**Курс медитации: Ло Джонг – тренировка сознания 4**

**«Колесо лезвий»**

**Под вдохновением от уроков

Ламы Кристи Маккнелли, и геше Майкла Роуча**

**Перевод, редакция, и подача**

**Ламы Дворы-ла**

**Рамат-Ган, декабрь 2009**

**Урок 6**

**Лиран:**

Я бы хотел сказать только несколько слов. Очень коротко.

Мы раздали всем папки с листами. Каждую встречу мы добавляли еще и еще листы, b те из вас кто заходил на сайт, могли видеть, что на сайте есть все материалы, и вы можете зайти и скачать их. И вместе с этим, несмотря на то, что это находится на сайте, нам было важно это распечатать это для вас, чтобы это было удобно брать с собой, и цветная первая страница, и все, что связано с этим вложением. И это потому, что нам очень важно приносить эти вещи в подлинной форме, и позволить всем это получить. Это что-то, что связано с группой **Классического буддизма**, поэтому название классика.

Это что-то, что связано с нашей драгоценной учительницей, которая все это учение приносит в подлинной форме. Она все отредактировала и преподнесла это нам. Это требует очень много мастерства и глубокого понимания материала, обучения и практики. У Ламы Дворы, в целом, есть уже более двух лет сидения на молчаливых уединенных ретритах, и все это для того чтобы понять этот материал, и принести его нам в целостности. И эта тема целостности, вся тема подлинности очень-очень важна.

И я только расскажу короткую историю о том, как за несколько дней до первой встречи по этому Ло Джонгу Лама Двора пришла к Мери и ко мне. Мери ответственна за распечатки, и она заботится о том, чтобы за короткое время распечатать получаемые нами здесь материалы, и она нам сказала, что материал встречи которая произойдет через несколько дней уже переведен, но чтобы мы пока его распечатывали потому, что она еще не закончила переводить все материалы, и после того как закончит она хочет проверить их снова и посмотреть можно ли что-то улучшить и совершенствовать. И после того как мы получили и распечатали материалы первой встречи, после того как все материалы были готовы она все еще сказала не распечатывать материалы второй встречи. До какого срока у меня есть время работать над этим? Я хочу еще над этим поработать, еще посвятить этому время, и еще больше довести это до совершенства.

И это наша любимая учительница. Большое спасибо.

*(Мандала)*

**Колесо кармы**

Итак, мы здесь в отрывке где он приглашает **Ямари**, чтобы тот помог ему освободиться от его ужасного врага, и он бросает на него это колесо. И сейчас колесо превращается в колесо кармы. То, что было колесом лезвий, превращается в колесо кармы. Произнесите:

**Le kyi Korlo**

Карма. Почему карма? Карма это этот процесс причин приводящих к результатам, которые снова становятся причинами приводящим к результатам. Весь этот процесс, описываемый в корреляциях с нечистой стороны. Стороны пропитанной невежеством и не пониманием, и все время бросающей бумеранги, вся которая приходит в следствии:

**Dakdzin**

**Цепляние за себя**, и его братом является **собственная важность** проистекающая из него:

**Rang chen dzin**

**Тонг Лен – является мощным антидотом собственной важности**

Как мы освободимся от этой компании? Какие мы имеем инструменты, чтобы освободиться от этих ужасных врагов так глубоко пребывающих в нас?

И чтобы освободиться от собственной важности необходимым инструментом является тонглен. Это медитация тонглен. В сущности, те медитации, которые мы здесь делали, все они являются видами и вариациями тонглена, все они являются медитациями, в которых мы раскрываем наши сердца и готовы забрать у других страдания, и послать им свет, добро, и любовь. Это один из самых сильных способов пресечения этих ужасных проекций.

Потому, что если все вещи пусты, значит пусто и наше сознание. И значит сознание пропитанное ошибкой или невежеством – также пусто. Оно не само по себе пропитано невежеством. Верно то, в соответствии с буддизмом оно сопровождало нас всегда, множество, бесчисленное количество перевоплощений. Но это ничего не доказывает ни о каком самосуществовании; это говорит только о том, что это было долгое время. То, что это было долгое время, не говорит о том, что это так.

Долгое время думали, что земля плоская, и потом прекратили так думать.

Если бы человеку сто, или двести лет тому назад сказали, что он полетит на самолете по небу, он бы подумал, что вы странные.

Если бы сказали, что вы можете за секунды бесплатно связываться с любым человеком в мире, о вас бы подумали, что вы очень странные.

Итак, то, что долгое время чего-то не было, не говорит о том, что такое невозможно.

Итак, сознание пусто. На данный момент мы проецируем его пропитанным невежеством и ошибочными мировоззрениями, и если мы кроме прочих явлений понимаем пустоту этого явления, и задействуем этот антидот, мы спроецируем другую проекцию: мы будем вынуждены спроецировать другую проекцию.

Медитация тонглен является антидотом нашему эгоизму. Нашему эгоизму и чувству собственной важности. Мы заботимся о себе и нам не очень-то важны другие. Эта медитация ставит нас на другую стороны. Она говорит: забери у них их боль, и дай им все хорошее, которое у тебя есть. В медитации. В медитации. Это создает именно те семена, которые противоречат этому бумерангу видения, проецированию себя имеющими пропитанное невежеством сознание.

**Накопления добродетели и мудрости**

Если мы сделаем все, что мы описывали, когда говорили о **методе и мудрости**, то мы начнем накапливать то, что называется **двумя накоплениями**. В нашей молитве, которую мы читаем в конце, молитве посвящения, помните, там есть слова: «Накопления добродетели и мудрости». Это накопления, приводящие нас к становлению просветленной личностью имеющей удивительное качество помогать всем другим существам, освободиться от страданий.

