**Курс ACI 16: основы буддизма, часть 1**

**Обзор больших классических книг по буддизму – часть 1**

**На основе уроков геше Майкла Роуча**

**Перевод, редакция, и подача**

**Ламы Дворы-ла, и Арие-ла**

**Рамат-Ган, июль 2008**

**Урок 1, часть 2**

*(Мандала)*

**Три основные пути***(Приложение к этому уроку содержит произведение Чже Цонгкапы с этим названием, в переводе ламы Дворы-ла)*

**Что это за три основные пути? Это три идеи, которые если мы хотим прийти к просветлению каждый из нас обязан понять и усвоить.**

И фактически, понимание и усвоение этих идей необходимо также если все, чего мы хотим это найти счастье в нашей жизни.

1. **Первый путь: поворот**

И вот первый из них:

**Первый этап пути, первый Лам, или первый Рим это понимание, что эта жизнь является страданием.**

И это не малый этап пути. Иногда для тех, кто не понимает - это камень преткновения.

**Тот кто не понимает страдания этой жизни не сумеет продвинуться на пути, не сумеет продвинуться по-настоящему.**

Итак, первый этап пути это то понимание, что в сущности эта жизнь, такая как мы с ней знакомы, даже те из нас, кому в жизни хорошо – это форма страдающей жизни. Это форма жизни которая не завершится хорошо. Даже тем из нас кому в данный момент в жизни хорошо. Мы говорим: не волнуйтесь, это только временно».

- Рано или поздно мы потеряем свои деньги. Есть люди, которые сегодня это знают напрямую.

- Рано или поздно мы потеряем свое здоровье, многие из нас это знают.

- Рано или поздно мы потеряем свое сознание, нашу способность думать. Вы думаете, что если вы сейчас способны думать и учиться вы всегда сможете думать и учиться? Сходите в дома престарелых. Посмотрите. Мы потеряем свой ум.

- Мы потеряем своих партнеров,

- Мы потеряем своих детей,

- Мы потеряем все те вещи, которые нас окружают и в которых мы принимаем прибежище. В которых мы ищем утешение, о которых мы говорим: «С этим мне хорошо: со своей семьей, с моими детьми, с моими деньгами, с моим банком, с моими путешествиями, с моими отпусками».

Все эти вещи будут у нас отобраны.

У большинства людей их вообще нет. Мы находится в какой-то – в математике говорят сингулярной точке. Мы стоим на какой-то маленькой точке, все мы – на одной маленькой точке, в этом большом отрезке жизни, мира в котором у нас есть эти привилегии. У большинства людей их нет, и нам также, они даны только временно, и в конце своей жизни это уже знают. Это очень временно.

**Очнуться от иллюзии**

Очень молодым людям это сложно представить. Поэтому если здесь есть молодые люди я очень это ценю и уважаю. Потому, что людям в расцвете сил, у которых все хорошо тяжело представить, что так продолжаться не будет. И тогда они не используют эти годы для совершения чего-то существенного, чтобы вывести себя с этого верного маршрута к старости, болезням, авариям, и смерти, на котором все мы находимся.

**Не важно, насколько хорошо нам в этот момент – все мы находимся на этом маршруте к кладбищу.**

Подумайте. У вас есть другая идея того, куда мы идем? Мы все идем туда.

Семена этого уже находятся в нас. Под кожей. Не знаю или это видно, когда проверяют кожу. Семена смерти сидят внутри нас. Посаженные глубоко-глубоко в нашу суть. И они побеждают. Если мы не сделаем что-то другое, чего-то радикального и кардинально другого – мы на пути туда с того момента как мы родились.

**Это не то, что вы сделали что-то не правильно. От того факта, что вы родились, из-за того факта, что вы живете - придет смерть. Даже если вы едите только органическую еду и делаете много йоги, читаете много молитв, и так далее – это не важно. Вы старитесь в то время, когда все это делаете. Необходимо что-то радикальное, и кардинальное, чтобы из этого выйти.**

И мы говорим, что так быть не обязано! Верно, что мы окружены такими же людьми, как и мы. Но это не говорит о том, что это все, что есть в мире. Вот отрывок:

**Чтобы мы сумели заметить кого-то такого, кто победил смерть – и такие есть – нам нужно находиться почти там же.**

Они делают это незаметно, и они окружают нас. Они вокруг нас все время. **Только мы из-за того, что находимся в этом мире, который мы называем миром желаний** – и мы потом об этом поговорим – **не очень замечаем**, мы не можем заметить, когда эти вещи вокруг нас происходят. Но это не говорит о том, что они не происходят.

Будет наивным сказать: «Если я не видела - значит этого нет». Это будет очень наивным. Это также не верно с логической точки зрения. «Если я не видела - значит этого нет». Это не доказательство. И даже интеллектуальным, духовным, мудрым, и хорошим людям имеющим большую добродетель и совершающим добрые дела в мире часто не удается заметить этот основной факт за всем нашим существованием, и это то, что в этой форме существования у нас нет шансов. Что все якобы хорошее, что у нас есть в этот момент будет у нас вырвано.

Это происходит очень медленно. Мы взрослеем, старимся, и постепенно-постепенно теряем способности, навыки, и так далее. И когда наступает момент смерти – у нас все вырывается. У нас все вырывается и мы сразу находим себя в каком-то месте которое называется **бардо** – **Bardo** *(бардо –**Bardo, промежуточный мир между смертью и новым рождением)*, и это сумасшедшая гонка. Мы в отвратительной галлюцинации, полной ужаса и террора которая не в нашей власти. Не думайте, что вы можете подумать, решить, и выбрать. Власть будет у вас отобрана.

