**Курс ACI 1: три основные пути**

**Первый этап в изучении Lam Rim – поэтапного пути к просветлению**

**На основе уроков Геше Майкла Роуча**

**Перевод, редакция, и подача**

**Ламы Дворы-ла**

**Кохав Яир, март 2006**

**Урок 5, часть 2**

**Жизнь, изобилия и досуга**

В этой медитации, есть два основных этапа, на этом пути выхода из Самсары есть две очень важных медитации.

Повторите за мной:

**Delnjor Dunche Nye Ka**

Delnjor Dunche Nye Ka

Delnjor. **Del** – мы переведем, как **досуг**, а Jor – как **изобилие**.

Другой перевод, который в последнее время начал использовать Геше-ла, это – ресурсы, и удобные возможности.

**Dunche Nye Ka.**

**Ka** – это **тяжело**.

**Nye** – это **найти**. **Тяжело найти**.

**Dun** – это **смысл**.

**Жизнь, в которой есть ресурсы и удобные возможности очень тяжело найти. Она очень редка.
Жизнь, в которой есть ресурсы и удобные возможности, такие как есть сейчас у нас, тяжело найти.**

Он говорит об этом. Это большая-большая-большая редкость. Это вам кажется, что есть восемь биллионов людей, так что во мне такого особенного? Вы ужасно особенны. Вы ужасно особенны. Все восемь биллонов, ужасно особенны. Быть человеком, это ужасно особенно. В мире существует бесконечное количество существ– посмотрите на всех муравьев, на всех рыб, на всех амеб – в мире есть бесконечное количество существ, и это не только на нашей планете.

**Быть человеком, это что-то очень редкое. Очень редкое.**

Карма, чтобы вы могли нюхать очень редка, чтобы у вас были глаза, также очень редка. Необходимо накапливать очень много добродетели помощи ближним, на протяжении миллионов перевоплощений, чтобы удостоиться кармы возможности видеть вещи, и не каждый видит вещи, даже если он человек. **Эта карма, вообще быть человеком, очень редка.**

**Ресурсы и удобные возможности**

И сейчас мы перейдем к перечислению: у нас есть список ресурсов и список удобных возможностей – список восьми и десяти.

То, что я сделала список – только начало. Чтобы я получила толчок и сильную мотивацию проделывать практику, мне необходимо в этом убедиться, и это за счет медитации. Аналитической медитации – медитации размышления о вещах.

**Из зала:** много раз.

**Учительница**: много раз, и в медитации, в тишине, и с закрытыми глазами, внутри. Проверить, как это сопоставляется с моим опытом, с моим пониманием моей жизни.

**Удобные возможности**

Итак, вот список. Первая вещь – **то, что с нами не произошло – это удобные возможности**.

1. **Не придерживаться ошибочного мировоззрения – верить в необходимость этичного поведения, и соблюдения обетов.**

Первая удобная возможность, которая у меня есть, это не придерживаться ошибочных мнений. Что значит, ошибочных мнений? Это, к примеру, кто-то, кто думает, что мораль не важна, этика не важна. Есть люди говорящие «этика не важна».

И первое – это то, что я верю в традицию, и в этическое поведение, кто-то больше, кто-то меньше, но у всех у нас есть общее, что мы верим, что нельзя убивать, нельзя воровать, что мы верим, что помощь ближним ценна. Мы верим, что есть необходимость в этике, и может быть, мы не можем оценить насколько нам повезло, что мы родились, к примеру, в еврейской культуре. Даже, если мы не религиозны, мы вырастаем в обществе пропитанном ценностями принесенными Иудаизмом, «не убий», «не укради». До этого, это не было само разумеющимся. Был варварский мир, и люди не обязательно верили, что необходимо соблюдать мораль, даже на самом базисном уровне.

Поэтому, то что мы вообще верим, что необходимо соблюдать правила морали, это удивительная, и очень редкая возможность происходящая с нами. У скольких существ не являющимися людьми, с которыми вы знакомы это есть? У животных этого нет. У них нет проблем убить.

1. **Мы не родились животными.**

У нас есть удобная возможность – потому, что мы не родились животными.