Они накапливаются в результате наших добродетельных действий, таких как медитация тонглен, и таких как добродетель, которую мы совершаем в мире.

* Мы говорим, что **накопление добродетели** является тем, что приносит тело будды, физическое тело будды, это удивительное тело ангела. Он не обязан быть таким грозным, это зависит от контекста. Он может быть очень красивым удивительным ангелом, как появляются Авалакитешвара, или Тара. И это можете быть вы, и ваша удивительность может выходить за грани любого представления, которое у вас сейчас есть.
* И есть второе накопление удивительного сознания будды, который обладает всезнанием, и любовь, и сострадание которого достигли совершенства. Это создалось из **мудрости**, в основном благодаря медитации, изучению пустоты, медитации на пустоту, и пониманию пустоты.

И когда мы начинаем практиковать эти вещи мы записываем в своем сознании записи, и эти записи накапливают нам эти накопления.

И на этом этапе это уже не называют кармой, несмотря на то, что на это распространяются те же самые законы. Законы того как накапливают записи, как их записывают, как их усиливают, все это распространяется также и на это, но то, что создает просветленную личность в литературе уже не называется кармой.

**Наше внутреннее тело**

Чем больше мы понимаем эти вещи, тем больше раскрывается наше внутреннее, энергетическое тело.

У всех нас есть энергетическое тело, тело каналов, и есть центральные каналы, и от них идет много большое разветвление каналов, оно покрывает все наше физическое тело. В нем есть это энергетическое тело, и это тело тесно связано с нашими мыслями.

И когда мы, к примеру, практикуем йогу, если это делают под руководством учителя немного понимающего работу внутреннего тела, через упражнения йоги мы работаем напрямую с внутренним телом.

Но внутреннее тело также связано и с мыслями. И когда мы практикуем такую медитацию как тонглен, или медитацию на пустоту – они также работают на внутреннем энергетическом теле, но с другой стороны.

Каждый раз, когда вы раскрываете свое сердце, как в медитации, которую мы делали, каждый раз, когда вы немного больше понимаете пустоту, с каждой каплей понимания энергетическое тело все больше раскрывается, и меняется.

На данный момент в нынешней ситуации, у обычных людей это тело полно узлов, запутанностей, разрывов, кривых каналов, и так далее. И это причина того почему мы проецируем мир, в котором есть страдания и болезни, и у других, и у нас самих. И чем больше мы работаем, и с внешним телом, но в основном в таких медитациях с нашим сознанием, тем больше мы влияем на это тело, раскрываем, распрямляем, и упорядочиваем его.

Когда мы завершаем эту работу, оно полностью раскрыто. И когда оно полностью раскрыто, когда оно полностью распрямлено, это создает физическое и ментальное тело будды. Тело и сознание будды.

**Безобразное лицо врага**

И сейчас следующая часть ло джонга, есть все эти абзацы, в которых он описывает, как ведет себя человек одержимый DakDzin и Rang Chen dzin. Как он себя ведет. И посмотрите, посмотрите немного или вы там узнаете себя. Я – каждый абзац это была я. Заголовки, кстати, не были Ло Джонгом, это я их добавила к каждой главе.

Итак, это обвинительный приговор. Это то, что это враг мне делает, этот враг которого я поймала, опознала его, и сейчас я ищу, как размозжить ему череп. Это то, как он заставляет меня выглядеть:

**Он падок до желаний
Но никогда не готов прилагать усилий,
Ко всему прилагает руку
Но ничего не завершает,
Заводит новых друзей
Но в редких случаях учитывает интересы уже имеющихся друзей.**

Это наше лицо, это наше не чистое лицо, когда мы одержимы Dak Dzin и Rang Chen dzin.

Он преисполняется отвращением в отношении этого существа, в отношении того, что делает нам этот враг, как он заставляет нас выглядеть. И эти абзацы мы не будем проходить здесь, вы их прочитаете.

И потом на странице 11 внизу он говорит:

**И так, всю вину,
Нужно возложить на него одного.**

И это мы уже слышали, верно? Это он нам уже сказал, прежде чем вошел во все эти абзацы.

**Накопление осознаний, и все они ведут к состраданию**

И тогда он говорит:

**Сейчас, помня эту большую добродетель
Которой наградили меня все существа,
Я заберу себе все те вещи
Которые не желанны другим существам,
И отдам им всю свою добродетель,
Чтобы умножить их счастье.**

И это Тонглен, это медитация Тонглен.

Итак, вы видите, здесь в этом длинном ло джонге, есть несколько разных настроений, с того момента как он начинает и проходит корреляции, он такой все время: «Ой, это колесо пришло еще раз, и еще раз», и он такой беспомощный против этого колеса.

**Крик о помощи**

И тогда в конце он усиливается, и на определенном этапе это превращается в - достаточно, хватит, я сейчас собираюсь обратить это колесо вспять, и зову на помощь.

**Хунг, хунг могучий ангел,
Приди, продемонстрируй свою чудесную силу!
Дза, дза, победи моего врага
Который заставляет меня нарушать обеты!**

Он будто заклинает его, задабривает его:

**Пхет, пхет! Я буду тебя звать,
Чтобы ты освободил меня от всех оков!
Разрушь и уничтожь все цепляния
Привязывающие меня к моей боли.**

И так далее.

