

Ключевые особенности Шравакаяны

Выдержки из учения Кхенпо Цултрим Гьямцо Ринпоче, посвященному взгляду Шравакаяны и медитации на отсутствие личной самости.

Кагью Дечен Линг, Мадрид, 1985

1

«Ради блага всех чувствующих существ,
Которые настолько же безграничны числом, насколько пространство безгранично в размерах,
Я должен достигнуть совершенного состояния будды.
Чтобы осуществить это, я буду слушать истинные учения,
Размышлять над ними и медитировать на них».

Думая таким образом, пожалуйста начните с зарождения наивысшей мотивации, мотивации бодхичитты.

2

То, чего нужно достигнуть – это состояние будды. Что это в себя включает?

Будда – это кто-либо, кто довел до совершенства великие любовь и сострадание, а также точное знание, осознающее отсутствие само-сущности.

3

Если состояние будды таково, как оно сейчас было описано, возможно ли для кого-то подобного нам, для чувствующих существ, достигнуть этого состояния?

Да, мы можем это сделать, потому что существа обладают неотъемлемым элементом будда-природы; они наделены самой сущностью состояния будды. Вот почему мы можем достигнуть состояния будды.

4

Несмотря на то, что существа обладают будда-природой, эта сущность скрыта кажущимися, мнимыми покровами. Эти покровы следует счистить, устранить. Методы для их устранения предоставляет истинная Дхарма.

5

Истинная Дхарма подразделяется на бессчётное количество подходов, множество этапов пути, но все они могут быть объединены в три категории: шравакаяна, пратекабуддаяна и махаяна.

Путь шраваков состоит из взгляда, медитации, поведения и плода.

6

В чем заключается взгляд пути шраваков? Ключевая особенность взгляда здесь – это отсутствие личной самости; другими словами, отсутствие само-бытия, само-сущности или реального существования личности.

Каким образом необходимо установить с уверенностью, что личностная самость не существует? Что именно нам нужно знать? Нам нужно знать, что пять скандх не являются самостью.

7

Пять скандх – пять основных компонент, составляющих личность – это:

- скандха формы
- скандха чувств, или ощущений
- скандха различения
- скандха кармических формирований
- скандха сознания.

Скандха формы может быть подразделена на множество категорий, но здесь нам следует главным образом рассматривать наше собственное тело из плоти и крови.

8

Коротко говоря, тело состоит из пяти главных способностей¹, а именно способностей

- глаз
- ушей
- носа
- языка
- телесных, или тактильных ощущений.

Эти пять – это то, на что мы главным образом ссылаемся, говоря о «теле». Нам нужно осознать, что это тело не является нашей личной самостью.

9

В общем, когда возникают мысли, воображающие личностную самость, они возникают в связи с головой, конечностями и другими частями тела. Каким образом?

Когда голова болит, мы можем думать «я болен», «я чувствую себя больным». В этом случае, когда возникает головная боль и мы думаем «я нездоров», мы воображаем, что голова является нашей самостью.

10

То же самое происходит, когда что-то не в порядке с рукой и мы думаем «я поранился». Наш образ мыслей ставит знак равенства между мной и рукой.

В других ситуациях, когда боль в голове или руке, мы думаем «моя голова болит» или «моя рука болит». Эти мысли напрямую не цепляются за голову или руку как за самость, но они выражают цепляние за голову или руку как за что-то принадлежащее самости.

11

Нам следует начать с прояснения для себя того, каким образом иногда мы цепляемся за одну из частей тела как за самость, а в других случаях цепляемся за эти части как за принадлежащие самости. Нам нужно хорошо знать как эти мысли возникают.

¹ Имеются в виду сенсорные способности, или, другими словами, способности к восприятию (прим. перев.)

12

Мы можем видеть, что наше отношение к голове имеет форму двух концепций: мы относимся к голове как к нашей «самости» или как к чему-то принадлежащему нашей «самости».

Аналогично, наше отношение ко всем остальным частям тела имеет форму этих двух концепций.

13

Факт возникновения этих противоречивых мыслей по отношению к большому количеству объектов сам по себе является признаком того, что мысли о «самости» являются заблуждением.

Если бы эти мысли были корректным пониманием, они бы относились к «самости» одним только образом. Конфликт между нашими концептуальными представлениями о том, чем является самость, сам по себе является признаком того, что эти идеи являются формой заблуждения.

14

Какие абсурдные последствия возникли бы, если бы тело являлось самостью? Если бы тело было самостью, то

- самостей было бы бесконечное количество
- самость исчезала бы вместе с разрушением тела.