1. **Мы не родились голодными духами.**

**Это низшие формы существования – существа родившиеся в следствии очень тяжелой кармы жадности, обжорства и транжирства**. В результате этого, они потом рождаются в форме существования, в которой они хронически не удовлетворены. Не находят еды, не находят питься, или когда находят, это их сжигает. Они все время не удовлетворены, каждое мгновение.

**Из зала:** они не люди?

**Учительница**: они не люди.

1. **Мы не родились существами ада.**

Что плохого в аду? **Страдания там настолько ужасны, что они постоянно находятся в полном безумии**, и они вообще не могут освободиться и что-то послушать. Они все время в ужасных страданиях. И **оттуда нельзя освободиться, потому, что там нельзя изучать Дхарму**. Даже, если Будда придет туда их обучать, они не смогут учиться.

**Из зала:** тот, кто туда уже попал, уже оттуда больше не выходит?

**Учительница**: это очень тяжело, очень тяжело, и существование там очень длинное. Это очень тяжело, и вы знаете, что самое печальное? Что если мы не будем проделывать этот путь, большинство из нас туда упадет. Это то, что ужасно печально. Существование в аду очень длинное и страдания ужасны, и оттуда выходят только тогда, когда сжигается карма. Это тяжело.

1. **Мы не родились в стране, в которой нет Дхармы.**

Мы идем от легкого, к тяжелому. Мы родились в стране, в которой есть Дхарма, то есть, мы не родились в стране, в которой нет Дхармы, потому, что даже если я человек, но нет того, как обучит меня, как выйти из Самсары, это ничем не помогает, верно? Итак, у меня есть **удобная возможность, потому, что я не родилась в стране, в которой никто не обучает меня Дхарме**. Это пять.

1. **Мы не родились в стране, в которой люди не соблюдают закон, в которой не существует закон.**

Кто силен, тот и прав, и тогда я все время боюсь за свое существование, и тогда я не могу сидеть в тишине, и учиться. Есть такие места, верно? Даже в человеческих странах, есть такие варварские места, и мы там не родились.

1. **Мы не родились умственно отсталыми\неспособными к практике.**

Мы не родились умственно отсталыми, или с каким-то телесным тяжелым увечьем, не позволяющим нам практиковать.

1. **И мы не родились в мире богов.**

И это считается удобной возможностью.

Что такое мир богов? Боги это существа скажем такие, как в греческой мифологии. Есть такое существование, также и в Буддистских описаниях. Если мы очень соблюдаем моральную жизнь, но не приобретаем мудрость, мы можем родиться в очень приятном существовании, оно может продолжаться долгое время; жизнь там очень хороша. И из-за того, что она настолько хороша, у них нет мотивации оттуда выйти. У нас нет мотивации сидеть, и практиковать медитацию. Для чего? Все хорошо, все чудесно.

Проблема в том, что это все еще не чистое существование, это все еще навязано мне кармой, и когда эта карма иссякает, падают прямо в ад, потому, что мы завершаем все хорошее. Поэтому, в соответствии с учением Будды, родиться в таком месте, это не хорошая идея, потому, что это потеря времени. Там да хорошо и приятно, но это также завершится, и тогда мы будем страдать намного сильнее. Будем страдать в аду.

Все это удобные возможности.

**И все они являются темой для медитации. Почему их необходимо делать? Чтобы усилить в нас понимание того, насколько редко то, что у нас есть**, насколько редко то, что у нас есть, потому, что большая часть существ, это существа ада и Претты. Так называются голодные духи. Большинство существ находятся там. Очень мало кто рождается человеком. Еще меньше кто, богами. Среди людей, мало кто рождается в месте, где есть Дхарма, в месте, где есть закон. Или же они умственно отсталые, или страдают каким-то огромным страданием, не позволяющим им учиться. Поэтому, то сочетание условий, которые у нас сейчас есть является совершенной редкостью, поэтому, не смотрите на свой город, в котором все в хорошей ситуации. Сколькие из вашего города, приходят слушать эти вещи, даже когда они уже существуют? **Это сочетание очень редко, и его очень тяжело найти. Чтобы прийти в это место, необходима удивительная карма.**

**Из зала**: как это может быть, что ты совершаешь добродетельное действие, а получаешь что-то, что является отрицательной вещью.