До тех пор пока вы в этом человеческом теле – это может завершиться в мгновение ока. Завтра если вы будете неосторожно вести машину, это может закончиться. И даже если вы да осторожно ведете машину, это может закончиться.

И **для того, чтобы это заметить нужен очень высокий интеллект, в особенности если вы еще молодые люди**. И мы можем сказать о себе, что мы молоды – и мы здесь, **и без этого распознавания, распознавания на глубоком уровне у нас не будет достаточно стимуляции чтобы проделать этот путь наружу. Мы погрузимся во все те вещи в которые мы погружены: в семью, в карьеру, в путешествия, в бар-мицвы**, я не знаю, что еще делают люди – и мы упустим удобные возможности.

И люди говорят: «Хорошо, я завещаю свое имущество детям». Вы знаете сколько времени берет у детей потратить все деньги которые вы копили всю свою жизнь? Да.

**Поэтому, очнуться от иллюзии это первый этап**. Очнуться от иллюзии.

Все эти вещи как усыпляющий наркотик который изготовил для нас властелин смерти, чтобы мы не замечали, что мы в его когтях, что мы на пути к нему. Он держит нас там, и все эти вещи усыпляют нас и запутывают, и мы идем туда, идем сюда, и он говорит:

**«Аа, это человек погруженный в жизнь этого мира», властелин смерти потирает свои руки и оставляет его в покое. Он не должен ничего делать. Тот и так упадет ему в руку как спелый плод. И только тому кто начинает замечать, что в его когтях и начинает проделывать путь наружу властелин смерти начинает создавать проблемы.**

И если вы не верите тому, что я говорю, сходите в дома очень престарелых. Тех кому восемьдесят пять-девяносто лет. Посмотрите там. Это очень грустно. Прежде чем мой отец умер я провела там какое-то время. И вы конечно же знаете это из своего опыта. А если нет, то сходите в эти дома престарелых потому, что они там для того, чтобы мы учились.

То, что вы думаете, что у вас есть в этот момент у вас будет отобрано. Вы не какие-то другие. Если вы посмотрите на фотографии родителей и дедушек с бабушками, когда они были в вашем возрасте они не выглядели так как выглядят сегодня, верно? Также и вы не будете выглядеть как сегодня через двадцать, тридцать, сорок лет. Вы будете выглядеть также как и они. Мы не лучше. Не лучше. И мы не любим ходить в дома престарелых. Туда приходит мало людей, только если они обязаны, верно? Мы не ходим туда, мы ходим на концерты, мы не ходим в дома престарелых. Я предлагаю ходить в дома престарелых, чтобы проснуться.

И есть люди которые может быть работают и говорят: «Ок, работа моей жизни, у меня есть какая-то репутация, я проделаю какую-то работу, мое имя будут помнить». Может быть какое-то время, может быть если вам повезет ваше имя будут помнить и вы появитесь на главной странице некролога, а не на третьей. И пройдет еще несколько лет, и ваше имя уже не будут помнить. И не будут помнить людей которые помнили ваше имя.

Ваши фотографии со всех путешествий которые вы собираете и показываете всем друзьям и знакомым, представьте, что через тридцать лет кто-то находит коробку с этими фотографиями и говорит: «Что это? Аа, это бабушка и ее путешествия». Прокрутите это еще на пятьдесят лет. «Что это за ящик? Кому это здесь нужно?» У нас в Израиле нет достаточно истории. Верно? У нас нет достаточно поколений в Израиле, у большинства из нас, но это то, что происходит. **Эта жизнь как перышко на ветру. И чтобы суметь продолжить дальше мы обязаны развить эту осознанность в глубокой форме.**

**Поворот**

Итак, этот первый путь который мы сейчас описали называется **Ngenjung**. Произнесите:

**Ngenjung**

**Ngenjung** на иврит мы переведем как **поворот**.

**И поворот в смысле поворачивать от занятий этого мира, материальными вещами, вещами связанными с мирскими наслаждениями, и так далее, к духовной жизни.** На английский это переведено как **renunciation**. Renunciation это слово пришедшее из христианства, и там это больше в смысле отказа. Отказ, у нас есть коннотация: «Что, почему мне нужно отказываться от своей семьи, от своей работы, и так далее?» И подразумевается не это. Подразумевается не это.

Вам не нужно отказываться от этих вещей. Но они не должны быть вашим основным занятием.

**Если вы на этом пути основная вещь на которой вы сфокусированы это вывести себя и других из страданий. И тогда все вещи которые у вас есть, семья, профессия, и так далее превращаются в часть вашей практики. Они превращаются во что-то поддерживающее вашу практику.**

Нам нужны люди вокруг себя чтобы отразить нам эти вещи. Они превращаются в то, что делает возможным этот путь, но мы больше не занимаемся заработком, семьей, и так далее как самоцелью. Основная наша цель это найти путь как уничтожить мои страдания и страдания моих любимых членов семьи. И всех людей на пути также.

Чтобы мы сумели это сделать нам нужно развить глубокую осознанность, что все хорошие вещи которые есть в нашей жизни, хороший ли это дом, хорошая семья, и так далее – в случае, если у кого-то есть эти хорошие вещи – являются результатом кармы, и мы скоро о ней поговорим. Они являются результатом наших хороших действий в прошлом.

**И карма по своей природе иссякает. Это ее природа.**

**Мы будем вынуждены потерять эти вещи потому, что они пришли из кармы, и когда карма завершается – вещи исчезают.**

И люди вокруг нас все время теряют детей, люди теряют партнеров, люди теряют имущество, теряют здоровье, теряют сои органы чувств. Почему? Потому, что эти вещи пришли из кармы. И карма иссякает, и мы не знаем, как создать что-то другое.