Почему?

15

Если мы скажем, что тело является самостью и скажем, что различные части тела являются самостью, то абсурдным следствием этого было бы наличие такого количества самостей, которое равно количеству различных частей тела.

16

Если вместо этого мы скажем, что не сами различные части являются самостью, а совокупность всех частей как нечто единое целое является самостью, то проблемой такого утверждения будет то, что, когда мы анализируем тело, мы не находим совокупности, а находим лишь индивидуальные части.

Если бы мы убрали все части тела, то обнаружили бы, что ничего не осталось, а значит не осталось бы тела, которое являлось бы совокупностью частей.

17

Таким образом, если ты скажешь, что тело является самостью, то ты должен иметь столько же самостей, сколько частей у тела.

18

Если бы тело было самостью, еще одним следствием было бы то, что, когда континуум тела прерывается, континуум самости также прерывается и самость аннигилируется, или уничтожается.

Таким образом, если бы тело являлось самостью, это также означало бы отсутствие предыдущих и последующих жизней, потому что при уничтожении тела континуум самости обрывался бы.

19

Аналогично, мы можем взять любую часть тела, например кисть руки, и увидеть, что она не является самостью. Почему? Кисть руки состоит из пяти отдельных пальцев, каждый из которых имеет свое название.

Ни один из пяти пальцев также не является единой сущностью; каждый из них состоит из различных частей, соединенных суставами (фаланги). И если мы будем смотреть всё более и более глубоко на то, чем является каждая фаланга, мы опустимся на уровень атомов; и даже атомы состоят из более мелких частиц.

И даже эти субатомные частицы могут быть далее разделены на части, то есть они также не являются реальной сущностью.

Из сказанного выше ясно, что тело не может являться самостью.

20

Таким образом, когда мы применяем точное знание для анализа скандхи формы, мы усиливаем наше знание, которое видит, что скандха формы не является самостью.

Через точный анализ мы обретаем уверенность в том, что хотя у нас и возникают идеи о самости в отношении скандхи формы, эти цепляющиеся за самость мысли фактически являются формой заблуждения.

Мысль «Эта скандха формы точно НЕ является самостью» и обретение всё большей и большей уверенности в этом – это то, что приведет ко взгляду, осознающему что тело не является самостью. Взгляд, осознающий что тело не является самостью, будет проявлен.

21

Если тело не является самостью, почему тогда у нас есть все эти концепции «я, я», воображающие что есть самость, связанная с телом? Почему такое цепляние за самость возникает?

Причина в том, что мы следовали привычке к цеплянию за самость из жизни в жизнь с безначальных времен и находимся под влиянием заблуждения в форме этих привычных тенденций.

Также как, например, тело во сне не является самостью, и тем не менее спящий склонен думать о нем как о «я», не так ли? Эта привычка думать о теле как о «я» переносится на состояние сна.

22

Если мы хорошо разберемся в примере сна, мы сможем ясно понять, как концептуальная идея о том, что есть тело, являющееся [самостоятельной] сущностью и цепляние за него как за самость возникают по причине заблуждения. Как это происходит?

Тело во сне не может являться [самостоятельной] сущностью, которая была бы «мной». Но под влиянием заблуждения, во сне нам кажется очевидным, что тело во сне – это «я», что оно является «мной». И из-за такого отождествления возникают различные виды страдания.

23

Также и в состоянии бодрствования. Хотя наша скандха формы, это тело, не является самостью, под влиянием заблуждения возникают мысли о том, что тело это «я». И эти мысли, что цепляются за тело как за «я», являются причиной возникновения всех разнообразных форм страдания, сопровождающих [рождение и] существование в теле.

Вот почему очень полезно размышлять о примере сна снова и снова.

24

Во-вторых, необходимо понять, что скандха чувств не является самостью и доказать обратное невозможно.

Что понимается под термином «чувство»? Чувство определяется как характер опыта. Чувство – это «вкус» опыта.

Чувства разделяются на три группы: приятные, неприятные и нейтральные. «Приятные чувства» — это переживания, которые ощущаются как что-то хорошее; те переживания, которые ощущаются как негативные – это «неприятные чувства»; переживания, которые не являются ни приятными, ни неприятными – это «нейтральные чувства».

25

Если мы продолжим классифицировать чувства дальше, то существует 18 видов чувств. Какие именно?