**Учительница**: нет, такого не может быть. Такого не может быть.

**Из зала:** ты не можешь прийти в мир богов по ошибке?

**Учительница**: нет, привести тебя туда обязана карма.

**Из зала**: мы должны накопить как можно больше добродетели?

**Учительница**: да. Самая большая добродетель, приводит тебя в человеческое существование, позволяющее тебе войти (в просветленный мир). В мире богов есть один недостаток – там нельзя практиковать Тантру. У них нет всех составных тела, которые есть у нас, и которые позволяют практиковать Тантру, и есть Бодхисаттвы попадающие туда, и умоляющие вернуться в человеческий мир, который больше страдает, но позволяет выйти.

**Дверь к выходу, только через человеческое существование.**

**Из зала:** но, что у них плохого? Им так хорошо. Они сидят там целый день, делают жизнь?

**Учительница**: но это завершается. Пятьсот хороших лет, чудесное существование, замечательное, восхитительное. В последнюю неделю пятиста лет, вдруг сразу все заканчивается. Они начинают морщиться, вонять, быть отталкивающими. Общество, ощущает к ним отвращение – ужасные страдания. Только тогда они понимают, что через то, что все эти годы наслаждались, они использовали все свои хорошие кармы, и сейчас то, что у них осталось, это только страдания, только то, что они обязаны страдать, и страдания в аду ужасны; они очень долгие, и очень тяжелые.

**Из зала:** минутку, они автоматически переходят в ад?

**Учительница**: автоматически, да, потому, что они закончили все хорошее.

Это были удобные возможности.

**Ресурсы**

Сейчас, у нас есть ресурсы.

Итак, у нас есть десять ресурсов, и они поделены на две группы из пяти:

* Есть внутренние.
* И есть внешние.

И есть некоторая схожесть с удобными возможностями, поэтому мы напишем их быстро.

а. **Внутренние**

Внутренние – это значит, относящиеся ко мне.

1. **Мы родились как люди**, это первое.
2. **Мы родились в стране законов.**
3. **Мы родились здоровыми и здравомыслящими.**
4. **Мы не совершали ужасных преступлений.**

Есть преступления, которые если мы совершаем, мы обязаны пойти в ад, не важно, сколько хорошего потом мы будем делать. Есть такое к примеру, как убивать родителей, это одно из них. Есть настолько ужасные преступления, что потом они делают невозможными для нас удобные возможности.

**Из зала:** только убийство родителей. Не каждое убийство?

**Учительница**: убийство родителей особенно тяжело. И есть пять таких, мы поговорим о них в другой раз, на курсе о карме.

1. **У нас есть вера в Дхарму.**

Кто-то больше, кто-то меньше, но мы открыты к слушанию. Это дает нам шанс, потому, что тот, у кого нет веры, вообще не будет слушать, так как он отсюда выйдет?

И это внутренние. Это связано со мной.

б. **Внешние**

**Связаны с моим окружением**, в том мире в котором я нахожусь. Итак:

1. **Мы живем в мире, в котором жил Будда.**
2. **В котором Будда обучал.** Он не только пришел в наш мир, он также и обучал в нашем мире.

**Из зала:** следующий Будда, не будет обучать Тантре.

**Учительница**: верно. Не каждый Будда обучает всему каждого. Это важное замечание. **Будда, который обучал в нашем мире, обучал и Сутре и Тантре, и это очень важно, потому, что Тантра является путем позволяющим выйти в течение одной жизни. Сутрические пути верные, точные, работающие, но они берут много эпох.** И все эти эпохи нужно не ошибиться, все делать правильно. Это очень тяжело.

Шансы прийти к просветлению открытыми сутрическими путями очень малы, и даже тот, кто идет сутрическими путями, и все делает верно, в конце все еще должен погрузиться в Тантру, поэтому необходим кто-то, кто будет обучать Тантре, итак мы живем в мире, в котором жил Будда, и также обучал в нем Тантре.

