

# Основы Читтаматры

## Первая часть анализа

**А) Практика, включающая в себя что-то, на чем мы фокусируемся, а именно тот факт, что все явления – это только ум**

Все явления являются умом, или все явления – это ум,

- 1) Потому что они являются спутанными проекциями привычных тенденций, и
- 2) Потому что они являются естественным проявлением чистого бытия, дхармата, свечение-пустота.

**В отношении первой из этих причин:**

Дословный перевод с тибетского выражения «запутанные проекции» звучит как «обманчивые видимости», или «обманчивые проявления».

Общее определение «видимости», или «проявления» (далее я буду использовать этот термин – прим. перев.) таково: это все, что произведено, или порождено причинами и условиями. Конкретные примеры проявлений: формы, звуки, запахи, вкусы и тактильные ощущения. И это также примеры явлений, того, что мы называем «явления», или «феномены».

Определение **явлений**, или **феноменов**: «Характерные черты самой сансары, называемые здесь «феноменами», определяются как сфера манифестации, или сфера проявления, которая состоит из **проявлений**, включающих двойственность воспринимаемого и воспринимающего, плюс предположение, что все проявляющееся таким образом действительно существует таким образом. Это сопровождается формулированием, в котором применяется терминология».

Это можно сравнить с хорошо написанной картиной, где кажется, что есть объекты, находящиеся намного дальше, чем те, что расположены на переднем плане, несмотря на то что все эти объекты находятся на одной и той же плоской поверхности. Это также можно сравнить со снами, в которых человек не знает, что он спит. Переживаемые «объекты» не находятся вовне переживающего их ума. Спящий ум переживает себя, свое собственное содержимое. Переживаемый объект и переживающий субъект, также называемые воспринимаемым и воспринимающим – это не две разные вещи, даже если они кажутся таковыми. Ситуация, когда так кажется – это просто заблуждение; на самом деле они не существуют как две разные вещи.

Тот факт, что воспринимаемый объект кажется чем-то отличным от воспринимающего ума, «является просто нашим собственным ошибочным концептуальным процессом, поскольку то, что кажется (или другими словами проявляется) уму, а именно объект, не существует, даже когда он проявляется. Это иллюстрируется такими примерами, как «объекты», переживаемые во сне или волосы, которые кажутся, или **проявляются** жертве катаракты, хотя они **не существуют** в виде объектов, которыми кажутся».

«Таким образом, любой объект, проявление которого связано с этой двойственностью, хотя он и **существует в относительном, или кажущемся смысле**, не может быть реальным на самом деле. По этой причине также никогда не существовало объектов, на которые ссылаются используемые термины. Не существует объектов, которым концептуальный ум мог бы дать какое-то окончательное название на основе двойственной видимости. Являясь всего лишь вменением (или приписыванием)

со стороны собственных концепций, сложное многообразие, называемое феноменами, состоит исключительно из этого концептуального процесса». «Подводя итог сказанному здесь, все явления (или феномены), которые состоят из двойственной видимости (или двойственного проявления), к которому добавлено предположение о двойственности, являются ни чем иным, как вменениями (или приписыванием), не существующими с их собственной фактической составляющей, но тем не менее проявляющимися».

**Что касается второй причины,** почему все феномены являются умом, которая заключается в том, что их природа – это чистое бытие, светящаяся природа ума:

«Другой фактор – это чистое бытие, которое определяется как противоположность вышеизложенному; то есть оно не предполагает различия между воспринимаемым и воспринимающим, которые кажутся двумя, а также между обозначаемым объектом и обозначением в форме соглашений, используемых на основе дуалистического допущения (или предположения). Это – таковость».

Вкратце, то, что считается объектом, является ясным светом ума, «фильтруемым» через привычные ментальные паттерны. Примером, в некоторой степени иллюстрирующим это, могут быть отпечатки на полосе пленки, пропускаемой мимо яркого света проектора, так что они проецируются на экран и кажутся деревьями, машинами, фигурами и т. д., находящимися перед зрителем.

Все вышесказанное является либо прямой цитатой из, либо основывается на книге Майтреи «Различение явлений и чистого бытия» вместе с комментариями Мипама Ринпоче.

## Несколько полезных советов от Кхенпо Ринпоче

Когда Читтаматра говорит, что все проявления являются проекциями ума, это не следует воспринимать на грубом уровне или понимать в очень упрощенном буквальном смысле. Например, это не значит, что вы можете просто сесть и спроецировать машину или миллион долларов. И это не значит, что вас не может переехать автобус, потому что он – всего лишь проекция вашего ума. Эти идеи были бы искажением того, что здесь означает термин «проекция».