**Молитва бодхисатвы**

И сейчас он подходит к отрывку, в котором он преисполняется состраданием и к себе и к другим, и это то, как они выглядят под влиянием этого врага, как он нам их описал.

Он говорит, О.К, мне сейчас нужно это исправить, и как я это исправлю? Как я это колесо кармы обращу вспять? И он здесь говорит о тонглене.

И на странице 12, в третьем абзаце он говорит:

**И до того момента пока мы не достигнем
Просветления в раю,
Они это я, и они это мои отец и мать, (я, и мои отец и мать,)
До тех пор пока мы продолжим блуждать в шести мирах сансары,
Движимые силами кармы,
Пусть мы сумеем ценить,
И любить друг друга, будто мы одно целое.**

И здесь он работает с молитвой, в тонглене.

Что он здесь делает? Это забирание или даяние?

Сейчас он совершает даяние, он раскрывает свое сердце, он раскрывает свое сердце.

Кто это «мои отец и мать» в этом абзаце? Мои отец и мать, это все существа. Потому, что если верно то, что наши перевоплощения в сансаре были уже бесчисленное количество раз, то каждый уже был нашими отцами и матерями. Поэтому, когда в этой связи произносят «мои отец и мать» подразумевают не только эту жизнь, но и во всех наших перевоплощениях, и это все существа.

И он говорит: до тех пор, пока я, и все существа не достигли просветления в раю, мы все еще продолжаем странствовать в том, что называется шестью мирами сансары, и это шесть разделов колеса жизни, движимые силами кармы.

Силы кармы все время все время бросают на нас бумеранги. Пока он говорит, до тех пор, пока мы там, «пусть мы сумеем ценить и любить друг друга как одно», то есть задействовать антидот сансаре. Эта любовь и уважение к ближним являются антидотом собственной важности оставляющей нас в сансаре.

И здесь он работает в духе молитвы, сострадания, и любви, и продолжает говорить:

**В это время пусть я сумею
Пребывать в трех страдающих мирах,
Ради того чтобы суметь помочь
Каждому существу.
Пусть я никогда не оставлю
Действий воина духа,
И сумею забрать себе страдания
Пребывающих в страдающих мирах.**

И это снова тонглен; это еще раз тонглен: «Пусть я сумею забрать их страдания, и сумею туда пойти, и помочь им.

Он говорит, даже если это поможет одному человеку, даже ради того, чтобы я сумел помочь одному существу, это того стоит. Даже если я сумею помочь одному, это стоит того, чтобы я сумел продолжать, и бороться с собой, со своими ментальными омрачениями. Быть бодхисатвой который совершенствует свои совершенства, и забирает себе страдания других как павлины, с которых мы начали.

**Дождь цветов в аду**

И он говорит:

**И когда я туда приду, пусть
Хранители ада сумеют
Увидеть во мне своего учителя.
Пусть дождь их стрел
Превратится в дождь цветов.
Пусть остановится любой вред,
И увеличится спокойствие и радость.**

**Пусть дождь их стрел
Превратится в дождь цветов,**

И это эхо известной истории о Будде сидящем себе под деревом Бодхи в медитации просветления. И приходят все демоны, и пытаются ему помешать потому, что это угрожает им, так как он собирается победить смерть, и они стреляют в него со своего оружия всеми своими соблазнами и всевозможными помехами, а он сидит, и до него долетают не стрелы, до него долетают цветы. Потому, что добродетель его медитации, и его мудрость настолько сильны, что он уже не находится в их власти, они не могут причинить ему вред.

**Парадокс бодхисатвы**

Здесь у нас есть также эхо истории Ламы Чекавы жившего может быть на двести лет после Дхарма Ракшиты.

Он является великим учителем Ло Джонга, и он обучает своих учеников этому пути тонглена, сострадания, трансформации, Ло Джонга. И он лежит на смертном одре, и говорит: пусть я сумею спуститься в ад, чтобы помочь там всем существам, чтобы они сумели увидеть во мне учителя или учительницу, чтобы я сумела им помочь. Потому, что до тех пор, пока они не видят во мне учительницу, я не могу им помочь!

Он хочет прийти в ад, чтобы помочь там существам, чтобы стать их учителем, но если он такой великий бодхисатва, и действительно так практикует, как он попадет в ад? Когда человек в своем сердце развивает такое удивительное стремление, как он попадет в ад? Это невозможно.

**Где это ад?**

И здесь важно помнить, что такое ад, где **находится этот ад?**

Вы знаете, что также как и рай не на небе, ад также не там, где думают, что он есть. Нет какой-то подрядческой фирмы, которая выкопала и построила ад, и сейчас злодеи получают туда направления ☺ Такого места нет.

**Ад в точности такой же, как и эта комната. Также как эта комната является проекцией нашего сознания, когда у кого-то есть ужасные записи в следствии того, что он совершил большие преступления, когда сознание расстается с человеческим телом он находит себя в аду. И тогда там где он находится – и есть ад. И нет другого ада кроме того который он проецирует, в точности также как для меня нет другого мира кроме того, который я проецирую. И у каждого из вас нет никакого другого мира кроме того который вы проецируете.**

И у того человека, у которого есть эти записи и они созрели – и кстати, у всех нас они есть, но на данный момент созрели другие, на данный момент они спят – но тот человек у которого это созрело сейчас, находит себя в аду.

Когда бодхисатва хочет туда пойти и помочь, от самого факта, что он хочет это сделать, он не может попасть в ад потому, что не может его спроецировать. Потому, что у него нет записей, для проекции ада.