Есть шесть основных ментальных процессов, а именно сознания глаза, уха, носа, языка, тела и мыслительное сознание. Каждое из этих сознаний сопровождается чувством любого из трёх типов. Другими словами, чувства возникают одновременно (совместно) с любым из основных ментальных процессов, составляя в совокупности 18 видов.

26

Как цепляние за самость возникает в связи с чувствами? Когда нам хорошо, и мы переживаем приятные чувства, мы думаем «я счастлив». Когда нам плохо, и мы переживаем неприятные чувства, мы думаем «я несчастен», «я страдаю». Такие мысли являются видами эго-цепляния, которые связаны с чувствами.

27

Почему чувства не могут быть самостью, не могут являть собой самость? Из трёх категорий чувств мы можем посмотреть, например, на приятные чувства. Если бы удовольствие было самостью, если бы приятные чувства являли собою самость, то абсурдным следствием было бы следующее: самость бы всегда испытывала приятные чувства, и только их.

Если бы неприятные чувства были самостью, из этого бы следовало, что «я» всегда бы испытывало именно их.

Если бы нейтральные чувства были самостью, то эта самость никогда не смогла бы переживать чувства удовольствия и страдания, а всегда бы переживала только нейтральные чувства.

28

Но это вступает в противоречие с нашим опытом: временами мы чувствуем себя счастливыми, а временами мы ощущаем, что счастье сменяется страданием и мы страдаем. И между этими двумя мы испытываем нейтральные чувства.

Чувства меняются, и факт перемены является признаком того, что чувства – приятные, неприятные или нейтральные – не являются самостью.

29

А не может ли быть так, что ни одно единичное чувство само по себе не является самостью, а все чувства во всем их многообразии являются самостью? В таком случае из этого бы следовало, что, поскольку существует 18 видов чувств, существует соответствующее число самостей.

Тогда мы могли бы подумать, что вся коллекция чувств целиком, взятая как одно целое, является самостью. Но невозможно, чтобы бесконечные числом чувства счастья, страдания и нейтральности были чем-то одним. Таким образом, скандха (множество) сама по себе не может быть самостью.

30

Таким образом, скандха чувств не является самостью. И это так не только лишь в соответствии со словами нашего учителя, Будды; на основании его учения мы можем сами убедиться в том, что это действительно так.

Когда мы анализируем основываясь на точном знании, мы не просто утверждаем это риторически, на словах. Именно при помощи корректного анализа мы тоже можем убедиться, что чувства не являются самостью.

Есть причины, вследствие которых чувства не являются самостью. И когда мы устраним все сомнения в этом, мы будем знать это с полной уверенностью.

31

Если чувства не являются самостью, почему мы вовлекаемся в их так, как будто бы они ей являлись? Как было объяснено ранее, это происходит из-за привычных тенденций, накопленных с безначальных времен, в соответствии с которыми мы фиксируемся на чувствах так, как будто они являются самостью.

Даже во сне мы верим, что наши чувства являются самостью.

32

В-третьих, мы должны осознать, что скандха различений не является самостью.

Что понимается под термином «различение»? Он определяется как «выдумывание/воображение ярлыков/названий», все концепции, которые выдумывают ярлыки.

Например, когда мы воображаем характеристику «белый» и думаем «это белый/белое», или думаем «это красный/красное», «это день», «это ночь», «это враг», «это друг». У нас возникает невообразимое количество таких различающих мыслей.

Благодаря тому, что у нас возникает такое огромное число мыслей, выдумывающих ярлыки, легко увидеть, что эти мысли не могут составлять самость, когда мы применяем ту же логику, что и ранее.

33

Если бы различения были самостью, каковы были бы последствия этого?

Например, если бы различающая мысль «это враг» являлась самостью, это означало бы, что абсолютно все различения, возникающие в связи с этой самостью, были бы непременно «враг».

Если бы различающая мысль «это друг» являлась самостью, то эта думающая самость могла бы применять только ярлык «друг». Для нее невозможно было бы измениться и зародить мысль, которая оценила бы кого-то как врага.

34

В-четвертых, нам нужно понять и осознать, что скандха формирований не является самостью.

Что понимается под «скандхой формирований»? Она охватывает множество объектов, не включенных в другие 4 скандхи. Говоря коротко, их можно объединить в две группы: являющиеся ментальными по характеру и не являющиеся полностью ментальными по характеру.

35

Формирования, являющиеся по характеру ментальными – это 51 ментальное событие; эти ментальные события возникают в связи с шестью сознаниями, или другими словами, сопровождают 6 сознаний, 6 категорий основного ума. Эти формирования называются согласованными ментальными факторами.

