений Будды состоит в том, что они давались согласно различным духовным и ментальным нуждам и предрасположенностям его последователей. В различии философских воззрений многочисленных школ также можно видеть результат разнообразия нужд учеников и их способностей к пониманию. Мы только что рассмотрели существующие в школе Читтаматра методы различения учений определённого и условного смысла, но и все прочие школы имеют свои собственные критерии того, относится ли данная сутра к учениям определённого или условного смысла. В каждом случае этот процесс схож: сначала используется анализ с целью определения окончательного намерения Будды, когда он делает то или иное утверждение, затем определяется контекстуальное логическое обоснование для данного утверждения, и наконец демонстрируется логическая противоречивость, если таковая имеется, возникающая в случае буквального понимания этого утверждения.

Правомерность такого подхода подтверждена самим Буддой в его проповедях. В одной из сутр есть слова, призывающие последователей воспринимать сказанное Буддой так, как они принимали бы от ювелира металл, похожий на золото: лишь убедившись в том, что предложенный металл не тускнеет при обжиге, легко режется и полируется до яркого блеска, можно признать, что это действительно золото. Так Будда призывает нас к критическому анализу даже его собственных учений. Будда советует провести тщательное исследование истинности его слов, подтвердить их для самих себя и только тогда «принимать, но не из почтения к его личности»²⁰.

На основе подобных утверждений, в монастырских университетах древней Индии, таких как Наланда, возникла традиция, критического анализа учениками работ своих собственных учителей. Такой критический анализ никоим образом не считался противоречащим великому преклонению и почитанию, которое ученики питали к наставникам. Например, у знаменитого индийского мастера Васубандху был ученик по имени Вимуктисена, о котором говорили, что он превзошел Васубандху в своем понимании сутр *Праджняпарамиты*. Вимуктисена подвергал сомнению разработанное Васубандху толкование в понятиях Читтаматры, и создал своё собственное в соответствии с учением Мадхьямаки.

В буддийской традиции Тибета таким примером является Алак Дамчэ Цанг, который был одним из учеников великого ньингмапинского мастера XIX в. Джу Мипама. Хотя Алак Дамчэ Цанг восхищался своим учителем и глубоко его почитал, однако, он написал свои возражения на некоторые работы Мипама. Однажды ученик Алака Дамчэ Цанга спросил, уместно ли критиковать работы своего собственного учителя, на что Алак Дамчэ ответил: «Если учитель говорит неправильные вещи, следует оспорить его слова будь это даже ваш собственный лама!»

Есть тибетская поговорка: «Оставь своё почтение и восхищение для человека, но подвергни его работы тщательному критическому анализу». Такое здоровое отношение нашло своё выражение в формулировке так называемых «четырёх уверенностей»:

Полагайся не на личность, а на учение.

Полагайся не на слова учения, а на их смысл.

Полагайся не на условный смысл, а на окончательное понимание.

Полагайся не на рассудочное понимание, а на прямой опыт.

Толкование Срединного пути

В противоположность школе Читтаматра, школа Срединного пути, Мадхьямака, считает сутры *Праджняпарамиты* учениями окончательного смысла, буквально принимая утверждение о том, что «все вещи и события лишены какого-либо самобытия». Воззрение Срединного пути не делает различий между субъектом и объектом, между сознанием и «внешним миром» с точки зрения их экзистенциального статуса. В *Сутре праджняпарамиты из ста тысяч строф* это воззрение выражено в утверждении, что на абсолютном уровне не существует *ни одного* явления. Итак, в традиции толкования школы Мадхьямака утверждения сутр *Праджняпарамиты* принимаются в буквальном значении, а пустота всех явлений становится их окончательной характеристикой.

Это различие между философскими позициями Читтаматры и Мадхьямаки по началу может показаться несущественным, но при более внимательном рассмотрении мы сможем оценить его значение. Школа Читтаматра признаёт пустоту внешнего, и поэтому с помощью её философии можно избавиться от привязанности и отвращения в отношении внешних явлений. Но этого не достаточно. Если не признать таким же образом пустоту *внутреннего*, можно сохранить привязанность к таким приятным переживаниям, как уравнищенность или блаженство, и отвращение неприятным, таким, как печаль или страх. Понимание пустотности всех явлений, неразличение между внутренним и внешним, умом и

окружающим миром — самое утончённое учение, созданное школой Мадхьямака. Обретя такое окончательное понимание, мы получаем возможность полностью разорвать все пути наших омрачений.

Некоторые сторонники Срединного пути, последователи школы Йогачара-Мадхьямака, соглашались с различием, которое школа Читтаматра проводит между внутренним и внешним миром, но при этом применяют учение о пустоте равным образом к обоим этим мирам. Однако в целом все школы Срединного пути учат, что когда речь идёт об абсолютной природе реальности, различие между внешним и внутренним миром бессмысленно.

Более того, последователи Мадхьямаки считают одной из предпосылок отрицания школой Читтаматра реальности внешнего мира их убеждение в том, что это предполагает существование неделимых атомов или частиц. Такие частицы, в случае своего существования, были бы конечной образующей материей и выступали в качестве основы объективности мира. Поскольку школа Читтаматра считает это представление о невидимом абсолютном атоме несостоятельным, её последователи и утверждают необходимость отрицания объективной реальности материального мира.

В ответ на это мадхьямики указывают, что тот же самый аргумент можно использовать для отрицания субстанциональности и внутреннего мира. Ибо для того, чтобы признать субстанциональность ума, необходимо предположить существование неделимых, бесконечно малых моментов восприятия, которые тоже являются окончательными составляющими реальности. Это, как говорят мадхьямики, несостоятельно, ибо ум можно понимать только как процесс непрерывного, взаимозависимо возникающего потока сознания, а не как отдельные его моменты. Таким образом, даже внутренний мир сознания и восприятия лишен субстанциональности. Последователи школы Мадхьямака утверждают, что только применив такое суждение как к внешнему миру материи, так и к внутреннему миру сознания, не делая между ними различий, можно подорвать основу привязанности и к внешнему, и к внутреннему миру.

Две школы Срединного пути

Основателем школы Срединного пути является великий индийский мастер Нагарджуна. Самая известная его работа так и называется: *«Коренные строфы о Срединном пути»* (*Муламадхьямака карика*). Среди многих прочтений текста Нагарджуны последующими индийскими мастерами, толкования Буддхапалиты, Бхававивеки и Чандракирти являются особенно значимыми. Бхававивека в своём комментарии критикует некоторые аспекты более раннего прочтения Буддхапалиты. В защиту Буддхапалиты Чандракирти написал чрезвычайно важный комментарий на *«Коренные строфы»* Нагарджуны, называемый *«Ясные слова»* (*Прасаннапада*).

Одно из основных различий между толкованиями Буддхапалиты и Бхававивеки относится к представлению о «всеобщем восприятии объектов». То есть если мы говорим о рассмотрении вещей с точки зрения абсолютной истины, возможно ли для двух разных людей иметь общее восприятие объекта, которое равным образом достоверно с точки зрения их обоих. Бхававивека утверждает, что это возможно. Утверждая объективную реальность, которая до некоторой степени независима от воспринимающего, Бхававивека допускает, что вещам и событиям можно приписать некоторую степень существования по своей природе. Например, Бхававивека, по-видимому, придерживается того взгляда, что хотя личность или «я» является ментальным конструктом, находящимся в зависимости от психофизических совокупностей (*скандх*), однако, если искать истинный объект обозначения термина «личность», можно найти нечто субстанционально реальное. Из числа пяти *скандх* в качестве истинной основы личности, которую можно обнаружить средствами абсолютного анализа, Бхававивека выделяет ментальное сознание (*виджняна скандха*). Чандракирти, в свою очередь, опровергает эту идею.

Основываясь на этих различиях, возникли два основных направления философии Мадхьямаки, которые различаются методом, используемым их последователями для установления пустоты. Подобно Нагарджуне, Буддхапалита использует приём ведения диспута, известный как «метод логических следствий» (санскр. *прасанга*). Этот метод *reductio ad absurdum* (сведение к абсурду), главным образом состоит в демонстрации внутренней несостоятельности воззрений оппонента. В противоположность этому Бхававивека и его последователи строят свою аргументацию методом положительных утверждений — силлогизмов. В силу такого различия в методологии диспута эти две школы стали называться *Сватантрика*, или «автономная» школа — те, кто принимают самодостаточные силлогизмы, и *Прасангика* — те, кто предпочитают стиль доказательства, состоящий в отрицательном аргументировании. Последователями основанной Бхававивекой школы *Сватантрика* позднее являлись такие учителя, как Джнянагарбха, тогда как основанная Буддхапалитой школа *Прасангика* поддерживалась Чандракирти и Шантидевой.

Из комментария Буддхапалиты на *Коренные строфы* Нагарджуны совершенно очевидно, что Буддхапалита не принимал представления о самобытии даже условно. Комментируя вступительную строфу Нагарджуны, которая опровергает возможность возникновения чего бы то ни было всеми четырьмя мыслимыми способами: из себя самого; из другого; из себя и из другого; и не из себя, и не из другого, — Буддхапалита отмечает, что если мы подвергнем процесс возникновения критическому анализу, то нельзя установить существования даже самого возникновения. Однако поскольку вещи всё же возникают в результате причин и условий, он утверждает, что мы можем установить представление о возникновении лишь на условном, относительном уровне. Далее он утверждает, что если бы явления имели объективную природой, то есть обладали самобытием не было бы необходимости устанавливать их тождественность и существование на основе их отношения к факторам, иным, чем они сами. Сам факт того, что вещи и события можно понять только в их отношении к иному или в зависимости от иных факторов, предполагает, что они не существуют в силу наличия в них самобытия.

Бхававивека соглашался с Буддхапалитой, что все способы возникновения не имеют *абсолютного* самобытия, но доказывал, что процесс возникновения вещей на основе факторов, иных, чем они сами, устанавливает их *условное* самобытие. Чандракирти, защищая позицию Буддхапалиты, категорически отвергает это утверждение. В своём *Дополнении к Коренным строфам [Нагарджуны]* Чандракирти утверждает: и субъект, то есть лицо, испытывающее боль и удовольствие, и воздействующий на него объекты, невозможно обнаружить, они не обладают никакой объективной, независимой реальностью, даже на условном, относительном уровне. Чандракирти говорит, что мы можем понять их экзистенциальный статус посредством понимания их условной реальности, но даже сама эта условная реальность пуста. Согласно Чандракирти, самобытие просто ложно, а его отрицание и составляет окончательное понимание пустоты.

Пустота и взаимозависимое возникновение

Итак, для прасангиков «пустота» означает «пустоту от самобытия». Это не означает, что ничего не существует, но только то, что вещи не существуют в силу их собственной природы, которая, как мы наивно полагаем, у них есть. Итак, мы должны задать вопрос, каким же образом явления существуют? В главе 24 *Коренных строф о Срединном пути* Нагарджуна разъясняет, что бытийный статус явлений можно понять только в как взаимозависимое возникновение. «Зависимость» для некоторых более низких школ означает зависимость от причин и условий, но для прасангиков она главным образом означает зависимость от концептуального обозначения со стороны субъекта.

Мы находим поддержку этого воззрения в сутрах. Например, в сутре *Вопросы Анаватанты* сказано, что всё, возникающее в зависимости от причин и условий, иных, чем оно само, несомненно не имеет самобытия. Эта сутра гласит:

Рождённое от условий есть нерожденное,
ибо оно лишено самобытия.
Зависимое от условий является пустым.
Знающий эту пустоту пребывает в покое²¹.

