

Подготовка к Тантре

Курс основан на Лам Рим

«Источник всей моей добродетели – мольба к горе благословений»

Встроен в курс ACI 3

На основе учения Геше Майкла Роуча

Перевод, реакция, и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Харут, март 2007

Урок 8, часть 2

Медитация, и передача

(Мандала)

Святость Ламы

Учителя говорят, что чем больше я могу увидеть святость своего Ламы, тем быстрее я буду продвигаться. И в Бхакти-Йоге, это вся эта наука преданности, которая открывает сердце, и позволяет мудрости войти внутрь. Это наука любви, это Бхакти-Йога. Это очень важная часть духовного пути, без нее, практически, нельзя.

И учителя нам говорят: чем больше мы можем увидеть святость в Ламе, тем быстрее мы придем. Потому, что так у них появляется больше сил на нас влиять, и так, они более эффективны, в своем взаимодействии с нами.

И сила исходит от ученика, всегда от ученика. Это ответственность ученика, дать Ламе силу, и это он делает служением Ламе, преданностью ему, почитанием его, и так далее. В традиции на востоке, особенно в традиции Махаяны, в Индии, развито это в очень больших размерах, очень-очень хорошо.

И поэтому, когда вы представляете Ламу в медитации, вы представляете их святящимися, молодыми, лучащимися, это то, что помогает им, дать вам силу. И тогда, они действительно, для вас, станут такими.

Ваш Лама, бывший с вами всегда, и безгранично вас любящий, всегда был с вами, и всегда появлялся так, как вам это было нужно, узнавали вы его, или нет. И все учителя, которые появляются, и обучают вас – это действительно одна и та же личность, появляющаяся в разных формах. Они все, одна и та же личность, и всех их необходимо уважать. Необходимо уважать всех, кто вас обучал, это очень важно. Потому, что они предстают, в соответствии с вашими потребностями.

Вы слышали о Таре, верно? И она, всегда появляется очень красивой, и привлекательной. Она привлекает ученика, своей красотой. У других Лам, есть другая функция. Это одна и та же личность, предстающая в разных формах. Это игра того, что на санскрите называется Lila. Это игра. Это Лама, появляющийся в различных формах.

И со временем вы увидите, когда практика продвигается, смотрят назад, на свою историю, и она выглядит уже иначе, и начинают понимать ее по-другому. Начиная понимать тех ангелов, которые сопровождали нас, все это время. Это происходит там, в комнате создания, если вы делаете практику правильно.

Это даже хорошо, употреблять слова «святой», или «святая», это дает им больше силы, по отношению к вам. Они не святы, сами по себе. Нет ни одного Ламы, который свят, сам по себе. Святость, исходит из вас. Поэтому, в вашей практике, в вашей медитации, представляете их в самой святой форме, в которой они могут предстать перед вами.

Медитация, от начала, к концу

То, что я сейчас хотела бы сделать, это медитацию, от начала к концу, в противоположность тому, что мы до сих пор делали. Но я не буду слишком долго задерживаться на каждом этапе, потому, что иначе мы отсюда не выйдем.

И когда вы практикуете дома, можно делать все, и просто проходить этапы. Это **Shar Gom**. Вы можете читать четверостишия, и просто проходить с картинками, с четверостишиями, и я бы хотела, чтобы вы немедленно начали практиковать. Сделайте это, частью своей практики; «Тысячу ангелов», и это. Эти обе вещи, накапливают множество добродетели. Они создадут изменения в вашей жизни, которые поначалу ощущаться не будут, но через какое-то время, вы изменитесь. «Тысячу ангелов», и это – практиковать, обе эти вещи.

Итак, сделаем сейчас, эту медитацию.

Итак, сядьте удобно. Обратите внимание на свою позу, со всеми восемью точками: ноги, руки, спина, плечи, подбородок, глаза, рот, язык, дыхание.

И сфокусируйтесь на дыхании, на кончике носа.

Проделайте предварительные этапы.

Увидьте себя выходящими из густого леса, окружающего там воду, которая окружает замок. Вы выходите из леса на полянку возле воды, и вы устали, и вспотели, потому, что самсара изнуряет, утомляет, она отвратительна.

И вы приближаетесь к воде, и встречаете там своего Ламу, и это совершенный образ. Он или она ждут вас, и очень рады вас направить. Они ожидали вас, долгое время.

Я буду говорить от мужского лица, но это может быть и женщина, и мужчина. И Лама, провожает вас к лодке, а лодка, это вы. Она символизирует эти удивительные условия, которых вы удостоились в этой жизни; своего тела, ума, внешних, и внутренних условий, чтобы практиковать Дхарму, и вывести себя из страданий.

