**Курс ACI 10: руководство для воина духа, часть 1**

**Третий этап в изучении Madhyamika**

**На основе уроков Геше Макла Роуча**

**Перевод, редакция, и подача**

**Ламы Дворы-ла**

**Кохав Яир, ноябрь 2005**

**Урок 4, часть 1**

*(Мандала)*

*(Прибежище)*

Четвертый урок очень важен, этот урок об очищении. Текст Мастера Шантидевы просто изумителен. Как говорят на иврите, он особенно хорош. ☺

Итак, как было сказано, мы говорим о достижении Бодхичитты. И сейчас мы сказали, что Бодхичитта это что-то, чего достичь очень тяжело, и Бодхичитты достигают только единицы. Почему так? Необходимо накопить много положительной энергии, верно? И мы сейчас говорили о способах накопления положительной энергии.

О чем мы говорили до сих пор? Мы говорили о: преклонениях. Мы говорили о прибежище.

* Что мы говорили о **преклонениях**? Во время преклонения мы приносим в сознание смысл того, что мы делаем, и почему преклоняемся. И этим усиливаем добродетель этого.
* Принятие прибежища – **принятие прибежища, это акт принятия обязательства. Церемония принятия прибежища в Будде, Дхарме, Сангхе.**

**О важности принятия обетов**

**Почему важно проделывать эту церемонию? Почему не достаточно только думать, и все?**

**Вопрос из зала:** это также более сильная запись, нет?

**Учительница:** но насколько более сильная?

1. **Если мы обязались перед учителем в том, что хотим уважать свое слово данное учителю.** Мы приняли обязательство перед личностью, символизирующей для нас что-то высокое. Мы приняли обязательство, сейчас нам необходимо хранить слово.
2. И есть еще аспект, который я хочу упомянуть. Если, к примеру, я слышу об обетах свободы, десяти обетах свободы, там написано «не убивать». Это первый из них, верно? Не убивать. И я говорю: хорошо, я не буду убивать. Я слышала, мне объяснили, что если я наношу вред жизни, мне самой будет нанесен вред. Сейчас я буду воздерживаться от убийства. Так, когда я осуществляю это правило?

Что значит, что я не убиваю? Приходит существо, и может быть обычно, я бы убила, а сейчас я не убиваю. Приходит муравей, и может быть, мне было бы все равно. Сейчас, целенаправленно, я обхожу его. Так, сколько раз в день у меня есть такие ситуации? Три, четыре. Сколько муравьев вы встречаете, когда можете осознанно решить обойти их?

Давайте поговорим о том, чтобы не воровать. Когда я выполняю это правило, не воровать? Я вижу, что-то лежит, никто не обращает внимания, и может быть, я могу положить это в карман, но я целенаправленно, потому, что помню про обет, не ворую.

**В чем разница, если я на деле приняла обет, и проделала церемонию обязательства не воровать?  
Это проигрывается все время. Мелодия там все время на фоне,  
Есть ли возможность украсть, или нет.**

Есть муравей, или нет. Я все время выполняю обет.

Принятое мною обязательство, создает своего рода – в **Абхидхарме Коше**, в курсе 5 говорят о какой-то ауре. Есть что-то – и другие спорят, есть там аура, или нет, но оставим этот спор –

**Есть что-то, чем пропитано мое сознание, и это суть акта принятия обета, принятия этого обязательства. Что я стояла перед кем-то, перед Ламой, и говорила: я обязуюсь это соблюдать! С этого момента, я все время соблюдаю обет, даже если муравей не приходит.**

И когда он приходит, я тоже, разумеется, не буду этого делать. И я все время с сознанием желающим сохранять жизнь, и это в миллион раз сильнее, это намного сильнее.

**Из зала:** вчера я встретила комара.

**Учительница**: ты знаешь, почему он пришел?

**Из зала:** карма? Возмездие.

**Учительница**: потому, что ты убивала комаров!

**Из зала:** это гарантирует то, что придет еще один, чтобы меня укусить.

**Учительница**: точно. Сейчас ты посеяла карму, и обязательно придет еще один.

**Из зала**: жаль времени. Для тех, кто принимает обеты, и нарушает их, удары иногда намного сильнее.

**Учительница**: тебе намного менее удобно себя простить. Мы их кстати нарушаем.

**В Буддизме, обеты считаются тренирующими правилами, потому, что если мы уже выполняем их очень хорошо, они нам больше не нужны.**

Это правила, для тренировки. Сейчас я приняла обеты, я ощущаю укус, моя рука автоматически двигается, я говорю: ой, но я поклялась делать иначе. О.К? И я уже сделала это, уже нанесла вред, нам уже нужно очищать, и как мы будем изучать. Но в следующий раз, может быть, я не буду реагировать так быстро. Потому, что я буду быстрее вспоминать. Так мы тренируемся, и придет день, когда я вообще не смогу навредить живому существу, потому, что все время буду понимать, что это именно то, что приносит мне проблемы со здоровьем, угрозу безопасности, и все прочее. Это приходит только оттуда, речь только об этом. Но это требует немного тренировки.

Поэтому, то, что мы нарушили, это обычно не конец света. Это зависит от того, в какой степени, какой степени тяжести, и какой обет. Но это правила для тренировки, и обязательство тренирует нас все больше и больше.

Итак, первое мы сказали, преклонение. Второе, нужно принять обеты, принять прибежище.