Схожие отрывки мы находим в *Собрании поучений сутр* (*Сутрасамуччая*) Нагарджуны и в *Собрании наставлений* (*Шикшасамуччая*) Шантидевы, где в главе о мудрости Шантидева цитирует ряд сутр, отвергающих представление о самобытии в отношении явлений, относящихся к самым разным классам, подобно тому, как это делается и в *Сутре сердца*. В качестве вывода Шантидева указывает на то, что все явления, относящиеся к этим классам, представляют собой лишь наименования и обозначения.

Смысл здесь в том, что если бы вещи и события вовсе не существовали, было бы невозможно последовательно связно и логически изложить все перечисленные в *Сутре сердца* категории, такие как пять *скандх* и тридцать семь аспектов пути к просветлению. Бессмысленно было бы их перечислять эти понятия, если бы учение о пустоте полностью их отвергало. Это означает, что вещи существуют, но не в силу своей собственной природы. Их бытие можно понять только с точки зрения взаимозависимого возникновения.

Если постичь пустоту так, как она понимается последователями школы Прасангикамадхьямака, а именно, что все явления абсолютно и полностью лишены самобытия, не останется вовсе никакой основы для цепляния за представление о самости. С этой практической точки зрения понимание пустоты с точки зрения школы Прасангикамадхьямака составляет наивысшее и самое тонкое понимание учения Будды об отсутствии «я».

ГЛАВА 10

Развитие безошибочного воззрения

Правильное опровержение существования по природе

Из всех вышеприведённых философских рассуждений следует вывод: то как мы склонны воспринимать существование вещей, не согласуется с тем, как они реально существуют. Но в этом утверждении не содержится нигилистического отрицания самого факта нашего переживания. Оспаривается не само *существование* вещей и событий, но *способ их существования*, который необходимо прояснить. В этом заключается смысл проведения такого сложного анализа.

Важно, чтобы любой духовный искатель развивал точку зрения, которая напрямую противоположна ошибочному убеждению, цепляющемуся за представление о вещественном бытии объектов и событий. Только путём развития такого воззрения мы можем уменьшить силу властвующих над нами вредоносных аффектов. Любые наши ежедневные практики, такие как начитывание мантры, визуализации и так далее, сами по себе не могут противостоять этому фундаментальному неведению. Простое порождение устремления: «Пусть это ошибочное цепляние за представление о самобытии исчезнет», — не является достаточным. Мы должны достичь ясного понимания природы пустоты, поскольку это единственный способ достижения полного освобождения от страдания. Более того, без такого ясного понимания визуализация божеств и начитывание мантр могут даже усилить омраченное цепляние за объективную реальность мира и нашего «я».

В основе многих буддийских практик лежит принцип применения противоядий. Например, мы развиваем в себе устремление приносить благо другим в качестве противоядия от себялюбия, а понимание непостоянной природы реальности как противоядие от восприятия вещей и событий как постоянных и неизменных. Точно так же, развивая правильное понимание и проникновение в природу реальности — пустоту вещей и событий — мы постепенно освобождаемся от цепляния за представление о самобытии, чтобы в конечном итоге полностью устранить его.

Понимание двух истин

В *Сутре сердца* мы читаем:

«...они должны так всецело увидеть: даже все пять совокупностей пустыми от собственной сути следует им в совершенстве узреть. Форма — пустота. Пустота — форма. Пустота — не иное, чем форма, форма также не иное, чем пустота.»

Этот отрывок представляет краткий ответ Авалокитешвары на вопрос Шарипутры о том, как практиковать совершенства мудрости. Слова «пусты от собственной сути» — это указание Авалокитешвары на тончайшее и наивысшее понимание пустоты как отсутствие существования по своей природе. Авалокитешвара развивает свой ответ, который начинается со следующих строк: «Форма — пустота. Пустота — форма. Пустота — не иное, чем форма, форма также не иное, чем пустота.»

Очень важно избежать превратного понимания, мысли о том, что пустота есть некая абсолютная реальность или независимая истина. Пустота должна пониматься как истинная природа вещей и событий. Поэтому слова: «Форма — пустота. Пустота — форма. Пустота — не иное, чем форма, форма также не иное, чем пустота», — это не указание на какую-то «великую, где-то-там пребывающую пустоту», но сообщение о пустотности конкретного явления, в данном случае — формы, или материи.

Утверждение «форма также не иное, чем пустота» означает, что пустота формы есть ничто иное, как её абсолютная природа. Форма лишена самобытия, или независимого существования поэтому её природа есть пустота. Эта природа, пустотность, не является независимой от формы, но скорее, она представляет собой *характеристику* формы; пустота — это способ существования формы. Необходимо понять форму и её пустоту в их единстве; они не являются двумя независимыми реальностями.

Давайте повнимательнее посмотрим на два утверждения Авалокитешвары: форма — это пустота; пустота — форма. Первое утверждение, «форма есть пустота», предполагает, что воспринимаемое нами как форма возникает в результате соединения множества причин и условий, а не в силу своих собственных независимых качеств. Форма — это составное явление, состоящее из множества частей. Поскольку она возникает и продолжает существовать, основываясь на причинах и условиях, иных, чем она сама, форма является зависимым явлением. Эта зависимость означает, что форма пуста от какого-либо самобытия, присущего ей по природе. Поэтому и говорится, что форма есть пустота.

Следующее утверждение Авалокитешвары, — пустота есть форма. Поскольку форма лишена независимого существования, её невозможно изолировать от других явлений. Зависимость предполагает некую открытость и единство в отношении прочих вещей. Вследствие этой фундаментальной открытости форма не постоянна и не стационарна, она изменчива и подчинена закону причинности. Другими словами, поскольку формы возникают из взаимодействия причин и условий и не имеют независимой, постоянной реальности, они сочетаются с другими формами, с другими причинами и условиями. В результате возникает сложная взаимосвязанная реальность. Поскольку формы не имеют неизменной, изолированной от всего остального самотождественности, можно сказать, что пустота есть основа существования формы. На самом деле, пустота в некотором смысле *создает* форму. Кроме того, утверждение «пустота есть форма» можно понять так, что форма является проявлением или выражением пустоты, чем-то, что возникает из пустоты.

Это на первый взгляд абстрактное отношение формы и пустоты аналогично отношению между материальными объектами и пространством. Без пустого пространства материальные объекты не могут существовать; пространство — это среда для существования физического мира. Однако эта аналогия не точна, поскольку материальные объекты в некотором смысле отделены от занимаемого ими физического пространства, тогда как форма и пустота формы неотделимы друг от друга.

В *Ланкаватара сутре* мы находим описания семи различных смыслов пустотности. Для наших целей давайте изучим лишь два из них. Первое из возможных пониманий пустоты называется «пустота от иного» (тиб. *шентонг*). Так, например, храм может быть пуст от монахов. Здесь пустота (пустота храма) рассматривается как нечто отдельное от того, что отрицается (присутствие монахов).

В противоположность этому, говоря «форма есть пустота», мы отрицаем самобытие самой формы. Этот вид пустоты называется «пустота от своей собственной природы» (тиб. *рангтонг*, что в буквальном переводе означает «самопустота»). Однако это не следует понимать так, что «самопустота», или пустота от собственной природы означает пустоту формы от самой себя; что было бы равносильно отрицанию реальности формы, которую, как я постоянно подчеркиваю, эти учения не отрицают. Форма — это форма; реальность формы как таковой не отрицается, отрицается только *независимое и, таким образом, самосущее бытие* этой реальности. Итак, тот факт, что форма есть форма, никоим образом не противоречит тому, что форма есть пустота.

Это — ключевой момент, и его стоит повторить. Пустота не подразумевает простого несуществования; пустота предполагает именно отсутствие *самобытия*, что непременно подразумевает взаимозависимое возникновение. Зависимость и взаимозависимость — это природа всех вещей; вещи и события возникают только в результате взаимодействия причин и условий. Пустота делает возможным проявление закона причин и следствий.

Всё это можно выразить ещё одним способом, в виде следующей цепи рассуждений. Все вещи возникают взаимозависимо. Поскольку это так, можно наблюдать причину и следствие. Причина и следствие возможны только в зависимости возникшем мире, а взаимозависимое возникновение возможно только в мире, лишенном самобытия, то есть в мире, основанном на пустотности. Поэтому можно сказать, что пустота есть форма, и это равносильно утверждению «форма возникает из пустоты»; пустота есть основа, позволяющая осуществляться взаимозависимому возникновению формы. Таким образом, мир формы — это способ проявления пустоты.

Важно понять, что мы говорим о пустоте не как о какой-то абсолютной сфере, сродни, скажем, древнеиндийскому *Брахману*, пребывающему, как полагают, в основании абсолютной реальности, из которой появляется иллюзорный мир множественности. Пустота не является центральной реальностью, которая лежит в сердце вселенной и порождает всё разнообразие явлений. Пустоту можно постичь только в отношении отдельных вещей и событий. Например, когда мы говорим о пустоте формы, речь идёт об абсолютной реальности *этой формы*, о том факте, что эта форма лишена существования по своей природе. *Эта пустота* и является абсолютной природой *этой формы*. Пустота существует только как качество определённых явлений, а не отдельно и независимо от них.

Более того, поскольку пустоту можно понять как абсолютную реальность только в отношении отдельных явлений, отдельных вещей и событий, то с прекращением существования отдельного явления пустота этого явления также прекращает существовать. Итак, хотя пустота сама по себе не является результатом причин и условий, однако, когда основа для установления пустоты исчезает, то и пустота этой вещи также перестаёт быть²².

Строка «Пустота — не иное, чем форма, форма также не иное, чем пустота» указывает на учение Будды о двух истинах. Первая из этих двух истин — истина о существовании повседневной, относительной реальности, тогда как вторая, абсолютная истина есть достигнутое посредством анализа окончательное постижение способа существования вещей.

Нагарджуна указывает на это в *Коренных строфах о срединном пути* такими словами:

Учения, явленные буддами,
раскрыты в плане двух истин:
истины условной, мирской
и абсолютной истины²³.

Мы воспринимаем условную истину, то есть относительный мир во всём его разнообразии, через повседневное использование нашего ума и способностей к ощущению. Однако абсолютную истину, истинную природу вещей и событий мы можем постичь только посредством углубленного анализа. Постичь её означает увидеть таковость явлений, их абсолютный способ бытия, который является абсолютной истиной о природе реальности. Хотя многие индийские школы мысли, как буддийские, так и небуддийские, понимают природу реальности в плане двух истин, однако, более тонкое понимание влечёт за собой осознание этих двух истин не как двух отдельных, независимых реальностей, но скорее, как двух аспектов одной реальности. Важно, чтобы мы ясно поняли это отличие.

Традиции толкования

Одна из комментаторских традиций, происходящая, возможно, от ньингмапинского мастера Джун Мипама — содержит общепринятый способ прочтения этого отрывка из *Сутры сердца*, представляя *четыре подхода к пониманию пустоты*. Согласно этому прочтению, первое утверждение «форма есть пустота» представляет пустоту феноменального мира, тем самым противодействуя крайности экзистенциального абсолютизма, ошибочной убеждённости в том, что все явления абсолютно реальны. Второе утверждение, «пустота есть форма», представляет пустоту проявления взаимозависимого возникновения, тем самым,

противодействуя крайности нигилизма, ошибочному убеждению, что вовсе ничего не существует. Третье утверждение, «Пустота — не иное, чем форма», представляет союз видимости и пустоты или союз пустоты и взаимозависимого возникновения, что противостоит крайностям как нигилизма, так и абсолютизации бытия одновременно. Четвертое утверждение, «форма тоже есть не иное, чем пустота», указывает на то, что видимость и пустота не являются несовместимыми, но пребывают в состоянии полного единства. Таким образом понимается, что эти четыре аспекта представляют совершенный выход за пределы всех концептуальных измышлений.