И вы вместе, входите в лодку, вы и ваш чудесный Лама, и лодка переплывает воду, и достигает ступеней, ведущих к замку, и вы вместе выходите из лодки, поднимаетесь по ступеням, открываете дверь, и входите в треугольную комнату, через ее угол.

*Сразу же после того, как вы входите, вы видите там **гроб** со стеклянной крышкой, и лежащий в нем труп, и этот труп, ваш.*

И возле гроба, есть подушка, для медитаций.

Вы садитесь, и делаете медитацию, и вы понимаете, что можете умереть, в любой момент, потому, что у вас нет уверенности, относительно даты своей смерти. И вместе с этим, у вас есть полная уверенность, что смерть настанет.

И вы себя спрашиваете: если я умру сегодня, что бы я хотела сделать, в настоящий момент?

Вы можете сделать более обширную медитацию на смерть, на принципы, и решения, и так далее.

И сейчас, вы встаете, подходите к гробу, и видите, что справа от трупа есть ведро, которое полно различными паразитами, скорпионами, насекомыми, пауками, и вы понимаете, что это символизирует ваши **негативные действия**, накопленные вами, отрицательные кармы, и вы начинаете осознавать, что эти вещи пойдут с вами, и после вашей смерти, и определяют ваше следующее существование. И если это пойдет с вами, то это будет очень страдательное существование, поэтому, вы решаете очистить, эти кармы.

Вы можете представить их, в виде черных семян, если так, вам больше подходит. Можно, представить это так тоже.

И вы берете это ведро, и идете с ним, в правый угол треугольной комнаты, и там есть красивый костер, и подходит горит огонь, и есть лавочка, для сидения перед огнем, и маленький стол, а на нем бумага, и карандаш.

И вы идете, и записываете все те действия, которые вы хотите очистить, и которые вы не хотите забирать, в ваше следующее перевоплощение.

Вы пишете записки, и бросаете в огонь их, и черные семена. Вы видите, как огонь сжигает эти записки, и семена. Вы сидите, наблюдаете за огнем, и делаете медитацию, на законы кармы; на то, как действия, которые мы совершаем сегодня, определяют наше будущее; и также, характер следующего перевоплощения, и различные его детали. На то, как вернувшиеся вещи похожи на то, что мы посеяли. Как они увеличиваются, когда возвращаются к нам. Как их необходимо очистить, иначе, разумеется, они созреют, и на то, что если мы хотим, чтобы нам было хорошо, мы должны, сделать хорошее до этого.

Мы хотим очистить все эти накопленные нами, отрицательные кармы. Мы проходим их, одну за другой.

И мы понимаем, что ни в чем материальном, нет прибежища, потому, что ничто материальное, не может по-настоящему нас защитить; нет ни одного человека, нет ни одной страховой компании, нет никакого имущества, никаких денег, ничего материального, что бы могло нас защитить, и нас могут защитить, только наши духовные достижения, которые мы накапливаем, наши осознания мудрости, и сострадания, которые мы развили на наших сердцах.

Мы принимаем прибежище в духовном пути, и мы думаем о совершенных нами отрицательных действиях, и испытываем за них раскаяние. Раскаяние, понимающее, что отрицательное действие, принесет для нас отрицательный результат. Не вину, а раскаяние, за действие. Не «я плохая», а «я совершила глупость, и сожалею о том, что совершила глупость. Я действовала, из невежества, и я принимаю на себе ответственность, за прекращение делания этого, хотя бы, на какое-то время».

И в случае, если есть необходимость в исправляющем действии, я его совершаю, какое-то искупляющее действие, в соответствии с видом кармы, которую я совершила, и так вы сидите там какое-то время, и видите себя очищающимися от кармы, и когда вы встаете оттуда, вы ощущаете себя более легкими, и чистыми.

И тогда, вы возвращаетесь к гробу, и по левую сторону от трупа, вы находите шкатулку для драгоценностей, а в ней множество жемчужин, драгоценных камней, и красивых украшений. И они символизируют все **добродетельные совершенные вами действия**, хорошие действия, которые вы совершили. Вы берете эту шкатулку, и там, на стуле лежит белая ряса, и вы вставляете все эти камни в эту рясу, окутываетесь ею, и идете в левый угол комнаты, и там, вы красиво обустраиваете место для Ламы, где он будет сидеть, какой-то красивый трон. Усаживаете там Ламу, подносите ему или ей подношение, кланяетесь им, и принимаете прибежище в духовном пути. И если у вас есть близкие отношения с Ламой, вы принимаете прибежище в Ламе, потому, что он воплощает в себе, все три Драгоценности.