1. И **третье**, о чем мы говорили, это **подношение**. И мы видели, как Мастер Шантидева раскрывает нам сердце с подношениями, со своим чудесным даянием. Мы упоминали их в качестве чего? В качестве фона для накопления энергии, для проделывания очищения. Чтобы выйти на «легкий путь» («Легкий путь» - освобождение от отрицательной кармы, через очищение. Смотрите обсуждение, в третьем уроке этого курса). Мы даже еще не вышли на него.

**Очищение**

Сейчас, мы начинаем говорить об очищении. И здесь мы говорим о **четырех силах**.

**И мы не можем отказаться от трех друзей, которых мы перечислили раньше** (преклонение, принятие прибежища, подношение). Мы не можем отказаться от них, **потому, что без этого очищение слабое**. Мы также, делаем те же самые вещи перед медитацией. Чтобы усилить медитацию: сначала мы накапливаем себе положительную энергию, чтобы очищение получилось, чтобы оно очистило отрицательную энергию.

Давайте поговорим о четырех силах. Сегодня мы поговорим о них может быть подробнее, чем говорили в прошлом.

**Чтобы очищение удалось, необходимы эти четыре силы. Меньше четырех, не достаточно. Необходимы все четыре, чтобы они действовали вместе.**

И как было сказано, мы хотим чего? Чтобы нам удалось развитие Бодхичитты, верно?

**И, чтобы развить Бодхичитту, сначала нам необходимо:**

1. Очистить уже накопленную отрицательную карму.
2. Прекратить накапливать новую отрицательную карму.
3. Начать накапливать положительную карму.

**Источник учения о силах**

**Так, что это такое, эти силы?**

Они были произнесены Буддой, в Сутре, которая называется: **Сутра обучающая четырем силам** – это ее название. Ее дал сам Будда. И Гьялцеб Чже, наш комментатор Мастера Шантидевы – сейчас говорит про эту Сутре.

**И Будда в Сутре говорит: что если вы проделываете очищение правильным образом**, то есть, со всеми четырьмя силами, и с перечисленными нами подготавливающими шагами:

**Если все это проделывается как следует, то кармы которые могли причинять вам страдания миллионы лет, могут созреть в виде головной боли проходящей за час.**

Это смысл созревающей кармы. Когда вы серьезно выходите на путь, есть созревания. Но это созревания, которые иначе увлекли бы вас на миллионы лет туда, в южные разделы, и они созревают так. И тогда, когда это происходит, когда происходит это созревание, вы должны быть рады, что освободились от чего-то, что могло причинить много вреда. И это происходит, к примеру, когда мы обучаем алмазной сутре.

Я привела вам немного признаков. **Когда это очищение, это приходит быстро, это очень не приятно, и это проходит. Это исчезает. И Практика становится после этого намного лучше.**

Да.

**Из зала:** на этой неделе я думала, что умру от боли. И тогда пришли вы. ☺ ☺

Что, если этого не происходит?

* Либо вы, может быть, пришли с очень-очень чистым сознанием.
* Либо вы не проделываете очищение как следует.

Но такое очищение, может спасти от многих-многих будущих страданий.

**Четыре силы**

Итак, давайте поговорим о четырех силах.

Скажем, практика четырех сил будет полезна также и в случае отрицательных действий, там, где карма уже была совершена и накоплена, и в соответствии с учением, она обязательно созреет. Даже в этих случаях, с помощью четырех сил можно очистить отрицательную энергию. Тем более, что можно устранить виды других плохих карм, там, где был завершен не весь кармический путь (учение о кармическом пути, можно найти в курсе 5).

Мы перечислим четыре силы, и немного о них поговорим, и также, мы будем использовать слова Мастера Шантидевы. Мы перечислим их два раза в двух различных поочередности, потому, что они появляются в различных местах, в разной упорядоченности.

**И прежде всего, порядок в котором их перечисляет Мастер Шантидева.**

**Сила уничтожения**

Повторите за мной:

**[Nampar] sunjinpay top**

На иврите это будет **сила уничтожения**. Или разрушающая сила. Значение слова, это уничтожать. Перевод слова на-тибетский:

**Sunjinpa** – это **выкорчевывать с корнем, разрушать**.

То же самое слово используется для изнасилования. Разрушать, вырывать с конем. Это такое тяжелое слово.

**И кого мы уничтожаем? Отрицательные кармы. Те семена, которые все еще действуют, которые не были уничтожены, которые все еще могут принести плоды, и эти плоды будут для нас плохими и горькими, и принесут много страданий.**

Ментальные записи, оставшиеся в потоке нашего сознания в результате совершенных нами преступлений, через действия, слова, или мысли. И **это сила, разрушающая отрицательную карму. Поэтому ее называют силой уничтожения, или силой разрушения**.

Основной фактор, участвующий в этой силе, произнесите:

**Gyopa**

**Gyopa** на иврите означает **раскаяние**.

Это сила уничтожения.

**То, что уничтожает эту отрицательную энергию, накопленную нами в результате совершения каких-то плохих действий, мыслей, или слов – все это – это раскаяние в том, что я делала.**

И очень важно, чтобы раскаяние было настоящим, и чтобы мы с ним не слишком сильно спешили. Потому, что то, что мы делаем обычно, мы говорим: ой, а, ой, я сплетничала о ком-то, не нужно было сплетничать. Хорошо, в следующий раз я не буду сплетничать. И идем дальше. И мы делаем это быстро, переходим дальше, потому, что мы говорим: что не нужно находиться в чем-то отрицательном.

Верно, но вы хотите дать шанс силе уничтожения. Для этого вам необходимо немного на этом задержаться. И это учение рассказывает, как нужно на этом задерживаться. И он приводит нам историю, демонстрирующую нам правильное раскаяние.

