**Курс ACI 17: основы буддизма, часть 2**

**Обзор великих классических книг буддизма – часть 2**

**На основе уроков геше Майкла Роуча**

**Перевод, редакция, и подача**

**Ламы Дворы-ла, и Арие-ла**

**Рамат Ган, апрель 2009**

**Урок 2, часть 1**

*(Мандала)*

*(Прибежище)*

**Добродетель приносящая чистоту**

Мы продолжим с сутрой «Огранщика алмаза».

Мы говорили об этом цилиндре, что нынешняя карма заставляет меня видеть здесь человеческую руку, а другая карма заставит меня видеть здесь сияющую конечность ангела. И нас интересует то, что принесет эту карму потому, что мы хотим уменьшить страдания в нашей жизни и прийти к абсолютному счастью.

Так, что принесет эту карму?

Как мы сказали, много-много добродетели. Много-много хороших действий в мире с очень-очень чистым намерением. С намерением принести пользу. И тогда, если делают тантру это может произойти даже в этой жизни. Это очень для нас важно. Эта возможность есть в нашей жизни, тантрическая практика является нашей возможностью быстро завершить этот путь. Этот путь и так редок, но проделать его еще и быстро это вообще большая редкость. Мы поговорим об этом больше. В сущности это наш шанс.

И мы создаем в нашем сознании эту карму тем, что мы становимся все чище и чище, в наших действиях все больше и больше святости. Вся практика для того чтобы очистить наше сознание.

Наша добродетель если мы учимся быть хорошими и чистыми притянет к нам учителей тантры и чистую тантру.

И, что происходит с человеком проделывающим этот путь? Человек который проделывает все правильно, практикует правильно в конечном итоге приходит к намеченной цели, приходит к абсолютному счастью и становлению буддой.

**Четыре тела будды**

И в сутре «***алмазного огранщика***» речь идет также и о телах будды. Правильнее сказать «частях будды». Мы говорим о четырех телах будды, и это как четыре части будды.

1. **Тело сути**

И мы начнем с первого из них самое важное которое среди них. Произнесите:

**Ngowo nyiku**

Слово **Ku** это **тело**. Это слово для тела будды.

На тибетском употребляют разные слова для обычного человека и для уважаемого или просветленного человека, и здесь *Ku* это слово для тела будды.

И **Ngowo nyi** это одно из слов чтобы говорить о пустоте.

Дословный перевод это **тело сути**. Тело сути будды. Это значит:

**Svabhavakaya**

на санскрите.

Это самое важное тело. Это не совсем тело. Мы говорим «тело» и сразу же думаем о физическом теле, но это не физическое тело. Это часть личности будды, и фактически это **пустота будды**. Факт, что у него нет никакой собственной природы быть буддой, и поэтому он будда.

Потому, что у этой ручки нет никакой собственной природы быть ручкой – это не ручка со своей стороны – поэтому я могу спроецировать на это ручку, и тогда это функционирует как ручка. И мы не говорим: даже когда она пуста она функционирует. Нет. Мы говорим: из-за того, что она пуста я могу ей написать. Потому, что она пуста, если у меня есть правильная карма – это для меня будет ручкой. Если у меня есть другая карма – это будет для меня игрушкой для желания.

То же самое **Ngowo nyi ku**. Это **пустота будды**. Это тот факт, что он не является буддой со своей стороны, и он может сейчас переживать себя как будду потому, что совершил всю добродетель, которую совершил, и все действия которые совершил. Он или она, да? Они могут переживать себя как просветленные личности в своем раю в вечном счастье, в ситуации всезнания в месте совершенном во всех отношениях.

На данный момент мы вынуждены воспринимать себя так как мы себя воспринимаем из-за нашей кармы.

Карма это эти записи которые остаются в моем сознании в результате всего, что я делаю, говорю, и думаю. Эта база данных записей которые записываются по шестьдесят пять в секунду, эта огромная база сидит себе, высиживает в своем инкубаторе. И когда наступает очередь каждой такой созреть как и с семенами в земле когда создаются правильные условия – они созревают и создают мою реальность.

Это карма, это кармический процесс который заставляет меня переживать мой мир так как я его переживаю. В мире со своей стороны нет никакой собственной природы. У него нет собственной природы – **он абсолютно пуст**.

**Ручка**

Если я задам вопрос: что это (*учительница указывает на ручку*) в действительности? Это игрушка для жевания или ручка? Вы не сумеете сказать.

Если я задам вам вопрос кто прав, я или собака? Мы не сумеем ответить. Мы не сумеем сказать, что это в действительности. Потому, что у этого нет своей «настоящести». Я не могу сказать, что это. Это пусто.

Это не то, что там в сущности ручка, только собака ручки не замечает.

Если я выйду из комнаты, что станет с этой ручкой?

О! Здесь все еще есть ручка потому, что она видит ручку.

Но если она также выйдет из комнаты, если все вы выйдете из комнаты, если здесь не будет ни одного человека, что я тогда могу сказать об этом?

Может быть в комнате есть муравьи, и они смотрят на это как на что-то другое.

Поэтому я не могу больше говорить о ручке.

И это ведет к выводу о том, что «ручковость» приходит из меня.

**Природа будды**

Это мы называем **природой нашего будды**. Это природа нашего будды и вы слышите это часто в буддистских учениях, «природа будды». И люди думают, что есть какая-то маленькая душа будды которая сидит где-то внутри, и если я только буду достаточно хорошей то стану этой маленькой феей. Это не природа будды.

**Природа будды которая у нас есть это наша пустота и это единственная вещь которая остается с нами когда мы приходим к просветлению.**

**Мы пусты.**

Я пуста от того чтобы быть Дворой со своей стороны.

Я пуста от того чтобы быть человеком со своей стороны.

Я пуста от того чтобы быть учительницей со своей стороны.

Я пуста от того чтобы быть приятной или не приятной со своей стороны.

**У меня нет никакой собственной природы кроме той которую я воспринимаю из-за кармы. Карма меня бьет. Я ей не управляю. Я не могу решить видеть себя ангелом или животным.**

**Я вынуждена видеть себя человеком, это как ручку, и так далее. Карма управляет моим миром; карма на данный момент диктует происходящее в моем мире. Но если я понимаю как это работает я могу создать карму, которая заставит меня увидеть то, что я хочу увидеть, и в этом все дело.**

**Если я хорошо понимаю этот механизм – и если я видела пустоту напрямую, то я понимаю его хорошо – и благодаря этому глубокому пониманию я могу создать свою реальность. Не в противоположность законам кармы, с законами кармы. Они не прекращают функционировать также и тогда. Но тогда я использую их через посев желательных записей и создание рая. И в этом вся идея буддистской практики. И ее цель не меньше этого. Ее цель через это понимание создать рай.**

Это первое тело, *Ngowo nyiku*. **Это тело сути и это в сущности пустота** тела будды.