Например, когда сознание глаза возникает и видит «белое», оно сопровождается таким ментальным событием, как чувство. Эти два, сознание глаза и сопровождающее его чувство, имеют один фокус – в данном случае объект, названный «белое», одну основу – зрительную способность² (eye faculty), и так далее, всего 5 аспектов согласованности.

Поскольку 51 ментальное событие и основной ум согласованы пяти аспектах – в том, что они взаимодействуют с одним и тем же объектом и т. д., эти ментальные события называются «согласованными формированиями».

36

Далее, есть всё множество имен и терминов, а также многообразие описательных формирований. Они называются неассоциированными / несвязанными формированиями, поскольку не являются ни формой, ни сознанием, но в ситуации, когда эти два³ активны, они составляют аспект названия процесса.

«Рождение», «болезнь», «старение», «смерть» и т. д. – это примеры неассоциированных формирований.

Они являются названиями, которые используются в качестве аспекта временного состояния формы и ума. Они – не форма, и они не являются самим фактическим конкретным умом, но они также не являются чем-то полностью отличным от него.

² Имеется в виду зрительная сенсорная способность, или, другими словами, способности к зрительному восприятию (прим. перев.)

³ Думаю, имеются я в виду форма и сознание (прим. перев.)

37

Мы можем, например, использовать названия применительно к процессам, происходящим в твоём теле и уме (обращаясь к переводчику), такие как «родился», «стареет», «болен» или «умирает». Эти названия описывают твою физическую и ментальную ситуацию, но они не являются твоим телом как таковым, они не являются фактическим умом, и они не являются чем-то полностью отличным от тела и ума.

Вам это понятно? Подумайте внимательно над этим. [Смех]

38

Существует множество классификаций неассоциированных факторов, но те (факторы – прим. перев.), которые легко понять, это главным образом такие процессы, как «рождение», «старение», «болезнь» и «смерть».

Они называются неассоциированными / несвязанными, потому что они – не тело, они – не ум, но они также не являются полностью отличными от тела и ума; иными словами, не являются чем-то совершенно иным, нежели тело и ум.

Кажется, что они происходят, правильно? Мы можем говорить о твоём «рождении», «болезни», «старости» или «смерти», не правда ли?

39

Всего есть 51 ментальное событие, но чувства и различия выделены в две отдельные скандхи, скандху чувств и скандху различий. 49 оставшихся ментальных событий составляют скандху формирований.

40

Почему из числа всех 51 ментальных состояний именно чувства и различия выделены и объяснены как две отдельные скандхи? Чувства и различия находятся в корне конфликта, они являются корнем дебатов и раздора. Каким именно образом?

41

Когда миряне ссорятся и дерутся, они делают это главным образом на основании чувств.

Когда люди, принадлежащие к традиции Дхармы ссорятся, они делают это главным образом на основании различий: «это хороший взгляд», «это плохой взгляд», «мой взгляд – хороший», «его взгляд – плохой», и т. д. Эти конфликты главным образом основаны на различиях.

Чтобы четко идентифицировать эти два случая, они объяснены отдельно.

42

Тот факт, что скандха формирований не может быть самостью, вытекает из описанного ранее анализа, где мы рассматривали, каким образом каждый элемент не может быть самостью и их набор не может быть самостью также.

43

Скандха сознания состоит из шести типов сознания: сознание глаза, сознание уха, сознание носа, сознание языка, сознание тела и сознание мышления.

Из этих 6-ти сознаний 5 являются сенсорными сознаниями, это сознания глаза, уха, носа, языка и тела. Если бы они являлись самостью, это бы означало, что в ситуации, когда мы теряем сознание или глубоко засыпаем, континуум самости обрывался бы.

44

Есть и другая причина, почему эти сенсорные процессы не могут являться самостью. И в чем здесь заключается логика?

Рассмотрим пример, когда мы думаем, что сознание глаза – это самость. Сознание глаза видит формы. Если бы сознание глаза было в действительности «мною», эта самость видела бы формы всё время, и всё, что она могла бы, на что была бы способна – это видеть формы.

Но мы не всё время видим формы, поэтому сознание глаза не может быть самостью.

45

Аналогично, если бы сознание уха было «мною», эта самость всегда и только слышала бы звуки.

Если бы сознание носа было «мною», эта самость всегда и только обоняла бы запахи.

Если бы сознание языка было «мною», эта самость всегда и только ощущала бы вкусы.

И, наконец, если бы сознание тела было «мною», эта самость всегда и только воспринимала бы телесные ощущения.