*Приходят три друга в бар, и заказывают пиво. Бармен наливает им из одного и того же кувшина, и первый выпивает пиво, падает, и умирает. Второй выпивает пиво, падает, и умирает. Третий выпивает пиво, он еще не умер, но видит, что эти два умерли. Он понимает. У него падает жетон, но уже поздно, он уже выпил. И он понимает величину трагедии, он понимает, что сейчас он причинил себе большую беду. Это такое: ааа, что я сделал! Что я сейчас сделал!*

Это такое. Это должно быть пониманием, что сейчас, из-за этого посеянного мною семени, когда что я о ком-то сплетничала, или клеветала, ко мне придет большая беда, потому, что это записалось! Госпожа карма никогда не идет спать. Это записалось, и когда придет время, это созреет, и это вернется ко мне, но в квадрате. Потому, что карма увеличивается – это второй закон кармы.

**Напоминание: четыре закона кармы**

1. **Первый закон кармы**, что это? **Что результат по характеру похож на действие**. Верно? Результат всегда похоже по своему характеру на действие. Это с тем же ароматом. Если я вредила жизни – будет опасность жизни или болезнь. Если я крала – у меня будет нехватка, или у меня украдут. Это всегда с тем же вкусом. Из лимона вырастет лимон, из финика вырастет финик.
2. **Второй закон кармы** – она всегда сильнее, **она всегда увеличивается**. Я убила комара, в следующий раз ко мне придут, по крайней мере, два. В лучшем случае ☺ или саранча. Или в третий раз придет террорист. Так это работает. Это всегда увеличивается.
3. Что третье? **Если я не посеяла, я не могу пожать**. Если я не посеяла семя, не вырастет плод. Что это значит? Если я не посеяла семян Бодхичитты, у меня не будет Бодхичитты. Если я не посеяла семян просветления, откуда придет просветление? Если я не знаю, как создать счастье, и не сажаю семян для счастья, откуда придет счастье? Все мы в жизни ищем счастья. В случае, если счастья у нас нет, это знак того, что мы не знаем как это делать, верно? Счастье никогда не придет! Если мы не будем делать то, что говорит нам Мастер Шантидева, откуда придет просветление? Почему оно не приходит сейчас? Почему мы не просветлены? Иначе не может быть!

**Из зала:** я помню из Барутаима (курс медитации который проводила Лама Двора-ла в поселении Барутаим, в августе 2005 года), это написано в какой-то Сутре: «Мы никогда не испытаем действий ближних», он говорит.

**Учительница**: да. Говорит Шантидева это говорит в связи с обменом на ближних, если бы я так делала, я бы уже давно была в раю Будды. Это не может быть иначе. Если ты не посеяла, не может прийти. Из чего вырастет дерево? Это третье.

1. **Четвертое**, что говорит? **Что посеянная нами карма сама не исчезает**. Сама она сохраняется там, потоке сознания, до тех пор, пока не созревает, через тяжелый путь. Если мы ее не очистим.

И это легкий путь.

**Три вида кармических результатов** (иногда перечисляют четвертый результат, и это результат окружения: наши действия влияют также и на окружение, в котором мы себя находим).

Для того, чтобы увеличить раскаяние, для того, чтобы достичь его необходимого уровня, для очищения, мы также должны думать о том, что у отрицательных действий, в сущности, есть три разных вида кармических последствий.

1. Есть результат созревания кармы, переживание, которое мы в будущем будем вынуждены пережить, по своему характеру похожее на совершенное нами действие, то, что мы упоминали в первом законе кармы.
2. Есть результат проекции. Во время смерти, карма проецирует нас в наше следующее перевоплощение, это также является созреванием совершенных нами действий, и если действие плохое, разумеется, оно должно спроецировать нас в очень страдающее существование.
3. И третий результат, это то, что совершение действия увеличивает нашу склонность повторять совершение этого действия, увеличивая этим отрицательную карму в несколько раз!

И сейчас, чтобы очистить, нам необходимы четыре силы. И Мастер Шантидева говорит, знаешь, что? **Самое важное проделать раскаяние, и необходимо проделать его как следует. Не слишком спешить.** Мы очень не любим, думать о себе плохо. **Мы очень не любим, признаваться в совершенной ошибке. Мы ненавидим это, потому, что у нас есть эго, и мы, прежде всего, хотим хорошо выглядеть в своих глазах.** И это очень тяжело.

Есть люди, которые говорят, хорошо, верно, я не должен был это делать. И бегут дальше. Этого не достаточно. Необходимо войти в это раскаяние.

**Раскаяние в сравнении с виной**

Раскаяние, это не чувство вины. Мы не говорим о чувстве вины! Оно не приносит пользы! В чем разница?

**Из зала:** чувство вины это занятие эго.

**Учительница**: занятие эго! Вина говорит: я была плохой.

- Это говорит «я», и кто это эта «я»? Да, это только усиливает невежество.

- И это также не приносит пользы. Это парализует нас.

- Это не приятно, и это нам ничем не помогает.

**При раскаянии нам необходимо увидеть, что совершенное действие приведет к тяжелым для нас результатам**. Это раскаяние. Оно не обо мне, оно о совершенном мною действии. Это действие, в соответствии с законами кармы, в будущем принесет мне большие беды. И с моей стороны было глупо его совершать. Я совершила ошибку!

**Вопрос из зала**: только это глубокое раскаяние, о котором вы говорите, оно одно не может своей силой отменить посеянные отрицательные кармические семена, посеянные этим действием?

**Учительница**: мы говорим, что необходимы четыре силы. И это одна из них. Она важна. Она является, очень важной составной, но необходимы все четыре.