И все другие вещи для нас, все остальные вещи для нас кроме пустоты, когда мы придем к просветлению не будут похожи на те, какими они выглядят сейчас. Но пустота остается. Только когда мы приходим к просветлению, она получает это красивое название.

1. **Тело наслаждения**

**Второе тело**. Произнесите:

**Longku**

**Longku** – это **физическое тело будды**. Это называется:

**Sambogakaya**

на санскрите.

У будды когда он приходит в своей рай есть физическое тело. И у каждого из нас когда мы придем в свой рай оно будет также. И кстати каждый из нас к этому придет вопрос только в том, сколько времени это возьмет. И это самый важный вопрос.

Это тело является телом света будды. Это тело которое выглядит как к примеру на этих картинках, оно индивидуально и отличается от человека к человеку. Оно будет вещью которая кажется вам в высшей степени потрясающей. То, что выглядит для вас самым привлекательным, только в биллион раз больше. Это то как вы будете выглядеть снаружи. Это тело света, это чистое тело. В нем нет внутренних органов, в нем нет костей, крови, и всех этих вещей, это тело света.

И это *Longku*, это то как будда сидит в своем раю. Арии могут их видеть. Люди которые видели пустоту напрямую могут их видеть.

1. **Третье тело будды называется:**

**Trulku**

**Trulku** – это **тело эманации будды**.

Это называется:

**Nirmanakaya**

на санскрите.

Одна из вещей характеризующих человека пришедшего к просветлению или личности пришедшей к просветлению это то, что через мгновение после того как они приходят к своему просветлению у них есть способность создавать тысячи эманаций. Тысячи эманаций во всей вселенной одновременно, без целенаправленной мысли. Это происходит спонтанно.

Это способность этого просветленного ангела, который может появляться перед каждым существом в соответствии с потребностями этого существа, чтобы ему помочь. На биллионах планет одновременно, спонтанным образом, без всякой мысли. Это называют *Trulku*. Это тело эманации будды, и это в сущности много тел. Итак, эта личность может спонтанно посылать свои эманации во всю вселенную.

И поэтому мы в сущности хотим прийти к просветлению потому, что это то, что позволяет нам действительно помочь всем существам. И наша любовь ко всем существам это то, что будет двигать нами для продвижения на этом пути, чтобы мы сумели его проделать.

Среди всех тел эманации есть то, что мы называем **главным телом эманации** или классическим, и это предположим будда который появлялся 2500 лет тому назад в Индии.

У этой главной эманации будды есть особенные знаки. У нее есть круги нарисованные на ладонях, у нее есть эта выпуклость которую видят на голове будды. И если у нас есть потрясающая карма жить в подходящую эпоху и встретить эту эманацию которая появляется очень редко - это чудесно. Но мы не обязаны жить в ту эпоху для того чтобы встретить просветленных личностей. Мы если у нас есть достаточно хорошая карма можем встретить нирманакайи в тысячах появляющихся форм. Это полностью зависит от нашей кармы.

**4. Тело мудрости**

**Четвертое тело**, произнесите:

**Yeshe chuku**

На санскрите говорят:

**Jnyana Dharmakaya**

И это **тело мудрости** будды.

Снова, это не тело, это его ментальная часть, это сознание будды.

**Всезнание будды**

Это всезнающее сознание будды. Это его способность знать все вещи во всех вселенных одновременно, во всех временах все сознания всех. Все одновременно. И это то, что дает им потрясающую способность помогать всем существам так как им нужно.

Иногда люди говорят: «Что он знает…» Иногда люди не очень соединяются с этим. Это всезнание будды это не то, что он знает латинские названия всех растений на дне океана, он знает также и это но это не то, что интересно.

Интересно то, что они умеют нас направлять в точной эффективной форме, в форме которая нам помогает, и это всезнание. Они могут в точности нам сказать, что делать, а чего не делать. Они могут обучать нас эффективным, помогающим нам образом, и это всезнание. Они умеют подобрать это для каждого человека в том месте где тот находится, и у них есть бесконечное терпение чтобы обучать нас на нашем уровне, а не на том уровне на котором мы еще не способны воспринимать. Появляться перед нами в эманациях которые мы способны воспринять, а не в тех эманациях с которыми мы еще не способны соединиться, и так далее. Это «всезнание».

Всезнание будды это важный аспект. И снова это является для нас важной причиной, если у нас есть любовь ко всем существам и желание освободить их от страданий, чтобы практиковать и привести себя к этому состоянию знания чтобы мы сумели помочь им эффективным образом.

**Задача всезнания в том, чтобы мы могли научить других как прийти к просветлению.**

**Практика совершенств**

Для того чтобы прийти в это чудесное место просветления нам нужно развивать себя чтобы стать буддой, верно? Кроме прочего мы развиваем то, что называем совершенствами, эти высшими качествами которые постепенно с практикой превращают нас во все более и более святых людей, до тех пор пока не доходят до уровня будды. И эти совершенства по большому счету можно поделить на шесть областей которые мы доводим до совершенства. Позже говорят также о двенадцати областях. Первая из них это **даяние**.

Мы совершенствуем наше даяние до его максимума потому, что будда дает все, не оставляет себе ничего. Отдает все спонтанно, одновременно, верно?

**Так как мы придем к этому уровню?**

И кроме прочего то, что очень важно это не только практиковать даяние но и приводить его к совершенству, и об этом скажет **Арие**.

**Три круга пустоты**

**Арие-ла**: спасибо.

Мы сейчас собираемся поговорить о составных действия даяния в качестве демонстрации трех кругов пустоты.

Если мы пусты и то, что определяет то, что мы видим - это наша карма, то мы хотим создать самую сильную карму чтобы получить желательные для нас результаты. Кроме прочего одна из самых важных составных кармы это то, что мы называем **тремя кругами**, тремя кругами пустоты.

К примеру, мы продемонстрируем их в случае даяния:

1. **Первый круг**: это **совершающий**. Тот, кто совершает даяние.
2. **Второй круг**: это тот, **кто принимает** даяние.