**Из зала:** почему следующий Будда не будет обучать Тантре?

**Учительница**: потому, что у людей не будет на это кармы.

1. **Мы живем в мире, в котором Дхарма еще не утеряна**

Потому, что есть мир, в который Будда приходил, обучал, но никто Дхарму уже не знает. Никто уже не знаком с Дхармой. Она исчезла. Итак, мы живем в мире, в котором все еще есть те, кто обучает Дхарме.

1. **Мы живем в мире, в котором есть те, кто практикует Дхарму.**

Мы живем в мире, в котором есть не только те, кто обучает Дхарме, в нем есть те, кто практикует Дхарму, потому, что один уровень это обучать, а другой уровень, это применять, осуществлять, и реализовывать, потому, что без этого по-настоящему научить других нельзя. Итак, мы живем в мире в котором есть те, кто практикует Дхарму. (На курсе 6 описаны этапы, в которых Дхарма из мира исчезнет, в соответствии с комментарием Чони Ламы, к Сутре Алмазного Сердца).

1. **Живем в мире, в котором есть поддержка практикующих.**

И мы живем в мире, в котором практикующие люди получают необходимую им поддержку. Практикующих поддерживают. Есть центры Дхармы, есть обучающие учителя, есть люди поддерживающие прохождение ретритов.

**Редкость полученной нами жизни**

**Мы живем в неимоверно редком состоянии, и это благодаря нашей карме. У нас есть удивительная карма. Этот мир абсолютно редок. Чтобы родиться человеком вообще, необходимо удивительное соблюдение морали. Иначе, человеком не рождаются.**

Достижение всех этих условий, очень редко! В писаниях от Нагараджуна (Ария Нагараджуна – один из великих Буддистских мудрецов всех времен. Жил в Индии в начала первого тысячелетия нашей эры. Много обучал о пустоте и Срединной Пути) есть сравнение, это появляется в желтой книге (Основные идеи Буддизма, под издательством Сердца Дхармы). Нагараджуна хочет нам показать, насколько редок шанс который у нас сейчас есть, и он говорит:

*«Предположим, черепаха живет в океане, в глубинах вод, и раз в сто лет всплывает вдохнуть чистый воздух, на протяжении одной секунды; и кто-то бросает на воду круг, и круг плывет по воде океана. Те шансы, которые есть у черепахи в ту секунду, когда она всплывает раз в сто лет, что она просунет свою голову именно в этот круг – это шансы накопить все условия которые у нас есть, в сравнении с остальными существами».*

То есть, это что-то, что в неимоверной степени редко.

**Мы не можем это оценить, и мы растранжириваем эти жизни. Мы увлекаемся самсарными наслаждениями, и растрачиваем очень редкую возможность выйти из Самсары.**

Итак, это медитации размышления об удобных возможностях, и ресурсах которые у нас есть, чтобы не терять что-то, являющееся драгоценным и очень редким сокровищем. **В третьем абзаце он (Чже Цонгкапа) говорит:**

**Жизнь изобилия и удобных возможностей настолько тяжело найти,
И вместе с тем, она настолько коротка.**

Такую жизнь найти настолько тяжело, и она пролетает за мгновение. Сколько еще лет у нас есть, когда мы будем способны ясно мыслить? Способны, использовать это тело, и практиковать с ним? Сколько таких еще есть?

**Ложное цепляние за эту жизнь**

**Необходимо много размышлять**, и тогда
**Желание к этой жизни, ты сможешь ослабить**.

Ты сможешь ослабить желание к суете этого мира, потому, что ты понимаешь как транжиришь преследуя суету, вещи которые не могут тебя спасти, которые только накапливают еще раз, и еще раз, карму, и пять не чистых накоплений, и так далее. Это то, что он нам говорит.

Итак, у нас есть эта редкость человеческого существования.

**Ложное цепляние за будущие жизни**

Часто, нас мотивирует какая-то надежда: «Я пойду в университет, буду изучать это, найду себе другую работу, куплю себе красивый дом, пойду туда, поеду сюда, практику буду делать здесь».