**Вопрос из зала:** и еще маленькая вещь, не нужно находиться напротив того, кому я это сделала?

**Учительница**: это в наедине с собой, это Shakpa, это раскрытие и исповедание. Но раскаяние перед самой собой. **Раскаяние, это больше чем исповедание.** Потому, что я могу сказать: знаешь, что, я убила комара. Это исповедание, тогда я уже не храню это в тайне. Это очень важно. Очень важно не хранить в тайне. Но чувство раскаяния, оно перед самой собой.

**И чувство раскаяния всегда сопровождается мудростью. Оно всегда сопровождается пониманием результатов действия, оно всегда сопровождается пониманием законов кармы.**

**Мудрое раскаяние – единственная отрицательная эмоция, которая полезна**

Из всех отрицательных эмоций, раскаяние единственная, которая в Буддизме считается полезной. Нет ни одной другой отрицательной эмоции, которая рекомендуется – это единственная действующая с пользой для нас, потому, что она сопровождается мудростью. Потому, что она сопровождается пониманием аспектов кармы. И тогда она усиливает в нас понимание этого. Вы можете назвать это «**мудрым раскаянием**».

Скажем, после совершенного нами действия мы замечаем, что совершили его, и правильно задействуем раскаяние – наши шансы в будущем прекратить это делать возросли. И когда следующий раз наступает, комар уже кусает. Говорят: «А, это нет!» Что происходит, если он меня укусил? Это не приятно. Если он меня укусил, значит, это созревание кармы. В прошлом я совершила что-то, что сейчас созрело как не приятное. На этом карма ушла. Если я его убиваю, я причиняю себе большие беды.

**Вопрос из зала:** а если он тебя укусил, и передал болезнь? Необходимо защищать жизнь.

**Учительница**: если я убью комара, что я гарантирую? Вред жизни! Вред жизни наносится только так! Что приносит мне болезни? Первый закон кармы, что приносит мне болезни?

**Из зала:** нанесение вреда жизни, нанесение вреда жизни.

**С кармической точки зрения, такого не может быть, что не убийство принесет мне беды! Вместе с этим, что убийство гарантировано, принесет мне беды в будущем.**

**В будущем!** Это наше непонимание. И оно причиняет нам большие беды.

Очень тяжело быть с этим на деле. Когда доходит до конвенциональных верований, которые у нас есть, заставляющих нас вертеться в колесе страданий, стоять там и говорить: «Я поняла эти дела кармы и пустоты, и так я живу». Это очень тяжело! Для этого, нужна поддерживающая Сангха, и продолжать слушать это 7000 раз, и в один из дней это проникает. Особенно, если вы ведете дневник, и вы начинаете видеть истину сами. Тогда в один из дней это проникает.

У Будды нет болезней. Будде нельзя навредить, это невозможно. Бодхисаттва, имеющий Бодхичитту, не может прекратить свое наслаждение. Ему вообще нельзя навредить.

**Вопрос из зала**: но всем, кто в пути, да?

**Учительница**: в соответствии с кармой. Наступает момент, когда защита настолько сильна – кстати, что является самой лучшей защитой? Бодхичитта. Сострадание к ближним. Насколько много вы практикуете: Тонг Лен, четыре бесконечных желания (четыре бесконечных желания: любовь, сострадание, радость, и равностное отношение). Все вещи, развивающие ваше сострадание, **являются самой лучшей защитой. Вам потом нельзя навредить, и это еще до того, как вы увидели пустоту.** Еще намного задолго до этого. Жизнь становиться сладкой, чудесной, и вам нельзя навредить. Пули вас не заденут. Может быть, кого-то рядом с вами заденут, но вас нет. **Это невозможно, потому, что нет семени, которое созреет.**

**Учение Мастера Шантидевы о силе раскаяния**

Немного почитаем. Что он нам говорит, Мастер Шантидева. Он нам много говорит о силе уничтожения, описывает четыре этапа, и объясняет их.

1. Раскаяние, в следствие мысли о способе, через который мы совершаем отрицательные действия.

Он начинает с **рассмотрения способа, через который мы совершаем отрицательные действия**.

Давайте начнем с абзаца 27:

**С руками в положении молитвы, перед сердцем,  
Вознесу свою мольбу Буддам полного просветления,  
И всем их святым детям, находящихся во всех местах,  
Чье святое сердце полно большим состраданием.**

Итак, сначала я обращаюсь с мольбой к святым существам.

**Всегда, во всех моих жизнях в колесе,  
В этой жизни, и также в предыдущих,  
Без моего понимания я много грешил  
И даже заставлял грешить ближних.**

Он начинает исповедоваться, и раскаиваться, верно?

**Из-за того, что я заблудился в невежестве,  
Я даже радовался этим грехам.  
Сейчас, видя все свои грехи,  
Из глубин сердца исповедуюсь перед своим защитником.**

**Абзац 30:**

**Из зала**: это уже настоящее раскаяние.

**О каждом грехе, согрешённом мною в отношении трех драгоценностей,  
Моих родителей, и других высоких объектов,  
В своих действиях, речи, и сердечных мыслях,  
Которые движимы моими ментальными омрачениями.**

Что такое высокие объекты? Учителя, родители, люди, помогавшие мне в прошлом, существа имеющие мудрость. И Бодхисаттвы, которые могут помочь другим. Те, кто помог мне в прошлом. В особенности духовные учителя, но родители, следующие на очереди. Родители, духовные наставники, и все, кто в прошлом мне помог. Почему духовные учителя находятся во главе списка? Почему учителя больше родителей? Потому, что родители дали мне тело, и дали мне жизнь – эту жизнь. Духовные учителя позволяют мне уничтожить все страдания во всех поколениях, и также и страдания других. И поэтому, это на более высоком уровне.