И это такой вид парадокса:

**Чем больше я в своем сердце хочу пойти и помочь угнетенным и страдающим, тем меньше страданий есть вокруг меня, тем больше семена видеть вокруг себя страдания уменьшаются и исчезают.**

**Даяние уничтожает любую нехватку**

Меня на перерыве спросили о даянии в медитации, в которой мы отдаем все. Вы видите, в медитации – «никакая монета не заменяет рук», и нам тяжело в любом случае, нам тяжело в любом случае.

**Но если я готова отдать все свое счастье, это именно то, что создает наше счастье.**

Это мудрость, стоящая за этой практикой ло джонга, даяния. Чем больше я могу дать, тем больше я создаю у себя. Чем больше эта готовность давать, тем больше я потом **вынуждена** видеть мир любящим меня, потому, что это те записи, которые я сею в медитации, а потом также и в жизни. Это то, что делают бодхисатвы-павлины.

**Любовь, уничтожающая агрессию и вред**

Итак, в этом абзаце написано об этом желании, чтобы дождь стрел стражей ада превратился у меня в цветы. Он превратится в цветы потому, что если у меня есть такое глубокое желание принести благо всем существам, всем существам включая и тех которые больше всего грешили и сейчас находятся в аду, мне больше нельзя навредить потому, что у меня нет записей, и значит, **как кто-то может мне навредить?** Мне можно навредить, только если у меня есть созревшие семена, заставившие меня спроецировать их так, а если у меня таких семян больше нет, если я их уничтожила – мне навредить нельзя, такое невозможно. Потому, что:

**Нет вреда, который является вредом сам по себе; все это проекция из записей. И если мои записи другие я в своем мире не могу спроецировать вред, и тогда мне навредить нельзя. Ко мне не будут приходить враги потому, что я уничтожила эти семена.**

**Вся работа на ретритах заключается в этом, люди сидят и проделывают эту работу, уничтожают в себе эти семена и тогда в их реальности обязан быть мир, чего-то другого не может быть. Враг не может прийти в мир человека уничтожившего в своем сердце эти семена.**

Это то, что он здесь говорит; это то, что он говорит в этом абзаце.

**Абсолютное лекарство уничтожающее все страдания**

Мы переходим к следующей главе Ло Джонга.

Итак, если он переходил:

- От бодхисатв-павлинов
- К корреляциям
- К гневному ангелу,
- К обвинительному заключению,
- К описанию существования в сансаре
- И потом к молитве уничтожения сансарного существования,

Сейчас он переходит к очень красивой главе, которую я назвала:

- **Абсолютное лекарство**. И здесь он говорит о пустоте.

**Две бодхичитты**

Бодхисаттвы павлины это его первой главой, вы помните ее название? И мы там говорили об обманчивой и абсолютной бодхичитте, там говорится практиковать их обе.

* Бодхичитта любви к ближним, это **обманчивая бодхичитта потому, что это бодхичитта в которой есть «я» и «ближние», есть любовь и действия**. И она находится в относительной реальности. Она удивительна и чудесна у тех, кто ее развил, **она дорогого стоит, и впускает их в рай, но она все еще в обманчивой реальности. В обманчивой бодхичитте есть страдающие, угнетенные, и несчастные, и я прихожу и помогаю им**, и этим трансформирую свою карму видения их там.
* **В абсолютной бодхичитте – я не прихожу им помочь, я уничтожаю их.** В моем мире больше нет бедности, угнетенных и страдающих. Это абсолютная бодхичитта. Я прекращаю их проецировать. И это возможно только тогда **когда понимают пустоту**.

**Полый ствол, иллюзия, отражение в зеркале: медитация на природу реальности**

И в этой, почти последней части Ло Джонга, ☺ он переходит к чудесной медитации на пустоту. И первый абзац на 13 странице говорит:

**Видь – все вещи вокруг себя
Существующими зависимо от других вещей!
Понимание взаимозависимого существования означает
Понимание, что у всех вещей нет никакого самосуществования!
Вещи кажущиеся приходящими и уходящими -
Являются обманчивым явлением, иллюзией;
Они как кольцо огня появляющееся
Когда вертят пылающий факел;
Они как отражение в зеркале.**

Это очень часто употребляемые сравнения в буддистской литературе.

- Это **факел**, у нас в руке есть пылающий факел, и мы быстро крутим его, и в темноте виден круг света. Он говорит, так и явления вокруг нас. Мы рассказываем истории о происходящих с нами вещах, но в сущности это набор отблесков из наших кармических записей, шестьдесят четыре за щелчок пальцами, и мы соединяем их вместе в историю, и рассказываем ее. Или красивую историю, или историю о страданиях – в соответствии с кармой. В сущности это набор отблесков картинок.

И он говорит, что вся наша жизнь такая:

- Они «**появляются обманчиво**»,
- Они «**иллюзия**»,
- «**Они как отражение в зеркале**»,
- Он говорит: «**Жизнь как полый ствол, в котором отсутствует любое внутреннее наполнение**».

**Пустой экран, на котором мы рисуем всю наши жизнь**

Он подразумевает **этот пустой экран**.

**Жизнь является пустым экраном, и с помощью созревающих записей я рисую на нем жизнь. Это непрерывный и постоянный поток созревающих и завершающихся записей, и я сею, и они создаются. И это моя жизнь, и только. И только.**

**Что в отношении будд?** То же самое, поток созреваний семян и созревающих записей. Но, что? Они изучили этот механизм. И они также создают поток на абсолютно пустом экране, но этот поток приятен, они находятся в раю, и проецируют себя в раю наслаждающимися бесконечными, удивительными наслаждениями в месте, которое, в сущности, абсолютно пусто, они все время соприкасаются с пустотой.