Это находится в противоречии с нашим опытом. Они⁴ возникают в одни моменты времени, а в другие моменты времени – нет. Эта логика доказывает, что сенсорные сознания не являются самостью.

46

Чтобы увидеть, является ли сознание мышления самостью, необходимо проанализировать это сознание в контексте трёх времен. Как выполняется этот анализ?

Если мы возьмем мыслительное сознание прошлого, оно не может быть самостью, потому что прошлое ушло. Оно исчезло и его больше здесь нет. Если бы оно было самостью, оно должно было бы присутствовать здесь прямо сейчас.

Мыслительное сознание будущего не может быть самостью, потому что оно еще не возникло, оно не присутствует прямо сейчас. Мы думаем «я здесь прямо сейчас», поэтому самость должна присутствовать.

47

Почему мыслительное сознание настоящего не является самостью? Потому что оно немедленно исчезает, у него нет возможности задерживаться. Если бы оно являлось самостью, оно должно было бы оставаться, или присутствовать на протяжении моментов времени – первого, второго и т. д. – без прерывания, непрерывно.

⁴ Формы, звуки, запахи, вкусы, тактильные ощущения (прим. перев.)

48

Это становится ясно, когда мы слышим три щелчка пальцами и они воспринимаются мыслительным сознанием. Когда мы воспринимаем первый щелчок, второе восприятие⁵ еще не возникло. Когда воспринимается второй щелчок, сознание, которое воспринимало первый щелчок, уже исчезло.

Более того, мгновение может быть разделено на всё более и более краткие моменты так, что оно предстанет в виде сотен и сотен более кратких моментов.

49

Наш учитель, Будда, учил, что ум не является личностной самостью. При помощи основанного на праджне анализа так, как это было сейчас продемонстрировано, мы тоже можем обрести истинное знание посредством корректных умозаключений и убедиться, что состояния ума не являются самостью.

Поэтому нам действительно следует применить эти методы для того, чтобы осознать, что ум не является самостью.

50

Если ум не является самостью, почему мы порождаем мысли, которые принимают ум за самость?

Причина в том, что было объяснено ранее: вследствие существующей с безначальных времен привычки, наши умы постоянно порождают мысли, цепляющиеся за самость.

Например, даже во сне мы генерируем идеи о том, что наш ум является самостью.

51

Поскольку цепляющиеся за самость мысли – просто результат являющихся заблуждением привычных тенденций, возникает вопрос: когда это заблуждение началось, когда оно впервые случилось?

Буддийская традиция учит, что это происходит из жизни в жизнь без начала.

Хотя это заблуждение имеет место в течение безначального времени (в течение времени, не имеющего начала), это не означает, что оно реально существует.

Согласно учениям Махаяны, заблуждение не имеет начала подобно тому, как вещи не имеют начала в снах и иллюзиях.

52

С точки зрения Шравакаяны, самое важное – самостоятельно убедиться и обрести непоколебимую уверенность в том, что пять скандх не являются самостью. Именно это отсутствие личностной самости является ключевым пунктом взгляда шраваков. Следовательно, наша цель здесь заключается в том, чтобы обрести твёрдую убежденность и развить уверенность в этом при помощи тех учений, которые были только что объяснены.

Это завершает краткое объяснение взгляда шраваков.

⁵ Восприятие второго щелчка (прим. перев.)

Медитация на отсутствие личностной самости включает проверку при помощи точного знания, являются ли скандхи самостью. Когда возникает твёрдая убежденность в том, что скандхи самостью не являются, это становится основой для медитации.

Когда мы покоимся в твёрдой уверенности в этом факте – это праджня, возникающая из медитации. Она заключается в однонаправленной концентрации на пустоте, которая является отсутствием самости в скандхах, и невозмутимом пребывании в этой подобной пространству пустоте.

Корень страдания, корень всех печалей и несчастий – это цепляние за самость. Посредством получения знаний о бессамости, глубокого размышления над ними и усердной медитации на бессамость, мы постигаем бессамость, или, другими словами, обретаем реализацию бессамости. Это – путь к освобождению от страдания и мучительных состояний.

Текст переведен с английского Никитой Малининым 25 февраля 2021 года.

© Все права на оригинальный текст на английском языке принадлежат Фонду Марпы. Публикация текста возможна только с письменного разрешения правообладателя.

© Данный перевод на русский язык выполнен с разрешения Фонда Марпы. Все права на данный перевод принадлежат Никите Малинину. Публикация данного перевода возможна только с письменного разрешения правообладателя.