Чтобы понять это правильно, критически важно знать, что Читтаматра не отрицает карму, что означает, что она не отрицает причину и следствие. Напротив, когда говорится, что все проявления – это ум, это означает, что они являются результатами причинного процесса. Тот факт, что вещи являются умом, не игнорирует причины и условия, с которыми мы уже знакомы. Напротив, он зависит от них. Мир функционирует только потому, что он являет собой ментальные привычные паттерны, или шаблоны.

[перевод части оригинального текста отсутствует]

## Продолжение анализа

Читтаматра предлагает очень точное и подробное описание того, как возникает это смятение, и умственную тренировку (то есть медитацию), которая его устраняет. Это кратко описывается как три аспекта опыта:

- 1) Вмененный или воображаемый аспект
- 2) Зависимый аспект

3) И истинно (совершенно, абсолютно) присутствующий аспект

1) **Вмененный аспект** состоит из всех ярлыков, которые мы приписываем тому, что воспринимается. Поскольку сам объект не имеет имени, мы можем называть его разными именами на разных языках.

Исправление этого не означает, что мы перестаем называть вещи. Это означает отсутствие веры в существование внутренней связи между именем и референтом и не цепляться за ярлык как за саму вещь (референт = объект, на который имя ссылается).

В результате, когда кто-то называет нас уничижительным именем, мы можем отстраниться от этого события, вздохнуть свободно и не быть полностью расстроенными. Это создает пространство для переживания сострадания к человеку, который нас оскорбил. Так что это оскорбление становится поводом для практики безупречного поведения вместо того, чтобы впасть в страдания.

**Вмененный аспект** также включает наше представление об объектах как о существующих вовне. Это то, что мы воображаем, плод нашего воображения. Это звучит очень странно, но поскольку у нас есть этот привычный паттерн, мы даже воображаем, что объекты, переживаемые во сне, находятся снаружи. Поскольку объект **кажется** находящимся снаружи (или проявляется как находящийся снаружи), мы думаем, что он действительно и **есть** снаружи. Нам нужно посмотреть на это более внимательно.

2) **Зависимый аспект** состоит из самого проявления. Поскольку проявление возникает в зависимости от привычных паттернов нашего ума, оно окрашивается нашим привычным способом видеть, привычным взглядом. Мы не можем отделить впечатление от того, что мы видим, от самого проявления, а это значит, что то, что мы видим, в значительной степени обусловлено нашими предубеждениями. Мы получаем то, что видим.

Это более очевидно во сне, что делает проявления, переживаемые во сне хорошим примером того, как воспринимаемые объекты являются только умом. Образ, проявляющийся во сне, на самом деле является мыслью. Спящему уму кажется, что это «что-то, что я вижу», что означало бы, что это визуальный образ объекта, или образ видимого объекта. Но это не так. Визуальное сознание не функционирует во время сна. Глаза закрыты. Видящий – это ментальное сознание, шестое сознание, которое является концептуальным. Эти мысли спящий считает объектами (спящий верит, что они являются объектами).

Они называются «зависимым аспектом», потому что они возникают в **зависимости** от привычных паттернов в уме. Мы видим цветы во сне, потому что видели их в состоянии бодрствования. У нас есть для этого привычный паттерн. Во время бодрствования мы считали их реально отдельными от воспринимающего ума, поэтому во сне мы также считаем их реально существующими вне ума. Это привычка. Иногда во сне паттерны перемешиваются, и мы видим комбинации, которые не встречаются в состоянии бодрствования, как, например, голова льва на теле человека. Но это просто перестановка паттернов спящим разумом, чей концептуальный контроль не так стабилен, как в состоянии бодрствования.

Процесс в состоянии бодрствования похож на только что описанный. Здесь также переживаемые образы **зависят** от привычных тенденций ума. Хотя первый момент визуального сознания неконцептуален, концептуальный разум быстро берет верх. Ярлыки, которые он присваивает изображениям, берутся из архивов нашего ума, из привычных паттернов (шаблонов). С этого

момента мы не отделяем то, что думаем, от того, что видим. Увиденное изображение «трансформировалось» в мысль.

**Подводя итог разговору об этих двух аспектах**, можно сказать, что концепция, которую мы переживаем как объект, включает оба аспекта. Сама концепция – это зависимый аспект опыта. То, что мы думаем, что она является внешним объектом – это вмененный, или воображаемый аспект.

[перевод части оригинального текста отсутствует]