**История может поменяться от начала до конца**

И тогда в абзаце после этого он говорит очень интересное:

**Также и тот палач,**

Помните нашего палача? Это цепляние за себя.

**Мой заклятый враг.
Кажется таким настоящим –**

Я, я здесь, я здесь. Мне навредили, мне сказали, мне сделали. Это:

**Кажется таким настоящим -
Но, в сущности, там никого нет.
Кажется таким настоящим -
Но в этом нет настоящего.
И кажется происходящим прямо здесь -
Но это далеко выходит за пределы
Всех моих историй.**

**Также и колесо кармы -
У него также нет собственной природы;
Как отражение луны
Отражающееся в лужице -
Обманчивость действий и результатов
Сияет во множестве явлений.**

Все истории, которые я рассказываю себе о том кто я, что я, все это – включая и палача, включая цепляние за себя – также пусты, это также пусто. Это появляется когда накапливаются обстоятельства, как когда лужица воды, поверхность которой гладка, и свет луны – вместе создали отражение луны в лужице. Это применимо ко всем явлениям нашей жизни – они также создаются когда наши проекции и сырьевые данные, на которые они проецируются, соединяются вместе.

Если я пойму, из каких записей пришел палач, я смогу разрушить эти записи. Это то, что он нам говорит, и это наша надежда. Из-за того, что вещи пусты, те, что появляются сейчас, появляются только потому, что мы не поняли, как мы их проецируем, и как мы это создаем. Если мы начнем понимать, мы сумеем спроецировать другую реальность.

В одном из абзацев у него там есть пример, что вы стоите на берегу моря, и появляется туман, вы видите наплывающие на вас облака тумана. В Сан Франциско, если вы когда-нибудь стояли на берегу океана, в определенные часы появляется туман, вы видите его поднимающимся и приближающимся, где он но когда он окутывает вас? Вы, как и до радуги не можете до него дотронуться.

**Сон, являющийся реальностью!**

Вещи кажутся нам настоящими, но когда мы достаточно спокойны, и развили мудрость, мы видим, что они как туман, они пусты, мы не можем их найти. Я не могу найти эту Двору, которую обидели. Том, на которую накричал начальник, если она поймет пустоту, она поймет, что там нет начальника кричащего на нее со своей стороны, и нет Том обижающуюся со своей стороны.

Что не говорит о том, что их не существуют. Что не говорит о том, что ей не больно слышать эти вещи. Но эти вещи вредят не со своей стороны.

И здесь эту главу нужно читать осторожно потому, что не обязательно в этих абзацах это написано однозначно. В этих абзацах они говорят **«все иллюзия», «все как сон, «все как туман» - но это не говорит о том, что они не там.** Но если я вхожу в суть происходящего, и начинаю их искать и исследовать в медитации на пустоту, я не сумею их найти. Это то, что здесь написано.

К примеру, он говорит:

**Игра музыканта делает приятно его публике
Благодаря приятной мелодии,
Но если ты проанализируешь, то все, что ты найдешь это
Звуки в которых отсутствует самостность».**

 Какие составные мелодии? Набор звуков, набор нот. Возьми одну ноту по отдельности: до, ре, что делает нота? Ничего. Нота. Несмотря на это, если их не анализировать, все звуки создают нам приятную мелодию, и это, к примеру, однозначно может «**уничтожить сердечную грусть**». Итак, она может функционировать как мелодия, несмотря на то, что если я ее проанализирую, она состоит из звуков, и если я буду анализировать и их, то это будет вибрациями, волнами, амплитудами и частотами. Что там утешает грустящее сердце? Ни в чем из этого я не смогу найти этого, но это все еще, если у человека есть карма быть утешенным в этот момент, может его утешить.

Это появляется – аа, я слышала приятную мелодию, но если я иду и ищу ее, я не могу ее найти.

И так весь наш мир, так каждая вещь.

Если я пойду искать Рамат Ган – если я попрошу вас показать Рамат Ган, вы не сумеете мне его показать потому, что где Рамат Ган? Вы можете показать мне точку на карте, хорошо, но где Рамат Ган? Это не его обозначение на карте. Где Рамат Ган? И вы может мне сказать, что это набор улиц и домов, но это улицы и дома, а не Рамат Ган.

**Полный кувшин, который является пустым**

На странице 14 есть очень красивый абзац, вверху страницы, он говорит:

**Если, к примеру, мы посмотрим на кувшин
Наполняющийся от капли к капле.
Он не наполняется
От первой капли,
И не от последней капли,
И также не от остальных капель.
Только когда набор завершен,
И целостно взаимозависимое существование -
Только тогда кувшин наполняется».**

Он здесь намекает на очень известное учение. К примеру, Арие Нагараджуна обучает пустоте таким образом, он говорит: кувшин наполняют каплями воды. До тех пор пока не капнула последняя капля, мы не можем сказать, что он полон, верно? Так наполнила ли его последняя капля? Нет. Он говорит, необходимо чтобы там были все вместе, и тогда мы видим полный кувшин.

**Тело, которое как телега**

Так и мое тело – если я пойду его искать я не смогу его найти. Арие Нагараджуна очень красиво говорит о телеге, мы делали это на курсе 12.

Являюсь ли я каждой из моих частей? Является ли мое тело моей рукой? Нет, глупо так говорить, верно? Потому, что у меня есть еще части тела. Являюсь ли я моей ногой? Та же самая глупость.