Наступает время, когда мы начинаем терять способности, мы слабеем, заболеваем, наш ум начинает нас обманывать, наше тело начинает нас предавать, наше сознание начинает нас предавать, мы начинаем терять дорогих нам людей, и эта надежда ослабевает. Мы уже не надеемся на эти вещи в этом мире. Наступает возраст, когда мы уже понимаем, и тогда происходит этот поворот, в зрелом возрасте.

**И большинство стариков достигает момента, когда они уже не ожидают многого от этой жизни.
Разумеется, вызов в том, чтобы понять это до того, как дойдут до этого, когда еще есть время.
Это большая мудрость – понять сознание, которое у нас будет через двадцать-тридцать лет, сейчас! Когда еще есть время.**

Но даже те, кто это понимает тогда, что они делают? Это сменяется другим желанием; и если ранее у нас было влечение к этой жизни, это сменяется каким-то другим желанием, чтобы мне было хорошо. Если не сейчас, то в будущем, может быть в следующей жизни, чтобы дальше было хорошо. И тогда они начинают ходить в синагогу. Тогда они начинают молиться. Вы видели синагоги полные стариков? Они уже понимают, что здесь хорошо не будет. Они уже поняли, и сейчас надеются, что будет хорошо потом: «Может быть, может быть, в следующем мире. Может быть, бог будет меня хранить, может быть».

**Это то же самое, только с переносом этого в следующее перевоплощение.** Они все еще надеются в Самсаре на что-то хорошее. В сущности, это тот же самый подход, только фокус его немного меняется; или вместо поиска еды и секса в этой жизни, они желают того же самого в следующей жизни, потому, что это то, что мы делаем; ищем еды и секса. Кто-то больше, кто-то меньше, но это то, что нас мотивирует.

По сути, это то же самое, и это еще не поворот. Это маленький поворот.

**Поворот**

**Поворот, это понимание, что в этой жизни нет ничего, что может принести удовлетворение. Нет! Может быть, что-то мимолетное и преходящее, и все. Нет устойчивого удовлетворения.**

Могут быть мгновения удовлетворения, но:

**Нет ничего, за что мы можем зацепиться, нет ничего, что мы можем себе гарантировать, нет ничего, что мы можем для себя сохранить. Все у нас будет отобрано.**

У нас все будет вырвано.

**И поворот – это состояние, в котором я уже не ожидаю улучшения Самсары.
Я хочу выйти из Самсары.**

Не хочу в этом воплощении, хочу в следующем. И, что он говорит?

**Час, когда прекратилось в твоем сердце стремление к суете этого мира.**

Он говорит об этом. Я уже не ищу наслаждений этого мира, потому, что я понимаю их бессмысленность.

**Медитация о ресурсах, удобных возможностях, и редкости этой жизни**

То, что мы сейчас сделали, ресурсы, удобные возможности в жизни, и редкость жизни, такой жизни, это одна медитация которую можно разделить на много факторов. И необходимо сидеть, и делать это дома – не достаточно это только слышать, не достаточно делать домашние задания. **Необходимо физически сесть на подушку, и начать размышлять: «какая удобная возможность в этой жизни у меня есть? Насколько она редка?» Потому, что необходимо усвоить эту мысль, иначе придут повседневные вещи, и увлекут нас, и когда мы снова вспомним об этом – будет поздно.**

**Необходимо усвоить эти вещи, чтобы изменить свои приоритеты,
Чтобы прийти к повороту.**

**Медитация на смерть и на непостоянство нашей жизни**

Есть второй этап – это медитация на смерть, и она очень важна.

Скажите:

Chiwa Mitakpa

**Chiwa Mitakpa.**

Что такое **Chiwa**? **Смерть**.

**Mitakpa** – **непостоянство. Impermanence** – митакпа – **вещи меняются**.

**Эта медитация – о том насколько быстротечны вещи, о том, насколько невозможно удержать эту жизнь. Насколько она приходит и уходит каждое мгновение. Мы говорим: «как пузырек, в пене волн». Это наша жизнь. Она приходит и уходит.**

Я иногда думаю, какой была моя жизнь, когда мне было семь лет. Что я думала в возрасте семи лет о том, кем я стану сегодня, в пятьдесят семь лет? Как это будет жить, в возрасте пятидесяти семи лет?