Традиция Путь-и-плод (*Ламдре*) школы Сакья тибетского буддизма, представляет схожий четырёхчастный подход к пониманию пустоты: (1) видимость устанавливается пустой; (2) пустота утверждается как взаимозависимое возникновение; (3) пустота и видимости утверждаются как единство; и (4) это единство утверждается как выходящее за пределы всех словесных обозначений и умопостигаемых определений.

Обычно говорится, что пустота является противоядием от видимости самобытия, однако, этот четырёхчастный подход указывает, что если понимание индивидуума достаточно глубоко, он наоборот сможет воспользоваться истиной о пустоте для противодействия нигилистическим воззрениям, а утверждением мира видимости — как способом преодолеть крайность абсолютного утверждения. Этот обратный способ выхода за пределы двух крайностей является уникальной характеристикой Школы Прасангики-мадхьямаки.

После изложения четырёхчастного подхода к пониманию пустоты *Сутра сердца* говорится, что помимо совокупности *формы*, его необходимо распространить и на оставшиеся совокупности — чувства, представления, побуждения и различные виды сознания. В категорию пяти совокупностей включены все составные явления.

Подобным же образом чувства, представления, побуждения и [все виды] сознания — пустота.

Один из способов понимания этого отрывка возможен с точки зрения прямого неконцептуального постижения пустоты медитирующим, который непосредственно воспринимает полное отсутствие независимого самобытия всех вещей и событий, напрямую воспринимая одну только пустоту. В таком состоянии нет переживания множественности: нет форм, нет чувств, нет ощущений, нет восприятия, нет ментальных конструкций.

Нет ничего кроме пустоты, потому что это понимание достигается только через процесс отрицания самобытия чего-либо, например, формы. Форма есть условная реальность, относительное явление, а относительные явления постигаются только через условное восприятие. Однако пустотность формы — это абсолютная истина или абсолютная реальность этой формы. Эта абсолютная реальность постигается только через абсолютный анализ, то есть умом, который осознает абсолютную природу реальности. Когда ум непосредственно воспринимает пустоту, он уже не воспринимает ничего более, и таким образом, в рамках такого видения, больше нет ни субъекта, ни объекта.

Если бы в результате абсолютного анализа, по завершении процесса отрицания обнаружилось, что форма существует, можно было бы сказать, что она является абсолютной природой самой себя. Однако это не так. Абсолютная природа формы есть пустота, а форма — это условная реальность, посредством которой устанавливается эта пустота. Поэтому ещё один способ понимания утверждения о том, что в пустоте нет форм, нет чувств, нет представлений, нет побуждений, нет сознаний — это прочтение его с точки зрения медитирующей практика, погруженного в прямое осознание пустоты.

Восемь аспектов пустоты

Далее текст *Сутры сердца* представляет то, что называется *восемью аспектами глубины*:

Итак, Шарипутра, все дхармы пусты, [собственных определяющих] характеристик не имеют, не возникающие и не прекращающиеся, не загрязнённые и не чистые, не убывающие и не возрастающие.

Понятие *определяющие характеристики* в данном отрывке относится к универсальным качествам явлений, таким как непостоянство и пустота, а также к конкретным характеристикам любого данного явления, таким, как, например, характеристики, данного конкретного яблока. Оба вида характеристик существуют на относительном уровне. В самом деле, мы определяем все вещи и события посредством именно таких характеристик, но они не существуют в абсолютном смысле, как некая непреложная природа вещей и событий.

Далее в тексте говорится, что все вещи «не возникают и не прекращаются». Важно понять, что вещи и события *появляются* и имеют возникновение; возникновение и прекращение существования являются характеристиками всех явлений, но эти характеристики не существуют как абсолютная природа феноменов. И снова, с точки зрения индивидуума, погруженного в прямое осознание пустоты, такие характеристики феноменов, как возникновение и прекращение, не обнаруживаются, поскольку они не присущи им в абсолютном смысле.

Это понимание повторяется в строках восхваления, которыми начинается работа Нагарджуны «*Коренные строфы о Срединном пути*»:

Ты преподавал учение о взаимозависимом возникновении:

нет прекращения, и нет возникновения,

нет уничтожения, и нет постоянства,

нет прихода, и нет ухода,

нет отличия, и нет тождества.

В этом полное успокоение рассудочных измышлений;

Тебе, величайшему наставнику среди просветленных,

я возношу хвалу²⁴.

Здесь Нагарджуна выражает почтение Будде за его учение о том, что всё, возникающее взаимозависимо, не имеет «восьми характеристик», а потому лишено существования по своей природе. Эти восемь характеристик на условном уровне действительно *существуют* как качества вещей и событий. В силу определённых условий вещи рождаются и прекращают своё существование, и так далее, но все эти характеристики *не* присущи им на абсолютном уровне; их невозможно установить с точки зрения собственной природы феноменов. На абсолютном уровне есть только *отсутствие* этих характеристик, а именно, отсутствие самобытия, отсутствие определяющих характеристик, отсутствие возникновения и прекращения, отсутствие загрязнения и чистоты, отсутствие убывания и возрастания.

Эти восемь характеристик можно сгруппировать в три категории, каждая из которых иллюстрирует пустоту с новой точки зрения. Эти три точки зрения называют *три двери освобождения*. Если мы посмотрим на пустоту с точки зрения самой вещи, то увидим, что все явления пусты от самобытия и определяющих характеристик, которые были бы присущи им по природе. Понимание этого является первой дверью освобождения, *дверью пустоты*. Если мы посмотрим на пустоту с точки зрения её причины, то мы увидим, что она не рождается и не прекращается, не загрязнена и не чиста. Это — вторая дверь освобождения, *дверь отсутствия собственных признаков*. Если мы посмотрим на пустоту с точки зрения её воздействия, то мы увидим, что нет ни недостаточности, ни полноты. Это — третья дверь освобождения, *дверь отсутствия желаний*.

В действительности эти *три двери* являются тремя способами понимания одного и того же — пустоты. В сутрах говорится, что единственной истинной дверью, единственным способом, при помощи которого мы можем полностью освободиться от оков неведения и вызываемого им страдания, является мудрость, постигающая пустоту.

ГЛАВА 11

Достижение результата

Пустота всех явлений

Давайте вернемся к тексту *Сутры сердца*:

Итак, Шарипутра, в пустоте нет [совокупностей] форм, чувств, представлений, побуждений, сознаний. Нет зрения, слуха, обоняния, вкуса, осязания, умопостижения; нет форм (как объектов зрительного восприятия), звуков, запахов, вкусов, осязаний, [умопостигаемых] дхарм. Нет элемента «зрение» и далее до элемента «ум» — [его также] нет; элемента «ментальное сознание» также нет.

Здесь в первом предложении вновь говорится о пустоте пяти совокупностей, тогда как следующее предложение распространяет это представление о пустотности на шесть видов восприятия: пять восприятий органов чувств и способность умопостижения. Следующее утверждение распространяет пустоту далее, на «внешние» объекты, являющиеся опорами функционирования органов чувств: формы^а, звуки, запахи, вкусовые ощущения, осязаемое и дхармы как объекты ментального восприятия. В последнем утверждении этого ряда говорится о пустотности восемнадцати элементов (*дхату*), вплоть до элемента «ментальное сознание»²⁵. В эти категории входят все вещи и явления, включая несоставные феномены, такие как пространство. В сутре утверждается, что все они лишены самобытия. Далее говорится:

Неведения нет, прекращения неведения нет, и далее вплоть до того, что старости и смерти нет, прекращения старости и смерти также нет.

Здесь подводится итог отрицанию двенадцати звеньев взаимозависимого возникновения в соответствии с их последовательностью в цепи непросветлённого существования. Хотя здесь упомянуты только два звена, слова «... и далее...» следует понимать как отрицание всех двенадцати звеньев — неведения, побуждения, сознания, имени и формы, способностей-источников восприятия, контакта, ощущений, желания, схватывания, становления, рождения, старости и смерти.

Отрицание этих двенадцати звеньев описывает процесс достижения нирваны. Отрицаются они потому, что хотя в круговороте бытия на условном уровне существует как рождение, так и процесс обретения освобождения, тем не менее, с точки зрения абсолютной истины они не существуют. Далее текст гласит:

Подобным образом, страдания, источника, пресечения и пути нет; мудрости нет, достижения нет и недостижения также нет.

Этот отрывок начинается отрицанием с точки зрения полного постижения пустоты первого поворота колеса Дхармы — Четырёх благородных истин: Истины о страдании, Истины о причине страдания, Истины о прекращении страдания и Истины о пути к такому прекращению. Тем самым отрицается вся практика созерцания. Затем отрицается и плод этой практики — «мудрости нет, достижения нет» — что означает утверждение пустотности субъективного переживания. Наконец, отрицается и само это отрицание: «недостижения также нет». Даже переживание ясности, возникающее от постижения праджняпарамиты,

^а Форма в данном случае фигурирует в качестве объекта зрительного восприятия. — Прим. ред.

пусто от самобытия. Здесь объявляются пустыми и отрицаются все характеристики ума того, кто достиг нирваны или обрёл высшие способности на этапе достижения пробуждения.

Нирвана

Далее текст гласит:

Шарипутра! Поскольку для бодхисаттв достижения нет, на это совершенство мудрости они опираются и пребывают в нём; в их уме нет омрачений, а потому нет и страха; так, всех ошибок полностью избежав, они в совершенстве осуществляют уход из мира скорби.

В контексте *Сутры сердца* мы понимаем нирвану как абсолютную природу ума на стадии достижения полной чистоты от всех омрачений. Как мы видели ранее, именно по причине врождённой чистоты ума, по причине того, что природа будды присуща сознанию всякого живого существа изначально, просветление наступает в результате простого удаления омраченности. Поэтому можно сказать, что пустотность ума является основной нирваны, что это — *естественная нирвана*. Когда практикующий, применяя «противоядия», проходит через процесс очищения ума, со временем его ум совершенно освобождается от всех омрачений. Пустотность этого лишённого загрязнений ума является *истинной нирваной*, или освобождением. Таким образом, окончательного освобождения — истинной нирваны — можно достичь только реализовав абсолютную природу ума в его совершенном и неомраченном состоянии.

Как объясняет Нагарджуна в своих *«Коренных строфах о Срединном пути»*, именно поэтому пустота является как средством устранения омрачений, так и завершающим состоянием, достигаемым индивидуумом после того, как все омрачения устранены. Нагарджуна пишет:

Освобождение обретается посредством прекращения кармы и омрачений. Карма, омрачения и рассудочные представления — все они есть результат измышлений. Измышления же устраняются пустотой²⁶.

Поскольку все аспекты пути к просветлению: врожденная способность человека достичь просветления посредством практики Пути, сам Путь, а также и его результат лишены самобытия, все они обладают естественной нирваной. Развивая постижение этой естественной нирваны, человек может устранить и преодолеть страдания, возникающие в результате ошибочного понимания вещей и явлений, то есть являющиеся результатом его фундаментального неведения. Причём возможно не только устранить страдания, но уничтожить и саму предрасположенность к вере в самобытиё своего относительного «я», а также отпечатки, оставленные своими прошлыми поступками, совершёнными в состоянии неведения. Таким образом, можно полностью устранить неведение в настоящем, его отпечатки, пришедшие из прошлого, и склонность к неведению в будущем. Выходя за пределы неведения, продолжает сутра, бодхисаттва естественным образом освобождается от страха и пребывает в окончательной, непребывающей нирване будды.

Все будды, пребывающие в трех временах, достигли полного непревзойдённого пробуждения, совершенного просветления, опираясь на это глубокое совершенство мудрости.

Здесь, во фразе «все будды, пребывающие в трех временах» словом *будда* фактически именуется бодхисаттва наивысшего уровня, непосредственно предшествующего достижению состояния будды; этот уровень называется *уровнем будды*. Такой бодхисаттва,

пребывая в однонаправленном сосредоточении в процессе медитативного погружения, называемого *ваджрым самадхи*, обладает подобием всех просветленных свойств будды. Оставаясь в этом погружении, такой бодхисаттва, на основе *праджняпарамиты*, достигнет окончательного пробуждения.