Мы сели в этот поезд, и идем на автомате, вообще не зная как мы сюда попали. Почему мы сюда пришли? Что происходит, почему мы взрослеем? Почему все это с нами происходит? **И это цель этого учения. Пробудить нас из спячки.**

**И это Ngenjung, это первый этап.**

Это этап пробуждения. Это этап: «О, боже мой, я на пути к кладбищу». Это то, куда я иду. Что мне сейчас делать? Что делать? И это этот этап: «Аа, сейчас мне нужно что-то сделать, мне нужно научиться».

**Без этого этапа нет шансов на то, что вы проделаете остальной путь. Потому, что все хорошо. Чего волноваться?** И когда все хорошо, это усыпляющий наркотик.

**Как развивается поворот**

**Итак, Ngenjung это то понимание, что мы не можем сохранить ни одну из тех вещей которые у нас есть. Все эти вещи иссякнут, карма завершится и мы будем вынуждены их потерять. И в день когда мы наконец-то глубоко это понимаем, мы поднимаемся на первый этап. Тогда мы делаем поворот.**

И у каждого находящегося здесь видимо уже есть определенная степень этого, иначе вы бы вообще сюда не пришли. Иначе вы бы нашли что-то другое что сегодня можно сделать. Поэтому мудрость в том, чтобы это углубить. Углубить это достаточно, на достаточно глубоком уровне, чтобы у вас была мотивация продолжать путь. Подняться на него и да достичь этой желанной цели постоянного, удивительного счастья в котором нет ни одной капли страданий. Это наслаждение будды.

И каждый из нас может это делать, если мы проделаем этот путь. Чтобы мы проделали этот путь нам нужно на него встать. Это Ngenjung, это поворот.

И самые лучшие практикующие это люди у которых были все те вещи которые есть у нас, произошло несчастье, и они потеряли какую-то из этих вещей. Или деньги, или семью, или обе эти вещи. Произошло что-то, что их пробудило.

И не каждый с кем это происходит пробуждается. Но счастливчики, это те люди которые в результате произошедшего с ними несчастья начали задавать эти вопросы: «Как такое может быть? Почему это происходит? Что в этой жизни к этому приводит?» И есть люди у которых когда они видят эту истину чувствуют себя удрученными, в результате этого они становятся удрученными.

Иногда я думаю, что нам нужно ценить людей которые в результате этого чувствуют себя удрученными – потому, что по крайней мере они поняли этот момент.

**Есть место, в котором нет никаких страданий**

Но это не конец истории. Это только первый путь. Есть вторая сторона.

Верно, что эта жизнь - страдания. Это верно. В этом нужно убедиться глубоким образом и лучше еще до того как наступает трагедия, но к сожалению почти со всеми это происходит после. Но Будда обучал большему.

**Будда сказал, что эта жизнь страдания, но он также показал путь к счастью.**

Он говорит: «Есть также форма существование которая целиком является счастьем, и вот путь как туда прийти».

**Мы не обнаружим этот путь, если не начнем его искать. И мы не начнем его искать, если не сделаем поворот.**

Итак, это первый путь.

Может быть в прошлом с вами происходило так, что вы кого-то теряли, была какая-то авария, или что-то в этом роде. Может быть несколько лет тому назад. И эти вещи просачиваются в сознание, и может быть сейчас в результате этого вы здесь. И вы не обязательно осознаете тот процесс который вас сюда привел.

Пожилые люди часто уже не обманывают себя. Вдруг вы видите их идущими в синагогу. Потому, что они уже не ожидают многого от этого мира. Они уже не пойдут делать еще докторат, еще детей, и так далее.

Итак, у всех у нас в определенной степени есть эта осознанность, и нам нужно развить ее еще больше до той точки когда мы больше не обманываемся; больше не ищем этого здесь и идем за большой целью - достижения просветления.

**Для человека достигающего большой цели все меняется. Трансформируются и тело и сознание.**

Это не то иссякающее, старящееся, и умирающее тело, которое есть у нас сейчас. Это не наше сознание сейчас, которое становится все больше старческим. Эти вещи создаются кармой. У просветленной личности это состояние счастья постоянно, и оно потрясающе.

**Поворот не обязательно является отказом от вещей в нашей жизни**

**И каждый из нас может стать такой личностью. Каждый из нас здесь. Но прежде всего нужно отказаться от этого цепляния за мирские вещи, прекратить возлагать на них свои надежды. Это не говорит об отказе от них, но отказе от принятия в них прибежища.**

Отказаться от идеи, что оттуда прорастет мое спасение. Что еще один партнер принесет мне счастье, или еще больше денег принесет мне счастье, или еще одна машина принесет мне счастье, или еще один дом принесет мне счастье, или еще один докторат принесет мне счастье.

И все мы были на этих путях. Все мы искали счастья в этих вещах в той или иной степени. Может быть мы разочаровались и поэтому мы здесь. Потому, что эти вещи не работают, не со своей стороны. Они не могут принести нам счастье. Они будут отобраны. И нам нужно это для себя признать.

И идея в том, что: если у нас есть эти вещи, если у нас есть здоровье, если у нас есть деньги, если у нас есть все хорошие вещи – использовать их для поддержки в пути.

- В деньгах нет ничего плохого, наоборот. Мы делаем целый курс о том, как делать деньги. Но используйте их осмысленным образом. Используйте их в продвигающей на вашем духовном пути форме и тогда это чудесно. И тогда это чудесно.

- Интеллект – чудесная вещь.

- Образование – чудесная вещь. Образование необходимо на духовном пути. Необходимо много учиться.

**Используйте те ресурсы которые у вас есть, которые вам удалось собрать вместе в этой жизни чтобы продвинуть себя на духовном пути и прийти к просветлению.**

И здесь есть люди, которые придут. Есть люди, которые придут. И я говорю, что каждый из вас может это сделать. Сколькие из вас будет прилагать усилия я не знаю. Я надеюсь, что все.