Первая часть это тот, кто совершает даяние. Вторая часть – это получающий даяние.

1. **И в третьей части** есть две версии.

- Или это то, **что дают**,

- Или это **само даяние**.

Сейчас мы объясним, как совершать даяние чтобы оно усилило карму.

В обычном даянии: если я даю кому-то то, что ему нужно это хорошая карма, но это карма которая является мирской, это иссякающая карма, карма которая в конечном итоге даже может причинить нам больше страданий потому, что если я совершаю хорошее действие - потом у меня будет более хорошая жизнь в сансаре и это заставит меня спать, да? Я буду спать, я не буду проделывать духовной работы, и страдания потом вернутся ко мне еще с большей силой.

**И если я совершаю даяние с пониманием пустоты трех кругов то я могу достигнуть совершенства даяния и тогда по своей кармической силе это вообще не сравнимо с обычным даянием.**

1. **Так, что такое пустота делающего?**

Я на данный момент вижу себя в качестве человека. Может быть когда-то в прошлом я даже был собакой если я понимаю, что то, что я вижу – собаку, человека, плохое, хорошее – что то, что я вижу это приходящая из меня проекция а не что-то имеющее собственную природу будто я человек со своей стороны, то я в в конечном итоге через создание нужной кармы могу прийти к тому, что увижу себя в качестве ангела, да? В качестве тела света и всех тех красивых вещах о которых мы скоро поговорим.

**И первая вещь: помнить собственную пустоту. Когда я даю, или если вижу даяние кого-то другого. Пустоту совершающего действие.**

1. **Пустота получающего.**

**Вторая часть: пустота получающего**. То же самое. Я сейчас вижу, что мой брат любит давать еду кошкам. И он видит получающих в качестве кошек. Но если он понимает пустоту, что он там увидит? Он увидит там кого-то кто на данный момент кажется ему котом, из-за чьей кармы? Его. Верно? Не кота, его. И может быть это в сущности как мы сказали, тело эманации – у будды есть *Trulku*, тело эманации, он может появляться различными способами – может быть будда появляется перед ним в качестве кота для того чтобы дать ему возможность что-то дать и тем самым накопить хорошую карму. И здесь есть много возможностей. Итак, нужно помнить, что вторая часть это пустота получающего.

**3а. Пустота самого даяния**

**Предположим третья часть это – пустота самого даяния.**

И пустота самого даяния это как к примеру я может быть хочу подать ему воды и от большого воодушевления пролью на него воду. И для меня это в сущности было даянием, но для него это выглядело так будто я проливаю на него воду чтобы его рассердить, или что-то в этом роде.

Итак, само даяние выглядит для меня как даяние из-за определенной кармы которая у меня сейчас есть. Но другой не обязательно увидит в этом даяние. Это очень важно потому, что часто **мы пытаемся совершить хорошее действие, но тот в отношении которого мы его совершаем не видит это как хорошее действие** и мы начинаем думать, что они хотят нас обидеть, и такого рода вещи. Нужно понимать, что это пусто, пусто. И также **как я воспринимаю это одним образом, другой может воспринимать это другим способом – в соответствии с его кармой**.

**3б. Пустота того, что дают**

И если мы в этом месте на пустоту «того, что дают» то также мне может казаться, что я дал ему стакан воды, а он может видеть как какой-то стакан с отравой, или наоборот он может видеть в этом нектар богов. И это зависит от кармы. Я это вижу в соответствии со своей кармой, а он это видит в соответствии с его кармой.

**И если я все делаю помня пустоту трех кругов - это превращает эту карму в чистую. И когда мы создаем чистую карму - она приводит нас к просветлению.**

Нужно отличать это от мирской кармы которая может принести в нашу мирскую жизнь хорошее, но она не приводит нас к просветлению.

Итак, чем больше на протяжении дня во всем, что вы делаете все время вы можете помнить пустоту трех кругов тем больше это создает для вас семян для прихода к просветлению.

**Лама Двора-ла**: большое спасибо.

То, что я вам написала здесь, это тибетский того, что он перечислил.

1. И первое, произнесите **Jinje**:

**Jinje**

**Jinje** – это **дающий**.

**Jin** – это **даяние**.

**Je** – это **делающий**.

И **Jinje** – это **тот кто совершает даяние, совершает даяние**. Это **дающий**.

Это первый круг, дающий. Если я совершаю это даяние во время даяния я помню, что сейчас к примеру я воспринимаю себя человеком из-за определенной кармы которая у меня сейчас созревает, и если я продолжу давать и буду делать это правильно и с большой мудростью – придет другая карма которая позволит мне увидеть себя ангелом с намного большей возможностью даяния. И сегодня я может быть могу давать столько-то, и я ограничена в своем даянии, а когда моя карма улучшится я стану другой и моя способность давать видимо будет другой.

**Jin-yul**

**Yul** – это **объект**.

И это **объект даяния**, тот который получает. Они также пусты.

**Jinpa**

Это действие даяния.

**Понимание пустоты является тем, что приводит наши действия к совершенству**

И снова – как у людей наша способность давать ограничена. Сколько я уже могу дать и кому я могу дать? Но даже крошечное действие даяния, когда вы даете крошки птицам если вы помните пустоту трех кругов: пустоту птиц, пустоту себя, и пустоту самого действия - в один из дней благодаря этому действию вы сумеете дать этим птицам все, что принесет им счастье. **И каждое действие постепенно совершенствует ваше даяние;** делает его все более целостным, все более святым, все более похожим на даяние будды.

Это пример трех кругов, и то, что есть в кругах даяния - есть также и в кругах любого другого действия. Это не ограничивается только даянием. Каждое из совершенств.

К примеру, когда вы практикуете **терпеливость**, одно из совершенств, также есть три круга.

* Есть вы когда вы предположим пытаетесь не сердиться в ситуации в которой вы бы рассердились.
* Есть человек или событие которые вас сердят, это второй фактор.
* И есть само происходящее – то, что вы практикуете терпеливость – это третий круг.

В каждой ситуации нужно немного тренироваться видеть три круга и помнить их пустоту. Чем в большем количеств ситуаций вы можете помнить пустоту, тем больше изменяется ваше сознание. Начинает изменяться ваше внутреннее тело. Ваше внешнее тело будет отражать это внутреннее тело. Вы будете спокойнее, здоровее, менее раздражительны, мудрее, будете больше понимать, что происходит, и больше способны делать правильные вещи.

Суть этой практики принести пустоту во все, что вы делаете. Это называется «помнить пустоту трех кругов».

