

Курс ACI 17: основы буддизма, часть 1

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 1

Дорит: *здравствуйте! Мы хотим представить вам нашу ламу.*

Здесь есть много знакомых лиц но несмотря на это для тех кто может быть все еще не знаком. Доктор Двора Цвиэли к которой мы обращаемся как к ламе – лама это учительница – и она учительница с большой добродетелью приезжающая к нам из-за границы по несколько раз в год и приносящая нам самое подлинное, самое прямое учение из самых точных источников и посвящающая все свое время собственному обучению, обучению других, практике, и кроме этого – если там остается немного времени – вместо сна она переводит и пишет, и она в стихах переводит нам весь материал с тибетского, санскрита, и английского чтобы мы получили это на нашем языке, на иврите.

Я могу вам сказать, что не важно в каком часу я посылаю электронное письмо, приходит ответ. И ее время в США это не совсем то же самое время, что и у нас. И я иногда задаюсь вопросом, спит ли она вообще.

Мы обычно наши уроки в ACI прежде всего начинаем встречей учителя, и после входа учителя мы делаем преклонения чтобы начать этот урок немного из другого места. И это нам конечно же объяснит лама Двора-ла. И давайте пожалуйста встанем и примем нашу учительницу.

Преклонения и молитвы: раскрытие наших сердец святому учению

Лама Двора-ла: на курсах ACI это не как общие беседы предназначенные для более широкой аудитории – вы серьезные люди и если вы об этом не знали, то сейчас мы вам об этом сообщили – и мы проводим эти курсы как полагается. Что значит, как полагается? Мы хотим создать как можно больше внешних и внутренних условий, чтобы позволить этому материалу прийти к нам в сердце и как можно глубже осесть потому, что те из вас кто некоторое время обучаются знают, что этот материал очень тяжело ввести внутрь, в моменты проверок очень тяжело помнить дхарму.

И мы призываем все, что в нас есть, тело, сознание, сердце чтобы насколько можно создать условия для того чтобы в наши сердца пришла дхарма. Мы начинаем преклонениями телом. Я знаю, что здесь это сделать немного тяжело, вы можете делать настолько, насколько вы можете.

Мы не преклоняемся статуям, маскам, или изображениям несмотря на то, что мы это делаем в их направлении. Мы не думаем, что статуя или изображение может нам помочь. Это статуи и изображения. Это только символы, якоря которые помогают нам заякорить наше сознание и они символизируют для нас те вещи которым мы да преклоняемся, этим мудрости и состраданию которые мы разовьем в своих сердцах. И другой способ представить эти вещи, это через путь трех

драгоценностей.

Это чудесно так начинать потому, что это преклонение перед святостью этого материала который позволяет нам освободиться от страданий и помочь всем нашим любимым освободиться от страданий. И это делает его самой святой вещью из всех существующих, и мы преклоняемся перед этим. И суть преклонения это акт тела который раскрывает нас, создает благоговейное отношение которое необходимо для того чтобы позволить войти этим вещам. И позже мы также прочитаем молитвы которые делают то же самое через голос. И медитации делают то же самое в мыслях. Итак, мы сейчас начнем с преклонений.

(Мандала)

То, что мы спели это **молитва мандалы**. Мы подносим подношение. И это подношение это модель просветленного мира, мира который целиком хороший и чудесный. Мы подносим это как благодарность нашим учителям за учение которое они нам передают в силах которого освободить нас от всех страданий...

И вторая молитва это **молитва принятия прибежища**. Это молитва в которой мы создаем отношение. Мы принимаем прибежище в духовном пути и понимаем, что только оттуда придет наше спасение. Мы идем к духовным осознаниям, и когда мы их разовьем в своем сердце, осознания мудрости, если мы раскроем свое сердце для большого сострадания, это нас спасет чего нельзя сказать о любой другой вещи которая не может нас спасти.

Итак, мы принимаем прибежище в трех драгоценностях, и это будда, дхарма, и сангха которые символизируют нам на разных уровнях и разных аспектах то о чем я сказала только, что; это те мудрость и сострадание которые мы хотим развить в своих сердцах и которые нас действительно защитят.

Итак, давайте примем прибежище.

(Прибежище)

Традиция тибетского учения

Этот курс это второй курс в серии трех курсов, курсов 16, 17, и 18 вместе которые покрывают весь материал пятнадцати курсов ACI.

Эти пятнадцать курсов были созданы геше Майклом в следствии его обучения в тибетском монастыре и часть обучения он проделал в Индии, а часть в Нью-Джерси, у его и нашего ламы Кен Ринпоче. Это был тибетский прославленный потрясающий лама, и в следствии его учения он создал это в форме подходящей для нас как для западной публики, не идя на компромиссы ни в отношении содержимого, ни в отношении качества, ни в отношении представления.

И вы в сущности получаете все, что изучает монах в тибетском монастыре. Если вы хорошо завершаете все восемнадцать курсов у вас есть знания которые не меньше чем у монаха обучающегося двадцать-двадцать пять лет в тибетском монастыре. Это подано немного в другой форме, минус вызубривание наизусть, как это делают они – мы еще не требуем от вас вызубривания наизусть, хотя может быть когда-нибудь мы до этого дойдем – и минус многие часы дебатов которые они делают, и постепенно это мы введем также.

Этот материал основывается на том, что мы называем «Пятью великими книгами». Дхарма была

дана Буддой две тысяча пятьсот лет тому назад и потом переходила из поколения в поколение, от учителя к ученику, распространилась по Азии в разных странах. Во многих случаях из-за тех или иных исторических обстоятельств линии передачи обрывались, ломались, приходили не полными, полностью исчезали, или уничтожались.

Примерно тысячу лет тому назад буддизм пришел на Тибет, и это относительно поздно в его истории. И из-за уединения Тибета, и из-за того, что создались массовые условия поддержки властью дхармы, развилась чудесная традиция монастырей.

Тибетцы исключительны потому, что они сохранили дхарму. Они:

1. Сохранили дхарму в подлинной форме так как ни в одном месте в Азии ее не сумели сохранить.
2. Там развилась чудесная традиция линии передачи мудрецов и ученых которые комментировали и проясняли, и создали традицию потрясающую по своим масштабам, глубине, и чистоте, по своей способности привести людей к просветлению.

Когда вещи переходят из уст в уши, от учителя к ученику на протяжении многих лет, вещи с легкостью могут исказиться. Учитель ставит какую-то запятую, что-то от себя, или не ставит какую-то запятую, ученик делает то же самое, и на протяжении поколений вы уже не можете узнать дхарму, и люди с ней уже не приходят к просветлению.

И здесь и там слышат знакомые термины, но это не обязательно работает.

И **просветление – что это? Это самое высшее счастье которого мы можем достигнуть.** И мы здесь все потому, что мы живем в страданиях, и мы хотим прийти к счастью. Итак:

Просветление – это другое слово для большого, абсолютного счастья, без изъянов, абсолютно чистого.

И это тибетская традиция.

В тибетской традиции есть сотни книг, большинство из них не переведены, на английский также. Полезно знать тибетский чтобы их читать потому, что кто знает или их успеют перевести при вашей жизни, а эта мудрость нужна. И все эти книги основаны на том, что называется «Пятью великими книгами» которые ученики в монастыре изучают с очень раннего возраста.

Когда они приходят в монастырь им семь-восемь лет, они маленькие дети. С ними начинают с того, что дают им вызубрить наизусть тексты даже без того, чтобы они понимали то, что говорят. На протяжении нескольких лет, может быть семи-восемью лет все, что они делают это вызубривают тексты. Они изучают наизусть отрывки из пяти великих книг.

Позже когда текст уже для них доступен они получают учение на этот текст. И потом те кто доходит, сдают свои экзамены геше.

Пять великих книг

Пять великих книг включают в себя:

1. То, что мы называем **абхидхармой**.

Абхидхарма это древняя часть буддистского учения части которого мы покроем также и на этом курсе, к примеру:

- Учение о карме и законах кармы.
- Она включает учение о том, что такое чистое, что такое не чистое.
- Что приносит страдания, что не приносит страдания.
- Она включает в себя учение о космологии, о разных мирах. Этот мир в котором мы родились только один из миллионов возможных миров. Она включает в себя это учение.

И это один набор учения.

В основном он делает различие между чистым и не чистым. И чистое это в смысле того, что приносит счастье и освобождает от страданий, а все остальное не чистое. Даже если это хорошие вещи в нашей обычной жизни, но если в них нет качеств которые позволяют освободить от страданий они не чисты. И это абхидхарма.

2. Другой текст который мы будем изучать это текст **Праманы**:

Прамана это учение буддистской логики о которой мы скоро немного поговорим несмотря на то, что это не является здесь основной темой. На курсе 13, и на курсе 4 мы в нее входили больше. Буддистское учение кроме прочего очень основано на логике, включая и тайное учение. Везде все очень сильно обосновывается логикой.

Потому, что когда вы слушаете духовное учение оно может звучать очень интересным и оно может быть очень привлекательное, но для того чтобы вы сумели применить это учение для своей пользы, изменить свои жизни, трансформировать их вам нужно быть готовыми прилагать для этого усилия. И готовность прилагать усилия является функцией того насколько вы убеждены в том, что слышали.

Вы слышали, слышали, окей! Но поняла ли я, что нужно сделать, чтобы моя жизнь изменилась? Я, речь идет обо мне. Для того чтобы я решила встать утром и начать практиковать мне нужно быть убежденной в том, что это да та практика которая может мне помочь. Достижение этой убежденности не появится только от слушания.

Для того чтобы достигнуть этой убежденности мне нужно взять услышанное мною учение и проверить его в свете логики, в свете моей логики: как это мне подходит? Как это у меня упорядочивается? Нет ли там противоречий? Потому, что вы в первый раз слышите вещи отличающиеся от обычного образа нашей жизни, и образа нашего обычного мышления, и возникают сомнения. Вы не попробовали это, вы не знаете или это верно. И это естественно, и ясно, что так должно быть.

Сейчас, **что мы делаем с сомнениями?** Все дело в этом. **Для этого нам нужна логика.** Нам нужны хорошие инструменты для прояснения наших сомнений. И это все учение праманы, буддистской логики, это учение. Это вторая книга.

3. Третья книга **Праджна Парамиты**:

Произнесите: Праджна Парамита.

Праджна Парамита это учение мудрости. **Праджна Парамита** означает **мудрость выводящая за пределы**. И это все **учение о пустоте и о совершенстве мудрости**. В основном там есть учение о пустоте и это будет сегодня нашей основной темой.

Писания Праджна Парамиты дают нам учение о том как существуют вещи и о том как они не существуют, о том как работают вещи, и о том как они не работают. Это очень важное учение. Критическое, критическое. Абсолютно необходимое для успеха в духовном пути. Редчайшее учение. Его очень тяжело найти. Даже в учениях буддизма его найти очень тяжело. Тибетцы развили его в потрясающей форме и это может быть является **причиной** для того чтобы пойти у них обучаться Праджна Парамите. Они не создали это учение, оно пришло от Будды. Оно не сохранилось в других традициях.

И, что мы сказали?

- Абхидхарма
- Прамана
- Праджна Парамита

4. Мадхьямика:

Писания мадхьямики, писания срединного пути, все учение от мастера Шантидевы которое мы изучали.

Все это учение **применения высшей мудрости праджна парамиты в нашей жизни**. Что значит в нашей жизни? Это говорит нам как думать, и как не думать. Что значит, как думать? Какая мысль освобождает нас от страданий, а какая мысль сохраняет страдания? Как думать, как себя вести чтобы это служило и нам и людям вокруг нас?

5. Винайя: учения Винайи.

Произнесите: *Vinaya*.

Винайя это **учение о морали, о моральной жизни**. Это все, что связано с монашеской этикой, но не только монашеской, есть части винайи которые также о людях которые не являются монахами и которые необходимы для успеха, и мы скоро поговорим об этом больше.

Итак, мы перечислили пятое.

6. И сейчас после того как мы перечислили пятое есть еще одно, шестое, и это в монастырях изучают меньше и мы да здесь это изучаем потому, что шестое это **Лам Рим**.

Произнесите: **Lam Rim**.

Лам рим это **этапы пути**. Это **этапы на поэтапном пути к просветлению**.

Это учение которое тибетцы создали специально для тибетцев. Несмотря на то, что все основано на словах Будды этот метод обучения создали тибетцы.

Первым был наверное лорд Атиша который был индийцем который пришел на Тибет по их приглашению и принес на Тибет дхарму. Он пришел из роскошного монастыря в Индии которого на сегодняшний день уже не существует. Расцвет буддизма в Индии прекратился в девятом-десятом веке после захвата Индии мусульманами. Они уничтожили монастыри и

библиотеки, и центр изменился, большим центром стал Тибет.

Лорд Атиша был одним из первых кто принес дхарму на Тибет но он пришел из монастыря где были самые сливки образованных и интеллектуальных монахов, и так далее, и пришел в общество безграмотных пастухов. Так как им принести дхарму?

И он создал метод Лам Рим которых позже распространился на Тибете. Есть много написанных лам римов, и самый большой и известный это Чже Цонгкапы. Но не только. Есть также другие чудесные лам римы которые были написаны и после Чже Цонгкапы и до Чже Цонгкапы.

Итак, это шестой путь. Его не очень подчеркивают в монастыре потому, что они идут прямо к пяти книгам. Лам Рим исчерпывает пять книг. Лам Рим берет материал содержащийся в пяти великих книгах и излагает его в очень доступной форме которая если проделывают то, что там написано позволяет прийти к просветлению.