**Это не только для тибетцев**

И мы получаем эти вещи, они приходят из тибетской традиции, и мы думаем, что это может быть для тибетцев, или для индийцев. Нет, нет, нет. Это не так. К тибетцам также это пришло только тысячу лет тому назад. Будда начал обучать две тысячи пятьсот лет тому назад. Они также в начале своего пути думали, что тибетские учителя не хороши, нужны индийские учителя. Они привели индийцев обучать их. С течением времени они стали лучшими в этой области.

Нет никаких причин, чтобы мы не смогли сделать то же самое. Мы также можем стать самыми лучшими в этой области. Если я смотрю, мы здесь обучаем этим курсам, может быт пять или шесть лет, ваши цифры свидетельствуют о том, что мы в потрясающем направлении. Мы, это общество открыто и созрело для получения этих вещей. У нас есть удивительные ценности, потрясающая культура, физические условия, и в этой стране есть потрясающий интеллект.

И есть – как бы это сказать, связь со священным. Есть связь со святым. Каждое второе место здесь свято, мы окружены святыми местами. В школе изучаем Тору. У нас есть доступ к святому.

У нас есть много условий которые собрались для нас позволяют нам быть как написано «светом для народов». Мы можем стать центром этого и пробудить весь наш район. И кажется это идет именно туда. Геше Майкл обучал этим вещам в США, я не знаю, может быть двадцать лет. В конце его учения в Нью Йорке, прежде чем он ушел в свой длинный ретрит были такие цифры. Вы сделали это за пять лет.

Итак, вы потрясающи.

**Нет никаких причин, чтобы эта группа не пришла в эти места. Просто нет никаких причин.**

И наоборот. И наоборот. Если вы не будете проделывать этот путь, вы конечно же не придете. Потому, что это не происходит вдруг, без причины. Мы немного поговорим о карме. Если нет причин, не будет и результата. Если вы не посеете семена, результатов достигнуть нельзя. Необходимо проделывать путь.

**Критерий для достижения полного поворота**

Итак, поворот это этот подход который говорит: «Я обязана найти способ преодолеть эту паршивую ситуацию в которую я попала, это тело которое просто авария, иссякающее, старящееся, и то, что я теряю все, что мне дорого». Это поворот.

Как вы узнаете, что достигли поворот в полной степени? – потому, что определенная степень есть у всех нас:

**Как узнать, что вы сделали полный поворот? Когда это все, чем вы занимаетесь и днем и ночью. Днем и ночью это та мысль, которая вас занимает: «Что мне нужно сделать, чтобы найти способ выхода наружу из страданий, и помочь другим выйти из страданий?»**

И я уже не очень интересуюсь и не очень забочусь о вещах этого мира. Это нормально, что они здесь, но я не принимаю в них прибежища. Когда вы достигли такого подхода, такого отношения, можно сказать, что вы сделали поворот.

И на Тибете Далай Лама был самым богатым человеком. У него был большой дворец в четыреста комнат. И вы можете спросить: «Сделал ли он поворот?» Да. Он сделал поворот. Он сказал: «Все эти вещи взяты взаймы. Единственные мои вещи - это мои рясы и инструменты которые он использовал для своих тантрических обрядов. Это все, что мое».

И вы можете быть окружены всем хорошим сделав поворот. Потому, что это ментальное, а не физическое состояние. И наоборот, у человека может ничего не быть, и у него не будет поворота.

Потому, что он все еще желает, ищет и ищет.

И я всегда рассказываю о монахинях. Как-то я делала ретрит, обучала английская монахиня традиции теравада. И их рясы такого горчичного цвета, и они получали рясы посылками из Таиланда. И она говорит: «Пришла посылка с рясами, монахини подошли к коробке и начали смотреть какой именно это оттенок, это более светлый или менее светлый горчичный цвет, более или менее коричневый».

1. **Второй путь это бодхичитта**

Произнесите:

**Semkye**

**Sem** – это **сознание**, это мысль.

**Kye** – это **что-то, что рождается**, или что**-то что пробуждается**.

И вместе: **пробуждающаяся мысль**.

Другое название второго пути:

**Jang chub kyi semkye pa**

**Jang chub** – это **просветление**.

И **Jang chub kyi semkye pa** – это **пробуждающееся сознание просветления**.

И на санскрите мы говорим:

**Bodhicitta**

Произнесите: **бодхичитта**.

**Bodhi** – **просветленное**, или **просветление**,

И **Chita** – это **сознание**.

Итак, что подразумевается под «просветленным пробуждающимся сознанием»?

Когда смотрят на словесное значение можно подумать, что это сознание будды, но это не так.

Это еще не просветленное сознание. Это сознание стремящееся к просветлению.

Это происходит намного задолго до просветления. Прежде чем приходят к просветлению необходимо прийти к этому этапу, к этому этапу на пути. И это пробуждающееся сознание, пробуждающееся просветленное сознание. И смысл в этом.

**Это стремление прийти к просветлению чтобы мы сумели стать способными помочь всем другим также.**

**В обычной ситуации наша способность помогать ближним очень ограничена**

Так почему нужно прийти к просветлению? Что это значит? Зачем мне нужно прийти к просветлению чтобы помочь другим? Разве я не могу помочь другим уже сейчас? Конечно могу, и насколько могу я должна это делать. Но моя способность помогать другим очень ограничена.

Если среди нас есть люди которые дают людям есть, скольких вы можете накормить? Люди дающие ночлег другим, скольким вы можете дать ночлег? Те кто лечит людей, скольких людей вы можете излечить? И даже если вы излечили их от одной болезни, придет другая болезнь.