**Даяние которое не пребывает**

И в сутре – мы все еще в сутре ***Огранщика алмаза*** – будда об этом говорит. Он говорит об огромной добродетели такого даяния. Вы увидите в чтении.

*Кстати мы в этот раз очень тяжело работали чтобы дать это с тибетским, большое спасибо! Мне очень помог Илан. (Аплодисменты). Очень помог Йорам который переводил первоисточник. Очень помогла Орит. И мы много работали, чтобы сделать это для вас доступным, поэтому почитайте его.*

И в сутре Будда говорит о **даянии которое не пребывает** – подразумевается это.

В чем оно не пребывает? Оно не пребывает в восприятии вещей существующих со своей стороны. И это обычные вещи. Я вижу: вот она хочет пить – я дам ей чашку с водой.

- И она там, я вижу ее существующей там со своей стороны.

- Я здесь, я вижу себя, я, вот я Двора.

- И вот вода.

И все такое твердое и настоящее, но вещи не такие. И чем больше я могу помнить их пустоту и с памятью об этом совершать действие даяния – говорит нам Будда в сутре – тем огромнее добродетель не пребывающего даяния. Там есть описания гор добродетели и это еще больше. Итак, это здесь тема. Это очень важная практика на пути накопления добродетели.

Мы продолжим дальше, и **следующая наша тема это**:

**Прямое восприятие пустоты**

Мы немного сейчас в это войдем. Из всего нашего учения это самая важная тема.

И прежде всего мы сказали, что прямое восприятие пустоты это пик нашей духовной карьеры, не только этой жизни. Всего чем мы были до сих пор включая в себя тех кем мы сейчас являемся. Для того кто туда приходит все беды завершены. Все проблемы решены. Это не происходит сразу но он знает, что находится на пути решения их всех за очень короткое время, и в их сердце больше нет забот. Человек который может прийти к прямому видению пустоты очень редок. Очень-очень редок.

И мы говорим, что сейчас на нашей планете создались условия которые позволяют каждому из нас сделать это, что они чудесны и, что раньше их не было.

**Как туда приходят?**

Так, что нужно делать чтобы это с нами произошло?

**- Нужно встретить учителя у которого есть необходимые навыки**

Первая вещь которая должна произойти это то, что вы должны встретить учителя способного вас туда направить. Опытного учителя у которого достаточно понимания пустоты, который достаточно практикует, у которого достаточно любви к вам, и всех качеств которые нужно искать в учителе чтобы они смогли привести вас туда за руку.

И мы говорим, что вы уже прошли подготовку миллионами перевоплощений, чтобы даже просто находиться здесь, заинтересоваться и услышать эти вещи потому, что вещи пусты. Верно? Вы проецируете смысл издаваемые мной звуки. Верно? И у вас уже есть чудесная карма которая привела вас сюда, которая позволяет вам встретить этот материал и понять его.

И прежде всего нужно встретить этих учителей и это ваша карма позволяет вам с ними встретиться потому, что учителя пусты. Если вы слышите мудрость от учителя - это ваша карма.

Эти учителя должны быть способны научить вас этим вещам. Они должны знать правильные писания. Они в сущности должны их испытать, научиться им, практиковать их. Многие часы. Тысячи часов. Они должны давать вам их на протяжении тысячи часов. Вы должны приходить на протяжении тысяч часов и слушать эти вещи снова и снова.

Итак, первое – встретить учителя.

**- Нужно пойти обучаться у этого учителя**

Второе пойти и обучаться у этих учителей. Обучаться серьезно. Посвящать этому много времени. Это не легко. Если бы это было легко, мы бы все уже не страдали. Но мы живем в мире войн, голода, болезней, эпидемий, и чего только нет.

И нам нужно проделать много работы. Это требует много работы.

**- Нужно служить учителю**

Итак, нужно встретить учителей, потом обучаться у них, служить им, создавать карму которая позволит их мудрости перетечь в нас. Потому, что это приходит не только из интеллектуального понимания. Мы сейчас объясняем эти вещи на интеллектуальном уровне который не очень тяжел, но у него нет много силы. Для того чтобы это смогло действовать это должно просочиться намного глубже и для этого нужно создать эти близкие отношения с учителем.

Учитель который живет в другой стране не обязательно может вам помочь. То есть они могут быть чудесными, святыми, мудрыми, и писать потрясающие книги. Но нужен учитель которого вы встречаете и с которым вы работаете, и работаете с ним более или менее один на один.

**- Необходимо служить нуждающимся людям**

Нужна потрясающая карма служения людям, служения больным, служения старикам, служения нуждающимся. Доброе сердце. Много хороших действий.

Ламы нам говорят, что самый важный во всем этом аспект это служение нашим ламам. Потому, что мы сказали, что то, что лама появляется, и мы начинаем слышать от него эти вещи – это наша карма. Когда я встречаю такого ламу - это моя карма которая у меня созрела. Это самая чистая часть во мне которая у меня созревает и сейчас знакомит меня с этим человеком озвучивающим для меня мудрость. Это я сама поставившая себя там и озвучивающая сама свою мудрость. Это то как это работает, мы проецируем это на кого-то другого.

И это мы хотим усиливать, усиливать, усиливать чтобы это достигло этой потрясающей вершины на которой мы сумеем реализовать это и сами стать учителем. И это требует очень большой близости и большого-большого служения учителю от всего сердца. Сделать это для себя самой важной вещью в жизни, разумеется если мы хотим достигнуть цели.

Геше Майкл пошел и построил для Кен Ринпоче дом. На протяжении восьми лет он мыл ему посуду, был его шофером, был его личным слугой.

Нужно сделать это важнее любой другой вещи. И это не потому, что это нужно учителю. Для учителя это помеха. Это потому, что это нужно нам. Это требует очень больших усилий и очень много добродетели для преодоления различных бесконечных препятствий через которые нам нужно пробиться.

И эта преданность, это может быть самый важный аспект. Преданность это то, что раскрывает наше сердце. И нам нужно раскрыть свое сердце и позволить этой мудрости в нас войти, или пролиться из нас. Называйте это как хотите. Потому, что она там, только она заперта. И эта преданность является тем, что разрывает эти цепи. **Карма этого - это прямое видение пустоты**.