Увидьте себя, принимающими прибежище.

Тихо, и осторожно, встаньте, поклонитесь с благодарностью Ламе, и продолжите по коридору, который выходит из треугольной комнаты. Это коридор, со множеством окон, и когда вы смотрите в окна, вы видите вещи, которые на данный момент есть в вашей жизни, такими, какие они будут через десять, двадцать, тридцать, может быть, сто лет, и все полно пыли. Все уничтожено, разрушено, полно паутины. Бегают мыши. Воют шакалы. Город уничтожен. Дом разрушен. Все ваши бумаги, летают во все стороны. Ваши фотографии, летают во все стороны. Нет больше никого, кто с вами знаком.

Ваше тело высыхает, гниет.

Начните с раны зияющей во лбу, и постепенно-постепенно, все сгнивает, наполняется гнилью, распадается. Все ваше тело, все его системы, все уходит.

И гниение распространяется на ваше окружение, на людей, вокруг вас. Все агонизирует. Все разрушается. Все умирает. Все превращается в скелеты, черепа. Одно большое кладбище, со стервятниками, и воющими шакалами.

И вы понимаете, что все эти вещи, которые есть в вашей жизни, пришли из кармы, и они обязаны сгореть, потому, что вы еще не знаете, как сохранять эту карму. Вы не знаете, как ее обновлять. Они пришли из прошлых действий, и вы не умеете их обновлять, достаточно быстро.

И вы преисполнены решимости научиться, как; как работать с кармой, чтобы предотвратить это падение.

И когда вы приближаетесь к концу коридора, вы возвращаете тело и окружение, к настоящему состоянию. Вы понимаете, что это мимолетно, но это то, что у вас есть на данный момент, и с этим, вы собираетесь работать дальше.

И вы понимаете, что вам нужно хорошо понять, как работает карма, и очень хорошо следить за тем, что вы делаете, и тогда, вы входите через дверь, в комнату зеркал. Эта дверь разделяет узкое, и среднее мировоззрение.

Этот проход по коридору научил вас, что **в самсаре нет ничего, на что можно положиться,**

потому, что все сгниет, и будет отобрано у вас, и вы жаждете выйти из самсары, выйти из этого страдательного существования, и научиться, как это сделать, и тогда вы начинаете осторожно исследовать свое сознание.

В **комнате зеркал**, все хрупко, все нежно. Есть различные стеклянные сосуды, и нежная керамическая посуда, и все покрыто хрупкими зеркалами, и вы смотрите в зеркала, отражающие вам ваше сознание.

Там есть подушка, и вы садитесь на подушку, и делаете медитацию на то, что происходит в вашем сознании. Выполняете вы обеты свободы, или нет? Сеете вы семена, которые принесут вам страдания, или нет? Вы проверяете, а как я живу? Как я живу? Как я разговариваю? Как я себя веду? Как я думаю? Все это, вы исследуете, в комнате зеркал.

И вы понимаете, что вы должны себя вести, с большой осторожностью. Вам нужно развить ваше воспоминание и бдительность, чтобы останавливать себя каждый раз, когда вы отклоняетесь от обетов, и напоминать себе, вернуться на путь.

И вы осторожно, мягко, встаете с подушки, продолжая быть очень осторожными, идете на кончиках пальцев, к двери.

Это синяя дверь, отделяющая комнату зеркал, которая является средним мировоззрением, которое хочет полностью выйти из самсары, но которое все еще сфокусировано на себе, и шестиугольную комнату, символизирующую широкое мировоззрение, человека практикующего не только ради себя, но и ради всех других. И эта комната шестиугольна потому, что символизирует шесть совершенств, которые такой человек должен практиковать.

В центре комнаты, вы находите красивый стол, а на нем есть очень красивая курильница ладана, наполненная благоухающим пеплом, благоухающим ладаном, с дымом ладана, наполняющим и окутывающим, всю эту комнату, и это символизирует **мышление Бодхисаттвы**. Бодхисаттвы, тренирующего себя думать о всех существах, желающего счастья всех существ, и позволяющего этой мысли вести себя по пути.

И тогда, вы решаете, что не только будете **думать**, как Бодхисаттвы, но также, и научиться, как **действовать**, как Бодхисаттвы; что вы можете сделать, чтобы прекратить страдания всех существ, и принести им счастье.