Курсы ACI

На курсах ACI мы изучаем Лам Рим, но мы также изучаем и пять великих книг, таким образом вы получаете из всех миров, и вместе если вы проделываете это хорошо вы получаете очень хорошее образование которое получает монах в тибетском монастыре. Если вы хорошо завершаете эти курсы вы знаете не меньше большинства монахов. Так, что это не малая вещь.

Привилегия встретиться с этим материалом очень редка, очень-очень-очень редка. Я иногда подсчитываю сколько вас здесь в сравнении с тем сколько людей есть в стране, и вы наверное один из трехсот тысяч.

Этот материал вообще встретить очень редко,

Его очень редко встретить и им заинтересоваться.

Его очень редко встретить, им заинтересоваться и также встретить кого-то кто будет ему обучать.

Мы входим в такую редкую иерархию. Если вы подсчитаете это очень редко, вы абсолютно редки и эта встреча редка, и не принимайте ее как что-то само собой разумеющееся потому, что редкие вещи приходят и уходят.

Этот курс

Этот курс это один из подводящих итог курсов. Мы в конечном итоге выставим его на сайт. Но мы требуем получить этот курс от учителя лично. Мы просим чтобы вы выполнили домашние задания и завершили весь курс. И вы приглашены выполнять домашние задания в группах вместе, делать это в кайф. За чашечкой кофе. Это чудесно, но выполняйте их. И также выполняйте контрольные. Приобретите для себя папку которая может стоять на полке, чтобы у вас был доступ к этому материалу, вы увидите с течением времени это станет очень ценным.

Этим курсом мы стремительно покроем курсы с 6 по 10, которые мы уже подробно изучали на курсах ACI.

И мы начнем с курса 6, и это может быть самое важное учение, мы начнем с него прямо в начале. И это учение из **Праджна Парамиты** из Сутры огранщика алмаза которая была произнесена Буддой. Мы также будем изучать это через видение комментатора.

В классификации курсов ACI он как раз классифицируется как курс Мадхьямики, срединного пути потому, что комментатор которого мы используем пришел из Мадхьямики. Но эта сутра является сутрой Праджна Парамиты, совершенства мудрости.

Сутра огранщика алмаза

Мы начнем с названия сутры. Я напишу также здесь тем, кто хочет это написать. Итак, произнесите:

Dorje chupa

И **Dor** на тибетском означает – **камень**.

И **Je** – означает **король**.

Итак, **король камней**. Что такое король камней? Это **алмаз**.

И **Dorje** – это тибетское слово для **алмаза**.

Chupa означает **отрезать, что-то, что отрезает**.

Dorje Chupa – это **тибетское название этой сутры**, на санскрите она называется:

Vajra chedika

И это перевод слово в слово.

Vajra это **dorje**.

И **chedika** это **chupa**.

Сутра огранщика алмаза.

Арие объяснит нам значение этого названия.

Почему «алмаз»?

Арие-ла: самая важная вещь которая может произойти с нами в этой жизни это видение пустоты напрямую. Что такое видеть пустоту напрямую? Мы еще много поговорим об этом переживании сегодня, но в общем – это переживание в котором **во время медитативной концентрации** мы напрямую видим пустоту, **видим напрямую, что вещи не существуют со своей стороны, и, что мы их создаем.**

В чем смысл этого переживания? Почему это так важно?

До тех пор пока мы не видели пустоты напрямую мы можем перевоплощаться в различных перевоплощениях, особенно можем упасть в нижние миры. В нижние миры это настолько плохо, страдания настолько неописуемы, что у нас почти нет возможности совершить добродетельное действие. У нас нет возможности накопить добродетель, и в результате этого мы там застреваем. И шансы выйти оттуда очень-очень малы.

Шансы на то, что карма которая нас спроецирует будет какой-то хорошей кармой сидевшей в нас из каких-то перевоплощений очень малы. И они все уменьшаются и уменьшаются.

Вместе с этим если мы видим пустоту напрямую то мы становимся «беспечальными». Мы достаточно много будем об этом говорить но это меняет жизнь кардинальным образом и после этого мы не можем больше упасть в нижние миры, и не только это но и то, что мы поднимаемся по эскалатору который приводит нас к просветлению.

После того как мы увидели пустоту напрямую через семь перевоплощений мы обычно приходим к просветлению. Или по крайней мере к низшему просветлению, к нирване. Все! А до тех пор мы страдаем и страдаем, беды приходят со всех сторон. **После того** как мы увидели пустоту напрямую мы уже на пути наружу и также в жизни которая осталась после того как видят пустоту напрямую качество жизни совсем не то, что было раньше. И особенно наше желание помочь другим людям, наше желание служить миру, приносить ему благословение пробуждает нас и приносит нам громадное счастье.

После того как люди видят пустоту напрямую они понимают, что здесь произошло что-то грандиозное, да? В космических масштабах. И они хотят вспоминать это. Потому, что после того как они видят пустоту напрямую обычно на некоторое время падают обратно. Это вид первого прорыва который ведет нас вверх, но после этого мы падаем вниз и нам тяжело. Все еще то там то здесь могут быть беды. Несмотря на то, что мы беспечальны, несмотря на это с нами происходят нежелательные вещи. И мы хотим что-то, что будет нам напоминать, да? В особенности хотим чего-то, что будет близко от нас.

И люди искали, что может напоминать. И, что они нашли? Они нашли алмаз.

Почему алмаз? По трем основным причинам:

1) Основная причина в том, что из всех вещей в мире алмаз самый твердый.

Если вы хотите разрезать сталь, вы берете алмаз и им вы можете разрезать сталь, стекло, или любую другую вещь. Алмаз самый твердый из всех существующих в нашем мире вещей.

Мы ищем напоминание чего-то абсолютного, чего-то выходящего за пределы обычных вещей. У нас нет чего-то, что длиннее всех других вещей. Всегда можно добавить еще метр, у нас нет чего-то самого красивого. У каждого свой вкус. У нас нет ничего «самого» кроме самого твердого. И поэтому, с этой точки зрения алмаз подходит.

2) Второй момент это то, что алмаз абсолютно прозрачен.

Если вы посмотрите через алмаз - это будто его там нет. Он перед нами, но мы не видим его. Только под определенным углом можно увидеть, что там есть алмаз. То же самое и с пустотой. У любой вещи в нашем мире есть пустота. У любой вещи. У брюк, у обуви, у моей головы, у меня, у тебя, у него, у комнаты, у мира. Любая вещь абсолютно пуста.

И несмотря на это мы этого не видим, верно? Нам кажется, что вещи существуют там. Этот человек раздражающий. Ясно, что он раздражает со своей стороны, можно это увидеть. Или то, что это платье красивое. Ясно, что это платье красивое, да? Со своей стороны. Это я делаю его красивым.

То же самое и с пустотой. Алмаз совершенно прозрачен – пустоту мы также не можем видеть; это абсолютно похоже. До тех пор пока мы не приходим к этому определенному углу зрения того кто способен видеть пустоту напрямую, и тогда мы можем видеть пустоту. Поначалу в медитации, а Будда видит ее все время.

Итак, первым было то, что он **очень твердый**, и вторым, что он невидим. **Несмотря на то, что он рядом с нами он невидим.**

- 3) **Третье это то, что если мы ломаем алмаз** – несмотря на то, что он очень твердый если вы ударите алмаз определенным образом он расколется на осколки – **и каждый из осколков это алмаз, это также алмаз.** Меньший, но алмаз. Это одно и то же. У каждой вещи есть своя пустота. Каждый осколок пустоты, пустоты моей блузки, пустоты моей руки, пустоты моего пальца, это пустота. Каждая пустота это одно и то же.

В этих трех аспектах алмаз очень похож на пустоту.

Самая большая вещь которую мы можем сделать в жизни это увидеть пустоту напрямую. Это громадное достижение которое влияет не только на нас но и на весь мир. Это редко чтобы за сто лет был кто-то, кто видит пустоту напрямую. В сущности это обычно происходит лишь раз в несколько сотен лет когда есть кто-то один кто видит пустоту напрямую. У всех у нас на данный момент есть фантастические условия, когда мы можем приложить усилия и прийти к этому. У нас есть особенная удача. И благодаря этому мы поставим себе цель увидеть пустоту напрямую и это переход между одной формой существования и другой формой существования.

Тот кто видит пустоту напрямую называется арией, и ария это высший человек. Нацисты взяли это и отнесли к физическому телу. Да? Если ты родился в определенной расе ты как бы высший человек. Ария это высший человек с духовной точки зрения, человек который видел пустоту напрямую. Тот кто видел пустоту напрямую не такой же кто не видел пустоту напрямую. Тех кто не видел пустоту напрямую мы называем детьми потому, что по сравнению с ариями они дети. С духовной точки зрения они **дети**, и возраст не важен.

Почему «огранщик»?

И сейчас почему сутра называется «Огранщик алмаза»? Мы сказали, что алмаз похож на пустоту, Верно? В трех аспектах. Почему все-таки здесь есть слово **огранщик**?

Есть те, кто называет сутру «Алмазной сутрой» и мы говорим, что это не правильно; это не правильное представление. Потому, что видеть пустоту напрямую это совсем не как алмаз. Алмаз он да абсолютный в определенной степени, его осколки это также алмазы, он да для нас прозрачен, но алмазы это все еще что-то мирское. Видеть пустоту напрямую это громаднейшее достижение. Это выбрасывает нас за пределы страданий и приводит нас в место где мы можем помогать другим людям и нанести сокрушительный удар страданиям. Значительным образом изменить количество страданий в мире.

Лама Двора-ла: Арие говорил о трех причинах того почему термин используют алмаз как название сутры. Интересно, что слово алмаз не упоминается в сутре. Оно появляется только в названии сутры.

Чтобы прийти к прямому видению пустоты - необходима большая добродетель

Как он объяснил при этом прямом видении пустоты, и скоро мы объясним, что подразумевается – человек поднимается как он сказал на более высокий духовный уровень чем тот на котором находимся почти все мы. Мы можем напрямую видеть день, в который мы придем к просветлению, видят как придут к просветлению, то есть мы видим когда завершатся наши страдания. После этого переживания мы способны читать сознания людей, и еще много вещей,

есть глубочайшие осознания которые приходят сразу же вслед за этим.

Так, что позволит нам увидеть пустоту напрямую?

Пустота это не что-то, что мы видим глазами. Мы используем слово «**видеть**» но это не наш орган чувств обычного зрения. Это вообще не физическая вещь. Потому, что пустота это не физическая вещь. Ни один из наших органов чувств не может видеть пустоту напрямую если вы еще не будда, и тогда это уже другая история. Но до тех пор нам нужно то, что называется **глазом мудрости** потому, что только через глаз мудрости мы можем увидеть пустоту. Иногда вы можете увидеть, что на изображениях посередине рисуют третий глаз. Это глаз мудрости.

Как нам развить третий глаз? Необходима потрясающая добродетель. Человек должен накопить огромное количество добродетели.

Что такое добродетель? Добродетель включает в себя:

- **Помощь людям нуждающимся в помощи**, помощь больным, помощь голодным. Добродетель на этом уровне. Долгое время делать это в больших масштабах.

- Нужно чтобы у нас была добродетель **для нахождения искусных учителей**, которые в своих сердцах создали осознания и могут принести нам эту мудрость. Мы не можем завершить этот путь без руководства учителя и близости к этому учителю или учительнице.

Мы иногда это сравниваем с человеком, который хочет научиться игре на фортепиано и хочет стать виртуозом в игре на фортепиано или на любом другом инструменте. Тяжело себе представить, что человек будет делать это один, без учителя. Это также нельзя сделать одному. И когда мы хотим прийти к такой высокой цели и вообще не имеем понятия куда идем нам и подавно:

Нужен учитель, близкий учитель, и нам нужно слушаться этого учителя.

Это должен быть кто-то **кому мы доверяем**. Разумеется нам нужно проверить их чтобы суметь им доверять потому, что если мы не будем им доверять и не будем делать то, что они говорят ничего не произойдет. Нужно, чтобы учитель был искусным, чтобы мы прониклись доверием и захотели идти вслед за этими учителем или учительницей.

И нужно создать с ними большую близость. И эта близость создается **служением учителю**. Через близкое служение учителю, через помощь; и это позволит этому учителю выполнить свою задачу, передать эти знания миру, как можно большему количеству людей в мире.

Самая большая добродетель которую мы можем накопить это **добродетель которая приносит благословение как можно большему количеству людей**. Как я могу личным образом принести благословение многим людям? Когда я служу своему учителю дающему мне знания благодаря его громаднейшей мудрости я позволяю его мудрости прийти ко множеству людей. И я тут же через личное служение учителю накапливаю огромное количество добродетели.

- **Необходимо много обучения и практики**, много обучения. Это не верно, что вы можете сесть себе в медитацию и бум - придут осознания.

В медитации происходят разные вещи. В медитации есть чудесные явления, но мы говорим о чем-то другом. Мы говорим о трансцендентальной мудрости которая освобождает от любых страданий

– это что-то другое, это другой уровень. Для этого **нужны тысячи часов обучения**, вам нужно слушать эти вещи снова и снова, нужно выполнять домашние задания. Много приходить, много слушать. И мы поговорим о том, что такое учение и слушание на духовном пути. Это не как учение и слушание в университете. Это что-то другое. (*Смотрите курс по джонг 3: освобождение от четырех цепляний*).