**- Необходима ежедневная практика в медитации**

Необходимо делать медитацию каждый день. Потому, что мы сказали, что это переживание происходит исключительно в очень глубокой медитации. Что значит глубокой? Настолько глубокой, что рядом с ними могут жарить чипсы а они ничего не почувствуют. Или создавать большой шум, и вы ничего не почувствуете. Вы полностью отключены от органов чувств, от всех физических органов чувств.

Вы в настолько высокой концентрации, что сознание находится в месте за пределами мира желаний. Оно в том, что называется миром форм.

Это намного-намного более тонкий уровень, чем уровень нашего обычного сознания. И у вас есть очень глубокое медитативное спокойствие которое позволяет сознанию выйти из того обычного места в котором мы обычно живем. И это требует много тренировки. Это требует ежедневной тренировки в медитации.

**Ментальные картинки**

Сейчас, прежде чем происходит переживание прямого видения пустоты есть несколько этапов его предваряющих которые происходят на пути, и они могут дать вам индикацию того, что вы может быть близки.

Одна из вещей которым нужно научиться это тема того как наши ментальные картинки создают наш мир. Это очень важная тема в логике которая называется, произнесите:

**Chi Jerdak**

И это переводят как **качества и характеристики**. Часто можно встретить и другой перевод: «общее» и «специфическое», «что общее, а что специфическое». И **chi** это общее а **jedrak** это специфическое, или **chi** это качества, а **jedrak** это характеристики. Мы предпочитаем первый перевод «качеств и характеристик», он больше подходит для наших целей. Это не то, что второй перевод не верен, но первый более правилен с точки зрения наших целей.

**Что такое качества и характеристики?**

И к примеру пример «качества»; если вы думаете о машине. Не о специфической машине а о идее машины, что такое идея машины. Это не: «вот машина», это не «машина». Это идея машины. И это качество. Качество машины.

Вы видите Мазду. Вы видите Мазду и сразу же опознаете ее как машину. И «Мазда» это специфическое; это специфический случай или характеристика общей категории машины. И здесь есть это учение, понимание того как у нас в голове есть идея машины и когда я встречаю специфическую машину я каким-то образом беру эту идею и соотношу ее с этим специфическим случаем. Также как я это делаю с письменными принадлежностями, и с этой специфической ручкой. Это то же самое.

Это очень важная тема которая ведет к пониманию вещей в моем мире.

**Разные виды обобщений**

И я здесь только быстро скажу: есть несколько видов Chi. Chi это категории, обобщения, или то, что мы назвали качествами.

Есть то, что называется, произнесите:

**Rikchi**

Есть то, что называется:

**Dunchi**

И есть:

**Drachi**

И **Rikchi** – это **обобщение вида**. Как в примере просто машины в противоположность «Мазде» и «Шивролету», которые как бы специфические. И это **Rikchi**. Пример который я привела это обобщение вида, и он здесь в нашей теме важен.

Потом то, что называется **Dunchi** – это когда у нас есть **обобщение, идея, или качество связанное с чем-то, что я пережила**, с кем-то кого я видела, или с кем-то кого я встретила.

Я кого-то встретила. Потом они ушли, и у меня в голове осталась их ментальная запись. Это Dunchi, это ментальная запись. Сейчас когда я вспоминаю их - это не то же самое, что они стоят передо мной – это их ментальная картинка которая у меня есть, но эта ментальная картинка которая опирается на переживание которое было у меня в действительности. И это называется Dunchi.

И есть то, что называется **Drachi** – и это также **ментальная картинка но она опирается на что-то чего я не переживала сама, а скажем слышала об этом**. Слышала о Бен Гурионе, но не встречала его лично. И Drachi – это когда вы сейчас вспоминаете слово «Бен Гурион» у вас есть какая-то ментальная картинка, но это не кто-то кого я сама встречала. Это слабее чем ментальная картинка чего-то, что я сама испытала.

- И есть еще одно, что называется **Tsokchi** – что **связано с тем как вещи состоят из частей**. Как эта ручка собрана из своих частей, и так далее. Это меньше подходит к нашей теме.

**Арие**: я только хотел сделать маленькое замечание о ментальных картинках. Это не то, что картинка как фотоаппарат. Под «ментальными картинками» мы подразумеваем набор всего воспринимаемого органами чувств. Это запах, вкус, осязание. Все, что было связано с этим переживанием и все, что мы относим к объекту. И когда мы смотрим на что-то мы уже оцениваем это как что-то твердое, как что-то теплое, все эти детали также. Не только форма.

**Как существуют вещи**

Вся тема того как работают ментальные картинки становится очень-очень важной потому, что мы хотим увидеть как мы создаем ручку. Для того чтобы увидеть пустоту напрямую мне сначала нужно понять как я создаю ручку. Как существует ручка. **Для того чтобы увидеть как она не существует мне нужно понять как она да для меня существует**. Как я беру эту общую ментальную картинку, это обобщение «предметов письменности» которое у меня есть и проецирую его на эту специфическую вещь.

Этот процесс – вы понимаете, что он происходит, но для того чтобы воспринять себя делающими это - нужна потрясающая карма, и много-много-много практики. И наступает день, когда вы смотрите на эту вещь, и вы уже проделали так много практики, размышлений, медитаций, и обучения на эту тему, что когда вы смотрите на это вы можете разобрать этот процесс на составные.

Потому, что когда я показываю вам это:

«Что это?»

«Ручка».

Это сразу выскакивает, верно? Вам не нужно долго думать – «ручка»!

Но когда вы углубляетесь в эту тему вы в один из дней можете воспринять себя прямо переживающим то как вы берете здесь какую-то маленькую ментальную картинку ручки которая у вас есть, которую вы в сущности сюда вкладываете.

Потому, что в сущности здесь нет ручки, верно? В сущности здесь есть набор подсказок. Когда я смотрю, я даже не вижу цилиндра. Я смотрю здесь прямоугольная форма, белый цвет, и немного блеска который свидетельствует о том, что здесь есть окружность. Я не вижу к примеру задней стороны. Я не вижу даже этого предмета. Мой глаз видит что-то двухмерное, и я дополняю до трехмерности. Верно? Глаза видят двухмерное, каждый из их углов.

И я вижу формы, цвета, яркость, и нужно проделать много-много работы с сознанием чтобы заметить как вы берете набор данных или подсказок и создаете из этого «ручку».

Говорит ли это о том, что вы понимаете пустоту ручки? Это еще не пустота ручки. Это то, что мы называем «взаимозависимым существованием ручки», это то как она да существует, как я ее создаю, как она для меня создается, как она существует в моем мире. Это еще не говорит мне о том, откуда эта картинка пришла в мою голову, это другое обсуждение. Но здесь я вижу как я беру картинки которые уже существуют в моей голове и проецирую их.

