* 1. **МЕДИТАЦИЯ НА УМ.**
	2. **Характеристики ума**

Ум — это объект, который имеет три характеристики:

1. Ум *бесформен*, то есть не имеет материальной субстанции. Отсюда следует, что мозг — это не ум. Глаз — это не сознание, но с его помощью вы можете видеть. Так и мозг — это не сознание, но с его помощью вы можете мыслить, познавать. Если мозг функционирует хорошо, то вы быстро и хорошо понимаете и усваиваете. При этом не нужно думать, что если у животного мозг меньше, значит, ум человека выше. В буддизме говорится, что вне зависимости от того, кому принадлежит ум, он одинаков. Поскольку развитие ума зависит от мозга, человек может мыслить лучше. Однако потенциал ума у всех живых существ одинаков.

2. Ум по своей функции *познающий*. Хотя у него нет субстанции, он познает. Ему не нужна программа, он творческий сам по себе. Какой бы объект не появился перед вашим умом, он может его познать. Когда вы читаете эту книгу, изложенное в ней учение познает ваш ум, а не ваш мозг. Ваш ум познает информацию о самом себе через мозг. Некоторые ученые полагают, что мозг — это сознание, но это неправильно.

3. Ум по своей природе *чист*, ясен. Неважно, насколько ум омрачен, потому что по своей природе он чист. Нет разницы в природе грязной и чистой воды: грязь непостоянна, и когда вы ее убираете, вода становится чистой. Так же нет разницы между природой вашего ума и природой ума будды. Будда посредством специальных практик и техник устранил грязь омрачений из своего ума. Но это не означает, что вы будда; между буддой и вами есть большая разница. Некоторые, практикуя махамудру, думают, что достаточно распознать, что они будды, чтобы стать буддой. Но сейчас вы не будда, однако у вас есть природа будды. Будда Майтрея говорит, что все омрачения временны. Все хорошие качества присутствуют в уме.

Ум подразделяется на *первичный* и *вторичный*. Первичный и вторичный ум обладают всеми тремя характеристиками: бесформенностью, познающей способностью и ясностью. Выше уже упоминались шесть видов первичного сознания: обонятельное, осязательное, зрительное, слуховое, вкусовое и ментальное. А гнев, зависть, любовь, сострадание — это вторичные виды ума.

Разница между первичным и вторичным умом проистекает из способа познания. Первичный ум познает явления в целом. Возьмем чашку: ваше первичное зрительное сознание видит эту чашку в общем. В зависимости от зрительного сознания ментальное сознание так же в общем познает чашку. Вторичное сознание всегда связано с первичным, разница в том, что вторичное сознание познает отдельные характеристики объекта. Первичное сознание говорит: «Это чашка». Вторичное сознание отмечает: «Она желтая и красивая». Благодаря вторичному уму вы думаете: «Как было бы хорошо, если бы эта чашка принадлежала мне». Так возникает привязанность. Потом у вас рождается мысль о том, сколько эта чашка стоит, откуда найти деньги, чтобы ее приобрести, и так далее. Это тоже работа вторичного ума. Первичное сознание по своей природе чисто. Вторичное сознание делает первичное сознание загрязненным.

Ваше зрительное сознание способно увидеть все, что является перед ним, хотя само оно не имеет формы. Сам по себе орган зрения не способен видеть. Ваше сознание воспринимает объект посредством органа — глаза. Почему глаз мертвого человека не может видеть? Потому что он не связан со зрительным сознанием. Итак, ум — это нечто познающее. Когда я говорю с вами, вы понимаете мою речь. Ваше сознание слуха улавливает мои слова, ваше ментальное сознание интерпретирует их, и вы меня понимаете.

Также необходимо помнить, что ваш ум — создатель всего. Когда вы неправильно мыслите, он создает вам проблемы. Когда ум работает правильно, он создает все хорошие вещи. Особенно мощным является наитончайший ум, обладающий невероятной силой. Зная, как его использовать, вы способны достичь Пробуждения за одну жизнь.

Следует понять: «Природа моего ума — это природа будды, она не загрязнена. Омрачения, даже самые грубые, являются временными. Они подобны болезни. Однажды я устраню их, и мой ум станет очень чистым. В настоящий момент я обрел противоядие, с помощью которого смогу избавить свой ум от омрачений. Я встретился с Дхармой, с Духовным Наставником, я знаю, каким образом удалить омрачения из своего ума. Это лишь вопрос времени, однажды мой ум станет безупречно чистым и совершенно здоровым. Как это будет замечательно! Тогда я смогу помочь многим живым существам избавиться от временной болезни омрачений».