У нас на данный момент есть редчайшая возможность

На данный момент у нас есть определенное состояние сознания, состояние сознания человека. И сознание не похоже на тело. Сознание не физическое. Тело физическое, это тело закончится, но сознание не заканчивается, оно не физическое. Оно может прекратить проявляться через это тело, но это не доказывает, что оно прекращается. Тело может прекратить функционировать. Тело больше не говорит, больше не двигается. Но сознание – это не что-то физическое, оно будет продолжаться.

Куда оно будет продолжаться? В этом мире есть миллионы возможных состояний сознания, и это только одно из них. И выясняется, что для того чтобы прийти к просветлению, прийти к этому высшему состоянию которое выходит за пределы любых страданий и является высшим счастьем, состояние сознания в котором мы находимся является единственным в котором можно это сделать. Человеческое состояние; состояние человеческого сознания единственное которое позволяет это сделать.

Более низкие сознания – там страдания настолько велики, что практиковать вообще невозможно. Есть те кто наслаждаются больше чем в человеческом существовании, но там отсутствуют составные которые есть у нас и также они не могут вырваться из их места и даже молятся чтобы попасть в человеческое существование в котором есть все необходимые сочетания всех данных в теле которые необходимы для прихода к просветлению.

Итак, с одной стороны мы сейчас удостоились этого состояния сознания, с другой стороны оно очень коротко и может завершиться в любой момент. И очень-очень важно понять насколько это редко. Среди миллионов состояний сознания в которые мы можем перевоплотиться когда завершится эта жизнь шансы на то, что это скоро повторится очень малы. Может быть еще через миллион перевоплощений, но шансы на то, что это произойдет скоро очень малы. И нам нужно сделать максимум на который мы способны чтобы накопить добродетель и тем самым создать для себя возможность прийти к высшей мудрости еще в этой жизни.

И если нам удастся сделать это в этой жизни - все наши проблемы решены. Человек который видел пустоту напрямую видит свое просветление. Он видит, что это возьмет у него несколько перевоплощений, не больше семи, что ничто в сравнении с бесконечными страдающими перевоплощениями которые у нас были. И эти семь перевоплощений также всегда будут хорошими. Все в порядке. У вас не будет сильных бед в этих перевоплощениях, и в них будет много, много благословения. И если вы на тантрическом пути может быть даже больше не нужно перевоплощений, может быть можно закончить это в этой жизни.

Цель нашего учения

Мы на данный момент плаваем в обычной реальности. Мы видим вещи, понимаем вещи, воспринимаем вещи определенным образом. У нас есть определенные объяснения того как работают вещи в нашем мире. Мы это называем **обманчивой реальностью**. **Обманчивой не**

потому, что она не правильная. Если я вижу это как стол, то это действительно стол. Это функционирует как стол. Это не птица. То есть, это не значит, что она не правильная. **Но она обманчивая в смысле того, что не такая как выглядит.** Это не абсолютная природа того, что появляется. И мы плаваем в этой реальности.

Человек который перешел на уровень Арии, который видел пустоту напрямую, он встретил **намного** более высокую реальность, другую, **абсолютную**, что-то абсолютно непоколебимое. Абсолютно истинное. До тех пор пока мы не переживаем это прямое видение пустоты мы никогда не прикасаемся к нему. Никогда не прикасаемся к этой реальности несмотря на то, что мы ею все время окружены, мы погружены в нее все время, каждое мгновение, в любом месте. У каждой вещи есть пустота и мы ее не видим. Это прозрачно для нас.

И вся причина того чтобы проводить это учение, эти курсы, и всю эту подготовку в том чтобы мы сумели встретить пустоту напрямую. Потому, что это в сущности единственная вещь которая может освободить нас от страданий.

Это единственная вещь которая может освободить нас от любых страданий. Любая вещь которая меньше этого – глубокие уровни медитации, глубокая концентрация, принятие монашеских обетов, все эти вещи очень помогают, они важны на пути – но их не достаточно. Они не достаточно сильны для того чтобы уничтожить наши страдания.

И кстати, для того чтобы увидеть пустоту напрямую необходимо находиться в глубокой медитации. Это происходит только в глубокой медитации. И если люди рассказывают о различных переживаниях... Они пошли рубить деревья... у них были переживания... Мы не отрицаем, но это не это. Видение пустоты напрямую это не «потрясающий опыт сути жизни». Это происходит только в очень глубокой медитации поэтому обязаны также практиковать медитацию.

Гакча

И сейчас мы перейдем к теме **Gakja**. Произнесите:

Gakja

И **Gakja** это тибетское слово которое означает **вещь которую пытаются опровергнуть. Это тот аспект который мы приписываем реальности которого никогда не было.** И, что это? Мы называем это: собственной природой вещей.

Вам нравится это вещь, или нет (*учительница держит чашку*)?

И часть скажут «да», часть скажет «может быть», часть скажет «не очень». И это ясно, верно? На этот счет нет спора. Здесь я в очень надежном месте. Вы согласитесь со мной, что части людей понравится эта чашка, а части нет. Это говорит о том, что у нее нет собственной природы быть чашкой. Или красивой, или что бы то ни было. У нее нет такой собственной природы. Есть те кто видит ее как красивую и есть те кто ей особенно не впечатляются.

Потому, что если бы у нее была собственная природа быть красивой то каждый человек который видел эту чашку бы говорил: «Ой, какая очаровательная чашка» и этого не происходит.

Итак, гакча это эта собственная природа которая якобы у вещей есть. И это относится ко всем вещам. Ко всем вещам.

Гакча это не самостность

И иногда есть учения которые переводят это как «самостность» и здесь нужно остерегаться.

- Есть ли **самостность** у этой чашки? Есть ли она? Да, она есть. Я могу из нее пить. Это чашка, она функционирует как чашка. Вот. Значит **у нее есть самостность. Это чашка.**

- **Но у нее нет собственной природы быть красивой или не красивой.** У нее даже нет собственной природы быть чашкой. Это не чашка со своей стороны. Такой нет.

- Есть чашка которая существует как чашка, и функционирует как чашка.

У нее есть самостность, но у нее нет своей собственной природы быть чашкой потому, что муравей не обязательно опознает это как прибор для утоления жажды. Наоборот он может утонуть в этом, это может быть очень опасным для него. Для него это может быть глубоким и опасным колодцем.

Итак, у этого нет собственной природы быть сосудом с жидкостью утоляющим жажду, не со своей стороны потому, что иначе муравей также воспринимал бы это как сосуд с жидкостью утоляющий жажду. Но для него это может быть угрозой для жизни.

Это *гакча*.

Гакча это собственная природа которую мы придаем вещам которой у них нет, не было, и никогда не могло быть.

Но, что? Мы верим, что она у них есть.

Вы должны возвращаться к этому в своем сознании: ясно ли то, что это чашка? Есть ли у этого собственная природа чашки?

И для того чтобы мы сумели увидеть, что нет нам нужно привести сюда кого-то другого, и для этого мы привели муравья. Потому, что мы настолько привыкли к нашей реальности и настолько воспринимаем ее как само собой разумеющуюся, что мы уверены, что это чашка, это ручка, а это стерка. Но фактически все, что я беру, ощупываю, вижу, обоняю, слышу то, что воспринимают мои органы чувств - это формы, цвета, звуки, расстояния, и только.

Все остальное не приходит из этих вещей. У них нет природы быть тем, что я думаю о них. Они функционируют как вещи которыми я думаю они являются, и в этом смысле они существуют.

**Мы не говорим, что их не существует, мы не говорим, что у них нет никакой самостности. Мы говорим, что у них нет самостности приходящей со своей стороны. Это мы отрицаем.
Самостность приходящую со своей стороны – это *гакча*.**

Есть ли розовый слон с двумя головами бегающий по комнате в этот момент? Нет. Вы можете сказать, что нет. Как вы знаете, что нет? Докажите, что нет.

У нас есть идея, мы примерно знаем как выглядит слон. Розовый – мы знаем, что такое розовый. Зная, что такое слон и розовый мы можем представить как выглядит розовый слон. И мы смотрим: есть такой или нет? Есть такой или нет? – Нет. Если вы хотите хорошенько поискать разделите комнату пополам. Поищите с левой стороны, поищите с правой стороны. И вы не найдете. Вы скажете: «Нет». Вы все еще хотите поискать? Поделите левую сторону пополам, и

правую сторону пополам. Вы можете искать.

После бинарного, или любого другого поиска когда вы искали во всех местах – вы не нашли, такого нет. Для того, чтобы вы увидели, что вы не нашли вам нужно чтобы у вас была какая-то идея того как выглядит то, что вы ищите. Мы ищем слона, который розовый и у него есть две головы. Мы не нашли.

Гакча это вещь от которой вещи пусты

Также и с *гакчей*. *Гакча* это та собственная природа которую если я буду искать где находится ручковость этой вещи я не сумею найти. В ней нет ручковости, и в этом также нет ручковости потому, что если бы в этом была ручковость то каждое существо которое бы это видело – и нам всегда нужно использовать еще существо потому, что иначе нам тяжело видеть – должно было бы начать этим писать. Но собака не начнет этим писать, она сделает с этим что-то другое. Если бы в этом была ручковость то каждое существо начало бы этим писать. Но этого не происходит.

Итак, *гакча* это то от чего вещи пусты. Гакча это вещь которой нет в вещах но мы думаем, что она в них есть, и поэтому мы страдаем.

Очень важно понять гакчу.

- **Гакча это чашка которая красива со своей стороны.** Она красива со своей стороны.

- Ручка являющаяся ручкой со своей стороны. Это гакча.

- Плохой начальник со своей стороны это гакча. Потому, что он не может быть плохим со своей стороны, иначе каждый человек считал бы его плохим, но его мать о нем так не думает.

И не важно сколько людей со мной согласны – есть еще люди которые со мной не согласятся. Вы знаете о каком анекдоте я говорю? Приходит полицейский и ловит на базаре Хершеля и говорит: Рохель здесь говорит, что ты у него украл. И тот говорит: аа, я могу привести тысячу человек которые не скажут, что я крал 😊 согласие нам не помогает. Если есть еще люди которые согласны с тем, что этот человек мерзавец это не делает его мерзавцем со своей стороны. Потому, что нет такой вещи.

И если есть еще люди которые со мной согласны то в моем сознании есть больше чистоты. Это все.

Да?

Из зала: в буддизме также нет сомнений в отношении закона гравитации, верно?

Учительница: да.

Из зала: сейчас, если я продолжаю логику алмаза, что он тверже металла или любой другой вещи то этот предмет (*задающая вопрос указывает на чашку*) хрупкий. Он падает, сила гравитации действует и он ломается. Точка.

Учительница: и, что?

Из зала: это его определение со своей стороны. Как алмаз он твердый и режет. Это тело которое вы называете чашкой, оно является предметом который падает и ломается. В противоположность

алмазу который падает и не ломается.

Учительница: так ты говоришь, что хрупкость чашки это что-то абсолютное.

Из зала: если мы согласны с законом гравитации, что когда она упадет - она разобьется.

Учительница: в нашем мире на данный момент это будет появляться так. Но это не дает этому собственную природу.

Это верно, что в реальности такой какой я ее сегодня воспринимаю это может упасть и разбиться. Но это не говорит о том, что у этого со своей стороны есть то или иное качество. Это об этом не говорит. Это говорит только о том, что на данный момент я воспринимаю это как что-то хрупкое, но это не говорит о том, что это его собственная природа. Я расскажу тебе одну историю и на этом мы это оставим.

Приходит ученик, он ищет своего учителя, ищет его долгое время, в конечном итоге встречается его, и видит жарящим рыбу и едящим ее. Он говорит: «Что это? Это буддистский учитель? Я хочу чистоты, а здесь – что это?!» И он очень засомневался в этом учителе, и тогда Тилопа берет жаренную рыбу, бросает ее в море и она начинает плыть. *(Эта история о известном тибетском мудреце Наропе, и его учителе Тилопе. Оба считаются просветленными личностями, мехасидами).*

На данный момент в нашем мире это появляется так. Но это не говорит о том, что это так со своей стороны.

И может быть ты не убедилась этим доказательством, и на данный момент я немного надеюсь на доверие, но это хорошо, что ты сомневаешься, это хорошо. Продолжай это проверять. Эта тема отсутствия самостности пробуждает много сомнений и недоумения потому, что мы так думать не привыкли. Она новая для нас. И возникнет много вопросов которые с течением времени, если вы будете изучать материал, проверять, и переваривать его - прояснятся. Слушайте достаточно курсов, проясняйте эти вопросы, и ответы придут. Постепенно-постепенно. Вы изменяете сознание не за один день. Создать рай это не малое дело.

Но нам нужно понять эту тему *гакчи* потому, что **мы здесь говорим о чем-то не существующем.**

- **Существует ли эта ручка?** Есть ли ручка? **Да.** Вот, раньше я писала. Ручка – канцелярский прибор – существует – функционирует. Она существует.

- **Существует ли она со своей стороны?** Ручка ли это со своей стороны? Об этом мы сказали: нет. Собака не видит ручку. Если бы это было ручкой со своей стороны, собака видела бы ручку.

Не все случаи настолько легки как этот с собакой, поэтому мы его и приводим. Но во всех случаях можно увидеть, что нет собственной природы. Просто не всегда видение настолько просто.

Если бы у гакчи было существование...