**Наша способность помогать всем существам очень ограничена. А у будды есть бесконечная способность помогать всем существам.**

- Во первых, будда видит прошлое-настоящее-будущее. Намного легче помочь кому-то, если вы можете видеть, что произойдет с этим человеком на пять тысяч лет вперед. Тогда его намного легче направить.

- Намного легче кого-то направить если вы можете читать его сознание и знать, что действительно приносит ему нужду и помочь его направить.

- Намного легче помочь людям если одновременно вы можете помогать многим людям – то, что может будда, будда может посылать свои копии в больших количествах на бесконечное количество планет, и бесконечному количеству людей на этих планетах.

И если вы действительно хотите помочь всем существам это самый сильный способ через который можно им помочь; и это приход к просветлению чтобы сделать возможной помощь на намного более глубоком уровне чем это могут делать люди. Даже самые лучшие из них. Итак, чтобы помочь другим нам нужно туда прийти.

**Бодхисатвы**

Бодхисаттва это человек который развил бодхичитту.

**Человек у которого есть бодхичитта, у которого это стремление пылает во всей своей силе называется бодхисатвой.**

И есть система обетов которую мы называем обетами бодхисатвы. Это не говорит о том, что каждый кто их принял автоматически становится бодхисатвой, но так мы их называем. Да, мы даем им кредит. Они создают бодхисатву. Через обеты бодхисатвы мы становимся бодхисатвой.

**И люди принимающие обеты бодхисатвы в сущности клянутся. Они клянутся найти путь прийти к просветлению ради всех существ.** Это та клятва, которую они принимают. Они ищут путь и начинают соблюдать обеты цель которых создать это просветленное сознание.

**И работа бодхисатвы:**

- **Если его сострадание велико, и если он видит страдания – прежде всего соединиться со своими страданиями**, верно? Это происходит на первом пути, в Ngenjung.

- После этого он понимает, что **другие также в той же лодке**. Страдаю не только я. Другие в той же лодке.

Работа бодхисатвы это прийти к этой точке как можно быстрее.

Когда приходят к просветлению есть также удивительнон и бесконечное наслаждение. Так, почему бы нет? Это не так плохо. Это не такое большое страдание.

**Вы достигаете этого состояния постоянного бесконечного наслаждения, непрерывного и потрясающего, в котором нет никаких изъянов, ни одного момента страданий, неудобства, сомнений, и ничего из этого – и в то же время достигают удивительной способности помогать всем существам в самой глубокой из всех существующих форм.**

Так, что в этом может быть плохого?

**Вы одновременно достигаете и своей цели, и целей других.**

И это клятва бодхисатвы. Это этот путь. Semkye, пробуждающееся сознания, ищущее путь прийти к просветлению ради помощи всем существам.

И это самая сострадательная и чудесная вещь, которую вы можете сделать ради других. Потому, что любая помощь на материальном уровне ничто в сравнении с тем, что ради других делает просветленная личность. Ничто. Это не идет ни в какое сравнение. Это вообще другие величины. Поэтому, это самая чудесная вещь которую вы можете сделать ради других, и это также самая благородная вещь которую вы можете сделать ради других.

**Итак, в буддизме самая чудесная вещь которую вы можете сделать ради других это привести себя к максимальному счастью.**

Приведя себя к самому большому счастью из всех существующих, автоматически достигается и самая чудесная вещь и для других.

И бодхичитта это такое стремление.

И оно появляется задолго до того как вы приходите к просветлению. Если вы на открытом пути – за триста тысяч эпох. ☺ Это много работы, превратить такое тело в тело ангела, в тело света. Если вы не встаете на путь тантры. Путь тантры позволяет сделать это на протяжении одной жизни. Для этого нужно проделать восемнадцать курсов с домашними заданиями, медитациями, и контрольными.

1. **Третий путь – правильное мировоззрение**

Мы сейчас делаем короткий обзор трех путей, потом мы войдем в них немного больше. Немного больше потому, что весь этот курс это обзорный курс.

Третий путь, произнесите:

**Yangdakpay tawa**

**Yangdakpay** – это **чистое**, или **правильное**.

И **Tawa** – означает **мировоззрение**.

И на иврит мы это переведем как **правильное** **мировоззрение**.

И это третий из трех основных путей.

Что подразумевается под «правильным мировоззрением»?

Правильное мировоззрение в сущности это понимание пустоты и глубокое понимание того, что мы называем взаимозависимым существованием о котором мы поговорим после перерыва. Кроме прочего это включает в себя глубокое понимание причинно следственной связи.

**Глубокое понимание причинно следственной связи**

Потому, что мы все в нашем обществе очень верим в науку, и на чем основана наука? Она основана на том, что мы ищем для вещей причины. Мы хотим понять, как работают вещи. Мы не очень верим во что-то, если мы не понимаем как это работает? У нас есть сложность принять что-то, если мы не понимаем как это работает.

Предположим, упал самолет. Идут и проверяют, почему он упал. Что произошло? Что произошло? Сломалось крыло. Почему сломалось крыло? – Не сработала спайка. Почему? – Не обратили внимание на то, что гайки не закручены, или что-то в этом роде. Хорошо. Но почему не обратили внимание? И почему моя тетя была именно в этом, а не в другом самолете?

И мы идем и ищем причины до тех пор пока не подходим к вопросу: «Хорошо, но почему это произошло с ней, или с ним?» И там мы говорим: «случайность».

Мы вдруг отказываемся от научного подхода ищущего причины, который говорит, что без причины нет результата. Мы говорим: «Это случайность». Мы вдруг идем на компромисс. Вдруг отказываемся здесь от здравого смысла.

И мы говорим, что если вся эта история с крылом, гайками, и всем этим не объясняет, почему это произошло с моей тетей - то я не понимаю; не понимаю причин.