Мантра совершенства мудрости

До этого момента говорится о том, что *Сутра сердца* является объяснением пустоты для учеников, наделенных обычными способностями. Затем в тексте даётся краткое представление пустоты в форме мантры, которая предназначена для учеников с высшими способностями. Текст гласит:

Поэтому следует знать, что мантра совершенства мудрости – мантра великого ведения, непревзойденная мантра, мантра равная несравненному, мантра успокаивающая все страдания, – является истинной, поскольку она безобманна.

Само совершенство мудрости, *праджняпарамита*, здесь называется «мантрой». Слово *мантра* означает «защита ума». Таким образом, достигая совершенства мудрости, ум практикующего обретает совершенную защиту от ложных воззрений, от омрачений, возникающих в результате таких воззрений, и от страданий, происходящих от омрачений.

Мантра *праджняпарамиты* называется «мантрой великого ведения (тиб. *rig pa chen po*)», потому что полное понимание её значения устраняет «три яда»: вождление, ненависть и неведение. Она называется «непревзойденной мантрой», потому что нет более действенного метода для преодоления крайностей пребывания как в круговороте бытия, так и в изолированного покое индивидуальной нирваны, чем практика совершенства мудрости, *праджняпарамиты*. Она называется мантрой, «равной несравненному», потому что просветленное состояние Будды несравнимо ни с чем, а через глубочайшее осознание этой мантры практикующий достигает равного ему состояния. И наконец, мантра *праджняпарамиты* называется «мантрой, успокаивающей все страдания», потому что она успокаивает уже возникшие, а также устраняет причины будущих страданий.

Совершенство мудрости — это абсолютная истина, поэтому в сутре говорится, что эта мантра «является истинной». В сфере абсолютной истины нет разделённости и несоответствий, которые существуют между видимостью и истинной реальностью. Потому эта проявленная абсолютная истина «безобманна». «Безобманность» означает также, что благодаря реализации посредством этой мантры совершенства мудрости, практикующий может обрести полную свободу от страданий и причин страдания. С этой точки зрения мы также можем сказать, что она истинна.

Мантра совершенства мудрости произносится так:

ТАДЬЯТХА: ОМ ГАТЕ ГАТЕ ПАРАГАТЕ ПАРАСАМГАТЕ БОДХИ СВАХА

Шарипутра! Именно так бодхисаттвы махасаттвы должны обучаться в совершенной мудрости

На санскрите слово «*тадьятха*» буквально означает «это так» и это выражение предваряет всё дальнейшее; «*gate gate*» означает «иди иди»; «*парагате*» — «выйди за пределы»; «*парасамгате*» — «совершенно выйди за пределы»; а «*бодхи сваха*» можно перевести как «укоренись просветлению». Таким образом, всю мантру можно перевести следующим образом: «Иди, иди, выйди за пределы, совершенно выйди за пределы, укоренись просветлению». Мы можем истолковать эту мантру метафорически: «Отправляйся на другой берег», — то есть отвергни этот берег сансары, непросветлённое существование, которое было нашим домом с безначальных времен, и перейди на другой берег окончательной нирваны и полного освобождения.

Скрытое значение Сутры сердца

Эта мантра содержит в себе также подразумеваемое, или скрытое значение *Сутры сердца*, открывающее связь между пониманием пустоты и пятью этапами пути к просветлению. Первое «иди» мы можем прочесть как побуждение к вступлению на *путь накопления* заслуг, а второе — к прохождению *пути подготовки* ума для глубокого восприятия пустоты. «Выйди за пределы» относится к пути *ви\$дения* реальности, прямому и непосредственному осознанию пустоты. Достигший такого ви\$дения становится *арьей*, или «благородным». Слова «совершенно выйди за пределы» указывают на *путь медитации* (медитация — по-тибетски *гом* — буквально означает «освоение», «ознакомление»), на котором практикующий посредством постоянной практики знакомится с пустотой на более глубоком уровне. Последняя часть этой мантры, «бодхи сваха», является побуждением к укоренению себя в почве просветления, то есть к вступлению в окончательную нирвану.

Мы можем связать пять стадий пути к просветлению — пути накопления, подготовки, ви\$дения, медитации и более-не-учения — с различными фрагментами основной части текста *Сутры сердца*. Четырёхчастное представление пустоты в начале сутры: «форма — пустота. Пустота — форма. Пустота — не иное, чем форма, форма также не иное, чем пустота», представляет способ практики пустоты на первых двух стадиях — *накопления* и *подготовки*. Пустота восьми аспектов явлений, выраженная в словах «все дхармы пусты, [собственных определяющих] характеристик не имеют», и так далее — это постижение пустоты на стадии ви\$дения. Слова «неведения нет, прекращения неведения нет», и так далее, указывают на метод практики пустоты стадии *медитации*. Слова следующего раздела: «Поскольку для бодхисаттв достижения нет, на это совершенство мудрости они опираются и пребывают в нём», — указывают на практику пустоты последнего из десяти уровней бодхисаттвы, где он пребывает в состоянии нерушимого, *ваджрного*, медитативного сосредоточения.

Фактический переход от одной стадии к другой происходит во время пребывания в состоянии медитативного равновесия. На начальной стадии, когда практикующий проходит путь накопления, его понимание пустоты имеет преимущественно интеллектуальный характер. Практики с острым умом могут достичь достаточно глубокого понимания пустоты ещё до порождения альтруистического настроения бодхичитты; тот же, кто менее склонен к интеллектуальному мышлению, сначала может развить устремление к освобождению всех существ. В любом случае глубокое понимание пустоты оказывает мощное воздействие на все прочие виды практики, усиливая и дополняя их. Глубокое понимание пустоты может привести к мощному отречению, которое представляет собой стремление освободиться от страданий круговорота бытия, а также стать основой развития сильного сострадания в отношении всех живых существ.

На стадии *накопления* осознание пустоты является главным образом следствием обучения, размышления и интеллектуального понимания; посредством медитации на изученном практикующий всё больше углубляет своё понимание, пока в конечном итоге не обретет полную ясность *проникающего видения* (тиб. *лхатонг*, санскр. *vipashьяна*). С этого момента начинаетсяхождение стадии *подготовки*. Здесь понимание пустоты уже не является чисто интеллектуальным, или концептуальным, но имеет характер скорее опытного переживания, хотя ещё и не представляет собой прямого её постижения.

На стадии *подготовки* понимание пустоты становится всё более глубоким, тонким и ясным. Использование опоры на концептуальное мышление в медитации постепенно отходит на второй план. Когда же устраняется всё двойственное восприятие субъекта и объекта, условной реальности и самобытия, практикующий вступает на путь *видения*. На этом этапе нет разделения на субъект и объект; субъективное восприятие и его объект сливаются воедино, подобно тому, как вода вливается в воду, и медитация осуществляется в непосредственном и прямом видении пустоты.

По мере углубления этого прямого переживания пустоты практикующий неуклонно противодействует различным омрачениям, возникающим на стадии медитации, или освоения, осуществляя прохождение так называемых *семи уровней, связанных с загрязнениями*. Эти уровни называются «загрязнёнными», потому что вплоть до восьмого уровня развития бодхисаттвы вредоносные аффекты-клеши ещё не искоренены полностью. На восьмом, девятом и десятом уровнях практикующий противодействует даже самим склонностям и отпечаткам, оставленным клеши. Ум всеведения будды полностью проявляется тогда, когда практикующий окончательно устраняет омрачённость, препятствующую одновременному восприятию абсолютной и относительной истин в едином моменте познания.

Всеобщее сорадование

Произнесение мантры совершенства мудрости завершает ответ Авалокитешвары на вопрос, заданный Шарипутрой во вступительном разделе *Сутры сердца*. До сих пор мы обсуждали учение, данное на основе вдохновения. Далее следует выражение сорадования, которое принадлежит уже к категории «устных проповедей», учений произнесённых самим Буддой.

Тогда Благословенный, выйдя из медитативного погружения, одобрил бодхисаттву махасаттву арья Авалокитешвару, сказав: «Превосходно! Превосходно! Это именно так, именно так, благородный сын. Глубокое совершенство мудрости следует практиковать именно так, как ты поведал, и татхагаты возрадуются».

До этого момента Будды был погружён в глубокое медитативное сосредоточение (самадхи), называемое «проявленность глубины». Без какой-либо явно выраженной интенции со своей стороны он вдохновляет Авалокитешвару и Шарипутру вступить в вышеприведённый диалог. Когда их беседа завершается, Будда восхваляет и подтверждает сказанное Авалокитешварой. Это подтверждение указывает на то, что медитативное погружение Будды, на самом деле, есть соединение абсолютной истины, глубокого медитативного равновесия на пустоте, и относительной истины, полной осведомлённости о непрерывно разворачивающемся мире явлений. Такое одновременное знание является уникальным качеством ума будды.

Сутра сердца заканчивается следующими словами:

Когда Благословенный изрёк эти слова, достопочтенный Шарипутра, бодхисаттва махасаттва арья Авалокитешвара, вместе со всем собранием, включая миры богов, людей, асуров и гандхарвов, возрадовались и восславили сказанное Благословенным.

Читая такой священный текст, как *Сутра сердца*, и пытаясь полностью постичь всю глубину его смысла, мы начинаем понимать и ценить те глубокие чувства, которые выражаются в словах прославления Будды. Цонкапа, великий ученый и мастер медитации XIV века, черпая слова из самых сокровенных глубин своей реализации, написал следующие строки, выражающие искреннее восхищение и безграничную благодарность учению Будды о глубокой истине пустоты:

Когда я размышляю над твоими словами, у меня возникает мысль:
«О учитель, охваченный ореолом света
и сияющий великолепием больших и малых знаков,
изливающий слова Учения потоком приятной мелодии Брахмы.
О Будда, когда твой образ отражается в моем уме,
он приносит утешение утомлённому сердцу,
как лучи луны — прохладу истомлённому жарой страдальцу²⁷».

ГЛАВА 12

Порождение бодхичитты

Постепенный подход

Нам необходим постепенный подход к духовному обучению, чтобы продвигаться в своём духовном и умственном развитии, развивая дисциплину и реализацию ума. Эту постепенность мы наблюдаем повсюду, как во внешнем физическом мире, так и во внутренней сфере своего ума. Постепенное развитие, по всей видимости, является законом природы, проявлением закона причин и следствий. Это постепенное преобразование ума и духовное развитие должны происходить на основе того, что в буддизме называют союзом метода (*упая*) и мудрости (*праджня*). *Сутра сердца* которую мы только что тщательно рассмотрели, представляет собой великолепное изложение *мудрости*. Теперь давайте уделим некоторое внимание *методу*, а именно, развитию сострадания.

Чтобы мудрость пустоты послужила абсолютно эффективным противовесом как от омрачений ума, так и от тонких препятствий на пути обретения всеведения, практикующий должен обрести дополнительный фактор, *бодхичитту*, которая представляет собой лишённое эгоизма намерение достичь состояния будды ради блага всех живых существ. Бодхичитта, будучи аспектом *метода*, является фактором, необходимым для достижения всеведущего ума полного просветления — ума полностью пробужденного будды. Более того, можно сказать, что бодхичитта является определяющей характеристикой бодхисаттвы или того, кого *Сутра сердца* называет «сыном или дочерью благородной семьи».