Мне было семь лет. Это прошло; то есть, как это эти годы прошли? А вот так, в мгновение ока. Где они? Это пролетело в мгновение ока. Эта удобная возможность пролетает в мгновение ока.

**Chiwa mitakpa** – **наша медитация на смерть, и это очень важная медитация.**

- О ее несомненности.

- О том, что мы не знаем, когда она придет,

- И, что мы сможем с собой взять.

Это медитация, которая важна сама по себе. (Смотрите курс «Медитация на смерть, и конец смерти»).

**Все эти медитации поощряющие развитие поворота.**

Может быть, это слышится немного удручающим, и грустным, и это хорошо, потому, что:

**Это шаг, на котором нам необходимо отказаться от чего-то, за что мы цепляемся, и что не работает.**

Нам необходимо развить немного отвращения к ней, потому, что мы ее прославляем. Жизнь полна прославления, это тело полно прославления, пойти в салон красоты это великолепно, королевы красоты полны великолепия. Мы прославляем самсарную жизнь, в то время когда все бессмысленно.

Сейчас были королевы красоты – какое-то представление. Я смотрела, видела там красавиц, и они действительно очень красивы и милы, но они умрут. Это дело только скольки лет? Двадцати, тридцати, пятидесяти, и эта самая красивая девушка станет трупом, завернутым в саван.

**Восемь мирских мыслей** (дополнительное учение о восьми мирских мыслях можно найти в шестом уроке курса «Ло Джонг 1 – восемь, для тренировки сознания»).

Сейчас, мы уже убедились, хотим сделать поворот.

**У поворота – чтобы он произошел на деле, должно быть проявление в нашей жизни,
Он должен проявляться в том, как мы проживаем свою жизнь.**

Поэтому, стоит посмотреть, как мы проживаем день своей жизни, чтобы понять сделали ли поворот.

Что задействует нашу жизнь? Мы называем это **«восемь мирских мыслей»**.

Это очень важно, потому, что мы делаем это даже не замечая, что делаем. Мы будем фокусировать свои медитации на том, где мы находимся, относительно этих восьми мыслей, и тогда когда эти вещи начнут меняться, мы поймем, что начали создавать поворот.

Итак, сначала давайте приведем список.

**Радостны, когда достигаем чего-то, и грустны, когда нет достигаем.**

1. **Первая мирская мысль – мы радостны, когда достигаем того, чего хотим.**

Желательные вещи. Я хочу вещей, и мне наконец-то удается их получить. Сейчас, я довольна.

1. **Грустны, когда не достигаем, или когда это отбирается.**

Что происходит, если я чего-то хочу, но мне не удается этого достичь? Стараюсь, стараюсь, и не получается?

**Из зала:** мне грустно.

**Учительница**: мне грустно.

Вы можете это назвать **«когда есть, или когда нет». Я радостна, когда у меня есть то, что я хочу, и я грустна, когда у меня нет того, чего я хочу**.

**Невежество, стоящее за мирскими мыслями**

Какая с этим проблема?

**Из зала:** что нас невозможно удовлетворить.

**Из зала:** что это зависит от чего-то внешнего.

**Учительница**: должна ли я быть грустной, когда у меня есть что-то, чего я хочу? Нет! Этого здесь не написано. Проблема здесь появляется, когда не понимают откуда приходят вещи.

«Сколько времени я испытывала жажду. Ой! Наконец-то мне принесли воды». Когда я не понимаю, что мне принесли воды потому, что в прошлом я приносила воду другим, потому, что я поила других. Я не понимаю, откуда приходит вода, поэтому я стараюсь достичь того, чего хочу, я достигаю этого, и тогда я довольна: потому, что я прилагала усилия, чтобы достичь **для себя!** Это не понимание.

**Вода не приходит от того, что я стараюсь достать для себя воду, от того, что я иду в магазин, и покупаю воду. Но это не то, откуда она приходит. Это как она приходит. Она приходит от того, что в прошлом я поила других, создала кармическую запись, и эта кармическая запись созрела в той форме, что когда я испытываю жажду, я получаю воду.**

Поэтому, если сейчас я испытываю жажду, но мне не удается найти воды, если я мудра, то я буду понимать, что сейчас я не могу найти воды потому, что в прошлом не поила других.