Ария понимает, что реальность такова, она всегда проецируется от меня наружу, а не наоборот. Это не то, что эта ручка приходит ко мне. Это не то, что ее принесли с завода потому, что с завода принесли куски пластика. Ручка приходит так (*лама показывает: от нее наружу*).

И так вся моя реальность включая трагические ситуации. Это включает также и их. Вся моя реальность такова, она приходит таким образом.

**Самая высокая вещь**

И когда вы начинаете видеть как вы проделываете этот процесс это уже очень-очень продвинутый этап и через короткое время после этого, если вы делали много-много медитаций и накопили всю добродетель, все этапы которые я описала ранее, усаживаются в медитацию и приходит прямое видение пустоты.

Но это не придет без всей добродетели. Это не придет. Это требует потрясающей кармы. Это требует определенного упорядочивания ветров в теле которые связаны со всеми действиями, которые мы делали.

Этот этап когда я вижу себя проецирующей ручку, когда я замечаю как я создаю эту ручку из своих ментальных картинок называют, произнесите:

**Chu chok**

**Chu chok** – означает **самая высокая вещь**.

Это самая высокая вещь, или самое высокое явление. То есть, о человеке способном воспринять себя создающим свою реальность из его ментальных картинок говорят, что он «самый высокий».

Является ли он самым высоким? Нет потому, что он еще не ария. Он еще не видел пустоты напрямую. Он или она, да? Они еще не видели пустоты напрямую. И это самый высокий среди тех кто еще не является арией. Это самый высокий среди обычных людей которые еще не арии.

Итак, когда вы туда приходите это самый высокий этап в том, что мы назвали:

**Jor Lam**. И Jor Lam это **путь подготовки** (смотрите в курсе медитации «**Сутра сердца**»).

Это свидетельствует о том, что вы очень-очень близки.

Снова, это результат всех карм которые мы перечислили ранее, и когда вы уже там находитесь вы находитесь в ментальном состоянии в котором у вас есть много, много осознаний приходящих одно за другим. Вещи разом упорядочиваются, все вещи которые вы слышали на уроках и которые может быть казались вам странными. Вы вдруг осознаете, вы видите, вы понимаете их истинность. И это очень продвинутый этап.

И идея в том – и это связано с этим обсуждением **Chi che drak** – что для того чтобы я здесь увидела ручку нужно чтобы было достаточно индикаций ручки, достаточно вещей намекающих мне, что это может быть ручкой, которые указывают мне, что это может быть ручкой. Знаков. Нужно чтобы у меня было достаточно индикаций. То есть, если есть достаточно индикаций я прихожу к выводу, что это ручка.

И как было сказано, этот процесс происходит в мгновение ока. Вы видите это и в мгновение ока вы думаете «вот ручка», верно? Но есть целый процесс происходящий в сознании который заставляет вас сказать, что «это ручка». И этот процесс построен на взятии набора знаков, присоединении их, использовании этого Chi, общей категории которая у них есть и применении ее к этому специфическому случаю.

Но когда я вижу все эти знаки ручки, или все отметки ручки – я не вижу ручки, я вижу отметки.

- Я не могу видеть ручки без видения ее отметок, ее знаков, ее индикаций.

- Но когда я смотрю на индикации я не смотрю на ручку, я смотрю на индикации.

- И фактически не только это, но и то, что я не могу видеть индикации одновременно. Несмотря на то, что мозг работает очень быстро, и глаз работает очень быстро, но в сущности каждое мгновение он видит только одну точку. И он исследует, он работает от точки к точке. И нет одного мгновения, в которое я вижу ручку. Если вы учитесь замедлять этот процесс в следствии многих медитаций и большой работы со своим сознанием вы видите, что нет ни одного мгновения в которое вы действительно видите ручку.

- Когда я говорю: «ручка» после того как я последовательным образом исследую ряд знаков я в сущности смотрю на ту картинку которая в моей голове. На определенном этапе я говорю: «Достаточно знаков! Ручка!» Я расшифровала: «Это ручка!»

Это Chuchok – когда вы ловите себя на том, что вы в сущности ментальную картинку подменяете на реальность.

И мы делаем это все время.

**Мы все время думаем, что мы соприкасаемся с внешней реальностью в то время когда мы все время смотрим на свое сознание и живем в своем сознании. Все время.**

Так кажется нам снаружи, но все, что есть там снаружи это формы, цвета, звуки, и текстуры. И если их анализируют то видят, что они также пусты.

Итак, Chuchok – это прямое восприятие взаимозависимого существования вещей.

И когда человек приходит к этому первому осознанию – и это не как когда я вам говорю, и вы понимаете, что я говорю, это когда вы прямо воспринимаете себя делающими это - это очень продвинутый, очень высокий этап. Как было сказано в следствии этого вы усаживаетесь себе в медитацию и за короткое время вы видите пустоту напрямую.

**Прямое видение пустоты**

**Сколько времени берет увидеть пустоту напрямую?** Об этом говорят по-разному, есть люди которые скажут пять минут, есть люди которые скажут двадцать минут. Один и тот же человек в разное время скажет вам разные вещи. Потому, что они не знают точно сколько времени это берет. Потому, что в то время когда они находятся в медитации прямого видения пустоты у них нет представления времени, они не знают точно. Мы скажем, что примерно это четверть часа – двадцать минут.

Это называется, произнесите:

**Ngunsum**

**Ngunsum** – это **прямое видение**.

Это напрямую.

**На пути видения есть две части** и это часть там где напрямую.

Человек сидит в медитации, погружен в эту глубокую-глубокую, совершенную медитацию. Медитацию в которой как было сказано сознание находится на первом уровне того, что мы называем «миром форм». Полностью отключенное от органов чувств, в одноточечной концентрации. Полностью чистое, полностью сфокусированное, полностью непрерывное сознание и поэтому способное отражать настолько тонкий объект как пустота.

Наше сознание как озеро отражающее своей объект, предположим луну. Для того чтобы мы увидели очень ясную картину луны - озеро должно быть очень тихим и очень чистым. Чистым-чистым. И это метафора для нашего сознания в этой медитации. Сознание должно быть абсолютно спокойным, абсолютно чистым, абсолютно одноточечно сфокусированным, и тогда оно может отражать пустоту.