Практикующий может иметь глубокое и подлинное понимание пустоты, он может даже достичь свободы от круговорота бытия; однако, до тех пор, пока у него нет бодхичитты, он не является бодхисаттвой. Чтобы породить бодхичитту не достаточно просто сочувственно желать, чтобы другие живые существа были счастливы и избавились от страданий. Необходимо иметь глубокое чувство готовности и самоотдачи, развить решимость самому взять на себя ответственность за освобождение всех от страдания. Чтобы породить такое мощное сострадание, сначала необходимо развить чувство близости и сочувствия к другим живым существам, поскольку подлинная бодхичитта не возникнет без искреннего чувства близости. Далее мы рассмотрим, какие последствия имеет это переживание.

Великие индийские мастера монастыря Наланды разработали два основных метода порождения *бодхичитты*: «семичленный метод причины и следствия», и «метод уравнивания и обмена».

Семичленный метод причины и следствия

В семичленном методе причины и следствия вы визуализируете каждое существо как свою собственную любимую мать или другое лицо, к которому вы испытываете величайшую привязанность, того, кто является для вас воплощением великой доброты. Чтобы практиковать этот аспект метода, вспомните чувства привязанности, которые возникают по отношению к вашей собственной матери или к иному по-матерински доброму и любящему человеку, и затем распространите эти чувства на всех других существ, понимая, что каждое из них было равным образом добрым и любящим по отношению к вам. Осознавая всеобщую взаимосвязанность всех существ, возникшую в череде бесчисленных рождений, мы понимаем, что всякое встреченное нами существо некогда было нашим родителем и проявляло по отношению к нам такую же самоотверженную любящую доброту.

Такие проявления полностью самоотверженной любящей доброты можно наблюдать даже в мире животных. Если, например, мы внимательно понаблюдаем за птицами, то

увидим, что до тех пор, пока птенцы не смогут заботиться о себе сами, мать берет их под своё крыло и нянчится с ними. Независимо от наличия у нее того, что мы, люди, называем состраданием, это действие само по себе есть проявление безмерной добротой со стороны этой матери. Детеныши совершенно зависимы от матери; они ведут себя так, будто она является их единственным защитником прибежищем и кормильцем. Более того, птица-мать так предана благополучию своего птенца, что при необходимости она может пожертвовать для его защиты своей собственной жизнью. Именно такой настрой нам необходимо развивать в отношении всех живых существ.

Размышление о бесконечной череде рождений позволяет нам признать, что некогда в предыдущих жизнях все встреченные нами живые существа в каком-то качестве и в какой-то степени вели себя по отношению к нам таким же образом. Будучи признательны им за эту, некогда проявленную по отношению к нам безмерную доброту, мы развиваем в себе сильное чувство сопереживания и благодарности в отношении других живых существ, что, в свою очередь, даёт нам возможность почувствовать с ними большую и подлинную близость. Ощущая эту близость, мы можем понять их доброту по отношению к нам, независимо от того, как они проявляют себя в настоящее время. Вот, что имеется в виду под подлинной близостью со всеми существами.

Но, как и все прочие достижения, такое переживание близости приходит не сразу. Первая стадия — это развитие чувства равенности в отношении всех существ. В обычном, повседневном состоянии ума наши эмоции и отношение к окружающим бывают очень нестабильны. С одними людьми мы чувствуем большую близость, а в отношении других — отчуждение. Даже в отношении одного и того же человека наши чувства могут меняться от одной крайности к другой, в зависимости от даже незначительных обстоятельств.

Пока наш ум не очистится от омрачений, повседневное чувство близости неизбежно основывается на аффективных переживаниях, таких, как привязанность. Но близость, основанная на привязанности, может затруднить порождение в нас подлинного сострадания. Поэтому начинать следует именно с развития равенности. Затем, выработав равное ко всем отношение, мы развиваем в себе чувство близости, основанное уже не на привязанности, а на здоровом суждении.

Со временем это чувство близости возрастает до такой степени, что чужие страдания становятся для нас невыносимы. В конечном итоге наше сострадание, искреннее желание видеть, чтобы другие освободились от невзгод, становится таким мощным, что мы берём на себя обязательство самостоятельно освободить их от страданий. Точно так же мы порождаем любящую доброту, желание, чтобы другие были счастливы, и снова берём на себя обязательство приложить все силы для осуществления этого. Породив такое мощное сострадание и любящую доброту вместе с решимостью взять на себя личную ответственность за осуществление этого устремления, мы тем самым порождаем в *бодхичитту*, «необычайный альтруистический настрой», намерение освободить от страданий всех живых существ. После этого нам следует спросить себя, обладаем ли мы способностью действительно осуществить это своё намерение? Великий индийский логик Дхармакирти сказал в своём *Трактате о достоверном познании (Праманаварттика)*:

Если факторы, относящиеся к средствам, остаются непонятными,
Трудно будет объяснить другим²⁸.

С буддийской точки зрения самый действенный способ обеспечить окончательное благополучие всех прочих живых существ — это привести их к обретению состояния будды. Однако для этого мы сами должны обладать таким знанием и реализовать в себе это состояние. Размышляя таким образом, мы вынуждены признать, что для обеспечения окончательного благополучия всех живых существ мы сами должны достичь просветления. Эта мысль, являясь завершением практики семичленного метода, сама по себе уже есть

бодхичитта. Она содержит в себе устремление обеспечить благополучие всем живым существам, а также намерение достичь состояния будды для реализации этой цели.

Уравнивание и обмен себя на других

Другой метод — уравнивание себя с другими и обмен себя на других — включает развитие практикующим глубокого понимания того, что он сам в своей основе подобен всем прочим живым существам. На самом деле, в том, что касается естественного желания обрести счастье и избежать страдания, я и все живые существа полностью идентичны. Мы должны развивать в себе мысль: «Подобно тому, как я сам имею право осуществить свое основополагающее устремление быть счастливым и избежать страдания, так же и другие имеют такое же право; подобно тому, как я обладаю возможностью осуществить это устремление, так же эта возможность существует и у всех других». Разница между мною и всеми прочими состоит только в численности: если в моём случае вопрос касается лишь одного единственного существа, меня самого, то в отношении других речь идёт о бесчисленных живых существах. Чьи нужды больше?

Часто, когда мы думаем о наших собственных нуждах и о заботах других людей, нам кажется, что они никак не связаны между собой. Однако, это не так. Поскольку каждый из нас является частью всего общества, частью сложного социального организма, любое негативное событие в нашей жизни влияет на всё общество в целом. Точно так же и всё, что влияет на общество, оказывает также своё влияние и на каждого его члена.

Можно применить ещё и такое рассуждение: Если бы было возможно осуществить эгоистические устремления к достижению собственного счастья, к настоящему времени мы бы, конечно, уже в этом преуспели, поскольку беспрестанно, в течение бесчисленных жизней, с первого момента рождения мы неустанно взращиваем в себе себялюбивые мысли. Но, несомненно, мы до сих пор не достигли в этом успеха. Поэтому необходимо сделать вывод, что наше привычное эгоцентрическое использование своего ума никогда не приведет к окончательному счастью и не освободит от страдания даже наше собственное, столь любимое нами «я».

В своей работе *Вступление на путь бодхисаттвы* Шантидева, в противоположность этому говорит, что если бы в какой-то момент времени в прошлом мы кардинально изменили свой образ жизни, отбросив себялюбие и взрастив в себе намерение заботиться о благополучии других, а затем следовали по пути, вооружившись таким измененным воззрением, то к настоящему моменту мы уже достигли бы полного просветления. Он пишет:

Если бы раньше ты так поступал
Никогда б не выпала тебе эта доля,
Не был бы ты обделен
Блаженством и совершенствами Будд²⁹.

Себялюбие и забота о других

В *Драгоценной гирлянде (Ратнавали)* Нагарджуны говорится, что для желающих достичь состояния всеведения будды важно придерживаться трех основополагающих принципов: великого сострадания, являющегося основой; бодхичитты, возникающей из великого сострадания; и мудрости, постигающей пустоту, которая является ключевым фактором, дополняющим два других.

Все великие существа, подобные Будде Шакьямуни, говорили о недостатках себялюбия и достоинствах помысла заботы о благополучии других. И тем не менее, мы продолжаем жить в круговороте страданий, которые неуклонно и беспрестанно, подобно волнам в океане, накатывают на нас; ещё до того, как пройдёт одна волна, уже возникает другая. И хотя страдание для нас ненавистно, мы остаёмся в ловушке этого круговорота

именно потому, что пытаемся строить своё благополучие на основе своего эгоцентрического устремления, а также потому, что продолжаем цепляться за ложное представление о самобытии.

В основе любого страдания лежат две могущественные силы: привязанность к омраченному представлению о реальном «я», существующем в силу своей собственной природы, и эгоцентрическое стремление заботиться только о своём собственном благополучии. Основания такого взгляда на мир лежат глубоко внутри, в самом укромном уголке нашего сердца, и безраздельно властвуют над нами. Если мы не будем активно добиваться совершенствования своего понимания пустоты и сострадания к другим существам, эта власть останется твёрдой и неизменной как алмаз.

Важно правильно понимать, что представляет собой идеал самоотверженной заботы о других живых существах. Не следует думать, будто следуя ему мы должны совершенно отказаться от своих собственных интересов. На самом деле, развитие этого самоотверженного устремления, *бодхичитты*, сопровождается намерением достичь полного просветления, что является наивысшим осуществлением наших собственных целей. Полное просветление имеет два взаимосвязанных аспекта: это обретение «тела формы» (*рупакая*) и «тела абсолютной реальности», или «тела истины» (*дхармакая*). Реализуя *дхармакаю*, мы тем самым осуществляем свои собственные цели, тогда как реализация *тела формы* необходима для принесения блага другим живым существам. Великий учитель тибетского буддизма Цонкапа писал, что когда человек стремится принести благо другим живым существам, его собственные цели осуществляются сами собой, как побочное следствие. Таким образом, усилия по принесению наивысшего блага другим является самым мудрым способом осуществления своих собственных целей.

Практика отдачи и принятия

На основе развития глубокого сопереживания, практикующий может затем заняться практикой *тонглен*, что в переводе с тибетского означает «отдавание и принятие». В ходе этой практики вы мысленно принимаете на себя все страдания и причины страданий других живых существ, а взамен отдаёте им всё своё счастье и причины счастья. Практика принятия, главным образом, увеличивает сострадание, тогда как практика отдачи — любящую доброту. Не могу точно сказать, насколько эффективна такая практика в плане непосредственной пользы для объекта подобной медитации, однако если между людьми существует сильная кармическая связь, возможно, что это принесёт некоторую пользу. Но совершенно несомненно, что практика *тонглен* окажет огромное влияние на увеличение нашей собственной смелости и решимости осуществить устремление бодхисаттвы. Кроме того, *тонглен* уменьшает себялюбие, увеличивая при этом заботу о благополучии других. При тренировке с использованием обмена и уравнивания себя с другими, эта практика также может способствовать развитию чрезвычайной самоотверженности, а в конечном итоге и самой бодхичитты.

Порождение бодхичитты

Хотелось бы ещё раз повторить, что развитие бодхичитты происходит постепенно. Оно начинается на уровне интеллектуального понимания, полученного главным образом из слушания или чтения учений. По мере того, как мы продолжаем размышлять о ней, в определённый момент у нас может начать появляться более глубокая уверенность в высшей ценности этого переживания. Всё глубже входя в эти размышления и обретая всё большее понимание, мы достигаем подлинного и точного переживания своего рода «отблеска бодхичитты», получаем приблизительное представление о ней. После этого появляется способность уже в полной мере практиковать развитие бодхичитты в своём уме и ощущается её мощное внутреннее воздействие. Так мы достигаем бодхичитты, которая возникает с

усилием, но это «бодхичитта намерения», которая всё ещё не является истинной бодхичиттой. Только посредством длительной и усиленной практики мы можем достичь того уровня, когда бодхичитта возникает самопроизвольно. Теперь нам уже больше не надо с усилием порождать бодхичитту посредством размышления, но её мощное переживание становится результатом простой побудительной мысли или какого-нибудь незначительного внешнего события. Такая подлинная бодхичитта есть признак того, что переживающий её сам становится бодхисаттвой.