Итак, мы сказали: мое тело это ни одна из частей моего тела, это понятно, это легко.

Является ли мое тело набором всех моих частей? Могу ли я так сказать? Является ли мое тело просто набором моих частей? Почему нет?

**Из зала:** так сказать нельзя. Потому, что если мы возьмем части человека и склеим их, из этого не получится человека.

**Учительница**: если мы сначала разрежем его, а потом склеим, из этого ничего не получится.

Но почему не достаточно собрать все части и сказать: «Вот тело Дворы»? Почему не достаточно всех частей? Потому, что нужно что-то еще! Потому, что если мы возьмем все мои части и приползет муравей, скажет ли он, что: «Это тело Дворы»? Он, может быть, даже не увидит тела.

Потому, что для того, чтобы было тело Дворы, нужен кто-то кто спроецирует и скажет: «Это тело Дворы», «этот набор частей, это тело Дворы», верно? И, по крайней мере, на этом уровне я не могу сказать, что я это набор моих частей.

Я не могу сказать, что я являюсь своей специфической частью, это глупо. Я также не могу сказать, что являюсь набором всех своих частей вместе до тех пор, пока я не дала этому набору название, поэтому я не могу сказать, что это части Дворы, верно? **До тех пор пока я не назову этот набор частей Дворой, это еще не Двора.**

И чтобы запутаться еще больше: когда я говорю о «своих частях», прежде чем есть «я», есть мои части, и тогда этот набор вместе я называю «Дворой». Но когда я говорю о «своих частях» у меня уже есть идея «я»! Я говорю: «это часть моего тела», то есть там раньше уже было тело! Как эта нога может быть частью моего тела, если сначала там не будет тела? О чем я говорю? О части чего я говорю? Понимаете?

**Если ты не будешь их тщательно изучать – они будут появляться как существующие**

**Итак**:

**Все наше мышление о том, как появляются вещи, коренится в невежестве.**

Вещи не такие как мы о них думаем, даже в этом простом примере. Сделайте это в медитации, пойдите и поищите где ваше тело, поищите его.

Каждый абзац в этой главе, это медитация. Каждый абзац, это медитация.

Он говорит:

**«Смотри! Если ты оставляешь вещи,
И не стараешься их глубоко исследовать -
Они будут появляться как существующие»**

Как мы делали с телом – тех пор, пока я не начну его искать, кажется, что есть тело Дворы.

Кажется, что есть Рамат Ган до тех пор, пока я не начну искать где именно Рамат Ган, и я вижу набор домов и улиц, и если я продолжу искать дом, являющийся составной набора домов и улиц, где этот дом, то я найду только набор стен, окон, и крыши, но где дом?

И так далее. Если я начинаю анализировать я не нахожу тех вещей о которых я думала как о существующих: «Вот дом. Не говори мне, что дома нет, вот я вижу дом». Но где, где именно дом, который ты видишь? Если ты начинаешь анализировать его, ты не можешь мне его показать. И он говорит:

**Смотри! Если ты оставляешь вещи,
И не стараешься их глубоко исследовать -
Они будут появляться так, будто существуют,
В то время когда в их появлении, в сущности
Нет никакой собственной природы.
Это очень глубокое учение
И тем чьи возможности слабы -
Будет тяжело его воспринять.**

Это то, что он говорит.

**Существует, или не существует? Вот в чем вопрос.**

Итак, он предлагает нам погрузиться:

**В глубокую медитацию концентрации**

Об этих вещах. Потому, что если мы будем это делать, с каждой вещью, какую бы мы не взяли, он говорит:

**Ты не сумеешь найти ничего
Что является таким твердым, как кажется.
Ты не сумеешь сказать существует там вещь
Или она не существует.**

Мы не можем здесь придать ни существования, ни не существования потому, что если я ищу где Рамат Ган, если я действительно проверяю где именно – Рамат Гана нет, он распадается на свои части, и каждая такая часть распадается на свои части, и так далее.

Вместе с этим, если я говорю, что будет встреча в «Бейт Цанхане» в Рамат Гане – все вы приходите. Значит, вы знаете, где находится Рамат Ган.

Так существует Рамат Ган, или нет?

Он существует на обманчивом, конвенциональном уровне. Он существует в обманчивой реальности, как проекция. Мое тело существует, когда я прихожу к врачу, я прихожу с этим телом. На этом уровне оно существует.

Когда я иду, ищу, и анализирую – это как окутывающий меня туман, и я не могу до него дотронуться потому, что его нет. Так существует он, или нет?

**Из зала**: он не существует со своей стороны.

**Учительница**: он не существует со своей стороны, и у него есть то, что мы называем «конвенциональным», относительным существованием.

**У вещей нет никаких качеств, быть теми или другими**

Итак, это он говорит здесь в двух последних строках:

**Ты не можешь поклясться, что вещь такая или другая,
Или, что это не так.**

Это предложение очень важно.

Здесь он говорит о качествах вещей. Также как мы не можем сказать о существовании вещей, существуют они или нет, также и с их качествами. **Начальник не плохой, и не хороший, не со своей стороны.**

Если я начну искать, что именно составляет плохие качества начальника Арнона – я не сумею найти. Ну, он поднял голос, ну так, что? Он поднял голос, так это децибаллы, это физические явления, это звуковые волны, дошедшие до моего уха, почему это плохо? Что делает это плохим? Это плохо не со своей стороны. Мне это кажется криком потому, что у меня сейчас есть семена проецировать эти звуки как крик. Если у меня будут другие семена, то эти семена будут для моих ушей приятной мелодией.