Так зачем говорить о чем-то, чего не существует? Скажем так:

Если бы эта *гакча* существовала, то она должна была бы существовать образом противоположным образу существования этой ручки. Я скажу это еще раз.

Гакча это вещь которую мы пытаемся исключить, это вещь в отношении которой мы

утверждаем, что ее не существует. Это розовый слон с двумя головами бегающий в этот момент по комнате о котором мы хотим сказать, что его не существует, и также не может существовать. Из-за этого мы сделали ему две головы, на случай если бы вы подумали, что бывает розовый слон. Если вы думаете, что с двумя головами существует также - то я в беде.

Гакча это что-то чего не существует, так зачем говорить о чем-то чего не существует?

Эта вещь, которой не существует должна была бы существовать иначе, чем существующие вещи в моем мире.

И мне нужно понять как эта ручка **да существует** в моем мире для того чтобы понять, что не верно в отношении этой ручки.

Верно, что она существует и функционирует как ручка. Не верно, что она существует и функционирует со своей стороны как ручка. Это не верно.

Если так, то как существуют вещи? Исключительно как кармическая проекция.

Так как эта ручка да существует? Мы говорим, что **эта ручка существует из-за кармы.**

В моем мире, и каждый из вас, в своем мире – в моем мире, эта ручка существует из-за того, что я проецирую идею письменности на набор сырьевых данных: форм, красок, пластика, и так далее. Я беру идею письменности которая есть в моем сознании и проецирую на эту специфическую ручку.

Я сюда вошла, встретила эту вещь впервые, опознала это как предмет для письменности, и пишу ей. Откуда это? Почему я беру эту бело-синюю палочку и решаю ей написать? Потому, что у меня в голове есть идея письменности. У меня есть представление о письменности, и я связываю это с инструментом для письменности.

Откуда это приходит?

Мы говорим, что это приходит из ментальных записей которые я сама записала в своем сознании в прошлом, может быть давно, когда помогала другим функционировать. Может быть я помогала другим написать то, что им было нужно. И тогда когда мне нужно чем-то написать появляется вещь, и я опознаю ее как письменную принадлежность, и она да функционирует как письменная принадлежность, и когда я хочу написать, в ней есть чернила. Это то, как она да существует.

Она существует из-за того, что у меня есть определенные ментальные записи которые создают у меня идею письменности которая связывается у меня с идеей написанием этим прибором, и тогда он функционирует.

И без того чтобы у меня была эта ментальная запись которая так созреет у меня в этот момент в моей жизни не будет ручки и свидетельство тому собака входящая сюда у которой в сознании нет идеи письменности в этот момент. Не важно сколько она будет на это смотреть, не важно сколько раз я буду этим писать в присутствии собаки, она не будет к этому относиться как к письменной принадлежности потому, что у нее нет этой идеи. У нее нет кармы которая сейчас заставит ее заметить ручку.

Не только то, что она не будет писать этой вещью – она не видит ручки.

Собака не видит ручки. Я не знаю как видит собака но предположим, что она видит как люди. Если она будет видеть те же самые формы и цвета которые вижу я, когда я скажу: «Дай мне на

минутку ручку, мне нужно что-то записать» я сразу же автоматически узнаю ручку, но собака не видит ручки. В ее мире нет ручки потому, что у нее нет понятия ручки которое действует в этот момент, и которое может спроецироваться на набор данных.

Итак, мы говорим, что эта вещь не только пуста от того чтобы быть красивой или не красивой со своей стороны, что было бы легко, но она также пуста и от того чтобы быть чашкой со своей стороны. Она пуста от того чтобы быть керамическим материалом со своей стороны. Она пуста от того чтобы быть хрупким керамическим материалом со своей стороны. В мире будды нет ничего ломающегося. Нет такой вещи.

Это *гакча*. Вещь от которой это пусто, это *гакча*. Это та вещь которую мы отрицаем.

Абсолютное объяснение пустоты...

Да, сейчас у тебя был вопрос.

Из зала: я не очень понимаю, почему для приведения доказательства вы используете имеющих разное сознание, а не причины и условия ответственные за существование чашки, ручки, и тому подобного?

Учительница: а, отлично. Мали говорит, почему мне нужно приводить сюда собаку? Мы говорим о причинах и условиях, и без причин и условий не будет ручки, зачем имеющие разное сознание?

Потому, что я напрямую забрасываю тебя в совершенство мудрости, в самое высокое описание пустоты.

Объяснение причин и условий это также объяснение пустоты, будда также ему обучал. Здесь нет ручки без того чтобы была машина для изготовления пластика, и завода для изготовления пластика, и изобретателя ручек и грузовика который привозит, и магазина, и денег для покупки ручки – это причины и условия. Это способ объяснения пустоты – он хороший, он очень-очень полезный – но он частичный. Будда обучал ему как началу. И мы в других местах изучаем также и эти вещи и изучаем их глубоко. И это очень важно но из-за того что это обзорный курс сегодня мы это делать не будем. Мы входим только в самые важные места которые нам нужно понять.

Самая важная вещь которую нам нужно понять это то, что без меня здесь нет ручки.

Оставьте завод, магазины, машину для изготовления пластика, и все это. Не важно сколько денег у меня есть, сколько магазинов есть в моем городе – мне нужно знать, что такое ручка. Мне нужно понимать, что это ручка, мне нужно чтобы у меня была идея письменности и идея того, что есть прибор который может мне помочь написать, и без этого все остальное не важно. Это верно, что без фабрики и всего этого здесь не будет этой вещи; но с заводом, деньгами и всем этим собака все-таки не видит здесь ручки.

И это самое важное потому, что:

Почему важно говорить о ручке, и о розовых слонах? Потому, что мы хотим прекратить страдать.

В точности также как появляется эта ручка, также в моей жизни появляются и страдания.

Также как ручковость ручки не приходит из ручки, также и в ситуации которая кажется нам причиняющей страдания - нет страданий со своей стороны.

...Что может освободить от любых страданий

Ни в одной ситуации в мире нет собственной природы причинять мне страдания.

И вы можете привести мне самые крайние примеры, и люди это делают.

В любой ситуации в мире насколько трагична бы она бы не была нет собственной природы быть трагичной без того чтобы я принесла туда трагедию. Без этого:

Там есть набор форм, красок, событий, процессов, и тот кто вешает на них ярлык это трагично или, что это большое счастье – это я. И без этого у этих ситуаций нет этого характера.

У них нет собственной природы потому, что ни у чего нет собственной природы. Это пустота.

У всех ситуаций, у всех предметов, у всех процессов, у всех болезней.

Берет время к этому привыкнуть, переварить, рассмотреть, проверить это в зеркале логики и так далее. Мы утверждаем, что у них нет этой собственной природы без того чтобы я приносила эту природу из своего восприятия.

- **Я определяю это как ручку и поэтому это ручка**, и поэтому я могу писать. Если собака не определит это как ручку – а она не может определить это как ручку – значит ручки нет.

- **Я определяю определенную ситуацию как трагедию и это то, что делает из нее трагедию.**

Если у меня в сознании нет необходимых условий для определения определенной ситуации как трагедии - значит в моей жизни нет трагедии.

- **Вы не можете рассердить очень святого человека научившегося преодолевать гнев потому, что они преодолели весь гнев.** У них больше нет гнева. **Поэтому в их жизни нет раздражающих людей** потому, что кого вы назовете «кем-то раздражающим»? Только того на кого рассердились или вам кажется, что вы могли бы на него рассердиться. Это говорит о том, что у вас еще есть ярлык «гнев» или «раздражение». Но если вы уже стерли это из-за своей большой чистоты, то в вашем мире вы никого не можете назвать раздражающим. Все они будут приятными.

И это полностью является функцией нашего сознания и поэтому мы говорим о *закче*.

Потому, что если мы поймем, что природа вещей приходит не из них, что они пусты от того чтобы иметь ту или иную природу кроме той которую я приношу с собой: **из моего сознания, из моей кармы, из записей которые я записала в своем сознании через совершенные мною действия** – если я это понимаю то я начинаю создавать процесс в конце которого я приду в место где больше не буду вынуждена страдать.

И прямое видение пустоты является ключевой точкой во всем этот процессе, и больше об этом мы поговорим позже.

Также и моя смерть. Также и смерть. Мы смертны, у нас есть старящееся тело которое будет вынуждено умереть. Смерти существующей со своей стороны также нет. У меня есть склонность которая в один из дней заставит меня увидеть это тело безжизненным. На то, что сейчас я переживаю как полное жизни в один из дней когда эта карма завершится я спроецирую что-то безжизненное. Безжизненный труп. И это смерть, и другой смерти нет. Нет другой смерти.

Также и перевоплощения. Также и родиться в другом перевоплощении. Это то же самое. Что значит перевоплощения? Предположим кто-то умер и родился потом как собака. Что значит родился как собака? Его душу взяли, сделали готовое тело собаки, ввели душу и зашили? Или может быть есть завод, где делают собак в Негеве. ☺ Нет»!

Когда я вижу себя человеком, у этого также нет собственной природы. У того чтобы быть человеком нет собственной природы. У меня сейчас есть карма которая заставляет меня увидеть этот цилиндр как человеческую руку, но это цилиндр. Это набор форм и красок. Посмотрите. Посмотрите. Что вы видите? Это только набор форм, цветов, текстур, плотности, и так далее. Но это все то, что могут воспринять мои органы чувств.

Что заставляет меня думать, что это человеческая рука которая может брать вещи, протягивать их, и вообще давать подарки? Или не дай бог сломаться и пораниться. Что делает это такой вещью? Это все мои проекции. У нее нет собственной природы быть человеческой рукой. Это гакча. Это мы отрицаем. И если у меня будет более удачная карма, если я совершу много-много-много добродетели в мире в один из дней придет карма когда я посмотрю на это и это будет сияющей конечностью ангела. И только так вы можете прийти к просветлению. Вы изменяете свое сознание.

А если карма менее хороша, менее удачна, если я предположим совершаю много преступлений, склонна лгать и такого рода вещи то в один из дней в моем сознании что-то изменится и я посмотрю и увижу волосатую конечность какого-то животного.

Это основа всего нашего пути. И это берет время.

Наш учитель говорит, что это нужно слушать семь тысяч раз. Слушать одно и то же. Еще и еще раз. Вам нужно будет это переварить. Вам нужно увидеть это в противоположность всему о чем вы привыкли думать.

И в один из дней, если вы совершили достаточно добродетели, это станет ясным. Это будет абсолютно ясным. И когда это будет абсолютно ясным – открывается путь также для воплощения этого. Это наша практика. Это наше учение.

Итак, это в отношении *гакчи*.

Вопрос, да?

Из зала: лама Двора-ла, моя проблема в смешении тем примеров. Пример ручки это пример предмета. И рука это предмет. А пример гнева и трагедии это ощущение. Ощущения, как я понимаю. Гнев не существует со своей стороны. Но почему предмет не существует со своей стороны? То абстрактная вещь, а это физическая.

Учительница: да. И то, что предметы пусты верно, и то, что ощущения пусты верно, и то, что ситуации пусты верно, и то, что процессы пусты верно, и то, что карма пуста верно, и то, что пустота пуста верно.

Легче может быть понять пустоту ручки. Немного легче. Но вы не пришли сюда для проведения своих выходных, чтобы поговорить о ручках, и я пытаюсь принести значимость в твою жизнь потому, что мы здесь именно для этого.

Если бы мы уже знали эти вещи, если бы они были для нас как солнце ясны - больше не было бы

страданий. Люди которые уже полностью это осознали и полностью это применили уже не здесь. Или если они здесь, то они маскируются. Такое может быть. Но это наша цель.

Вам нужно будет пойти домой и встретиться лицом к лицу с этими идеями. Они очень отличаются от того к чему мы привыкли, но в них есть такой большой потенциал для того чтобы освободить нас от страданий.

(Мандала)

(Посвящение)

Курс АСІ 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.

2. 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 миллиард 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.

3. 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 миллиардах 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 **Ариэ**.

Три круга пустоты

Ариэ-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.

3. **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 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.

2. 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 количестве 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 **Ограничика 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 можете 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 называли 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 можем 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 Ариэ: 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 этот 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 приходим 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 нас 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)

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 Арии-ла

Рамат Ган, апрель 2009

Урок 2, часть 2

(Мандала)

Четыре истины Арии

Арие: в отношении четырех истин:

1. Истина о страданиях

И первая истина на тибетском называется:

Dukngel denpa

Dukngel – это страдания.

И **Denpa** – это истина.

Что такое **истина о страданиях**? Истина о страданиях это истина о том, что все, что есть в нашей жизни это страдания.

Сейчас у меня было много времени чтобы познакомиться с этой истиной потому, что когда мне больно это страдания, и я готов это принять. Но почему есть страдания у тех кто находится в мире богов, у тех кто все время в кайфе, или у больших богачей, или у красивцев и красавиц? Кажется, что все хорошо. Хорошо, и недавно я видел какое-то исследование которое говорит, что проверили и увидели, что и богатые и красивые не счастливее обычных людей, и это первое.

Сейчас в отношении всех тех кто находится в мире богов, тех кто все время делает то, что им хочется, и там все красиво, там одно наслаждение. Страдания это или не страдания?

Поначалу мне казалось, что это не страдания, но потом я лучше это понял. Так происходит, что в жизни богов на определенном этапе это заканчивается. Потому, что это приходит из кармы и любая карма временна, и карма завершается, и «бум». Происходит так, что жизнь там потребляет много хорошей кармы и когда эта карма завершается обычно то, что у них остается это плохая карма и они падают в один из нижних миров.