Это не настоящие причины. Потому, что если бы это было настоящими причинами то всегда бы когда было крыло и так далее, человек попадающий в такую ситуацию должен был бы умереть. Но может быть в том самолете были люди которые спаслись. Поэтому эти объяснения ограничены, так как не затрагивают глубокую причинно следственную связь. Они не затрагивают те вещи которые работают всегда.

Потому, что определение причины это то, что если она есть - будет и результат, а если ее нет, не будет и результата. И если эта есть причина, а результат иногда такой, а иногда другой - значит это не может быть причиной.

Другой пример который мы когда-то приводили: если я пытаюсь завести машину, а машина не заводится. Я кручу ключ, а машина не заводится. Я говорю: «Почему она не заводится? Что случилось? – Нет бензина». Но иногда она не заводится из-за того, что батарея не в порядке, а иногда потому, что механизм ответственный за действие батареи не работает. И все эти вещи не являются истинной причиной того почему не заводится машина.

Как вы сюда пришли? Вы увидели объявление, сели в машину, и приехали сюда. Является ли это причиной того, что вы сюда пришли? – Нет. Потому, что есть люди которые прочитали объявление и сюда не пришли, и есть люди которые прочитали объявление, хотели прийти, и не пришли, и есть люди которые может быть не читали этого объявления, не намеревались прийти, и кто-то их подбросил по пути, и сказал: «Давай, идем послушай, это интересно». Может быть.

**То, что мы называем причинно-следственной связью это очень поверхностный уровень и его недостаточно для того чтобы объяснить наши страдания. Его не достаточно для того чтобы объяснить почему это со мной происходит.**

Потому, что это в сущности то, что меня интересует. Статистика, очень интересно писать о ней статьи но почему это со мной произошло? Почему это со мной произошло?

**И часть Yangdakpay tawa это понять причинно следственную связь на глубоком уровне. Понять то, что действительно запускает этот мир**. Почему происходят вещи? Как я сюда пришла? Почему я здесь? Можно ли стать буддой? Что означает будда? Есть ли после этой жизни будущие жизни?

Вкратце это Yangdakpay tawa. Мы больше в это войдем после перерыва.

**Глубокая практика трех путей приводит нас к просветлению**

И это было как бы обзором трех путей.

**И эти три пути – если вы практикуете их как следует, до конца – превращают вас в просветленную личность.**

И каждый в этой комнате может измениться и стать просветленной личностью.

И иногда у нас есть такие изображения как там – это Манджушри, и это изображение просветленной личности. И нам кажется это изображением. Его кто-то нарисовал. Может быть красиво нарисовал. Мы говорим: «Нет, это настоящие личности которых кто-то встретил в своей практике, и потом их нарисовал». Они существуют. Эти личности существуют. То, что мы не встречали их не означает, что их не существует. Это не говорит о том, что они не существуют.

И причина по которой мы их изображаем и представляем в том, что у каждого из нас есть способность прийти к просветлению. Разумеется вам не обязательно выглядеть оранжевыми и в такой форме, нет, нет. ☺ Когда вы придете к просветлению вы для себя будете самой красивой личностью. То, что вы считаете для себя самым красивым это то, кем вы будете когда будете просветлены.

И не только красивыми. Также и самыми мудрыми, самыми любящими, самыми сострадающими, самую удивительную вещь которую вы можете себе представить, это то, кем вы будете, только в биллион раз больше.

И в чем связь между этими личностями и тремя основными путями, о которых мы говорим?

**Что такое просветленная личность?**

Итак, давайте немного поговорим о том, что такое просветленная личность. Просветленная личность, будда. Будда – не именно в смысле исторического будды, а в смысле просветленной личности, того кто пришел к просветлению.

У него есть, два, три, четыре аспекта, в зависимости от того как считать. **И сейчас мы вкратце поговорим об аспектах просветленной личности.**

**Есть физический, и есть ментальный аспект.**

**- Тело формы просветленной личности**

**Физический аспект** называют, произнесите:

**Suk-ku**

**Suk-ku** – это **тело формы будды**.

И на санскрите говорят **Rupakaya**. Произнесите:

**Rupakaya**

И то тело которое у нас есть сейчас кажется нам таким твердым и настоящим – до тех пор пока мы не заболеваем раком. До тех пор пока мы не заболеваем раком, и тогда оно начинает выглядеть по-другому. И тогда оно уже не является такой же твердой и ясной вещью как сейчас.

Мы говорим, что это тело – это мешок для несчастий. Оно несет в себе все причины для болезней, старости, и смерти. Все семена смерти я несу в этом теле. Это не какая-то красивая машина природы – это несчстье которое должно произойти. И если кто-то снаружи не придет меня убить, то меня убьет это тело. Один из органов моего тела подчинит себе другие или выйдет из строя, или прекратит функционировать, или будет угнетать другие. Если не что-то внешнее, то мое тело, то о котором я каждый день забочусь, каждый день его купаю, расчесываю, вожу в парикмахерские, и к косметологу, и к массажисту, и на педикюр, и на маникюр – это тело меня убьет. Это тело.

Тело просветленной личности, Suk-ku, Rupakaya – это что-то совершенно другое. Это тело света в котором нет всех тех факторов которые есть во мне на данный момент, и которые это тело убьют.

У этого физического тела есть внутреннее тело. Внутреннее энергетическое тело которое китайцы называют меридианами, мы называем это тело каналами; йоги говорят Нади. У нас в этом теле есть энергетические каналы, которые все еще физические, но это энергетические каналы. Вы их не увидите под микроскопом.