**Я все еще испытываю жажду, но я не возмущаюсь:** «С миром что-то не впорядке». Как говорит мой отец: «С правительством, что-то не в порядке». Он стар, и одинок, и он говорит: «Правительство не в порядке, не присылают людей, чтобы развлекали стариков».

Мы, ищем, кого обвинить: «Страна не в порядке. «Кто-то не в порядке, не поставили здесь кранов, посреди пустыни. Что здесь происходит?».

**Из зала:** так это состояние знания и понимания – и тогда я и не грустна и не радостна?

**Учительница**: **грусть и радость здесь – это грусть и радость исходящие из невежества**. Радость не сопровождающаяся мудростью, это: «Как хорошо, я получила продвижение по работе», и я не понимаю, откуда пришло повышение, и тогда я радуюсь из невежества.

В чем с этим проблема?

Я буду продолжать стремиться к следующему продвижению по работе, без понимания того, откуда приходит в мою жизнь счастье; я буду продолжать думать, что еще одно продвижение принесет мне счастье. Если одно продвижение, это было хорошо, то через месяц, этого уже не достаточно, верно? Мне нужно еще продвижение, поэтому я буду продолжать увлекаться вещами, не имеющими в своей природе ничего, что может принести мне счастье, может быть, меня продвинут три, четыре раза – но в один из дней меня не продвинут. В один из дней, продвинут кого-то другого, и этого я также не пойму, и скажу, что кто-то сделал мне подножку.

**Эти грусть и радость укоренены в невежестве. Проблема в этом.**

Итак, мне хорошо, когда у меня есть, и плохо, когда у меня нет; мне приятно, или не приятно – это все еще остается таким, но я понимаю откуда это пришло, и тогда любая вещь превращается из, как говорит **Рам Дас** (духовный учитель в США, обучавший в восьмидесятых-девяностых годах. Его оригинальное имя Ричард Алферт): «Grits for the mill» (Зерна в мельницу) – выражение означающее, что все, что происходит со мной служит сырьем на моем духовном пути, для создания из этого сырья, мудрости и сострадания). Любая вещь превращается во что-то, что я перемалываю в своей мельнице достижения мудрости:

* **Я получаю то, что хочу – я понимаю, что это обязано прийти от того, что я давала другим то, что они хотели.**
* **Я не получаю того, чего хочу – это потому, что в прошлом я не давала другим.**

**И каждое такое происшествие усиливает мудрость.**

**Мне все еще нужны те вещи, которые нужны, и я все еще хочу те вещи, которые хочу, но я уже не одержима ими настолько, я уже не принимаю в них прибежище. Я не ищу в них счастье. Я знаю, что оно оттуда не придет. Я буду продолжать получать, или не получать, в соответствии со своей кармой, но я уже понимаю, что происходит, я понимаю этот механизм, и это совершенно другое место, для подхода к Самсаре. Это место, с которого начинают из нее выходить.**

Итак, это первая пара. Они идут парами.

**Рады, когда чувствуют себя хорошо, и грустны, когда нет**

1. **Три, это рады когда чувствуют себя хорошо.**
2. **И грустны, когда чувствуют себя плохо.**

Снова, то же самое. Каждый хочет чувствовать себя хорошо, и каждый не хочет чувствовать себя плохо. Так происходит до приобретения нами мудрости, и после приобретения мудрости, происходит то же самое. Разница в том, с каким пониманием я к этому подхожу.

**Радостны, когда есть хорошая репутация, и грустны когда нет**

1. **Радостны, когда есть хорошая репутация**
2. **И грустны, когда нет.**

И, что делает Бодхисаттва, если понимает все эти вещи, и кто-то на него клевещет?

**Из зала**: он ни в коем случае не отвечает.

**Учительница**: прежде всего, он понимает, откуда это пришло, поэтому, это уже не такая большая трагедия. Он понимает: «Это я. Ко мне вернулось то, что я делал». Так, какая последняя вещь, которую я сделаю? Если я пойду и буду его обвинять, что он клевещет, потому, что тогда будут продолжать клеветать на меня. Поэтому, это уже не конец мира.