**Абзац 31:**

**Во мне много изъянов, и много недостатков,  
И в основном я совершал ужасные преступления.  
Сейчас перед всеми своими наставниками я признаюсь   
В этих невыносимых преступлениях.**

1. **Страх, что придет смерть еще до того, как мы успеем очистить**

Сейчас Мастер Шантидева немного входит в медитацию на осознание смерти, и пытается продемонстрировать нам этот ужасный страх, что смерть придет еще до того, как мы успеем очистить те отрицательные кармы, которые носим с собой, и которые могут спроецировать нас в будущую жизнь больших страданий.

**Абзац 32:**

**Очень возможно, что мой конец придет  
Еще до того, как мне удастся очистить преступления!  
Поэтому, пожалуйста, поспешите меня защитить,  
Любым проверенным путем, который меня освободит.**

И это сердце этих вещей. В чем большой страх?

**Из зала**: что мы не успеем.

**Учительница**: что я не успею очистить.

Потому, что, что происходит?

Когда сознание отключается от тела, мы полностью во власти кармических сил. На данный момент у нас есть человеческая карма. И есть другие кармы, которые на данный момент спят. Но они существуют. И если я не успеваю очистить, если я их не очистила, когда есть отключение от тела, эти силы увлекают. Это как торнадо, у меня нет никакой власти, они забирают меня туда, куда забирают. **Страх перед тем, что я не успею очистить, и умру**. И тогда они увлекут меня туда, куда увлекут.

**Вопрос из зала**: почему я до тех пор, пока в тебе, как бы имею власть?

**Учительница**: на данный момент у меня созревает карма быть человеком. Это намного лучше, чем быть существом ада. Поэтому, на данный момент, часть отрицательных карм не проявлена. Но вирус все еще не умер; он все еще действует, но на данный момент не проявляется. Он в спячке. И, разумеется, страх перед тем, что если эта карма человека завершится, он может взять контроль над ситуацией, и увлечь меня туда, куда он меня увлечет. Это страх. И он сейчас входит в эту тему немного больше.

**Абзац 33:**

**Не доверяй властелину смерти!  
Он не ждет -  
И больных и здоровых возьмет в мгновение ока,  
Готовы они или нет,  
Поэтому, в этой жизни нет прибежища!**

Что он говорит? Вы не знаете вообще, когда он придет. Не думайте, что он будет ждать до тех пор, пока вы будете готовы умереть. Он забирает и тех, кто готов, и тех кто не готов. Не думайте, что вы владеете этой темой, потому, что вы нет! Потому, что вы не имеете понятия, что у вас там написано, вы не имеете понятия об этом. И он придет, готовы вы к этом, или нет. Он забирает больных, он забирает здоровых, он забирает молодых, он забирает старых. Вы не знаете, сколько у вас есть времени, вы не имеете понятия, сколько времени у вас есть.

И, несомненно, может настать день, когда он заберет вас, а вы не успели очиститься. И если вы не проделываете практики, большие шансы на то, что так и произойдет.

**У Мастера Шантидевы здесь нет ни одного слова преувеличения**. Чем больше вы будете делать медитацию на это, тем больше вы будете понимать ужас этого.

**Абзац 34:**

**Я буду вынужден потерять все, в одно мгновение!  
Но я не мог все это понять,  
И поэтому, в отношении врага и друга,  
Совершал бесконечное количество видов грехов.**

Что мы делаем? Мне срочно, сейчас необходимы деньги! И я немного обманываю, чтобы предотвратить то, что мне кажется бедой. И я совершаю преступления ради ближних, ради друзей. Что происходит с течением времени? Близкие ушли, друзья ушли, что осталось? Грехи. Я уже не помню, в отношении кого, и что я совершала.

И придет день на смертном одре, я не буду помнить, кто был другом, а кто врагом. Наступает время, когда сознание уже замутнено, я не знаю, кто это был. Я больше не узнаю своих близких. Они уже для меня больше не близкие. Я не помню, кто я, я не помню, кто они, но от кармы совершенных мною действий, я не могу освободиться. Она находится там.

Мы это делаем все время. Мы заинтересованы в определенном партнере, в определенной партнерше, и мы говорим, О.К, дорогая Дхарма, с тобой хорошо, но я хочу ее. И ту вещь, которая может нас спасти, мы оставляем, и совершаем преступления.

Мы совершаем это постоянно, якобы ради желанных целей. Но каковы эти цели? Мы не понимаем законов причины и следствия, законов кармы. И мы не сможем убежать от кармы. Именно карма является тем, что заставляет нас перед смертью, слышать шум ада.

1. **Раскаяние, в следствии мысли о бессмысленности совершенных нами грехов.**

На следующем этапе в описании силы уничтожения, Мастер Шантидева усиливает в нас раскаяние в наших плохих действиях тем, что указывает на отсутствие вкуса и смысла в совершенных нами действиях.

В следующем **абзаце 35**:

**Все мои враги прекратят существовать,  
И мои друзья также прекратят,  
Мне самой также придет конец,  
И то же самое и с остальными вещами.**

**Абзац 36:**

**То же самое и со всеми явлениями, существующими во вселенной;  
Они как переживания, переживаемые во сне,  
Мгновение, и их уже нет, потому, что память,  
И все что прошло – не вернется.**

Он говорит о непостоянстве всех кажущихся нам такими реальными вещей, они кажутся нам такими твердыми, такими настоящими, и он говорит: их природа иллюзия. Почему их природой является иллюзия? Потому, что они являются проекцией нашей кармы, и только! И только! У них нет своей собственной природы, они приходят из нас. Мы проецируем их. В один из дней мы прекратим их проецировать; завершится карма их проецирования, и мы не будем их проецировать.