По этим каналам проходит энергия которая связывает тело и дух. Это то, что связывает физическое тело и наши мысли. **И через работу под опытным руководством с этим энергетическим телом и это работа тантры мы можем трансформировать его и трансформировать это тело в тело будды.**

Для этого нужен потрясающий контроль в искусстве кармы, в знаниях кармы, в соблюдении морали в соответствии с тем как это дано нам великими мастерами кармы. Это те силы которые создают тело света. Между этим энергетическим телом и нашими мыслями есть связь, и с другой стороны есть связь с нашим физическим телом.

**Чем больше очищаются наши мысли, тем больше мысли идут в сторону того как помочь другим и меньше в сторону занятий собой. Все больше и больше есть мысли о принесении благословения, сострадательные мысли, мысли о просветлении, мудрые мысли, мысли занимающиеся пустотой и причинно следственной связью – тем больше энергия течет по каналам приводящим к просветлению, и тем больше сжимаются каналы приносящие страдания и смерть.**

Это цель этой работы. Если проделывают эту работу правильно - мы выглядим все моложе, чувствуем себя моложе, чувствуем себя более сильными, способны больше делать, и когда проделывают эту работу - вы действительно можете это пережить. Вы можете дотронуться до этого, увидеть это, и это очень поддерживает. Это **Suk-ku**, это физическое тело будды, и мы туда можем прийти.

И после того как человек достигает этого тела света сразу же после этого, через мгновение ока после этого у него есть способность посылать эти копии которые помогают всем существам: бесчисленное количество копий которые могут помочь бесчисленному количеству существ одновременно. И вы не знаете, кем является человек рядом с вами, вы не знаете, что он не такой посланник; потому, что они появляются в различных формах, и они очень терпеливы. Они могут быть женаты сорок лет, чтобы на сорок первый год сказать что-то ☺, что вас пробудит. И может быть все люди вокруг вас такие. Это очень здоровый путь смотреть на мир.

И если так, мы сказали, что у тела формы будды есть две версии:

- Первая это очаровательное, чудесное, красивое, и потрясающее тело света которое сидит себе в своем раю,

- И все копии которые оно посылает чтобы помочь людям в мире.

**- Тело мудрости просветленной личности**

Потом есть второе тело, и это, произнесите:

**Chu-ku**

**Chu** – это **дхарма**,

**Ku** – это **тело**.

**Chu-ku** – это **тело дхармы**.

На санскрите – **Dharmakaya**. Произнесите:

**Dharmakaya**

**Это всезнание будды. Будда может одновременно видеть все вещи, видеть прошлое-настоящее и будущее.**

Есть люди которые говорят: «Бодхисаттва должен заботиться о всех людях и не оставлять этот мир до тех пор пока все люди не придут к просветлению, и тогда он сам приходит к просветлению».

Мы говорим, что глупость так думать потому, что как я могу помочь людям прийти к просветлению если:

1. Я не пришла сама, если я сама не знаю, то как я могу научить туда прийти их?
2. Тот кто уже пришел к просветлению у него есть эта способность посылать своих двойников, и есть всезнание, он знает в точности как продвинуть каждого человека.

Поэтому замедлять это состояние, якобы чтобы помочь им, или оставаться чтобы их охранять у постели больного и так далее, это не то сострадательное действие которое я могу сделать. Сострадательное действие это насколько можно быстрее прийти к максимальному счастью, и оттуда помогать людям. Разумеется, на пути чтобы туда прийти я также обязана помогать людям, иначе я не приду.

Итак, это аспект сознания будды. Сознание будды это сознание в котором есть всезнание, сострадание, и любовь во всем существам.

**Связь между тремя путями и телами просветленной личности**

Какова связь между этими телами будды и тремя основными путями, о которых мы говорили? Здесь есть разные представления. Одно представление говорит, что:

**- Физическое тело это результат первого и второго пути.**

Первый путь это путь осознания того, что погоня за вещами этого мира сумасшедшая, она бессмысленна. Второй путь – бодхичитта, развитие сострадания в отношении всех людей.

Их сочетание это:

**Вы идете по шумной улице в Тель Авиве и смотрите на людей которые бегают туда-сюда, и идут на свою работу, в кафе, в Шуперсаль, и вы крутите часы вперед, на несколько лет вперед – все эти люди будут трупами.**

Все эти люди будут трупами. Они уже ходящие трупы, они бомба замедленного действия. И вы там стоите и видите это, и сострадание огромно. И вы говорите: «Я окружена мертвыми людьми, и я вместе с ними. Что я сейчас могу сделать?»

**Вы можете немного ощутить вкус этого когда есть экстренная ситуация.**

Воют сирены, люди бегут в бомбоубежище. В дом вдруг пришла смерть. Сообщения по телевизору. Есть большие шансы на то, что ты сегодня умрешь, кто знает упадет ли на меня бомба? И тогда люди сидят в бомбоубежище и вдруг появляется связь, вдруг есть любовь; прекращаются все мелкие счеты между соседями, и все глупости, и вдруг есть любовь, и в этой ситуации где вы в знакомитесь со смертью развивается это сострадание которое на пути к бодхичитте.

**Человек достигший бодхичитты все время в этом состоянии. Он все время в экстренной ситуации. Все эти люди в этот момент являются трупами, каждый проходящий момент они все больше приближаются к своей смерти – и ему не терпится найти способ вывести их оттуда.**

И связь между первым и вторым путем создает это подталкивание, создает эту мотивацию быть способными сделать это, быть способными посылать своих двойников всем этим людям быть способными видеть, что происходит в их сознании, и для этого нужно хорошо практиковать. Для этого мне необходимо хорошо практиковать.

**И эта эмпатия которая пробуждается, которая связана с этими двумя мыслями - поворотом, пониманием страданий, и бодхичитты, желанием помочь им является - кармической причиной для создания тела формы будды.**

И снова, это из-за этой связи между ветрами и мыслями, внутренним и внешним телом.