Послесловие

Когда Его Святейшество Далай-лама в первый раз читал эту серию лекций, у меня была чудесная возможность в начале каждой сессии слушать, как представители различных буддийских традиций начитывают *Сутру сердца*. Тхеравада, основная традиция Шри-Ланки и Юго-восточной Азии, исторически является старшей из всех направлений, возникших на основе проповеди нашего сострадательного и искусного учителя Будды Шакьямуни, и в ней сохранились его учения на палийском языке. Следом звучало чтение представителей китайской буддийской традиции, изначальным источником которой является санскритская, а в некоторой степени также и палийская линии учения. Затем следовало начитывание вьетнамских монахов. Большая часть этих направлений предшествует тибетскому буддизму. Поэтому чтение на тибетском языке звучало последним.

Я очень благодарен за то, что мне посчастливилось быть частью этого драгоценного события, когда представители различных буддийских традиций — ученики одного и того же учителя, Будды Шакьямуни, — читали сутру вместе. Важно отметить, что в Китае буддизм исторически был одной из преобладающих религий. Чтение буддийского писания на китайском языке отражало духовные устремления миллионов жителей Китая, которые продолжают хранить веру в учения Будды. За прошедшие несколько десятилетий Дхарме в этой великой стране был причинен огромный ущерб, однако богатые культурные традиции Китая, включая буддийскую веру, живы и по сей день.

Время показало нестойкость многих новых идеологий и мировоззрений, однако, ценности буддизма и всех основных мировых религий сохранили свою живость в человеческом обществе, а также в жизни и в сердцах людей. Я думаю, что это признак надежды для человеческой семьи, ибо в ценностях наших религий лежит ключ к более справедливому и спокойному миру для последующих поколений. Я возношу свои молитвы о том, чтобы эти положительные аспекты мировых религий возросли в умах их практиков, и чтобы религия больше не могла быть использована в качестве основы для конфликтов и борьбы, а лишь для большего понимания и сотрудничества между обитателями земли, и чтобы посредством своих индивидуальных усилий каждый из нас смог обеспечить благополучие всех.

Приложение

Тщательное разъяснение смысла слов:

Изложение [сутры] *Сердца праджняпарамиты*³⁰

Джамьянг Гевей Лодро (1429–1503)

С почтением склоняюсь к лotosовым стопам святейшего Манджушри.

Поклонившись победителю, наставлявшему, что нет двух путей, но есть только один, проложенный всеми буддами и их сынами, здесь я кратко разъясню слова *Сердца [праджняпарамиты]*, являющегося самым заветным сокровищем из всех его учений.

Изложение *Сердца праджняпарамиты* состоит из четырёх разделов:

1. Смысл названия
2. Выражение почтения переводчика
3. Содержание основной части текста
4. Заключение

Первое (смысл названия) относится к предложению «На санскрите...» и т.д., что легко понять.

Второе (выражение почтения переводчика) относится к словам «Поклоняюсь Бхагавати, совершенству мудрости». Это добавление переводчика.

Содержание основной части текста

Третий пункт (содержание основной части) состоит из двух разделов:

- I. Пролог, объясняющий происхождение сутры
- II. Содержание самой сутры

Пролог

Первый пункт состоит из двух частей:

- A. Обычный пролог
- B. Особый пролог

Первое (обычный пролог) — указание на совокупность *четырёх совершенств*. Слова «Так я слышал: однажды...» указывают на фактор *совершенства времени*; «Благословенный» — указание на присутствие *совершенного учителя*; «...в Раджагрихе, на Горе Грифов» — *совершенство места*, а «... вместе с великой общиной монахов ... бодхисаттв» — *совершенство окружения* (учеников). Это легко понять.

Второе (особый пролог) содержит [следующие два отрывка:] «В то время Благословенный погрузился в самадхи [созерцания] перечня дхарм, называемое “проявленность глубины”» и «В это же время бодхисаттва махасаттва арья Авалокитешвара ясно узрел практику глубокого совершенства мудрости и увидел, что даже пять совокупностей пусты от самобытия». Учитель пребывал в однонаправленном медитативном сосредоточении и своим благословением вдохновил нижеследующие вопросы и ответы.

Содержание самой сутры

Сама сутра, являющаяся *совершенным учением*, состоит из четырёх частей:

- А. Вопрос Шарипутры о способе практики совершенства мудрости.
- В. Ответы Авалокитешвары
- С. Подтверждение этого учителем
- Д. Восхищение, выраженное всем окружением и обещание придерживаться [данного учения]³¹.

Первый [вопрос Шарипутры] [представлен следующим образом]: «Тогда достопочтенный Шарипутра, [вдохновляемый] силою Будды, обратился к бодхисаттве махасаттве арья Авалокитешваре, с такими словами: “Если какой-нибудь сын [или дочь из благородной] семьи желает выполнять практику глубокого совершенства мудрости (Праджняпарамиты), как им следует изучать [её]?”» Так был задан вопрос, относящийся к способу освоения практик [бодхисаттвы] после зарождения ума пробуждения (бодхичитты), для тех, кто обладает склонностью к пути Махаяны (Великой колесницы).

Второй пункт — о том, как давались ответы — в трех частях:

1. Подробное представление методов освоения для учеников с обычными способностями;
2. Освоение посредством *мантры* для тех, у кого превосходные способности;
3. Побуждение к практике освоения посредством обобщения сказанного.

Первый пункт состоит из [следующего]:

- 1) Представление метода освоения совершенства мудрости на путях накопления и подготовки;
- 2) Представление метода освоения на пути видения;
- 3) Представление метода освоения на пути медитации;
- 4) Представление метода освоения на пути за пределами обучения.

Метод освоения на путях накопления и подготовки

Первый пункт состоит из следующего:

- (1) Переход
- (2) Метод освоения [видения абсолютной] природы совокупности «форма»
- (3) Распространение этого анализа на прочие совокупности

Первый пункт [переход] представлен следующим: «Так он вопрошал, и бодхисаттва махасаттва арья Авалокитешвара сказал [в ответ] достопочтенному Шарипутре такие слова: «Шарипутра, если какой-нибудь сын или дочь [из благородной] семьи желает выполнять практику глубокого совершенства мудрости, они должны так всецело увидеть...». Таким образом, указание на то, какое воззрение (*тиб. blta ba*) следует обрести на пути накопления и на пути подготовки, составляет переход [от вопроса Шарипутры к ответу Авалокитешвары].

Второй пункт [метод освоения абсолютной природы совокупности «форма»] представлен [сначала] кратко: «...даже все пять совокупностей пустыми от собственной сути следует им всецело в совершенстве узреть»³².

«Каким образом [явления] пусты от самобытия?» [Ответ] «Форма лишена самобытия; будучи пуста от самобытия, тем не менее, она всё же видится как форма. Пустота — не иное чем совокупность “форма”; форма тоже по природе неотделима от пустоты»³³. Таким образом, представление двух истин как обладающих одной реальностью, но в двух аспектах,

позволяет обнаружить, что они свободны от крайностей абсолютного утверждения и полного отрицания.

Третий пункт [применение такого же анализа для рассмотрения прочих совокупностей] представлен в словах: «подобным же образом чувства, представления, побуждения и [все виды] сознания — пустота». Тем самым утверждается, что и прочие совокупности должны рассматриваться так же. Это известно как *четырёхчастная пустота*, и [она же] называется *глубиной, обладающей четырьмя аспектами*. Здесь особо подчёркивается следующее: индивид на пути накопления постигает [пустоту] в первую очередь через слушание и размышление, а на пути подготовки, главным образом, через понимание, полученное из медитации.

Освоение на пути видения

Второй пункт [освоение на пути видения] представлен в отрывке «Итак, Шарипутра, все дхармы пусты, ... не убывающие и не возрастающие». Это известно как *глубина, надёленная восемью аспектами*. Опровергая наличие объекта отрицания в восьми аспектах, этот [отрывок] представляет способ вступления в три двери полного освобождения на пути видения. Так сказано в устных наставлениях великого мастера [Атиши], которые в кратком представлении записал Нгок Лекше³⁴.

Слова «все дхармы пусты» представляют ведущую к полному освобождению *дверь пустоты*, тогда как пять следующих утверждений: «[собственных определяющих] характеристик не имеют, не возникающие и не прекращающиеся, не загрязнённые и не чистые...» представляют *дверь беззнаковости*. Здесь говорится о пустотности пяти знаков: обозначающих характеристик причины; пустотности возникновения и прекращения следствий, являющихся означаемыми; пустотности полностью омраченных, загрязнённых феноменов; и пустотности чистых феноменов, свободных от загрязнений. [Слова] «...не убывающие и не возрастающие...» представляют [ведущую к полному освобождению дверь] отсутствия желания результатов.

Освоение на пути медитации

Третье — освоение на пути медитации — состоит из двух частей:

- (1) Способ освоения на пути медитации в общем
- (2) Способ освоения в причинном ваджрном [самадхи]

Первый способ (освоения на пути медитации в общем) представлен в отрывке «Итак, Шарипутра, в пустоте нет [совокупностей] форм ... и недостижения также нет». Здесь Вималамитра добавляет уточняющий оборот, давая такое прочтение: «Поэтому в *этот момент*, в пустоте, нет формы». Он читает это как утверждение о том, что путь медитации, являющийся процессом освоения, представляет собой реализацию *трех дверей к полному освобождению на пути видения* посредством опровержения восьми объектов отрицания. Тогда возникает вопрос: «Какие виды восприятия, с точки зрения медитативного равновесия, возникают на пути медитации в момент погружения в самадхи?» Обнаруживается, что [все явления] «от формы и до достижения и недостижения» не видятся в качестве таковых. Вимала продолжает: «Видеть все явления — означает видеть пустоту»³⁵.

Невозможность обнаружить пять совокупностей (*скандх*) представлена в отрывке «Нет форм, чувств ... сознаний». Невозможность обнаружить двенадцать источников сознания (*аятана*) представлена в отрывке «Нет зрения ... нет [умопостигаемых] дхарм». Необнаружимость восемнадцати элементов (*дхату*) представлена в отрывке «нет элемента “глаз” ... элемента “ментальное сознание” также нет». Существует мнение о том, что в

[оригинальном] санскритском тексте содержится краткое перечисление до [класса] способностей и сознания, однако, [здесь] переводчик его сократил. Я нахожу этот взгляд приемлемым.

Следующий отрывок, «Неведения нет ... прекращения старости и смерти также нет» представляет отсутствие что с точки зрения пребывания в медитативном равновесии класса полностью омраченных явлений, а так же взаимозависимого возникновения явлений просветленного класса. Слова «страдания...» представляют отсутствие [четырёх благородных] истин, являющихся этапами Пути. Слова «Нет мудрости...» представляют отсутствие, с точки зрения медитативного равновесия³⁶, [независимого самобытия] даже в самом Пути.

Вимала утверждает, что слова «... нет неведения» следует понимать как утверждение о том, что не существует даже противоположности мудрости, то есть неведения. Более поздний мастер, великий Чёдже Ронгпа³⁷, по всей видимости, следует традиции, которая предполагает, что в санскритской версии до [упоминания] мудрости сказано «... нет проникновения».

Слова «... достижения нет...» указывают на отсутствие обретения таких плодов, как [десять] сил и [четыре типа] бесстрашия. Это относится и к словам «... недостижения также нет». Вимала расценивает их как указание на необходимость «отвергнуть мысль о достижении, чтобы отказаться и от мысли о недостижении...» Однако великий Чёдже Ронгпа пишет: «На абсолютном уровне нет достижения, но на условном всё же нет недостижения», и добавляет, что эта двойная формулировка должна быть распространена на все [классы явлений, упомянутые] прежде.