И в последнюю неделю до того как они спускаются сверху вниз они начинают плохо пахнуть. Раньше они не пахли плохо. Вдруг появляются морщины, и все другие от них отдалаются. И страдания в ту неделю равноценны всей хорошей жизни, которая была до этого. Тот кто знает, боль от потери намного сильнее чем наслаждение от полученного. И потом они снова переходят в мир страданий.

Поэтому, как о том, что завершается страданиями можно сказать, что раньше это было хорошим? И даже если вы видите кого-то кому якобы хорошо, у кого есть все, что он хочет, ему все еще уготованы страдания по крайней мере в том, что страдания придут к нему самое позднее когда он умрет. И большие шансы на то, что все мы когда будем умирать будем больны, и так далее. У нас в этом мире нет никакой безопасности. Страдания приходят со всех сторон. Можете ли вы застраховаться от страданий? Самое большее вы можете заплатить за страховой полис, но, что такое «страхование жизни»? Это наоборот.

Нет никакого страхования жизни. Если вы умрете, то кто-то другой получит деньги, но нет возможности застраховать жизнь. Нет возможности предотвратить страдания.

И истина о страданиях говорит: все, что в этом мире – это страдания. И это включает в себя также мир форм и мир без форм потому, что в этих мирах они также конечны и там также в конечном итоге падают вниз. И это первая истина – истина о страданиях.

2. Истина об источнике страданий

Вторая истина называется:

Kunjung denpa

Это истина об источнике страданий. Источник страданий.

Есть два основных источника:

- Первый это **ментальные омрачения**
- И второй это **карма**

И страдания не приходят со своей стороны. Мы знаем, что все происходящее с нами вещи являются результатом того, что мы делали в прошлом. И у страданий есть источник, и источник – это ментальные омрачения, это гнев, зависть, злорадство – все плохое которое мы совершили по отношению к другим в конечном итоге возвращается к нам в форме страданий. И ментальные омрачения особенны в том, что страдания от них немедленны. Когда мы страдаем от гнева, то мы страдаем. Это не просто «страдаем от гнева». Потому, что мы страдаем.

Мы страдаем от зависти. И когда мы страдаем от зависти, мы страдаем. Когда мы страдаем от невежества мы не понимаем хорошо наш мир и в результате этого мы причиняем себе страдания, и так со всеми ментальными омрачениями. И это... вкратце говоря неприятности. 😊

Итак, это истина о ментальных омрачениях и карме.

3. Истина о прекращении страданий

Третья истина называется:

Gok den

Gok den – это истина о том, что несчастья можно прекратить.

Какой вид это прекращения? Это не временное прекращение, это не прекращение когда у меня есть час передышка, сейчас нет никаких омрачений, мне хорошо, но потом это вернется.

Речь идет в основном о двух важных прекращениях:

1. **Первое прекращение, это прекращение ментальных омрачений.** В тот момент когда я останавливаю свои ментальные омрачения я прихожу к нирване, и тогда я вышел из мира страданий, да. И это путь для прекращения страданий, прекращения ментальных омрачений. Это дает мне большое счастье. Это выходит за пределы всего того, что мы можем представить в этой жизни и несмотря на это - это не предел. Это не дает мне высшего счастья будды.
2. То, что нам нужно действительно прекратить это то, что называется препятствиями к всезнанию. И это в целом означает прекратить наше невежество, прекратить наше невежество которое проявляется в основном в двух вещах:
 - **Мое разделение между собой и другими. Мы думаем, что «я» отделен от других.**
 - **И вторая часть это мысль о том, что вещи существуют со своей стороны.**

Вы сейчас услышали, что вещи пусты и может быть большая часть из вас думает, что поняла это и принимает это. Это даже кажется логичным. Но у каждого есть своя черта, и когда приходят беды, когда они повторяются, и когда они достаточно сильны - мы реагируем из невежества.

Когда мы прекратим реагировать из невежества? Тогда когда полностью прекратим невежество и это через прямое видение пустоты снова, снова, и снова, до тех пор пока в конечном итоге не произойдет какая-то трансформация и мы не придем к просветлению.

И это третья истина, **Gokden**, и это **истина о прекращении. Истина об уничтожении страданий.**

3. Истина о пути

Четвертая истина, произнесите:

Lamden

Lam – это **путь**.

И **Den** – это сокращение от **Denpa**, и это **истина**.

И **Lamden** – это **истина о пути к уничтожению страданий**.

Путь к уничтожению страданий это все, что мы изучаем.
--

Самая важная вещь это видение пустоты напрямую.

И для того чтобы к этому прийти нам нужно заботиться о других.

Мы заботимся о других – мы создаем семена для того чтобы встать на духовный путь.

Мы служим ламе, мы накапливаем добродетель.

Мы в конечном итоге приходим к прямому видения пустоты и это означает, что мы перешли черту. Оттуда мы уже не можем упасть вниз, мы продолжаем путь и тогда мы знакомимся с пятью этапами (*пять этапов пути на пути к просветлению. К примеру, смотрите в учении Сутра Сердца*) – и в конечном итоге после достаточной работы и когда мы увидели пустоту напрямую мы приходим к полному просветлению. И это тот путь, которым все мы хотим идти.

Источник названия «четыре истины арии»

Лама Двора-ла: четыре благородные истины на английский перевели как Four noble truths. Взяли слово «ария» посмотрели в словарь, увидели ария = noble; сказали ок, Four noble truths.

Откуда приходит это название?

Jetop yeshe помните? Это часть медитации на пустоту. Первая часть проделывается в глубокой медитации, мы ее назвали **Ngun sum** – прямое видение, в глубокой медитации. И когда оттуда спускаются предположим через двадцать минут, у человека вдруг есть это море осознаний окружающее его на протяжении двадцати четырех часов или меньшего времени, когда у него есть глубочайшие и важные осознания в отношении сути нашего существования, нашей реальности, наших страданий, и источника наших страданий.

Все осознания которые у него есть в тот день можно подытожить четырьмя истинами арии Arya.

Человек видевший пустоту становится арией. У слова ария также есть смысл Noble, благородный. Потому, что с этой точки зрения среди людей он благородный, с духовной точки зрения он бесконечно выше нас.

Четыре истины арии подводят итог осознаниям этого арии в следствии прямой медитации на пустоту. Поэтому это не благородные истины – это четыре истины арии; это точный перевод.

Четыре истины арии подытоживают осознания этого арии в следствии прямой медитации на пустоту. Поэтому это не благородные истины – это четыре истины арии; это точный перевод.

Я немного начала вам описывать то, что видит ария в *Jetop yeshe*, на уровне который он уже может сформулировать. Потому, что на уровне *Ngun sum* нет формулировок, нет концептуальных мыслей, нет ничего. Но после этого, в эти сутки в следствии этой медитации когда приходят осознания он уже может это сделать. Они как было сказано подытоживаются четырьмя осознаниями.

- Истиной о страданиях,
- Истиной об источнике страданий,
- Истиной о конце страданий,
- И путем к концу страданий.

И я хочу привести несколько деталей об этих осознаниях.

Осознания связанные с истиной о страданиях

К примеру молодой ария, то есть тот кто сейчас вышел из медитации понимает, что мы страдаем.

Ария понимает, что состояние сознания человека не видевшего пустоту напрямую это страдающее сознание. Даже когда он думает, что он рад - он страдает. Даже радость должна завершиться – мы не умеем ее удерживать. Мы не можем создать ее такой какой мы ее хотим. Факт – есть грустные мгновения когда мы не приглашаем их, но они приходят, или трагические мгновения которые мы не приглашаем, но они приходят. Мы еще не умеем создавать радость по своему желанию, всякий раз когда мы этого хотим.

Он также на протяжении этих суток может читать сознание людей. Поэтому не достаточно

страданий в его сознании, он может также читать сознание других. Он видит все омрачения всех людей, и он видит страдания всех людей через прямое переживание, и это очень грустно. И у него есть прямое соединение с истиной о страданиях, с тем фактом, что наша жизнь такая какой мы ее проживаем в этот момент это жизнь страданий осознаем мы это или нет. Потому, что даже хорошие вещи которые у нас есть мы будем вынуждены потерять, мы не умеем их удерживать. Мы не умеем создавать их по своему желанию и мы их потеряем, несмотря на то, что мы этого не хотим.

Итак, это осознания которые у него есть в рамках истины о страданиях.

Осознания связанные с истиной об источнике страданий

Он понимает, что до этого момента все мысли были ошибочны. Что до этого момента все его мысли и понимание реальности были абсолютно ошибочными. Он понимает, что все его действия до этого момента были заражены эгоизмом, и они какое-то время будут продолжаться и после этого до тех пор, пока он все не очистит. Но он уже это видит.

Он понимает, что это источник страданий. Он понимает, что:

Это цепляние за себя и ошибку мышления которую мы совершаем когда не понимаем нашей реальности и потом реагируем на нее в следствии ошибочной мысли, и эта реакция обязана быть ошибочной, и она причиняет нам страдания и крутит колесо страданий.

Это в рамках второй истины, источника страданий. **Мои не правильные реакции продолжают создавать эти страдания потому, что я продолжаю сеять причины для своих будущих страданий.** И я также вижу, как другие создают свои страдания когда читаю их сознание.

И когда вы входите немного глубже в это учение и немного его практикуете и начинаете глубже его понимать, даже если вы еще не пришли к этому уровню и еще не вошли в прямую медитацию на пустоту, и у вас еще *hem Jetop yeshe*, начнут появляться проблески. К вам будут приходить люди с жалобами «мне это больно» и «мне это сделали» и «это мне сказали». Вы сможете видеть как они это создали. Вы можете видеть как они создают это на уровне кармы. Как они создали карму этого.

И мы склонны тогда выносить суждения, говорить: «Ок, но ты сама это себе сделала». И **не нужно выносить суждения** потому, что все мы это себе сделали, и в любом случае это больно.

Когда люди к вам приходят и им больно – раскройте им свои сердца. Это наша задача. Это то почему они к нам приходят. Для того чтобы позволить нам раскрыть нам им свои сердца.

Когда вы глубже входите в это учение вы можете видеть карму в действии. И это очень грустно. Это очень грустно потому, что мы начинаем видеть, как люди создают себе страдания и потом видят их страдающими, мучающимися, плачущими, и им больно. И мы знаем, что при всех наших благих намерениях мы не можем забрать у них страдания, но можем научить их как прекращать их создавать; как понимать этот механизм и прекратить создавать причины для следующих страданий.

Осознания связанные с истиной о прекращении страданий

- **Человек** на протяжении *Jetop yeshe* **видит** свое просветление. Когда человек видит свое просветление - это принадлежит к третьей истине, к *Gok den*, к истине о прекращении страданий.

Он может видеть, что настанет день в который он будет просветлен – когда больше не будет никаких страданий. Для этого человека видевшего пустоту это гарантировано на сто процентов. Сейчас это гарантировано для нас всех но это не большое утешение потому, что мы не имеем понятия когда это произойдет. Это может взять миллион эпох и в них мы может быть будем тяжело страдать. Этому же человеку гарантировано, что за самое большее семь перевоплощений которые все будут хорошими он придет к просветлению. И может быть в этом перевоплощении.

- Такой человек **теряет любой интерес к мирским вещам** потому, что чего искать в мирских вещах? Ему уже гарантировано! Он еще не полностью в раю, но его путь в рай проложен и гарантирован на сто процентов. Он уже не может упасть.

Человек видевший пустоту напрямую являющийся арией не может больше упасть в страдающую жизнь.

- У него не будет больших страданий. Маленькие неудобства да. Может быть он будет испытывать голод между завтраком и обедом. ☺

- И такого человека вы может быть можете спросить: «Ты уверен? Ты не уверен?» - И вы не можете уже их разубедить потому, что они уже знают. Они уже пережили это напрямую. Они ясно это видели. Абсолютно. Они полностью знают истину того, что они видели и пережили, и они **становятся бесстрашными**. Ничто не может им угрожать.

- **Они получают свободу**. Они совершенно самостоятельны. Они никому ничем не обязаны. Они идут только с истиной. Они знают, что она работает. Они абсолютно свободны. Они абсолютно свободны.

- В результате этого **они становятся очень радостными**. Нет ничего, что может их испугать или беспокоить.

- **Они знают как создавать свое будущее**. Они целенаправленным и осозанным образом исходя из своей большой мудрости создают свое будущее. И старые кармы которые все еще созревают – завершатся.

- И даже когда приходит что-то не приятное – они **«беспечальны»**, как сказал лама Арие. Беспечальны.

Осознания связанные с истиной о конце страданий

- И молодой ария не только видит конец пути и поэтому это истина о конце страданий, **но также видит и путь туда**. Он также видит, как сейчас практиковать.

- Он **понимает истину во всех буддистских учениях**. Он понимает истину во всех буддистских книгах. Он понимает, что то, что там написано это именно попытка таким большим количеством слов описать то переживание которое он пережил.

- И тогда есть энтузиазм по этому поводу, сумасшествие по поводу того чтобы сохранить эти книги чтобы другие могли идти в их свете и прийти в эти места. Переводить эти книги, принести их как можно более широкой аудитории. И люди посвящают свои жизни распространению этих знаний, сохранению этих знаний, спасению этих знаний там где есть опасность их уничтожения, и так далее.