**Развитие истинного сострадания и истинного поворота человеком повлияет на его внутренние ветра. Его тело уже проходит трансформацию.**

Даже только в определенной степени, даже если вы еще не развили их полностью, у вас уже будет другое тело, другие мысли. Вы уже в пути.

Чем больше вы можете преодолеть обычное видение вещей, чем больше вы можете видеть людей хорошими существами страдающими вместе с вами, если вы можете усилить такое течение мыслей это сделает вас более легкими, более здоровыми, более мудрыми, более красивыми, и способными помогать людям. И вы пройдете трансформацию на пути.

Итак, это в отношении тела формы.

**- Ментальное тело будды, то, что к нему приводит - это правильное мировоззрение**

Это понимание причинно следственной связи на глубоком уровне. И если вы на протяжении времени учитесь этим вещам в глубокой интенсивной форме, ваше сознание меняется, ваш мозг меняется, даже на этом уровне.

И вы начнете видеть и понимать неимоверные вещи, которые в обычном состоянии мы не видим и не понимаем. Потому, что наше обычное сознание может быть понимает от двух до пяти процентов той реальности которая есть, из того, что можно понять в мире. И это проверили и доказали даже ученые. Так, что с остальными девяноста восемью процентами? Вы начинаете начинать прикасаться к этим способностям, когда вы проделываете эти три пути.

**Как все это связано с тантрой?**

Как все эти вещи связаны с тантрой? И вот ответ:

**Если вы хорошо практикуете эти три пути, тантра произойдет с вами автоматическим образом. Вы автоматическим образом начнете встречать учителей и ангелов которые будут вас вести дальше.**

Вы автоматически войдете в тантру и тогда это уже только формальное дело. Часть вас уже находится там. И наоборот:

**Невозможно прийти к тайным, потрясающим учениям которые позволяют прийти к просветлению на протяжении одной жизни без развития трех основных путей.**

**Такое невозможно**. Не важно сколько учений вы получите, сколько книг прочитаете, сколько лам встретите, сколько преклонений сделаете, не важно. Если вы в сознании не развиваете эти три отношения - эти вещи работать не будут, они не могут работать, такое невозможно. Тантра не будет работать без всех этих вещей.

*(Мандала)*

**Приложение**

***Три основных пути***

***От Чже Цонгкапы***

*Я преклоняюсь своему сияющему учителю Манджушри.*

*Насколько я могу, я объясню
Сущность всех высших учений Победителей,
Путь, что восхваляют все их святые сыновья,
Врата для счастливцев, устремленных к свободе.*

 *Слушай мой благословенный друг с чистым умом,
Когда в твоем сердце прекратилось желание суеты этого мира,
И ты оценил досуг и удачу в этой жизни,
Повернув свой ум на путь, радующий Победителей.*

*Без чистого поворота нет пути к концу
Этого стремления к мирским удовольствиям в океане бытия.
И жажда мирской жизни является тем
Что сковывает всех существ.*

*Поэтому мой друг, сначала стремись
Хорошо развить поворот.
Досуг и удачу так трудно найти, жизнь быстротечна;
Думай об этом постоянно,
И тогда ты сможешь ослабить стремление к этой жизни.*

*Думай снова и снова, как поступки и их плоды следуют один за другим,
И о страданиях здесь в колесе,
И тогда прекратится стремление к будущим жизням.*

*Если в силу медитации на это не будет возникать даже
На мгновение желания наслаждений этого мира,
И если ты начнешь думать, целыми днями и ночами
О достижении свободы, ты обретешь поворот.*

*Поворот, однако, никогда не может привести
К наслаждению с которым ничто не может сравниться,
Если он не связан с чистейшим желанием; и поэтому,
Мудрые стремятся к высшему желанию просветления.*

*Уносимые течениями четырех бурных рек,
Скованные оковами прошлых действий,
Пойманные в стальную клетку цепляния за свое «я»,
Погруженные в кромешную тьму неведения.*

*В бесконечном колесе рождающиеся снова и снова,
И в своих рождениях мучимые тремя страданиями без перерыва;
Помни всегда такими страдания своих матерей,
И пытайся обрести это высшее желание.*

*Ты можешь овладеть поворотом и желанием,
Но для того, чтобы обрубить корень жизни и смерти
Тебе также нужна мудрость правильного понимания реальности.
Приложи же усилия для восприятия взаимозависимого происхождения.*

*Когда ты сумеешь заметить разницу между тем, что внутри и вовне колеса
Что закон причины и следствия распространяется
На все явления и вещи,
И когда твердость появляющегося в твоих глазах пошатнется и потеряется -
Тогда ты узнаешь, что будешь шагать по пути, который радует будд.*

*Но ты не реализуешь просветленную мысль до тех пор,
Пока две идеи появляются отдельными:
Появление вещей - безошибочная взаимозависимость;
И пустота – то, что они не имеют никакой самоидентификации.*

*Настанет день, когда они больше не будут отдельными, когда они сольются в одно;
Понимание, что их взаимозависимое существование никогда не исчезает,
Уже приносит понимание, которое разрушит цепляние за объекты,
И тогда твой анализ воззрения завершен.*

*Кроме того, понимание появляющегося предотвратит крайность существования;
А понимание пустоты – несуществования,
Увидь, что пустота и взаимозависимое существование всегда идут рука об руку -
И тогда ты никогда не скатишься
В крайние мировоззрения.*

*Когда ты также как и я понял основные моменты
Каждого из трех основных путей,
Уходи в уединение тогда, сын мой, приложи большие
Усилия, и тогда быстро воссияет твое высшее желание.*

*Это руководство было дано монаху из района Чаку, Нгавангу Дракпе, ученым монахом сиятельным Лобсангом Дракпой.*