И тогда, вы начинаете тренироваться в шести совершенствах.

1. Первое из которых – вы видите слева от себя, на стене висит подарок в коробочке, и он символизирует **даяние**. Если хотите, вы можете повесить там четыре подарка, или чтобы внутри коробочки, было четыре вещи, и это символизирует четыре вида даяния: даяние материальных вещей, и денег, даяние прибежища, даяние любви, и даяние Дхармы. И вы немного задерживаетесь, и исследуете себя в отношении этого: где вы? Каково ваше даяние? Если есть степень щедрости, порадитесь ей. В случае, если нужно еще проделать работу, примите решение продолжить, и совершенствовать ваше даяние.
2. По другую сторону двери, с правой стороны, вы видите цветочный горшок, а в нем дерево. Очень красивое дерево, и вы понимаете, что это дерево красиво, благодаря

вашей **морали**, а у морали есть три корня. Это символизирует три корня морали: не нанесение вреда ближним, накопление добродетели, совершение хороших действий, по отношению к ближним, и мораль стремления сделать это быстро, чтобы вы смогли помочь другим настолько быстро, насколько это возможно.

И снова, вы там задерживаетесь на момент, и исследуете, где вы находитесь, относительно трех видов морали; что вы уже сделали, и что еще нужно сделать? И чем больше вы задерживаетесь, возле этого дерева, тем красивее оно становится для вас, потому, что даже карма думания об этих вещах, уже накапливает добродетель, и это символизирует цветение дерева.

3. Вы продолжаете по левую сторону, и вы видите там, лежащее, деревянное полено. Если хотите, вы можете поставить рядом с ним маленький водоем, со спокойной, и чистой водой, и это символизирует **терпение**. Когда приходит время сердиться, вы застываете, как деревянное полено, или же, вы уже перешли это. Вы остаетесь спокойны и осознанны, в отношении того, что происходит, и реагируете из гармонии и любви на все, что происходит, совершенно ли это человеком, или чем-то не живым; может быть природной катастрофой, или законом. Вам может быть нанесен ущерб или людьми, или другими вещами. В обоих случаях, вы не теряете своего терпения, и в особенности, вы не теряете терпения, когда встречаетесь с трудностями, в своей практике Дхармы, и вы не позволяете трудностям, вас остановить. Любая приходящая трудность, еще больше усиливает вашу выносливость, и решимость, продолжать, и не останавливаться.

4. И напротив этого, на стене напротив, вы видите клоуна на пружинке, выпрыгивающего из коробки. И он всегда рад, и это символизирует **радостное усилие**. Это усилие, в вашей практике всех совершенств; и тех, которые мы перечислили до сих пор, и тех, которые мы еще не перечислили, и вы всегда делаете это радостно. Продолжаете тяжело работать, с радостью. Всегда, с радостью.

Вы продолжаете, уже приближаетесь ко второй двери в комнате.

5. По левую сторону, есть микроскоп, и он символизирует **совершенство медитации**. Развитие, этой способности концентрации в медитации,

6. и вы видите по другую сторону, на стене напротив, на красивой полочке, есть коробочка, в которой есть чудесный алмаз, символизирующий **совершенство мудрости**. Мудрости, понимающей пустоту, пропитанной любовью к ближним, и состраданием к ним.

И вы кладете микроскоп, на алмаз, и смотрите через него на алмаз, и вы понимаете пустоту. Вы завершаете совершенство мудрости, и ваш Лама, переполняется счастьем, потому, что этого, он ждал все время, и он сейчас осознает, и понимает, что сейчас вы являетесь соответствующим инструментом, чтобы продолжить с быстрой практикой, которая приведет вас к просветлению.

И он берет вас за руку, и через красную дверь, вводит вас, в **Мандалу**. И Мандала, это хрустальный, сияющий, чудесный дворец, с хрустальным куполом, и украшениями. Посередине, есть трон, на который усаживается Лама, и Лама дает вам тантрическое обучение, лицом к лицу, с глазу, на глаз, сила которого невообразимо велика. Он сеет в вас семена, чтобы вы

смогли создать в себе, четыре тела Будды, и это символизируется четырьмя коронами, которые он кладет, на вашу голову, одну, за другой.

И также, после того, как вы их попросили, он дает вам **тантрические обеты**, и позволяет вам практиковать их, и вы с большой признательностью, кланяетесь Ламе, и понимаете, что удостоились редкого, и чудесного права, быстро уничтожить свои страдания, и страдания других, и ваше сердце, наполняется любовью к этому Ламе, который направляет вас на пути.