**Ученица**: у меня дома был какой-то взрыв. Это было достаточно неожиданно. Это дошло до соседа, мы уже были должны поднимать пол, и остались дома, и тогда не было газа, и разумеется не было воды. Нельзя было стирать, готовить еду, в сущности, в доме ничего нельзя было делать.

Тогда я включила компьютер, электричество у меня было. И как-то так гуляла по интернету. Я зашла на сайт, и потом в лекции Дворы. И у меня было много времени, потому, что в моем доме работали. Я одела наушники и слушала уроки, тогда я уже не слышала Конго и не слышала шуток. И в одном из уроков, я вдруг слышу, что она рассказывает, как у нее дома тоже был такой случай, что была протечка только в одном месте, но перевернули всю крышу, потому, что не нашли откуда именно была протечка. И у меня тоже тогда была протечка, и тогда я сказала: «Как может быть, что Двора говорит о протечке?» И всю неделю, Двора была со мной.

Каждый раз, я выхожу наружу, спросить что происходит, увидеть. Однако, я осталась там с ними, делаю им кофе, и тогда они мне говорят: «Мы еще не встречали кого-то кто ремонтирует, и настолько спокойна». ☺ Обычно, они начинают кричать: Не делай так, не делай так!», а я сидела в комнате, и поняла Самсару, ее источник, и поэтому, что называется, не было «так плохо».

**Учительница**: итак, с ней произошло что-то не приятное, она получила что-то, чего не хочет, и она не вышла из себя. Это именно этот момент, это его начало. Спасибо тебе за рассказ.

Из ее рассказа, вы можете ощутить вкус того, как отказаться от этих восьми мирских мыслей. Это сразу спускает эту панику: «Я обязан, чтобы у меня было так, а не иначе, так мне будет хорошо, а так не будет». Постепенно, это приносит тишину. Это то, что выводит из страданий.

Вызов разумеется в том, чтобы продолжать так также и тогда, когда не слушают лекции, и для этого необходимо это усвоить, для этого необходимо делать эти медитации; потому, что только от слушания, некоторое время это помогает, но потом необходимо также делать эти медитации.

**Вы можете посмотреть на то, как вы реагируете на то, что происходит в вашей жизни -
Это индикация того, какой поворот вы проделали.**

Человек, проделавший полный поворот, имеет он дом, или не имеет – чувствует себя хорошо… Он понимает ничтожность этого. И это большое духовное достижение, потому, что такой человек будет прилагать много усилий, для выхода отсюда.

**Рады, когда нас хвалят, и грустны, когда нет**

Последнее, это:

1. **Рады, когда нас хвалят,**
2. **И грустны, когда нет.**

Кто-то меня хвалит, я довольна. Кто-то меня ругает, я выхожу из себя. Эй! Но успокойся. Почему тебя хвалят? Это не из-за тебя. Это потому, что в прошлом ты хвалила других. Только это. Это возвращается к тебе, все это эхо. Это не то, что ты «такая хорошая», потому, что кто это, эта «ты»? Давай, попытайся ее поискать. Где? В теле? В ощущениях? Сделайте дома упражнение, попытайтесь поискать себя, где вы. Кто это, эта «ты», которая так довольна? Тебя хвалят не из-за тебя, а потому, что ты хвалила других. А! Если я это понимаю, я могу успокоиться. А сейчас, меня не хвалят, кто-то говорит обо мне не красиво? Значит я не красиво говорила о других.

Все возвращается, причинно следственная связь существует.

И, что тогда? «А! Я поняла. Сейчас, мне нужно прекратить говорить некрасиво о других. Только это. Начать говорить о других красиво. Это возьмет время, и у меня пока, что терпение есть».

**Из зала:** это кармическое исправление?

**Учительница**: да.

**Ты начинаешь быть садовником. Ты начинаешь сеять те семена, которые понимаешь, что созреют для тебя тем, чем ты хочешь.**

*(Мандала)*

*(Посвящение)*