**В них нет реальности, они являются иллюзией**. Как сон, как пузырек. Вы помните нашу известную песню? (Песня о непостоянстве, из Сутры огранщика алмаза). Они пусты от того, чтобы быть такими или другими по своей природе. Они пусты от того, чтобы сами по себе чем-то быть. Они только проекция из меня, из моей кармы.

**Вся моя жизнь, это проекция из моей кармы, из того, что я делала в прошлом. Делала я хорошее другим, или плохое? Это все, что определяет каждое мгновение моей реальности.**

Каждый аспект, каждую деталь в моей реальности, без исключения. Это определяет длину моих ресниц, цвет глаз, и другие вещи, которые может быть, мне не нравятся.

**Нет ничего, что не является результатом совершенной мною кармы. Нет исключения из правил.**

И это то, о чем он здесь говорит. И с этой точки зрения, это иллюзия, потому, что мы думаем, что эти вещи так или иначе со своей стороны – не зависят от меня.

**Абзац 37:**

**Не смотря в моей жизни в настоящем, уже ушли  
Многие мои друзья и враги,  
Ужасные преступления совершенные в отношении них  
Положены и расстелены передо мной.**

Он говорит: они уже может быть ушли, даже те друзья, ради которых я лгала, обманывала, воровала, лгала белой или черной ложью. Их уже нет. И скоро не будет и меня, но преступление – остается! И оно сопровождает меня. Как там написано, в Лам Риме (из текста: источник всех моих добродетелей – гора благословений)? Написано:

**Благослови меня также увидеть,  
Что все мои действия, белые и черные,  
(И также все последствия, которые они влекут)  
После моей смерти следуют за мною как тень.**

И это как в иудаизме, верно? «После моей смерти, они следуют как тень». Я не могу освободиться от этой тени, если сейчас я ее не очищаю.

У меня есть очень хорошая подруга детства, я часто бывала у них дома, и у нее были чудесные родители, которые всегда принимали меня с распростертым объятиями, и было очень приятно туда приходить. Оба они были чудесными людьми. И в один из дней ее отца хватил инфаркт, и он умер. Намного позже, она рассказала мне, что ее отец каждый день бил ее мать. Я не имела об этом понятия. Внешне, этого нельзя было предположить, потому, что это была такая чудесная пара, хорошие люди, старающиеся сделать хорошее.

Выяснилось, что все эти годы в доме было насилие. И она рассказывает, что когда ее отец получил инфаркт, он был еще относительно молод, ему было шестьдесят. Получил инфаркт, и им нужно было поехать в больницу, но его жена не умела водить, поэтому он вез себя сам. Он остановил машину на полдороги, встал перед ней на колени, и попросил прощения. Он знал, что умрет. И вдруг, ужас, ему стало ясно, куда он идет. И тогда пришло раскаяние.

1. **Практика обучения страху перед отрицательными действиями.**

В четвертой части его описания, Мастер Шантидева просто помогает нам развить осознанность, и страх перед совершением преступлений.

**Абзац 38:**

**Вдруг, не замечая этого,  
Под влиянием ядов невежества,  
И также влечения и отвращения,  
Совершу слишком большие преступления.**

О чем он говорит? Вы помните, в колесе жизни, яды влечения, невежества, и ненависти? Три друга посередине, в центральном кольце. Это все время крутится у нас в голове.

- Это мне приятно, поэтому я это хочу. Поэтому я готова подавлять других, чтобы это получить.

- Это мне не приятно, это я хочу оттолкнуть, и я готова шагать по трупам, ради освобождения от этого.

Все это потому, что я не понимаю, откуда они приходят, их природу, то, что они пришли из меня, из моей проекции. **Из-за этих ядов, невежества, влечения, и отвращения, я совершаю очень большие преступления, даже не замечая. Это у меня на автомате**. Это то, что мы называем естественной реакцией. «Опереди, и убей его первым», это естественно! Это у нас на автомате. Потому, что, почему он хочет меня убить?

**Из зала:** потому, что я убивала его первой.

**Учительница**: нет другого места, откуда это может прийти, потому, что он не сам по себе. Он является моей проекцией.

**Абзац 39:**

**Ночью и днем, так ли иначе,  
Эта моя жизнь уходит, утекает,  
И к ней нельзя добавить ни мгновения -  
Если так, как это предотвратит день моей смерти?**

Эти часы тикают все время, к нашей жизни нельзя добавить ни мгновения. Мы все время живем в своей иллюзии, что этого не произойдет. Хорошо, в принципе я знаю, что в один из дней умру, но у меня есть время, куда, куда мне спешить».

Что говорит Лама Сопа, если у тебя сердечный приступ, что ты должен делать, бежать в больницу, или очищать? Он говорит: немедленно очищать. Потому, что они будут следовать за тобой как тень. В больнице тебя или спасут или нет, но от этих карм ты убежать не можешь.

**Абзац 40:**

**Буду я лежать в агонии на кровати,  
Окруженная друзьями и близкими,  
Но ужасную боль смерти  
Буду ощущать только я один.**

Итак, кто-то лежит себе там, на смертном ложе, и вся семья вокруг него, все его любят, все хотят сопровождать его в его пути. Он уже не дышит, сердце уже не бьется. У большинства людей после клинической смерти, может быть полчаса, час – сознание все еще в теле. И тогда он проходит через боль смерти. Он не может этим с кем-то поделиться, он не способен больше ничем делиться. С клинической точки зрения, тело умерло. И приходят ужасные страдания смерти, которые все мы проходили бесчисленное количество раз, потому, что мы проходили смерть бесчисленное количество раз.