**Само сознание пусто**

И сейчас в следующем абзаце он так красиво сказал:

**Воспринимающее сознание, и воспринимаемая вещь -
И то и другое не имеет никакой собственной природы.**

Мое сознание, воспринимающее этого плохого начальника, эти страдания, и эту добродетель – даже это сознание пусто, даже это сознание пусто.

**Тесная связь между пустотой и практикой морали**

**Нет вещей которые нужно делать,
Или которыми нужно пренебрегать,
Все они свободны от любых представлений
Которые мы на них нагромождаем.**

Сейчас это нужно читать осторожно. Он говорит:

**Нет ничего, что нужно делать
Или чем нужно пренебрегать**

Здесь он подразумевает практику.

Вещи, которые нужно делать, и вещи которыми нужно пренебрегать:

* То, что мне **нужно делать**: быть хорошей по отношению к другим, давать, хранить жизнь, не воровать.
* И то, чем **мне нужно пренебрегать**, это прекратить воровать, прекратить вредить людям, и так далее.

Весь буддизм полон учением о морали. Половина всего чему обучал Будда, это как соблюдать мораль, и здесь он говорит: **нет вещей, которые нужно делать, и которыми нужно пренебрегать**. Это очень опасно. Я знаю человека, который после того как пришел к буддистскому учителю который ему сказал: «Нет вещей, которые нужно делать, или которыми нужно пренебрегать» шесть лет сидел в тюрьме. Ты можешь делать все, что хочешь. Все пусто. Он сидел в пустой тюрьме, шесть лет пустота, и болел пустой лихорадкой.

**Потому, что верно то, что со своей стороны сознание пусто, и обеты также пусты. Но благодаря тому, что все пусто, благодаря тому, что все является пустым экраном, что появляется на этом экране? То, что я проецирую! И то, что я проецирую, будет для меня реальным.**

Поверьте мне, для того человека шесть лет в тюрьме были очень реальными и не приятными. Это определяется моралью.

**Повторяющийся мотив: пожалуйста, соблюдайте мораль**

В каждой главе есть разный повторяющийся мотив. Здесь также у него есть повторяющийся мотив, который появляется в нескольких абзацах.

**Пожалуйста,
Сделай то, что нужно сделать
И оставь то, что нужно оставить,
Даже если это только сон.**

Он говорит: до сих пор я объяснял вам, что все как сон, как туман, как все сравнения, которые мы приводили. Это верно, все пусто. И из-за того, что все пусто, из-за того, что у меня нет тела существующего самого по себе, кроме того которое я проецирую я буду проецировать больное или здоровое тело в соответствии с тем, насколько соблюдал обеты, в соответствии с записанными записями.

И он говорит: верно, все как сон, но даже если это как сон «**молю тебя**» - он призывает нас, он использует эти слова, он говорит пожалуйста, молю тебя – «**делай то, что нужно сделать, и оставь то, что нужно оставить**», то есть **соблюдай обеты**.

Другими словами, это заповедь делай, и не делай. Делай то, что нужно, и прекрати делать то, что нужно прекратить делать. Это очень, очень, очень важно потому, что мы в иллюзии. Верно, мы в иллюзии, и поэтому она очень реальна, и поэтому мы также можем на нее повлиять.

**Мы можем создать такую иллюзию, какую хотим. Это то, что называется прийти к просветлению, это то, что сделал Будда.**

**Завершение**

На последней странице Ло Джонга здесь есть завершение, которое было добавлено позже, описывающее нам линию передачи.

Дхармаракшита был учителем Лорда Атиши, который был одним из учителей принесших буддизм на Тибет, очень великим учителем. И он потом присоединил к этому Ло Джонгу два абзаца, которые не являются частью этого Ло Джонга – они добавлены **Лордом Атишей**.

Лорд Атиша должен был унаследовать трон короля, и он говорит:

**Я тот, кто отказался от королевского трона,
И захотел выстоять перед большими трудностями,
И благодаря этому мне удалось накопить большую добродетель,
И я встретил чудесного учителя.** (Он говорит о Дхармаракшите).

**Этот учитель подарил мне чудесный нектар
Святой дхармы, и ее усиления,
И после того как я убедился в их целительной силе,
Я вижу в них святое слово.**

Он говорит: я не просто их взял, со слепой верой; я их проверил, я их практиковал, я убедился, они привели к результатам, и поэтому это превратилось в святое слово.

**В своей жизни я приложил много усилий чтобы проверить
Много раз мировоззрения,
В соответствии с разными школами.
Я исследовал их своим умом,
И также много практиковал.**

И все это верно, потому, что он был одним из самых больших ученых своего времени, он был главой монастыря Наланда, что было в ту эпоху как Гарвард.

**И я действительно увидел там**

Во всех различных учениях и различных школах,

**Бесконечное количество чудес и секретов,** он говорит, **Но я понял, что это учение, которое здесь
Будет полезным
В такие вырождающиеся времена как сейчас.**

Итак, он рекомендует нам это учение, и потом к этому добавляет, перечислена целая линия передачи с тех пор, и до того дня, как это пришло к нам. И здесь это снова возвращает нас к важности **прямой линии передачи**.

**Важно, чтобы учение, которое вы выбираете как путь – и он рекомендует это как путь – было подлинным, чтобы оно исходило от просветленных личностей, чтобы оно пришло без искажений, и о котором вы знаете, что этот путь приводит к результатам.**

И снова, здесь стоит на этом ударение.