И вы предаетесь Ламе, **позволяете ему себя вести**.

И вы выходите оттуда в коридор, и это коридор, в котором вы **усердно трудитесь над выполнением своих обетов, и ведете свой дневник, шесть раз в день**, и когда вы проходите коридор, вы видите там много дневников, которые вы уже заполнили. Они полны ваших записей, потому, что вы очень придерживались обетов, и они подвешены там, на различных крючках на стенах, и потолке.

И они приводят вас, к **первому этапу Тантры – этапу создания**, на котором вы практикуете трансформацию вашего мира, и себя самого. Комната находится в сумраке, есть в ней тусклость, и чем больше вы продвигаетесь, тем больше вы постепенно начинаете замечать ангелов, находящихся там, которых раньше, вы не могли заметить – не потому, что их там не было, а потому, что вы этого, еще не могли, вы еще были не достаточно зрелы, но в результате практики, вы начинаете их замечать.

И, когда вы приближаетесь ко входу, во вторую комнату, вы видите, что вы также, превратились в ангела, и даже не заметили этого.

И, когда вы смотрите на Ламу, вы также, видите ангела, и вы понимаете, что он всегда был ангелом, только вы не могли этого увидеть. Это ангел, который всегда вас сопровождал.

И то, что приведет вас к этапу тантрического завершения, это **практика ретритов, этапа создания**.

Итак, в нашем Тантрическом замке, есть коридор, ведущий в комнату этапа завершения, и этот коридор, это коридор ретритов, там «практика четырех времен», и это ретриты, в которых есть четыре сессии в день. Повесьте там, на стене, цифру четыре. И это коридор, который ведет в комнату **Dzok Rim**.

И благодаря тому, что ваша практика так хороша, вы продвигаетесь ко второй комнате – комнате **завершения**, и там вы работаете напрямую, со своим внутренним телом, со своим энергетическим телом. Ваше сознание готово. Ваше тело, готово. Сейчас, оно мягко. Сейчас, оно гибко, с ним можно работать, и вы проделываете завершающую практику, работающую напрямую с внутренним телом, приводящую все ветры, в центральный канал.

Завершающая практика, развязывает все узлы, во внутреннем теле; все узлы, и перепутанность развязываются, выпрямляются, скользят. Центральный канал, раскрывается. Сердце, полностью раскрывается, и вы выходите во **внутренний двор**.

И вы уже, просветленное создание. Этот двор, это ваш рай. Вы совершенный ангел, с телом света, со всезнающим, и вселюбящим сознанием. Вы смотрите, где Лама, и понимаете, что **вы слились с Ламой**. Между Ламой, и вами, больше нет разделения. Лама пришел к вам, в вас, и вы сейчас одно, и так он приводит вас к просветлению.

И вы сидите во внутреннем дворе, залитым светом, и красиво облицованным, и там есть красивые цветы, и фонтан, и все чудесно, божественно, удивительно в своей красоте, и вы наслаждаетесь там всем хорошим, всем благом, которое вам дает этот рай, и одновременно, вы посылаете свои копии всем существам, во все места, чтобы помочь им, спасти их, и привести к себе, также, как и ваш Лама, привел вас к себе.

Медленно-медленно, открывайте свои глаза ангелов, и возвращайтесь сюда.

Передача – Лунг (Lung).

И мы завершим тем, что называется «Лунг», и Лунг, это устная передача. Это те же самые учения, которые я получила от своих учителей, которые они, получили от своих учителей, и так далее, и они пришли, от просветленных личностей, и это большое благословение, слушать их, из уст Ламы. Поэтому, просто сидите тихо. Вы можете закрыть глаза, а я буду читать вам, «Источник всей моей добродетели».

Итак, большое спасибо вам!

Ученики: большое спасибо Вам!

Большое спасибо, что вы стараетесь подготовить себя, к этому чудесному пути, и пусть мы все его осуществим. И я очень вас люблю, и очень скучаю по вам, когда я не здесь, поэтому, продолжайте также, совершайте ваши чудесные дела, и мы увидимся вновь.

Итак, давайте завершим Мандалой. Пошлите также посвящение тем людям, которые позволяют этому учению осуществиться, а чтобы позволить ему осуществиться, необходимо многое, очень многое. Требуется, много работы. Много ресурсов. Огромные затраты. Поэтому, пошлите им, свою благодарность, О.К? И я посылаю им, свою благодарность, уважение, и большую любовь.

(Мандала)

Давайте, сделаем посвящение.

(Посвящение)

(Молитва, для удлинения дней, Ламы Дворы-ла)