Мы знаем это подсознательно, и поэтому так боимся смерти, и испытываем к ней отвращение. И поэтому мы сопротивляемся, когда кто-то толкает нас с крыши, или со скалы. Потому, что мы помним этот ужас. Говорят, что это самая сильная боль из всех существующих, и скоро он приведет нам сравнение.

**Из зала:** мой отец так хотел умереть, в конце концов он умер, по крайней мере, он был счастлив.

**Учительница**: как ты знаешь? На этапе, на котором приходит боль, он не может поделиться этим с тобой. Клинически, он умер. Это уже после клинической смерти. Потому, что где ты переживаешь боль? Где ты переживаешь травму? В сознании! В сознании! Даже в жизни. Где травма?

**Вопрос из зала:** скажем, человек проживает свою жизнь без понимания, а в этот момент всегда появляется понимание?

**Учительница**: есть ужасная боль. Большие шансы на то, что никакого понимания не будет. Уже нет того, кто будет понимать. Всадника на лошади уже нет.

**Вопрос из зала:** как знают, что есть страдания? Кто там был, и видел это?

**Учительница**: хороший вопрос. В один из дней ты узнаешь сама, **в один из дней в медитации, ты увидишь все свое прошлое, и все свое будущее, и ты узнаешь сама.**

**Из зала:** при клинической смерти, человек, возвращающийся к жизни, может рассказать.

**Учительница**: клиническая смерть, не является смертью. Вернувшиеся люди, не дошли вообще до этого этапа. Исключительная боль смерти приходит после клинической смерти. Это не метафора!

**Нас может защитить только добродетель**

**Абзац 41:**

**Когда посланники властелина смерти тебя держат,  
Чем помогут друзья и близкие?  
В это время тебя защитит только добродетель,  
Та, которую ты так мало практикуешь.**

Сначала он сказал: послушайте, вы думаете, что у вас есть время? Вы не имеете понятия, сколько времени есть. Вы не можете добавить ни одного момента к жизни, и часы тикают все время. Что происходит, когда наконец-то наступает смерть, **когда посланники смерти уже держат тебя**? Помогут ли тебе близкие, и друзья находящиеся вокруг? Они уже не могут тебе ничем помочь. Они не могут. Они могут держать тебя за руки и за ноги, и не смогут предотвратить смерть, верно?

Эти сцены можно увидеть в фильмах: бабушка лежит при смерти, и вся семья: «Не умирай, не умирай». Вы не можете его удержать! Карма этой жизни завершена. Нет никого из близких и друзей, кто может мне помочь, и также, мне не могут помочь деньги, нет ничего, что может мне помочь.

Когда я умру, не важно сколько людей там будет, и сколько людей будет просить, чтобы я осталась. Если карма закончилась – значит закончилась. **Единственная вещь, которая может меня тогда защитить, что это? Только совершенная мною добродетель! То, что я практикую так мало.** То, что я так не придерживаюсь делать.

**Вопрос из зала:** кто-то страдает от тяжелой болезни, и много людей делают для него медитации, и молятся, но если у него завершилась карма, для чего это вообще делать?

**Учительница**: если карма пришла, нет никакой силы, которая может это изменить. Если есть сила, которая может изменить, это знак того, что карма еще не пришла. Если они читали молитвы, и он не умер, значит, его карма еще не завершилась. И то, как это произошло, было через молитвы.

**Горе расставания**

**Из зала:** но люди не думают о карме, думают о горе расставания.

**Учительница**: в этом случае, это вредит. Потому, что если его карма умереть действительно пришла, оставь его, дай ему умереть спокойно, ты ему мешаешь. И когда вокруг умирающего человека есть люди находящиеся в панике, в очень сильных отрицательных эмоциях, или в глубокой печали, это ему мешает, потому, что какая карма тогда разыграется, это русская рулетка, и это может послужить спусковым крючком к отрицательной карме.

Поэтому, начинающих входить в панику, удалите из комнаты. Рядом с ним должны быть тихие люди, они могут находиться в медитации, могут молиться за него, это хорошо. Шептать священные писания, это чудесно, если он в них верил. Даже если нет, он может тогда услышать. Но не мешать ему, позволь ему уйти. Его время пришло. Когда придет твое время, ты не захочешь, чтобы тебе тогда мешали.

*Есть чудесный хасидский рассказ – об умирающем раввине, вокруг него собираются хасиды, молятся, и не дают ему умереть. И прислужница видит, что происходит, ее сердце полно сострадания, и тогда она проходит с каким-то большим подносом, и роняет его на пол, есть шум, все бегут посмотреть, что произошло. И тогда раввин испускает дух.*

**Вопрос из зала:** ему мешают умереть, или ему мешают только в карме?

**Учительница**: и это также.

Его держат, это мешает. Его время уже пришло, хватит. Он должен проделать свою медитацию. И если он по-настоящему великий духовный человек, то ему нужно что-то сделать. Если он накопил много заслуг, и добродетели, он может ехать на этой добродетели. Но не мешайте ему! Единственная вещь, которую можно сделать ради кого-то, кого мы любили, и кто ушел в мир иной, это послать ему наши молитвы, и наши благословения, но не мешать. Дайте ему уйти. Карма возьмет его туда, куда она должна его взять.