По всей видимости, это является толкованием смысла следующего утверждения Вималы: «Следует понимать, что этот [отрывок] открывает глубокий смысл, свободный от крайностей утверждения и отрицания, посредством выхода за пределы мудрости и неведения, достижения и недостижения». Однако поскольку обсуждение здесь ведётся в контексте того, что восприятие формы не возникает при исследовании природы реальности в состоянии медитативного равновесия, [это свидетельствует] о недостатке понимания у Чёдже.

Таким образом, утверждение об отсутствии самобытия и о том, что с точки зрения состояния медитативного равновесия нет ничего вообще: ни пяти совокупностей, ни двенадцати источников, ни восемнадцати элементов, ни двенадцати звеньев взаимозависимого возникновения, ни четырёх благородных истин, ни пути, ни достижения результатов или их недостижения, имеют один и тот же смысл. Ведь если бы форма существовала с точки зрения осознания, постигающего абсолютный способ её бытия, она обладала бы субстанциональной реальностью. Итак, вкратце, речь здесь идёт о том, что на пути медитации следует пребывать в равновесном переживания единого вкуса *таковости*, являющимся полным умиротворением всех двойственных измышлений, таких как рассудочные представления о форме и прочем.

Второй [способ освоения, в причинном ваджрном самадхи] представлен в словах: «Шарипутра! Поскольку для бодхисаттв достижения нет, на это совершенство мудрости они опираются и пребывают в нём». И далее: «...в их уме нет омрачений, а потому нет и страха; так, всех ошибок полностью избежав, они в совершенстве осуществляют уход из мира скорби».

Освоение на пути «более не учения»

Вимала утверждает, что, постепенно устраняя тонкие и грубые омрачения при прохождении десяти уровней [развития бодхисаттв], перечисленных в *Сутре раскрытия замысла Будды*, практикующий освобождается от страхов, порождаемых четырьмя загрязненностями и достигает непребывающей нирваны³⁸. Однако великий Чёдже Ронгпа трактует это так:

«Поскольку в уме нет омрачения в виде цепляния за представление о собственном “я”, то нет и страха пустоты», произвольно вводя, таким образом, дополнительные слова.

Подводя итог сказанного [в этом разделе текста]: на путях (1) накопления и (2) подготовки выполняется практика постижения пустоты посредством (1) слушания и размышления, и (2) медитации, соответственно, тогда как на пути видения осуществляется реализация трёх дверей полного освобождения посредством опровержения восьми объектов отрицания. На пути медитации происходит успокоение всех измышлений, таких как рассудочные представления о форме и прочие, и осуществляется вступление на десятый уровень [развития бодхисаттвы]. Так практикующий устраняет все загрязнения, присущие десяти уровням, и реализует «три великие [цели]»³⁹. Таким образом, всё вышеперечисленное представляет способ освоения на пяти путях для учеников с обычными способностями.

Слова «Все будды, пребывающие в трех временах, достигли...» представляет необходимость освоения этого пути для всех будд. Это легко понять.

Краткое представление в словах мантры для обладающих высшими способностями

Второе (краткое представление в словах мантры для обладающих высшими способностями) представлено в словах «Поэтому следует знать, что мантра совершенства мудрости ... *сваха*».

Ввиду того, что Праджняпарамита содержит в себе смысл понятия *мантра* (букв. значение слова *мантра* — «защита ума»), она называется здесь «мантрой». Её величие таково: это [мантра] «великого ведения, непрезойденная мантра, мантра равная несравненному, мантра успокаивающая все страдания», и поскольку способствует освоению практикующим его целей, она «является истинной». Какова эта мантра? «*Тадьята*», подобно *Ом*, предшествует остальным слогам [мантры]. «*gate gate*» означает «иди, иди». Первое *gate* означает: «[Иди по] пути накопления», а второе: «Иди по пути подготовки». «*Параgate*» означает: «Иди по пути видения». «*Парасамgate*» означает: «Совершенно уйди на другой берег по пути медитации». «*Бодхи сваха*» означает: «Совершенно иди к великому просветлению и прочно установись [в нём]».

Что же касается учеников с высшими способностями, думается, они могут понять способ освоения, осуществляемого на основе одной только этой мантры. Итак, чтобы подчеркнуть это различие, для учеников с обычными способностями это было названо «мантрой». Однако это не мантра в смысле четырёх классов Тантры. Некоторые мастера прошлого школы Кадам учили визуализации образа Великой Матери [совершенства мудрости] и начитыванию этой мантры, однако, они не говорили о самопорождении в этом образе. И хотя в Тибете некоторые проводят церемонии посвящения в эту (практику), [они ошибаются, ибо] основа практик [Праджняпарамиты и Тантры] остается разной.

Поэтому если практикующий размышляет над смыслом *глубины, наделённой четырьмя и семью аспектами*, памятуя при этом о способе шествия по пяти путям, а после начитывания мантры силой этой истины он воскликнет и хлопнет в ладоши, то получит «огромную волну благословения». Это подобно тому, как в прошлом Индра в результате созерцания смысла этой мантры смог преодолеть враждебные силы Мары.

Побуждение к практике освоения посредством обобщения сказанного

Третье (побуждение к освоению посредством обобщения сказанного) представлено в следующем отрывке: «...одобрил бодхисаттву махасаттву арья Авалокитешвару ... Превосходно!...» Это легко понять.

Слова о том, что не только наш учитель [Будда], но и все татхагаты возрадовались, свидетельствуют о том, что ответ Авалокитешвары соответствует собственному просветленному намерению учителя.

Восхищение членов собрания и их обещание придерживаться [данного учения]

Четвертый пункт (восхищение членов собрания и их обещание придерживаться данного учения) представлен в отрывке «Когда Благословенный изрёк эти слова, достопочтенный Шарипутра ... возрадовались и восславили сказанное Благословенным».

Из трех классов учений: по позволению, по вдохновению и произнесенных вслух, пролог в начале и выражение хвалы [в конце] принадлежат к учениям «позволения», диалог в середине — это учение «вдохновения», тогда как подтверждение, дарованное Авалокитешваре, является произнесённым учением.

Кроме того, в данной сутре повествуется о пяти совершенных факторах. Пролог представляет четыре совершенных фактора: учителя, время, место и собрание, тогда как сам текст, до конца вопросов и ответов, представляет совершенный фактор учения.

Посвящение заслуг

Владыка речи, непревзойденный в произнесении [учения],
Благословил речь Держателя белого лотоса⁴⁰ и Шарипутры;
Так возникла их беседа.
Разве это произошло бы иначе,
Нежели на основе учения Достигшего?

Слушая его и созерцая [на этой основе],
А также передавая это учение другим,
Раскрываешь смысл преподанного
Эта удача — держаться данного учения —
Есть истинный дар высочайшего учителя.

Следуя по его стопам
И ища прибежища в божествах медитации,
Да не перестану я наслаждаться радостью
Следования учениям Будды⁴¹.

Колофон

Это краткое изложение и разъяснение смысла слов *Сердца праджняпарамиты* было записано монахом Джамьянгом Гевей Лодро, говорящем на языке Дхармы. Оно основано на кратком изложении обширного комментария Вималы, составленном мастером Нгок Лекше, и на коротком комментарии, написанном великим ученым Камалашилой⁴². Автор ручается также, что он не привнес сюда никаких собственных измышлений.

Пусть силой соединения чистых устремлений тех, кто был связан с издание этого труда: переписчика Нгаванга Чогьяла из дома Пхукханг [монастыря] Дрепунг Лоселинг, а также пожертвователей, все живые существа быстро обретут Четыре Тела будды⁴³.
Сарвамангалам!

Примечания

- ¹ *Buddhist Wisdom: The Diamond Sutra and The Heart Sutra*. Перевод и комментарии Эдварда Конзе (Edward Conze), предисловие Джудит Симмер-Браун (Judith Simmer-Brown) (New York: Vintage Books, 2001), стр. xxiii.
- ² Дополнительную информацию об использовании *Сутры сердца* для преодоления препятствий смотрите в книге Donald S. Lopez, Jr., *Elaborations on Emptiness: Uses of the Heart Sutra* (Princeton NJ: Princeton University Press, 1998).
- ³ Более подробное обсуждение двенадцати звеньев смотрите в комментарии Его Святейшества Далай-ламы XIV в книге *The Meaning of Life: Buddhist Perspectives on Cause and Effect*. Перевод и редакция Джеффри Хопкинса (Jeffrey Hopkins) (Boston: Wisdom Publications, 2000).
- ⁴ Шесть первичных вредоносных аффектов-клеш — это привязанность, гнев, гордыня, неведение, омраченные воззрения и омраченное сомнение. Двадцать производных — это ярость, мстительность, злость, зависть и злой умысел, которые проистекают из гнева; скупость, самодовольство и возбуждение ума, проистекающие из привязанности; утаивание, ментальная вялость, неверие, промедление, забывчивость и невнимательность, проистекающие из неведения; претенциозность, бесчестность, бесстыдство, невнимание к другим, недобросовестность и рассеянность, проистекающие из привязанности и неведения одновременно.
- ⁵ Шантидева, *Вступление на путь бодхисаттвы (Бодхичарьяватара)*, особенно глава 5.
- ⁶ *Chatushatakashastrakarika*, 8:15. Другой перевод этой строфы смотрите в книге геше Сонома Ринчена (Sonam Rinchen) *Yogic Deeds of Bodhisattva: Gyel-tsap on Aryadeva's Four Hundred* (Ithaca: Snow Lion, 1994).
- ⁷ Десять недобродетельных деяний: убийство, воровство, распутство, ложь, клевета, грубая речь, пустословие, алчность, злонамеренность и приверженность ложным воззрениям.
- ⁸ Краткое объяснение отсутствия самобытия рассматриваемого в этой сутре на основе конкретных явлений см. в разделе «Воззрение Читтаматры», глава 9.
- ⁹ Дополнительную информацию по этой теме см. в главе 11.
- ¹⁰ Авторитетный перевод некоторых из этих фундаментальных трактатов Палийского канона можно найти в книге *The Middle Length Discourses of the Buddha*, переведенной Бхиккху Нанамоли (Bhikkhu Nanamoli) и Бхиккху Бодхи (Bhikkhu Bodhi) (Boston: Wisdom Publications, 1995).
- ¹¹ В тибетской литературной традиции номера разделов даются в начале текста, а названия глав — в конце. *Сутра сердца* состоит только из одного раздела.
- ¹² «Восемь мирских забот» представляют собой четыре пары противоположных категорий желательного и нежелательного: это приобретение и потеря, удовольствие и боль, слава и бесславие, хвала и порицание. Быть загрязнённым этими заботами — означает в любом действии стремиться обрести одно и избежать другого.
- ¹³ Согласно сутрам Махаяны, имеется десять уровней становления (бхуми) бодхисаттвы, начиная с первого, когда на пути видения он достигает прямого проникновения в пустоту. Слово бхуми на санскрите означает «земля»; эти уровни, или «земли», определяются как этапы постижения пустоты.
- ¹⁴ Шесть совершенств (*парамит*) — это щедрости, нравственная дисциплина, терпение, радостное усилие, однонаправленное сосредоточение и мудрость.
- ¹⁵ Три главных ритуала монашеского сообщества это (1) исповедальные церемонии, проводимые раз в два месяца, (2) трехмесячное затворничество в сезон дождей, и (3) окончание затворничества.
- ¹⁶ В историческом плане различные традиции Винаи возникли из четырёх основных делений самой ранней буддийской школы, называемой *Вайбхашика*. Традиция *Тхеравады*, которая на настоящий день сохранилась в таких странах, как Шри-Ланка, Таиланд и Бирма, и традиция *Муласарвастивады*, которой следует тибетский буддизм, были двумя традициями из четырёх подразделений этой ранней буддийской школы. Традиция Винаи, практикуемая в китайском буддизме, представляет собой линию школы *Дхармагупты*, ещё одной из четырёх традиций Вайбхашики. Кроме того, Виная Тхеравады основана на палийской *Патимоккха Сутте*, тогда как традиции Винаи Муласарвастивады, которой следовали тибетские буддисты, основана на санскритской версии этого текста, *Пратимокши Сутре*. Палийская версия сутры содержит 227 предписаний для полностью посвященного монаха, тогда как в санскритской версии их 253. Эта разница возникает вследствие различного способа перечисления пятого класса вторичных обетов. В палийской версии имеется 75 таких предписаний, тогда как в санскритской их 112.
- ¹⁷ Чандракирти, *Вступление на срединный путь*, 6:86. Другой перевод этой строфы см. в книге С. W. Huntington, *The Emptiness of Emptiness* (Honolulu: University of Hawai, 1989). Санскритское слово *тиртхики* относится к сторонникам небуддийских древнеиндийских школ.
- ¹⁸ Более обширное объяснение отношения, существующего между причинами и их следствиями, см. в работе Цонкапы *Большое руководство по этапам пути к просветлению*.
- ¹⁹ Чтобы придерживаться этических норм в отношении того, что принимать, а что избегать, школа Читтаматра разработала сложную теорию о том, как восприятие мира возникает из наших естественных склонностей. Некоторые тексты упоминают до пятнадцати таких склонностей, но все они включены в четыре основных: (1) к восприятию и вере в объективную реальность; (2) к восприятию сходства; (3) к непросветлённому существованию; и (4) к языку. Школа Читтаматра утверждает, что эти базовые склонности возникают из отпечатков прошлого привычного видения мира, и управляют всем нашим повседневным опытом.