Есть только два вида людей

Мы сказали, что есть бесконечное количество форм. Есть миллионы состояний сознания в которые мы можем упасть в следствии этой конкретной ситуации которая у нас сейчас есть как у людей. Когда приходит смерть сознание освобождается от этого тела и если мы не очень продвинутые практикующие карма забирает его без нашей власти. У нас нет власти над этим процессом. И идея в том, чтобы практиковать сейчас, и тогда мы обретем полностью власть над этим процессом. И тогда смерть может быть не придет вообще потому, что мы еще до нее обрели контроль над кармой смерти.

И если предположим у человека уже видевшего пустоту берет семь перевоплощений, то ваши шансы это семь поделить на бесконечность. Ок? Это ваши шансы встретить кого-то кто поведет вас по пути. Это абсолютно редко.

И есть два вида людей.

Если вы берете: мужчин - женщин, молодых - взрослых, больных – здоровых, образованных – не образованных, индийцев-евреев,

Все эти категории затмеваются, или совершенно не уместны в сравнении с делением между теми кто является арией и теми кто им не является.

Есть только два вида существ. **На духовном пути** это единственная вещь **которая важна. Важно ария кто-то или нет.**

Есть много обычных людей, но арий на сегодняшний день единицы. Мы на пороге значительного изменения этого соотношения. Это все еще будет меньшинством. Но это уже не будет таким редким.

Тантра очень увеличивает наши шансы

И разумеется как мы сказали **тантра** **намного ускорит этот процесс.**

Понимание пустоты - это машина которая заводит тантру.

Тантра невозможна без глубокого понимания пустоты – она не будет работать.

Поэтому и нужна такая длительная подготовка потому, что это очень глубокое понимание пустоты.

Потому, что с одной стороны тантра это путь который может позволить познать результаты на протяжении одной жизни, и естественно что-то очень сильное и мощное также является и очень требовательным, или всеобъемлющим. Чтобы она работала вам нужна правильная подготовка, и нужно вложить в путь всю свою надежду. И вы не сумеете это сделать без глубокого понимания пустоты и без глубокой убежденности в том, что это будет работать. Потому, что как вы вложите все, что у вас есть в путь если не убедились, что он работает? Что у него есть хорошие шансы на то, чтобы сработать для вас лично?

Для того чтобы это произошло, чтобы у вас была настолько глубокая степень убежденности вам нужно очень хорошо понять пустоту. Иначе это невозможно. И для этого это учение. Для этого все восемнадцать курсов, не один и не два. Все время махают ручкой, и так далее. Потому, что в один из дней это усваивается. В один из дней это усваивается.

Для того чтобы преуспеть в этом пути **не обязаны становиться монахами**. Несмотря на то, что монашество очень помогает люди приходили и без становления монахами. Фактически тантра изначально давалась буддой королям которые говорили: «У меня нет времени сидеть в монастыре и проделывать все эти практики потому, что мне нужно управлять королевством». Это для занятых людей. И не обязаны быть монахами несмотря на то, что это очень помогает.

Ария превращается в объект прибежища

Если вы помните, мы говорили о трех драгоценностях. Мы делали преклонения.

Когда человек приходит к прямому видению пустоты он превращается, он или она сразу превращаются во сколько из трех драгоценностей? В две из трех:

- **Они превращаются в драгоценность сангхи** потому, что это определение драгоценности сангхи – это люди которые видели пустоту напрямую и поэтому могут нас туда направить. И они превращаются в место прибежища потому, что их учение эффективно так как они знают, что говорят и могут нас научить. Итак, они превращаются в драгоценность сангхи.

- **Они также превращаются в драгоценность дхармы**. Потому, что, что такое драгоценность дхармы? Это именно это понимание пустоты – и в случае того кто на пути махаяны также и бодхичитты.

Итак, они превращаются сразу в две драгоценности.

Они еще не драгоценность будды, но в противоположность обычным людям они встречали драгоценность будды. Потому, что на протяжении медитации на пустоту они напрямую встречали *Ngowo ni ku*, это тело сути будды. Пустота просветленной личности. У них была прямая встреча, у них было соединение с сознанием просветленной личности.

Это то, что характеризует осознания арии, и то, что мы здесь сделали, это подытожили их осознания в рамках четырех истин.

Они превращаются в место прибежища. Ария превращается для нас в место прибежища. Если мы понимаем то, чему они нас обучают, и если мы делаем то, что они нам говорят - мы можем выйти сами. Потому, что это все, что они пришли сделать. Все, что они делают - это используют свои знания для быстрого вывода нас из страданий. Это защита. **Это настоящая защита**. Через их учение, правильное и просветленное они могут освободить нас от всех существующих страданий.

Глубокий смысл преклонений и подношений

В следствии этой медитации первая вещь которую они делают это то, что падают ниц перед святой святой, как в описании когда Моисей падает ниц перед неопалимой купиной, которая видимо тоже была видом такого переживания.

- Есть это спонтанное желание преклониться.

- Есть спонтанное желание сделать подношение просветленной личности потому, что сейчас я встретила с просветленной личностью. Как Моисей встретился с высокой реальностью. И у многих из них есть мотивация давать.

И в первый раз это подношение полностью не ради себя. Потому, что когда мы даем подношение всегда есть также и мы. Есть это желание чтобы оценили мое подношение, чтобы были рады

моему подношению, чтобы я была рада своему подношению. Там это уже полностью не для меня. Это другое даяние, на курсе пять о карме говорят об уровнях даяния – и это один из них. Посмотрите там.

Три ментальных омрачения которые прекращаются на пути видения

Что в отношении ментальных омрачений такого арии? Освободились ли они от своих ментальных омрачений?

И в буддизме говорят, что есть 84000 ментальных омрачений. У всех у нас. Сколько из них они уничтожили в следствии прямого переживания пустоты? Говорят, что три. И у них осталось еще 83997 омрачений. Из-за этого берет еще семь перевоплощений. 😊 После этого есть еще много работы. Но они уничтожили три очень важных, и это делает возможным быстрое уничтожение всех остальных.

Что это за три?

1. Сомнения на пути будды

Первое это **сомнения**. Об этом мы говорили. **С их сердец устранены любые сомнения**. Они больше не могут сомневаться потому, что встретили это напрямую. У них больше нет никаких сомнений в пути, и поэтому они проходят этот путь. И в **Сутре огранщика алмаза** есть удивительная история о короле Калинке который отрубает монаху части тела. И монах уже видимо является очень продвинутым архатом. Ему отрубают один за другим пальцы, и так далее, и в конце он от этого умирает. И будда через перевоплощение после этого описывает одно из своих предыдущих перевоплощений и говорит, что несмотря на то, что люди короля делали монаху он не сердился, он не чувствовал в своем сердце никакой злобы, никакого гнева, никакой ненависти.

Он понимал.

Больно ли ему? Да больно. У него все еще есть сансарное тело которому можно сделать больно. Есть ли в сознании страдания и мучения? Нет! Сознание остается абсолютно спокойным. Потому, что уже нет никаких сомнений; он все понимает. И у него уже нет цепляния. Он не думает, что он является этим телом. И в таком месте нет того кто может на вас напасть. Нет того кто может на вас напасть. Они могут напасть, но вы непобедимы. Вы плаваете в огромном море истины. Вы в этом море истины. И это первое.

2. Вера в самосуществование

Второе – раньше мы об этом немного говорили. Мы видим вещи, будто они приходят со своей стороны, верно? Мы видим: «Вот она приходит, она приезжает из Герцлии, она приезжает из Хода Шарона – они сюда приходят, они садятся в свою машину, я сажусь в свою машину – или вернее машину Мири, большое спасибо Мири, и мы сюда приехали – **они пришли ко мне оттуда**».

Но мы говорим, что это ошибочное видение.

На конвенциональном уровне это верно, они сели в свою машину и приехали. Но для того чтобы я увидела здесь Анету мне нужно из своего сознания много спроецировать. Мне нужно спроецировать человека, мне нужно опознать это как женщину, мне нужно повесить этот ярлык «Анета» на это, и еще много других вещей. **Все это приходит из меня**.

Так откуда пришла Анета? Из меня! Анета пришла из меня! Без того, что у меня в голове есть все эти идеи человека, женщины, Анеты – для меня здесь не может быть Анеты. Для меня. В моем мире без моего сознания здесь не может быть Анеты. Ок?

Два аспекта веры в самосуществование

И у этой веры в то, что вещи приходят ко мне снаружи есть два аспекта:

- У нее есть выученный аспект,
- И у нее есть врожденный аспект.

Даже младенец, когда вы к нему приближаетесь понимает, что кто-то к нему подходит. Ничего не слышал об этом, ничего не понимая, даже не говоря. Вы приближаетесь – он понимает, что что-то приближается. Он видит, он воспринимает, *он видит кого-то приходящего к нему снаружи*.

Это врожденная вера в самосуществование с которой мы приходим в этот мир. Из-за многих перевоплощений в которых мы привыкли так думать. Мы опознаем вещи приходящими к нам снаружи и это происходит в мгновение ока. Кто-то приближается – вы видите приближающуюся угрозу вне вас. Или вы видите, что приближается что-то приятное – не важно – но это приходит к нам снаружи.

Это ария еще не преодолел – это очень глубоко. Это последняя вещь, которую он уничтожит на пути к нирване.

Но **он да уничтожает интеллектуальную веру**. Он уже понимает, что вещи не такие какими ему кажутся. Это то, что мы говорили об иллюзии. Вы можете говорить о дуализме. **Он понимает, что есть разница между тем, какими вещи ему кажутся, и какие они на самом деле.**

И он понимает это благодаря прямой встречи с абсолютной истиной которая происходит во время прямого видения пустоты.

И мы сказали, что два омрачения:

1. Первое это сомнения в истинности вещей. Это полностью отторгается, и это делает возможным глубокую убежденность и уверенность в реализации пути.
2. И второе – **он уже не верит в то, что видит**. Он уже не верит, что король злодей приходит отрубить ему конечности со своей стороны. Король это то как карма принесла ему то, что он посеял в прошлом, и он понимает это. Король является посланником.

Не только это, в другом месте мы изучаем, что:

- **Он** находящийся там чтобы ему отрубили части тела,
- Событие обрубания частей тела
- И **человек** который обрубает части тела –

Все **это одно и то же кармическое семя**. То, что привело к нему злодея короля, привело его к злодею королю, и к этому событию. Это одна и та же карма. **Одна и та же карма нанесения вреда другим**. Он это понимает.

И когда ты понимаешь, что этот король пуст, что у него нет той или иной собственной природы,

что он только созревание кармы; когда ты понимаешь, что он пуст, на кого ты будешь сердиться? Если у вас нет объекта на который можно сердиться, на кого вы будете сердиться? И поначалу может быть останется привычка сердиться, и вы будете искать: «На кого повесить это дело»? И вы не найдете на кого, и гнев сразу же утихает. Это сила пустоты.

Чем глубже мы понимаем пустоту тем больше у нас есть сил использовать это понимание для уничтожения ментальных омрачений.

3. Вера в ошибочные духовные методы

И есть третье омрачение и это – когда исчезают сомнения в истинности этих вещей, **исчезает также и вера в ошибочные духовные методы.**

И есть много методов. Люди приходят и предлагают различные духовные методы которые якобы могут помочь, избавить, спасти, или просветить. К примеру во времена Будды было много методов которые были различными видами аскетизма. И по сей день есть люди которые тренируют себя в различных формах аскетизма. Я как-то рассказывала вам о факире которого я встретила, который поднял свою руку и вот уже восемь лет ее не опускал. Рассказывала вам? Это потрясающе! Потрясающе! Потрясающе!

Есть различные такие потрясающие методы. Но они не могут привести к просветлению. Они делают много потрясающих вещей. Я рассказывала вам: факир которого я встретила ходил так с рукой (*поднятой вверх*), и на ней был такой рукав потому, что она уже конечно же высохла. Восемь лет. И подумайте, для того чтобы удерживать это не минуту, не две, не пять, не десять – восемь лет нужно много воевать с эго. Это большая война с эго.

В нем была удивительная чистота. Я не видела еще такого лица. Он был чудесен – и это не освобождает. Это может быть в будущем может создать возможность для более быстрого освобождения в другом перевоплощении, но само по себе это не устраняет глубокие причины наших страданий проистекающие из того, что мы не понимаем правильно свою реальность, реагируем не правильно, продолжаем крутить колесо сансары, и еще раз создаем причины для страданий. Это не уничтожит это. Это может очень продвинуть потому, что это очень уменьшает эго. Но самого по себе этого не достаточно.

Только медитации без этого понимания – также не достаточно.

Итак, есть много методов которые не освобождают – ария понимает, что в них нет того, что нужно для освобождения.

И это третье омрачение которое он уничтожает.

Понимание пустоты обязано вести к соблюдению морали

Арие: есть люди которые говорят: «Если все пусто, если это приходит из меня, то какая разница, что я делаю?», или «Если это и так не важно, я хочу чтобы мне было приятно, чтобы мне было хорошо». Что значит, чтобы мне было хорошо? – Я забочусь о себе.

И мы говорим, что это совсем наоборот. Это то, что в будущем причинит мне страдания. Мы говорим, что карма и пустота полностью переплетены. Без кармы нет пустоты.