Как это ощущается? Это никто не может вам описать потому, что это за пределами слов, это за пределами мыслей. Поэтому это нельзя описать. Можно только говорить о том, что происходит потом. Само переживание это не переживание органов чувств, это не переживание в мыслях, поэтому нет слов для его описания, оно за пределами слов и так о нем сказано: «Оно за пределами слов и оно за пределами мыслей». Это встреча с высшей реальностью. Встреча с намного более высокой реальностью в которую мы погружены все время, но мы с ней не контактируем. Здесь впервые – и потом это переживание повторится – есть прямая встреча с намного более высокой реальностью.

В то время когда человек погружен в эту медитацию пустоты он не может переживать никакого другого объекта. Сознание находится за пределами, оно находится в другом месте, намного более высоком чем наше обычное сознание. Ни один объект являющийся объектом органов чувств – мы не может пережить. Органы чувств в это время нейтрализованы.

Объект относится к мысли – разным мыслям, разным идеям – и мы не можем думать потому, что сознание находится в месте не конвенционального мышления. В другом месте. В это время на протяжении этого переживания сознание отражает пустоту.

**Не дуальное переживание**

Есть те кто говорят, что это не дуальное переживание. И верно, оно не дуальное. Но люди иногда не правильно понимают выражение «не дуальность».

У человека делающего эту медитацию в это время нет концептуального мышления. И в это время он не может думать: «Аа, я сейчас вижу пустоту». Потому, что «я» это концепция, и «вижу» это концепция, и «пустота» это концепция. И все эти вещи не могут проходить в голове потому, что это концептуальное мышление. И с этой точки зрения можно сказать, что между сознанием и объектом нет разделения, и это в этом случае, в этой медитации - пустота.

Но можем ли мы сказать, что сознание в это время превратилось в пустоту? Мы не можем этого сказать. Человек не превратился в пустоту в это время. Он все еще там. Он не превратился в пустоту. **Сознание не превратилось в пустоту**.

Сознание это изменчивая вещь. Пустота это неизменная вещь. И «неизменная вещь» не может превратиться в «неизменную вещь». Это никогда не может произойти.

И этого не происходит, но в этой медитации сознание отражает пустоту. В этой медитации у него если хотите есть качества пустоты. У него есть аспект пустоты.

**В конце концов медитация завершается.**

Почему она кстати завершается? Карма! Нет достаточно кармы чтобы оставаться там. У того кто вошел туда в первый раз есть только карма на четверть часа, или на пять минут.

Потом он будет работать всю свою жизнь и все следующие перевоплощения чтобы увеличить эту карму. Будда все время находится в полной медитации на пустоту и одновременно с этим в мире, в конвенциональной реальности; одновременно. Но это может только будда. Очень высокие бодхисатвы также продвигаются по уровням с точки зрения их способностей входить и выходить из медитации на пустоту, но они не могут одновременно. Только будда может одновременно. И у бодхисатвы способность со временем будет увеличиваться.

Но в конечном итоге карма заставит его оттуда спуститься и он оттуда спускается, он или она, да? Оттуда спускаются и явно есть ощущение спуска. Несмотря на то, что тело остается сидящим на том же самом месте сознание спускается. Сознание было в очень-очень тонком месте, в мире форм и сейчас оно спускается в мир желаний, в мир органов чувств и желаний, и где интересна еда. Там к примеру еда не интересна. Там не интересен секс. Это другое место. Спускаются обратно в мир желаний, и тогда есть ощущение спуска сознания, оно становится более грубым, оно падает, и вы не можете это остановить. Человек видит, что он падает, и он не может это остановить потому, что карма завершилась.

**Мудрость приходящая после**

Итак, спускаются обратно. Но в следствии этого переживания во внутреннем энергетическом теле этого человека произошла очень глубокая трансформация и часы, может быть сутки одно за другим приходят потрясающие духовные осознания. Говорят «как попкорн», одно за другим.

Человек понимает, что все, что написано в прочитанных им буддистских книгах правда. Он понимает это сам, он видит это сам. И вдруг после всех книг и всех учений и всех часов и всех курсов: «Аа! Подразумевали это! Ок. Мне пытались объяснить это». И это переживание. Переживание скачка на тысячи миль вперед за один день. Грандиозного, потрясающего духовного прыжка.

Этот человек превращается в арию, в высшего, в сравнении с которым обычные люди как муравьи рядом со слоном. Мы вообще не похожи.

В медитации нет концептуального мышления, он не видит «себя», «просветленного» - всего этого нет. Он находится в месте за пределами слов и мышления. Поэтому об этом мы говорить не будем. Но после, после *ngunsum* наступает второй этап прямого видения пустоты который называется, произнесите:

**Jetop yeshe**

И тогда есть список происходящих осознаний.

- Первая вещь которую видит такой человек это **свое просветление**. Свое будущее просветление. Он в точности знает как это произойдет, когда это произойдет, при каких обстоятельствах это произойдет. Он ясно видит как в один из дней он выходит из сансары и переходит в просветленный мир. Меняет сферу, меняет профессию. Он переходит в другое королевство, в другое существование. Обязан ли он перейти физически в это место? Нет. Это может быть здесь, это может быть то же самое место. Но внутри его сознание совершенно другое, он живет в абсолютно другой реальности. И это первая вещь.

- Другая вещь которую он понимает это то**, что до того момента каждая мысль которая у него была** в этой жизни и во всех предыдущих жизнях - **была ошибочна**. Подумайте: человек сейчас, когда встретил абсолютную реальность понимает, что все остальное без исключений было ошибочным. Не было одного момента который не был ошибочен. Не было ни одного момента когда мы понимали те три круга которые нам описал Арие: объекта, субъекта, и действия когда бы мы не придавали им какую-то степень самосуществования. Мы не понимали откуда они приходят.

Включая моменты когда мы говорим о пустоте, включая моменты когда мы думаем о пустоте. Мы не были способны на другие мысли. Ветра не дают нам подумать никакой другой мысли. Энергия не течет в правильные места и у нас есть это раздвоение реальности на объекты и субъекты, на вещи которые кажется, что происходят снаружи. До этого момента у нас нет даже одной правильной мысли.