Например, глядя на стул, мы воспринимаем его как «объект, являющийся стулом». Такое восприятие есть результат нашей склонности видеть сходства. Но этот объект не только выглядит как стул, но также выглядит как основа для обозначения его словом «стул». Этот аспект восприятия проявляет нашу склонность к языку. Оба эти аспекта нашего восприятия достоверны. Однако третий аспект состоит в том, что данный объект является достоверной основой для обозначения словом «стул» в объективном, субстанциональном смысле, как если бы этот стул обладал независимым существованием. Школа Читтаматра утверждает, что именно эта склонность утверждать объективное существование объекта и является ложной. Итак, мы можем видеть в этом едином акте восприятия разные аспекты, одни из которых являются достоверными, а другие — нет. По мнению последователей данной школы, достоверные аспекты могут служить основой для следования этическим учениям Будды в отношении того, что следует принимать, а чего избегать.

²⁰ По проблеме идентификации письменного источника этого часто цитируемого утверждения смотрите мое примечание 15 в книге Е.С. Далай-ламы *The World of Tibetan Buddhism* (Boston: Wisdom Publications, 1944), стр. 160.

²¹ Этот отрывок сутры часто цитируется в трудах Цонкапы как иллюстрация воззрения Срединного пути о пустоте.

²² В медитационной практике Ваджраяны подчеркивается, что когда индивидуум медитирует на пустоту в контексте йоги божества, то важно выбрать основу для своей медитации. Эта основа может быть аспектом ума, который будет сохранять свою непрерывность на протяжении всех жизней индивидуума вплоть до достижения просветления. Тот факт, что ум будет продолжаться до стадии просветления, является одной из основных причин, почему ум часто выделяется как фокус медитации на пустоте. Так же дело обстоит и в других практиках, таких как Махамудра и Дзогчен, в которых основной упор медитации делается на пустотности собственного ума.

²³ Нагарджуна, *Коренные строфы о Срединном пути*, 24:8. Другой перевод этой строфы см. в книге Frederic J. Streng, *Emptiness: A Study in Religious Meaning* (Nashville: Abingdon Press, 1967), стр. 213.

²⁴ Нагарджуна, *Коренные строфы о Срединном пути*, 1:1–2.

²⁵ Подробный перечень и объяснение этих восемнадцати элементов смотрите в книге Е.С. Далай-ламы *Opening the Eye of New Awareness* (Boston: Wisdom Publications, 1999), стр. 32–34.

²⁶ Нагарджуна, *Коренные строфы о Срединном пути*, 18:5. Другой перевод см. в ранее указанной книге Frederic J. Streng, стр. 204.

²⁷ Цонкапа «Хвала взаимозависимому возникновению», строфы 45–46. См. также *Splendor of an Autumn Moon*, в переводе Гейвина Килти (Gavin Kilty) (Boston: Wisdom Publications, 2001), стр. 239.

²⁸ *Праманаварттика*, глава 2, строфа 130б.

²⁹ Шантидева, *Вступление на путь бодхисаттвы*, 8:157. Другой перевод этих строк см. в книге Shantideva, *The Bodhicaryavatara* (New York: Oxford University Press, 1996), стр. 102.

³⁰ Версия текста Джамьянга Гало, на которой был основан этот перевод, является рукописным экземпляром, отпечатанным на стенселе в Буксаре монастырем Дрепунг Лоселинг. Это та же самая версия, что и в собрании PL480 Библиотеки Конгресса, США, где она указана под номером 90-915034. Определённые части этого издания, по всей видимости, пострадали от неправильного написания слов, и в нескольких случаях возможны упущения; такие места я указываю в своих примечаниях. Однако установить расхождения с точностью возможно лишь по обнаружении более надёжного и предпочтительно более раннего издания этого текста.

³¹ В тибетском тексте этот заголовок приводится как «Восхищение членов собрания и совет (*gdams pa*) придерживаться». Позднее в тексте, там, где, собственно, появляется этот раздел, он назван «их обязательство (*dam bca' ba*) придерживаться». Такое написание в большей степени соответствует прочтению этого фрагмента. Итак, я думаю, что использование здесь слова «совет» (*gdams pa*) является либо ошибкой писца, либо собственным недосмотром автора.

³² После этого в тибетском тексте следует заголовок, который гласит «Третье — это» (*gsum pa ni*). Я думаю, что это ошибка, ибо то, что следует дальше в тексте, наиболее очевидно является развитием непосредственно предшествующего краткого утверждения.

³³ Это перефразирование самого известного отрывка *Сутры сердца*: «Форма — пустота. Пустота — форма. Пустота — не иное, чем форма, форма также не иное, чем пустота».

³⁴ Этот текст указан в *Тенгьюре* как *Изложение Сердца праджняпарамиты, хорошо разъясненное Лекпой Шерабом на основе молитвы мастеру Дунамкаре Шриджняне* (*An Exposition of the Heart of Wisdom Well Explained by Lekpai Sherap on the Basis of Supplication to the Master Dipamkara Shrijnana*), Beijing 5222, Tohoku 3823.

³⁵ Полное название комментария Вималамитры «Обширное изложение Сердца праджняпарамиты в восьми пунктах» (*Extensive Exposition of the Heart of the Perfection of Wisdom in Eight Points*), Beijing 5217, Tohoku 3818.

³⁶ В тибетском тексте в нескольких случаях выражение *mnyam gzhag de'i gzigs ngor* (с точки зрения медитативного равновесия) было ошибочно записано как *mnyam gzhag de'i gzugs kyi ngor* (на поверхности формы медитативного равновесия), что, по всей видимости, лишено смысла.

³⁷ Вероятно, это ссылка на ученого из школы Сакья Ронгтона Шакия Гьялцена (1367–1449 гг.). До сих пор мне не удалось обнаружить комментарий Ронгтона на *Сутру сердца*.

³⁸ «Непребывающая нирвана» — название нирваны полного просветления Будды, которая характеризуется непробыванием в крайностях как непросветлённого, сансарического бытия, так и просветленного изолированного места индивидуальной нирваны.

³⁹ Эти «три великие цели» (*ched du bya ba chen po gsum*) перечислены в работе Майтрейи «Абхисамаяаламкара»: (1) «великий ум», что относится к альтруистическому уму, *бодхичитте* (2) «великое преодоление», что означает устранение цепляния за представление о самобытии личности и явлений, и (3) «великая реализация» — незагрязнённая мудрость всеведения будды.

⁴⁰ Эпитет бодхисаттвы Авалокитешвары.

⁴¹ В тибетском тексте последняя строка этой шлоки гласит «*nam yang ngoms pa med pa'i bshes gnyen dag*». По всей видимости, это либо неправильное написание, либо, если оно правильно, то оно предполагает, что есть, как минимум, ещё одна последующая шлока. Этот вопрос нельзя разрешить до тех пор, пока мы не получим доступ к другому изданию данного текста. А пока, чтобы получить законченный смысл, я прочел последнюю строку следующим образом: «*nam yang ngoms pa med pa'i dpal thob shog*».

⁴² Автор каталога Дерге, Жучен Цульtrim Ринчен, указывает, что в отношении этого текста «говорится, что автором является Камалашила».

⁴³ По всей вероятности, это примечание, добавленное самим переписчиком, монахом из Дрепунга Нгавангом Чогьялом. К сожалению, он не называет издание того текста, с которого был выполнен список. Эта информация была бы очень полезна для будущих редакторов.

Библиография

- Conze, Edward, trans. and comm. *Buddhist Wisdom: The Diamond Sutra and the Heart Sutra*. New York: Vintage Books, 2001.
- Gyatso, Tenzin, the Fourteenth Dalai Lama. *The Meaning of Life: Buddhist Perspectives on Cause and Effect*. Trans. and ed. by Jeffrey Hopkins. Boston: Wisdom Publications, 2000.
- . *Opening the Eye of New Awareness*. Trans. and introduced by Donald S. Lopez, Jr. Boston: Wisdom Publications, 1999.
- . *The World of Tibetan Buddhism*. Trans. and ed. by Geshe Thupten Jinpa. Boston: Wisdom Publications, 1994.
- Hopkins, Jeffrey. *Meditation on Emptiness*. Boston: Wisdom Publications, 1996.
- Huntington Jr., C. W. with Geshe Namgyal Wangchen, *The Emptiness of Emptiness*. Honolulu: University of Hawai'i, 1989.
- Jinpa, Thupten. *Self, Reality and Reason in Tibetan Philosophy: Tsongkhapa's Quest for the Middle Way*. London & New York: Routledge Curzon, 2002.
- Lopez, Jr., Donald S. *Elaborations on Emptiness: Uses of the Heart Sutra*. Princeton NJ: Princeton University Press, 1998.
- Nanamoli, Bhikkhu and Bhikkhu Bodhi, trans. *The Middle Length Discourses of the Buddha*. Boston: Wisdom Publications, 1995.
- Rinchen, Geshe Sonam. *Yogic Deeds of Bodhisattvas: Gyel-tsap on Aryadeva's Four Hundred*. Trans. and edited by Ruth Sonam. Ithaca: Snow Lion, 1994.
- Shantideva. *The Bodhicaryavatara*. Trans. with introduction and notes by Kate Crosby and Andrew Skilton. New York: Oxford University Press, 1996.
- . *The Way of the Bodhisattva: A Translation of the Bodhicaryavatara*. Trans. by the Padmakara Translation Committee. Boston: Shambhala, 1997.
- Streng Frederick J. *Emptiness: A Study in Religious Meaning*. Nashville: Abing-don Press, 1967.
- Tsongkhapa, *The Great Treatise on the Stages of the Path to Enlightenment*. Trans. by the Lamrim Translation Committee. Ithaca: Snow Lion, 2000.
- . *The Splendor of an Autumn Moon: The Devotional Verse of Tsongkhapa*. Trans. and introduced by Gavin Kilty. Boston: Wisdom Publications