«*Это, если так*», он завершает «*учение Ламы Дхармаракшиты, Ло Джонг для развития доброго сердца. Простое и целостное*», он говорит.

**Медитация: «Раскрытие сердца и послание стольких тел, сколько капель в реке Ганг»**

*Итак, я хочу, с вашего разрешения перейти к медитации. И на этом мы расстанемся. Это медитация из другого Ло Джонга Мастера Дхармаракшиты, которая называется «****Раскрытие сердец и послание стольких тел, сколько капель в реке Ганг****». Так она называется.*

*Итак, найдите снова удобную позу. Попытайтесь найти позу, в которой вы сможете просидеть десять - пятнадцать минут без движения, чтобы не мешать ни себе ни другим.*

*Обратите внимание на то, чтобы ваша спина была прямой. Сфокусируйтесь на дыхании, увидьте, как воздух выходит из ваших ноздрей, и входит в них.*

*Сейчас представьте, что вы находитесь на берегу океана, что вы ладонями набираете немного воды, и позволяете ей обратно вытечь в океан. И попытайтесь на мгновение задуматься, сколько капель там было, сколько капель воды есть в зачерпнувших ее ладонях? Может быть сотни? Может быть тысячи?*

*И сейчас, в своем воображении, увидьте весь огромный океан. Сколько капель в нем есть?*

*И сейчас снова сфокусируйтесь на себе, и увидьте себя как какого-то ангела света, красивого, и удивительного ангела.*

*И в центре вашего сердца есть белый, очень красивый свет.*

*Подумайте, как бы это ощущалось, если бы вы действительно могли любить. Как это могло бы ощущаться, если бы у вас было раскрытое настежь сердце, настолько раскрытое, что у вас больше не было бы мыслей о себе.*

*И сейчас подумайте обо всех людях в своем мире, испытывающих в этот момент боль. Есть люди которые прямо в этот момент, каждую секунду плачут, извиваются от боли, пытаются себе навредить.*

*Есть люди которые боятся, есть люди которые отчаялись, есть люди которые в этот момент сердятся.*

*Вы нужны всем этим людям. Попытайтесь их представить.*

*И вы этот светящийся, и просветленный ангел, и вы посылаете свои тела каждому из них, и их столько, сколько капель в океане. Вы посылается всем людям во вселенной, огромному числу существ, всем кто нуждается в вас бесчисленное количество тел.*

*И вы посылаете бесчисленное количество тел, бесчисленное количество своих копий каждому из этих существ, и вы приходите к ним, и садитесь напротив них.*

*И все эти ангелы, которые являются вами, любят всех этих существ. И каждый из них усаживается напротив каждого существа, и забирает у них их боль, и готов, чтобы она созрела у него, вместо этих людей. Каждая такая ваша копия забирает боль и семена боли из сердца человека напротив него, и готова, чтобы это созрело у него, только чтобы этот человек не страдал. Каждая из этих копий приходит и впитывает все отрицательное у всех существ, всю боль, забирает все, забирает, забирает, забирает все.*

*Каждое из ваших тел жаждет возможности сжечь карму этих людей, и забрать их боль.*

*Тяжело представить бесчисленное количество тел, и вы можете сфокусироваться на них по одному, каждый раз по одной сцене. Один грустный человек, один раненный человек.*

*Используйте их, чтобы раскрыть свое сердце. Это то, что они вам дают, это их подарок, это то, почему они здесь.*

*И сейчас обменяйтесь с ними, и вместо боли которую вы у них забрали дайте им счастье. Ваше ангельское тело полно света и счастья, пошлите все это счастье этим людям.*

*Отдайте им всю свою добродетель, отдайте им все свое понимание, отдайте им все хорошее, что у вас есть.*

*И сейчас позовите всех святых ангелов, всех просветленных личностей в нашем мире, всех кого вы вообще можете представить. Пригласите всех и позвольте им заполнить небо в этом мире, и они покрывают все небо, и как дождь они дают существам то хорошее, что есть в них. И приходит так много добродетели, что у каждого существа в мире в этот момент исчезает вся боль потому, что вы ее разрушаете. Вы переполняетесь добродетелью и начинаете продвигаться по пути к просветлению.*

*И увидьте каждое существо в мире в прямом восприятии пустоты. И потом они выходят из него, и проходят все этапы до самого просветления, и все они становятся просветленными личностями.*

*И сейчас позвольте всем этим просветленным личностям, которых вы создали к вам прийти, и все они спускаются в ваше тело, и сливаются с вами. И сейчас вся эта добродетель наполняет вас и ваше сознание.*

*Сейчас вернитесь в свое тело и в свое сознание и посвятите эту медитацию тому, чтобы каждый, еще в этой жизни, достиг прямого видения пустоты, и высшего счастья просветления.*

*Вы можете открыть глаза.*

Итак, я хочу от всего сердца поблагодарить вас за то, что позволили мне передать вам здесь это учение, это большая честь.

И я хочу попросить вас, чтобы вы не были последним звеном в линии передачи потому, что тогда вы соприкасающимся с вами людям не передаете настолько важных знаний. Поэтому, изучайте эти вещи, исследуйте их, проверяйте их, ставьте эксперименты, практикуйте их, и потом передавайте их дальше.

И давайте расстанемся благодарностью линии передачи, и пошлите свое благословение Геше Майклу и Ламе Кристи, от которых я получила это учение.

*(Мандала)*

И давайте посвятим.

*(Посвящение)*

*(Молитва для продления жизни Ламы Дворы-ла)*