- Когда он выходит из этого состояния он еще раз падает в то же самое место. Он не может удержать там энергию, и он снова начинает видеть будто объекты, субъекты, и вещи приходят снаружи так, как мы их видим сейчас. Разница в том, что он знает, что он ошибается, но он не может это предотвратить. Он понимает, что он ошибается, и он в этот момент не может предотвратить эту ошибку. Но после того как это переживание уже один раз произошло и у него есть вся мудрость пришедшая в следствии этого **он уже знает, что ему гарантировано выйти из этого состояния** за столько-то времени. И **самое большее** это – в литературе написано – **семь перевоплощений**. И как было сказано, если вы на тантрическом пути под руководством опытных учителей, и разумеется это в зависимости от вашей кармы, это может завершиться на протяжении одной жизни.

И в этих семи перевоплощениях или сколько это возьмет до тех пор, пока не выйдут из сансары, то есть до прихода к нирване или к просветлению все время есть эта двойственность потому, что это последняя вещь которую преодолевают. На протяжении этого периода вы работаете с приобретенными вами осознаниями которые, над тем, что я здесь описываю, что называется «путем видения», и это **два этапа пути видения**.

**Путь практики**

**Эти осознания позволяют уничтожить все ментальные омрачения которые у нас есть**. Весь гнев, всю зависть, все непонимание, всю гордыню, и все не правильные мысли. Все без исключения. И это уровни начиная с самых грубых таких как большой гнев и такого рода вещи продвигаясь к все более и более тонким, более и более утонченным, включая не правильное видение вещей, и когда мы разделяем объекты и субъекты и так далее это также считается ментальным омрачением.

Последнее это то, что вещи появляются передо мной как приходящие со своей стороны, как существующие со своей стороны. Это последнее. Еще задолго до этого я понимаю, что они не существуют со своей стороны, но я все еще вижу их такими.

**Иллюзия арии**

И весь этот период когда я таким образом работаю с сознанием для уничтожения омрачений благодаря осознанию которое приходит благодаря прямому видению пустоты – весь это период я понимаю, что:

**Я живу в иллюзии. Мне кажется, будто вещи приходят ко мне снаружи в то время когда это не так.**

Я понимаю, что они не такие, но я не могу не видеть их не правильно. Это будто я все время пытаюсь направить этот объектив, и берет семь перевоплощений до тех пор пока я не направляю его правильно. И здесь я вижу не правильное, я вижу это раздвоение. Я не вижу правильно. И это мы в буддизме называем «иллюзией».

**И часто слово «иллюзия» используют не правильно**. Будто иллюзия это когда: «вещи не настоящие, и мне не нужно им верить, мне не нужно обращать на них внимание». «Они меня обижают, но это не по-настоящему потому, что это иллюзия». **Нет, подразумевается не это.**

Если меня обижают, если это ощущается как обида – то это обида. Если это кажется ручкой – то это ручка. Это то же самое. Иллюзия это не в этом смысле.

**Это иллюзия в смысле того, что есть разница между тем как вещь передо мной появляется и ее абсолютной сутью.**

И это не то, что обида в сущности это комплимент только я не смотрю на это под правильным углом – это не так. Если я чувствую обиду то моя карма сейчас заставляет меня видеть в этом обиду, и поэтому для меня это обида.

**Это не то, что это в сущности комплимент только я этого не увидела. Потому, что чем это по сути является? Это пусто! Это не обида, и это не комплимент. Это пусто. У этого нет никакой собственной природы. Я вижу только то, что я вижу в соответствии с тем, что в этот момент для меня созревает.**

И смысл иллюзии не в том, что в сущности то, что было комплиментом выглядит для меня как обида. Нет. Не это.

**«Иллюзия» это значит то, что это появляется передо мной так будто у этого есть собственная природа, это появляется приходящим снаружи независимо от меня в то время когда это не так.**

**Ария понимает, что он находится в иллюзии, и поначалу он эту ситуацию предотвратить не может**. И это дуализм, это иллюзия.

**Уничтожение эгоизма**

Еще вещь которую видит ария спускающийся из медитации это то, что до этого момента он не только не думал ни одной правильной мысли и все видел не правильно – я говорю «он» но это «он» или «она» - но они также не были способны даже на одну мысль не наполненную эгоизмом. И нам тяжело это увидеть. До того момента даже самые лучшие среди нас, даже самые святые среди нас, даже мать Тереза - до тех пор пока не видят пустоту в каждой нашей мысли есть та или иная степень эгоизма. И до того момента мы не можем это предотвратить.

Мы можем стараться, мы должны стараться, и обязаны стараться потому, что иначе мы не придем к прямому видению пустоты. Но до тех пор мы будем лгать самим себе, если скажем, что чисты от эгоизма потому, что мы нет. До тех пор нам тяжело совершать даже хорошие действия не думая: «Что обо мне скажут», или без ожидания какого-то вознаграждения, признания, уважения, или чего бы то ни было. Такого не может быть. И вместе с этим нам не нужно этому покоряться. Мы должны сопротивляться этим склонностям потому, что это то, что приведет нам к прямому видению пустоты.

В ***подношении ламе*** первый Панчен Лама нам говорит: «это самый большой из вредителей». Он просит ламу чтобы тот дал ему сил сражаться с «с самым большим из вредителей», и это видение вещей приходящими со своей стороны, придание себе ценности, и все эти большие враги.

И грустная истина в том, что до тех пор пока мы не видим пустоты у нас будет та или иная степень цепляния за себя и в результате нее у нас будет та или иная степень придания себе важности. И в результате этого все наши действия и мысли в той или иной степени пропитаны эгоизмом, какие-то больше какие-то меньше. И разумеется значительная часть практики это сдерживать этот эгоизм настолько чтобы накопить достаточно добродетели для прямого видения пустоты, и тогда он уничтожится сам собой. И это включает в себя тех из нас кто пытается практиковать сострадание, пытается практиковать бодхичитту; мы не можем по-настоящему уничтожить из своего сознания ментальные омрачения, включая эгоизм без прямого видения пустоты. И все другие методы это только в рамках первой помощи.

Пока, что, до тех пор пока ты не увидишь пустоту напрямую давай посмотрим как ты можешь немного сдерживать свой гнев, сдерживать свой эгоизм, практиковать обмен себя на других, и все эти вещи. Все это в рамках не абсолютных путей. Потому, что абсолютная вещь которая действительно освобождает нас от эгоизма и ментальны омрачений это прямое видение пустоты, и поэтому у нее есть огромная сила для уничтожения наших страданий. Потому, что мастер Шантидева говорит, что все наши страдания приходят из нашего эгоизма. Все. И это идет рука об руку с этим видением пустоты.

И позже пришли люди и собрали все эти осознания в то, что называется: **четырьмя благородными истинами.**

И об этом с нами поговорит Арие.

*(Мандала)*