**Абзац 42:**

**О, мой защитник! Я не осознавала  
Что из-за своей неосторожности  
Я буду вынуждена испытать такой большой ужас!  
Ради этой жизни, пролетающей в одно мгновение,  
Я совершила настолько большие грехи!**

О чем он говорит? О фокусе, о перспективе. О том, что мы не понимаем, что сознание не завершается тогда, когда завершается тело, и думаем, что это все, что есть. Что есть только одна лужа. Нет океана. И ради достижения удовольствий, вещей, хорошего ощущения, репутации, похвалы, мы готовы преступать этические правила, совершать различные вещи. Сейчас наступает момент истины, и это раскаяние. Он вложил в наши уста слова раскаяния.

**Ужас смерти**

**Абзац 43:**

**Есть люди, которые в ужасе, когда их увлекают  
В место, где от их тела будет отрублен орган;  
Весь их вид вдруг меняется:  
Сухость во рту, выпученные глаза, и так далее.**

И он приводит нам здесь сравнение, с каким-то преступником, которого поймали в стране, где за воровство, предположим, отрезают руки. Пойман на воровстве, сейчас его тащат в место, где ему отрубят руку. Вы можете представить, как себя ощущает такой человек, верно? Обычно на нем видны знаки. И он говорит, у него выпученные глаза, сухость во рту, и он в ужасной панике, а речь идет о чем? О руке! О чем также и в следующем абзаце:

**Абзац 44:**

**И, что произойдет, когда он будет взят в руки  
Ужасных посланников самой смерти?  
Объят ужасом, все твое тело содрогается,  
Истязание тогда будет сильнее во много-много раз**!

Что он говорит? Во время смерти, тебе нужно расстаться не только со своей рукой – одновременно со всем, что у тебя есть. Одновременно. Госпожа карма очень жестока. Как и сила притяжения; вы прыгаете с крыши – закончили. Здесь то же самое, это очень жестоко.

Во время смерти, одновременно завершаются все кармы, принесшие те вещи, которые у нас есть в этой жизни. Руки, ноги, глаза, рот, ум, друзья, близкие, имущество, репутация, все, что я думала, что мое – от всего этого за одно мгновение меня отрывают силой.

И он пытается продемонстрировать нам, что происходит в этот момент смерти, когда мы уже должны все оставить. И он говорит, возьмите кого-то, кому собираются отрубить руку, мы можем отождествиться с тем, как он себя чувствует? Из-за ужаса перед отрубанием руки, весь внешний вид такого человека меняется. Страх во время смерти, намного невыносимее. В тот момент, когда он уже не может больше ничего произнести, есть это переживание ужасного отрывания. И это ужасная боль, и намного большие страдания, чем отрубание руки.

Иногда, это сравнивают с тем, как себя ощущает насекомое, когда ему раздавливают легкие. Это ужасная боль, когда у вас вырывается все разом. Мы способны увидеть человека, наказанного отрубанием руки, и это дает нам представление, о внутреннем ощущении во время смерти.

Важно также, чтобы мы сейчас ощутили глубокое раскаяние за наши отрицательные действия в прошлом, и продолжили усердно применять четыре силы, чтобы очистить отрицательные кармы, и этим предотвратили боль и ужас смерти.

Если так, важно, чтобы мы сейчас ощутили глубокое раскаяние в своих отрицательных действиях в прошлом, и продолжили упорно применять четыре силы, чтобы очистить отрицательные кармы, и этим предотвратить боль и ужас смерти.

**Абзац 45:**

**Где тогда будет найден тот, кто сможет  
Спасти тебя от такого большого страха?  
С лицом и глазами объятыми ужасом,  
Ты будешь обращаться во все стороны, чтобы найти себе защиту!**

Кто мне сейчас поможет, кто мне сейчас поможет? И, что он тогда говорит?

**Абзац 46:**

**Тогда ты убедишься, что все, к чему ты будешь обращаться,  
Не дает защиты; все покроет тьма.  
В этом месте – вообще нет того кто защитит,  
В этот момент – нет ничего, что может помочь!**

Слишком поздно. Им тогда нельзя помочь. Когда можно? Сейчас! Сейчас, если мы начнем идти в соответствии с законами кармы, и поймем, что создает защиту, что создает счастье, что создает страдания. Все, что мы можем взять с собой, это нашу добродетель, и наши преступления, и они разумеется, пойдут с нами. Все остальное, с нами гарантировано не пойдет.

**Победа над смертью**

**Вопрос из зала:** и тот, кто пережил просветление? Не проходит через это переживание?

**Учительница**: у Бодхисаттвы, если он завершил этот путь, больше нет смерти. Он является Дживанмукти – тем, кто победил смерть при жизни – для этого мы обучаем Тантре, это причина обучения Тантре.

Даже, если ты еще не пришла к завершению всего пути, для тех, кто имеет Бодхичитту, смерть это что-то совершенно другое, совершенно-совершенно другое. Это, что-то совершенно другое. Если он может принести пользу в своем нынешнем теле, он продолжит в нем находиться. Если он может принести больше пользы в другом теле, он продолжит дальше. Это что-то совершенно другое. Нет этого состояния «**кто меня защитит от тьмы**», это что-то совершенно другое. Совершенно другое переживание.

Это описание того, что происходит с большинством людей. Это то, что он описывает. Он ни на каплю не преувеличивает, и поэтому, сердечная боль Бодхисаттвы велика, потому, что они видят, и не могут помочь.

Единицы из единиц находятся в другом месте.

**Если ты проделал продвинутую тантрическую практику, и у тебя есть очень хорошая связь с Ламой, Лама может тебе тогда помочь.**

И не только может, он тебе тогда поможет. Он или она.

*(Мандала)*