Пустота говорит, что вещи не приходят со своей стороны. Они приходят из меня. Но почему сюда

приходит именно Анета а не кто-то другой? Почему мне болит спина, или не болит? Почему у меня есть больше или меньше денег? Почему мои дети хорошие или не хорошие? Хорошо ко мне относятся, уважают меня, или нет? Все это приходит из кармы.

Если это приходит из кармы то, что мне нужно сделать для того, чтобы дети были вежливыми со мной? Мне нужно накопить хорошую карму, верно?

Это верно, что в конечном итоге хорошо ребенок ко мне относится или нет не приходит от ребенка, а приходит от меня. Но я все еще хочу, чтобы он хорошо ко мне относился. И для этого мне нужно накапливать хорошую карму. Я хочу прийти к просветлению. Для этого мне нужно накапливать хорошую карму.

Итак, это в точности наоборот. Из-за того, что вещи пусты мне нужно соблюдать мораль. Из-за того, что вещи пусты мне нужно быть хорошей по отношению к людям. Из-за того, что вещи пусты тем, что я буду заботиться о других людях, я принесу себе то, что хочу.

Вещи пусты и функционируют совершенным образом

Последний вопрос это: **если вещи пусты, то как они функционируют?**

И люди говорят: это не логично: если эта вещь не ручка со своей стороны, то как это может писать? Почему это должно писать? Не может быть, что у этого нет собственной природы ручки, и все-таки это пишет.

Мы говорим, что если бы у нее была собственная природа ручки - то она бы писала, писала, и писала как волшебная палочка в фантастическом фильме. Приносила бы воду из колодца. Потому, что это природа этих вещей приносить воду из колодца. И природа ручки это писать, и она бы писала, писала, и писала, и я хочу взять ручку в руку, и ручка мне не дает ☺ она пишет.

И они могут работать из-за того, что они пусты, а не несмотря на то, что они пусты.

Факт того, что вещь пуста позволяет мне что-то спроецировать. Из-за того, что эта вещь пуста я могу спроецировать на нее ручку и использовать ее, спроецировать на это письменность, и писать ей.

Крайнее мышление

Это одна из двух крайностей, **крайность нигилизма**, думать, что если вещи не существуют со своей стороны, то они вообще не существуют. Если ручка не со своей стороны ручка - то там вообще нет ручки. И мы говорим - нет!

Ручка есть потому, что я ее спроецировала.

Лама Двора: большое спасибо.

Да, и последняя вещь которую сказал Арие очень-очень-очень важна. **Потому, что мы можем завести идею пустоты очень далеко:** «Аа, так вещи не такие как я думала, они такой вид иллюзии, и мне не нужно верить в то, что я вижу, поэтому я могу делать то, что хочу». И мы говорим, что это очень большая ошибка.

Соблюдение морали и накопление добродетели необходимы для успеха на пути

Был известный в истории буддизма спор, и он есть и по сей день в разных обликах, между индийским монахом по имени Хавашенг который нашел свой путь в древний Тибет в восьмом или девятом веке. Он был последователем пути: «Посмотрите, жизнь коротка, у нас нет времени, нам нужно сидеть в медитации, развивать концентрацию, и увидеть пустоту потому, что у нас нет времени на другие вещи. Оставьте мораль, оставьте все... Сядьте в медитацию, увидите пустоту, и все!». И по сей день есть много последователей этого учения, которое учит: «Не нужно много времени терять на учение. Сидите. Делайте медитацию, увидите пустоту, и выйдите отсюда».

Мы говорим:

1. Во первых нельзя преуспеть в медитации без того, что мы будем соблюдать мораль. Почему? Потому, что вещи пусты.

Из-за того, что вещи пусты все, что будет появляться в моем мире, все, что будет появляться в моем мире, это только то, что я посеяла.

Нет других вещей которые будут появляться. Если я не заботилась о соблюдении морали и очищение преступлений совершенных мной в прошлом эти вещи вообще не позволят мне глубоко войти в медитацию, это первое. Я просто не смогу это сделать.

Мы утверждаем, что из-за того, что вещи пусты я не могу пренебрегать моралью.

Из-за того, что они пусты я обязана соблюдать мораль. Если я хочу чтобы мне было хорошо, я обязана делать хорошее в мире.

Если я хочу, к примеру преуспеть в медитации,

2. Второе. Если я хочу найти счастье я обязана сеять семена счастья. Так мы называли программу для детей: «Семена счастья в сердцах наших детей». Мне нужно научиться их сеять для того чтобы создать для себя счастье. Когда я усаживаюсь так и делаю медитацию...

- Во первых я не сумею глубоко войти, если я не хорошо соблюдала мораль.

- И во вторых, я обязана посеять карму которая приведет меня к выходу из колеса страданий. Это потрясающая карма.

Мы говорили о горах добродетели.

Я лично знаю много историй о людях которые ушли на ретрит и не выдержали на ретрите. Я знакома с людьми которые очень тяжело заболели на ретрите. Я знакома с людьми которые просто ушли посреди ретрита. Не сумели. Люди иногда приходят ко мне и говорят: «Я хочу уйти с тобой на ретрит». Сначала **для этого нужно накопить горы добродетели.**

3. Из-за того, что вещи пусты мы обязаны учиться морали, соблюдать мораль, и создавать кармические условия которые позволят потом преуспеть в нашей медитации, и привести нас к прямому видению пустоты. И не быть в медитации похожей на наркотическое опьянение которая просто парализует, усыпляет нас, и может быть очень успокаивает и даже доставляет большое наслаждение, но не уничтожает семена страданий. И это последняя тема. О споре между Хавашенгом и другими. Очень-очень важном споре.

Применение осознаний о карме и пустоте в нашей жизни

Очень важно понять последствия всего этого мировоззрения пустоты и кармы вместе которые создают нашу реальность потому, что они идут бесконечно далеко. В любой детали в жизни, если вы только немного об этом подумаете, **как вы это применяете?** Как вы сейчас на деле живете из этих осознаний?

Вся причинно следственная связь вещей не такая как мы думаем.

Пара ссорится. Он сказал ей так, она сделала ему так. И тогда они реагируют на то, что сказали или сделали, и поворачиваются друг к другу спиной. Истина в том, что если он сказал ей так и это ей было не приятно - то это потому, что она делала те же самые вещи в прошлом по отношению к другим. Может быть не тому же человеку, может быть кому-то другому. Но она посеяла семена чтобы услышать резкие, грубые, или обидные слова – она посеяла эти семена. Это не может прийти из другого места!

Так, что делать сейчас, когда он так со мной разговаривает? Что с ним делать? Взять его на лечение? На терапию? Выйти из дому? Сказать ему, кто он? Что сейчас делать?

Если я понимаю эти вещи, что мне нужно сделать? **Не возвращать той же самой монетой!** Или «Аа, это ты мне отражаешь? Большое спасибо. Я не заметила, что я врежу и обижаю. Мне сейчас в особенности нужно следить за тем как я разговариваю с людьми», следить в дневнике за тем как я обижаю людей, или врежу людям – **тщательно следить за этим**. Быть одержимой этим в своем дневнике чтобы искоренить это из потока своего сознания. Он изменится! С лечением или без лечения – не важно.

- Если я буду вести дневник и не пойду на лечение – это получится.
- Если я буду вести дневник и пойду на лечение – это получится.
- Если я не буду вести дневник – пойду я или нет – это не получится.

Так идти на лечение или нет? Идите или нет, но следите за тем, чтобы не сеять те семена которые не хотите чтобы к вам вернулись.

Везде, на каждом шагу.

- Идти ли на лечение?
- Принимать ли лекарства?
- Вкладывать ли те или иные средства?

Каждый аспект в нашей жизни.

Все наши обычные реакции основаны на не правильном понимании причинно следственной связи.

Мы видим, что одна вещь приходит в следствии другой, и мы говорим: «Аа, это к этому привело». Но между ними нет причинно следственной связи! Есть только связь по времени, что одно следует за другим. Но это не то, что одно привело к другому.

Закон того, что к чему приводит это закон кармы которая скрыта, она спрятана, и всегда есть период созревания.

Это всегда берет время. Это не немедленная вещь которую я сказала или не сказала сейчас, которая привела к его реакции на меня которая настолько обижает, или не приятна, и так

далее. Нет! Есть промежуток времени.

То, что да если я слышу режущие слова или обиды то это то, что я делаю отдаю я себе в этом отчет или нет. И может быть я делаю это в мыслях, а не на словах. Карма созреет в любом случае. И я сейчас к примеру должна через это отражение которое я получаю от вредящих мне людей очень глубоко проверить, и посмотреть, что я делаю. И начать это изменять.

Это смысл. Это смысл этого мировоззрения которое воспринимает ария в своем переживании, воспринимает его в очень полной и ясной форме, и освобождается от страданий.

Лодка без гребца

Подумайте, как **это жить когда вы полностью отказываетесь от права жаловаться или обвинять!**

Больше некого обвинять! Потому, что там никого нет. Это пусто. В этой лодке которая сталкивается с вашей лодкой нет гребца. Это сравнение: вы сидите там на Кинерете в своей лодке, и есть гоночная лодка которая плывет на вас, и вот-вот врежется в вас и вы говорите: «Кто этот сумасшедший? Почему он не управляет своей лодкой?» И когда она приблизилась оказалось, что в ней нет управляющего.

Когда вы понимаете пустоту больше не на кого сердиться. Это как тот монах с королем Калинкой. Он понимает, что не на кого сердиться. Так на кого вы будете сердиться?

Это сразу же убирает всю энергию, которая ищет кто там виноват, которая хочет пожаловаться на них, пойти ко всем подругам и рассказать, что он мне сказал. Этого больше не нужно, это лишнее! Пустая трата энергии. Это только еще больше увеличивает эти отрицательные настроения и ментальные омрачения. Оставьте это. Скажите им спасибо. Замолчите и начинайте говорить приятно и с приятным выражением лица. Это все.

(Аплодисменты)

Совершенство мудрости делает возможным рай

Главное учение ***Prajna Paramita***, совершенство мудрости – это учение о мудрости пустоты – о том важном факте который нам нужно понять, что все вещи во вселенной без исключений не имеют собственной природы. У них нет никакой собственной природы!

У всех вещей, всех явлений, всех ситуаций, всех процессов, всех законов - ни у чего! Ни у чего нет собственной природы, и поэтому мы можем создать и для себя и для всех остальных рай.

Из-за того, что у этого нет собственной природы, из-за того, что мы в сущности вращаемся в мире ментальных проекций, тех ментальных записей которые мы записываем в своем сознании в конце действия, речи, и мысли – если мы научимся использовать законы кармы и будем записывать эти записи правильно, в правильных количествах и в надлежащей форме мы можем создать то, что мы хотим.

Проекции навязываются нам действиями совершенными нами в прошлом

И здесь важно подчеркнуть, что верно, что вещи пусты и поэтому они являются иллюзией с той точки зрения, что они не такие какими кажутся. Они кажутся мне такими какими я сейчас

вынуждена их проецировать. И:

Важно понять, что то, что они пусты, и поэтому то, что я воспринимаю является проекцией – не означает, что я в этот момент могу выбрать свою проекция по своему желанию.

В этот момент, в настоящем у меня нет власти потому, что настоящее уже определено записями посаженными намного раньше в прошлом.

Это очень важно.

И я не могу сказать «О! Сейчас я слышу крики, я крепко закрою глаза, представлю что-то новое, и это вдруг станет пением ангелов».

Когда это приходит сейчас в настоящем это созревание предыдущих вещей. Я не могу изменить это в этот момент. **Карма очень настырная, она не стесняется. Это то, что созревает, это то, что есть сейчас в моем мире.**

Все, что я могу с этим сделать это реагировать с пониманием, реагировать с мудростью.

Понять, что это приходит в результате посеянных мною семян, приятное созревание или нет, и не придавать этому самосуществования, не придавать этому этой самостности на которую я реагирую, и мне сейчас нужно это изменить и уничтожить эту неприятную вещь из моей жизни. Я не могу уничтожить эту неприятную вещь, которая происходит в этот момент. В этот момент я не могу ничего с этим сделать. Это уже здесь, это дерево которое уже выросло из семени.

Я не могу притвориться, что эта ручка это две ручки. Я не могу сделать то, что моя карма мне сделать не позволяет. Все, что я могу сейчас сделать - это отреагировать на это с мудростью. Моя реакция определяет карму которая созреет в будущем, и это то как мы используем мудрость.

Мы используем мудрость как садовники.

В «*Йога Сутре*» есть важный абзац который приводит Master Patanjali – «мы садовники».

Использование этого знания о карме и пустоте состоит в том, что мы сеем семена которые потом создадут наше будущее, и это большая мудрость, это очень большая мудрость.

Потому, что вы знаете, вы может быть можете десять лет слушать эти вещи, но когда приходит гнев он приходит. И настоящая победа над ментальными омрачениями и это большая работа и мы продолжим говорить об этой теме в следующих темах которые у нас есть.

Основание центра ретритов в Израиле

Этот курс один из трех подводящих итог курсов, и мы приближаемся к завершению всех курсов АСІ на иврите. И также мы собираемся уйти в наш длинный ретрит. И большая часть нашей цели это создать для нас здесь в стране, где заинтересованы и готовы к этому серьезный и настоящий шанс прийти к прямому видению пустоты, к просветлению, и выйти из страданий. И мы раньше перечислили факторы которые необходимы для того чтобы это произошло. Необходимо накопить много добродетели. Необходимы горы добродетели, нужны накопления добродетели и мудрости.

И как накапливают горы добродетели и мудрости?

- Как было сказано **очень-очень важно помнить о пустоте в каждом нашем действии**, помнить о трех кругах во всем, что мы делаем очень-очень важно, это очень-очень усиливает то, что мы делаем.

- Нужно также **направлять свои действия чтобы накопить себе всю эту добродетель**.

- Параллельно с этим нужно также учиться **очищать накопленные нами** на протяжении наших разных воплощений, и в этой жизни **преступления**. Это другое учение, которое мы сделаем позже.

И мы бы хотели создать условия в Израиле. Позволить людям изучать тантру в Израиле. И тантра это не малое дело. Тантра это тайное учение. Тантра чтобы она получилась требует очень глубокой подготовки, для нее необходимы учителя и отношения с учителями, и все учение которое мы проделываем.

У всего, что мы здесь изучаем есть ценность которая может благословить каждого человека. Если вы учитесь работать с пустотой; вы будете менее раздражительны, менее сердиты, более мудры, и более счастливы.

Но самая важная цель это **подготовить вас к более высокой практике**, к практике через которую вы да сумеете реализовать все эти красивые вещи о которых мы сейчас говорили и о которых мы еще продолжим говорить. Которые вы в своей жизни будете реализовывать.

Для этого как было сказано нужны и учителя, и ваше обучение, и ваши хорошие действия, и хорошая карма которую вы накапливаете.

Вы знаете, когда мы обучаем тому как работать с кармой мы говорим, что для того чтобы я в жизни достигла определенных результатов которые я хочу сначала чтобы это пожать - мне нужно это посеять. Без посева нельзя пожать. Это то, как это работает.

Если вы хотите реализовать все эти вещи вам нужно сделать возможными эти вещи для других. И нет более высокой кармы чем создавать для других условия, которые позволят им обучаться, делать медитации, и достигать все эти духовные достижения.

И я бы хотела пригласить вас реализовать эту цель, сделать возможным такой центр ретритов.

Потому, что эта работа в конечном итоге проделывается в очень глубокой медитации. После того как вы проделывали ежедневную практику и обучение на протяжении длительного времени, в конечном итоге нужно также уйти на ретрит и проделать эту глубокую вспашку в сознании.

И для этого нужны условия: нужно относительно уединенное место потому, что это требует тишины. Нужно построить это место, нужно подготовить себя, нужны средства на существование во время ретрита. И это требует также материальных средств, много-много хорошего желания, и также много поддержки и целеустремленности.

И больше мы поговорим о тантре позже, но я бы хотела, чтобы вы уже начали направлять себя к теме того как вы накапливаете необходимую добродетель. Если в результате ваших усилий кто-то уйдет в свою хижину, закроется там на протяжении трех лет и достигнет этих осознаний, если один человек этого достигает – в результате одного такого человека весь этот регион проходит трансформацию. И мы думаем, что создалось такое потрясающее стечение

обстоятельств которое позволяет каждому из нас это сделать. И это наша цель.

Эта цель не мала, но она возможна. И мы видим ее в действии. Мы сопровождаем эти процессы уже много лет и видим, что люди выполняющие эти вещи так как мы их обучаем растут на глазах, они растут как дрожжи.

И я приглашаю всех вас проделать этот путь.

И идем Лиран, скажи нам коротко несколько слов о нашей цели.

Центр Арава

Лиран: хорошо, часть из вас видела эту презентацию, сейчас я пройду это вкратце:

У нас в сущности есть план основать такой центр ретритов. Можно посмотреть на него под одним аспектом, что это в сущности будет духовным центром, духовным университетом где будет можно изучать это высокое, продвинутое учение. С другой стороны это место также позволит проходить ретриты.

Ретриты разной продолжительности. И короткие ретриты для желающих, и более длинные, и до длинного ретрита в три года и три месяца. Мы хотим чтобы в этом центре можно было уходить в длинные ретриты. Это не обязано быть ретритами людей обучавшихся в буддистской традиции, это и для других традиций также, это чтобы уйти ненадолго из этого быстрого мира и пойти немного посмотреть внутрь, немного рассмотреть, что есть внутри. Чтобы мы могли сделать это возможным.

В дополнении к этому, чтобы это место смогло позволить также людям у которых вообще нет возможности открыться духовности и этому учению немного уйти от тяжелого дня который у них есть: люди день которых тяжел, матери одиночки которые целый день заняты работой и уходом за детьми. Чтобы мы может быть могли сделать для них возможным выходные в таком месте. Может быть кто-то будет смотреть за детьми а они тем временем сумеют в конце недели сделать немного медитаций, немного попрактиковать йогу, изучать это учение которое сможет им помочь когда они вернутся в свою жизнь лучше справляться с ней имея более хорошие инструменты.

В общем эта цель подразумевает в конечном итоге прийти в такое место с намерением трансформировать себя чтобы мы сумели трансформировать свое окружение. Для того чтобы мы сумели изменить ближний восток, чтобы мы сумели принести сюда мир и уничтожить войны и страдания.

И у этого есть более высокая цель которая может быть может очаровать людей которые не обязательно приходят из области буддизма но с инструментами которые дает это учение и инструментами которые будут даваться в этом центре они сумеют помочь изменить ближний восток, и это может заинтересовать многих должностных лиц в регионе.

Разумеется, если у вас есть возможность помочь основать такое место; если вы строители или подрядчики, или у вас есть опыт в электричестве и воде, и всех эти вещах то разумеется мы будем рады вас услышать. И вы можете обратиться ко мне на перерыве после учения, или завтра, когда вам удобно.

Лама Двора-ла: большое спасибо Лиран!

Разумеется, мы хотим основать это место но мы хотим позволить каждому человеку взять часть этой кармы. Идея в том, чтобы каждый из нас смог накопить горы добродетели которые ему нужно накопить и у нас есть потрясающие возможности. И в продолжении мы поговорим о многих других возможностях.

Это одна из характеристик нашего положения которое настолько исключительно, когда у нас есть и физические, и интеллектуальные условия, образование, учителя, интерес – все это происходит. Возможность находиться здесь есть. И мы также на первых этапах всего этого, все абсолютно ново, у нас есть возможность – у нас, есть эта возможность накопить горы добродетели делая эти вещи возможными.

И я вас приглашаю. Присоединяйтесь так как вы можете. В том в чем вы можете - присоединяйтесь, вы можете сделать пожертвования в деньгах, в действиях, в знаниях, в любви, в деле, в организации, в связях, во всех этих вещах. Вы приглашены участвовать любым способом который вам нравится. Обратитесь к Лирану, он будет вести эту тему. И мы в продолжении также дадим очень длинный список возможностей накопить добродетель который мы составили. Это одна из наших задач сделать для вас возможным проделать эту работу.

(Мандала)

(Посвящение)

(Молитва для продления дней ламы)

Курс АСІ 17: основы буддизма, часть 2

Обзор великих классических книг буддизма – часть 2

На основе уроков геше Майкла Роуча

Перевод, редакция, и подача

Лама Двора-ла, и Ария-ла

Рамат Ган, апрель 2009

Урок 3

Итак, добрый день. Давайте начнем с мандалы.

(Мандала)

(Прибежище)

Возможности накопить добродетель

Мы говорили о том, что необходимо накопить добродетель для реализации этого пути, привести его к какой-то реализации. Нам нужно накопить много добродетели, и мы хотим предложить вам возможности в местах где вы очень нужны. Ваша помощь просто необходима, и это чудесные возможности чтобы помочь принести эти знания другим.

Программа «Эмет» для молодежи – тысяча добрых дел

Дуду Голан: на предыдущем визите ко мне обратился лама Арие и сказал, что есть кто-то по имени Элиана которая учится с ними в «Даймонд Маунтайн», она педагог, она пятнадцать лет работает в образовательных учреждениях в США как учительница, как социальный работник, она работала с разными видами населения, обычно обучала классы в начальных школах, и на определенном этапе еще задолго до того как она пришла к буддизму в ней пробудилась мысль или чувство, что нужно обучать детей другим образом, нужно найти и дать им образ жизни.

И в сущности как она мне описала большинство учеников которых она встречала до сих пор были немного апатичными детьми, у которых нет цели, которые много заняты интернетом, и она начала искать подходящие материалы которые смогут создать изменения и трансформацию у детей в школе.

Она начала с разных традиций. На сегодняшний день она мастер в буддистских учениях. Несмотря на то, что в самой этой программе основное ядро это буддистское мышление, или буддистская философия, сама программа не буддистская. Никто в школах где она работает не знает, что она учится в Даймонд Маунтайн или, что она прямая ученица геше Майкла. И она построила программу.

Когда лама Арие пришел я ему сказал, что у меня нет связи с воспитанием, я не педагог. Он мне сказал: у тебя есть четыре ребенка – значит ты да педагог.

И я сказал ему: «Поговорим в конце этого визита». И в конце визита я спросил его как продвигаются с этим дела и он мне сказал, что к нему еще никто не подошел поэтому видимо

карма этого была у меня. Я сказал: «Хорошо я возьму это, я поговорю с Элианой», и я был очарован этой женщиной. Это потрясающая женщина, каждая наша беседа была в 11 часов ночи, и после этого полночи я не спал от энергий которые там были.

И она начала посылать мне материалы, которые действительно потрясли меня своей красотой, своей простотой и мудростью которая за ними стояла – и это так детали.

И я сразу же понял, что мы пригласим ее в апреле и начнем проводить мероприятия в Израиле, и я начал обращаться к различным людям с которыми я был знаком в области образования. И так я дошел до интерната на юге страны и там мы начнем практические эксперименты в школе с двумя классами – с классом интерната и с обычным классом. И это уже начинается на следующей неделе.

Я думаю, что отдельные составные этой программы мы сможем найти в различных программах или в различных местах. Я думаю, что ее красота именно в интеграции очень многих вещей.

И в первую очередь она в очень ясной и острой форме фокусируется на том, что мы хотим воспитывать в детях личную ответственность, этическое поведение, и доброжелательность. И если мы приведем ребенка к тому, что он разовьет эти три составные, мы превратим его в необычного – в положительном смысле этого слова, или в Extra ordinary как она это называет – Extra O. И вся программа направляет к этому.

Как это делают? Тем, что работа продлевается не на конечный результат, не на ребенка а на родителя и на учителя, то есть если мы дадим родителям и учителям правильные инструменты и они будут продлевать эту работу с собой то через это мы поможем ребенку.

Это что-то, что мне уже понравилось.

И есть история которая является частью этой программы и она немного рассказывает о настроении или мышлении стоящем за этим, это история о том, что у одной матери были проблемы с сыном. У нее был сын у которого были проблемы с сахаром, он ел много сахара и она не знала, что с ним делать, она пробовала все. Но этот ребенок в то время уважал Махатму Ганди, и она ему сказала «Поедем к Махатме Ганди, он разрешит эту проблему».

И она поехала с ним по дорогам, на поездах до Махатмы Ганди. И когда они к нему приехали и она рассказала об этой проблеме Махатма Ганди ей говорит: «Нет проблем, приходи через неделю», «Что, еще неделя, это ведь Индия» не знаю сколько сотен лет тому назад. «Вернись ко мне через неделю». И она вышла сердитой и вернулась через неделю, и она ему говорит: «Прежде всего, мне нужно понять, почему вы меня отправили, вы человек имеющий сострадание, не может быть, что я вернулась к вам и это то, что вы делаете». И он говорит: «Неделю назад я сам еще употреблял сахар, на этой неделе я прекратил употреблять сахар и сейчас я могу помочь ребенку».

И это к примеру история которая является частью курса, и она объясняет, каково его направление. Что мы не можем устранить насилие детей и делать программы по уменьшению насилия без того что родители и учителя устранят насилие в себе. И тогда нам нужны инструменты как принести это детям.

И это волшебство Элианы. Она умеет делать эти сложные вещи простыми и доступными.

Сердце этой программы в том, что ребенок совершает три хороших действия в день на протяжении года и это двадцать категорий двадцати хороших очень специфических действий – часть их говорит о добром сердце, часть о личной ответственности, и часть о морали.

И в этом есть этапы, есть пять уровней, есть как это празднуют – и очень много составных с которыми мы здесь знакомы, вид дневника с которым мы работаем. И вы там найдете немного привкуса обетов пратимокши, обетов свободы, часть обетов бодхисатвы, как к примеру не сердиться когда сердятся на меня, и часть других систем морали. Все они универсальны, там нет ничего только буддистского per se, но там да есть практики с которыми мы знакомы.

Сейчас здесь находится Тифани которую вы после этого сумеете увидеть, она личная помощница Элианы. И выясняется, что Тифани пришла из учения которое создал американский адвокат по имени Скотт Йома который вел потрясающую образовательную программу которая находится в Top ten, то есть Принстон, UCLA – все ведущие университеты в США, лучшие профессора по образованию с ним связаны, не знаю или все, но из высшей лиги.

И есть потрясающее соответствие между программой которую создала Элиана на основе этих инструментов, и тем, что люди в академии исследовали, что работает, и они пришли к тем же самым принципам, и на сегодняшний день эти программы слиты воедино. И конечно эта программа находится под покровительством самой высокой академии из всех существующих, и Элиана на сегодняшний день объясняет им, что она делает в школах и мы изучаем их исследования чтобы с этими исследованиями прийти в государственные учреждения.

И на этом я завершу, в этом курсе еще остались последние места, и это достижение само по себе, и тот кто еще хочет и заинтересован приглашен ко мне подойти. И большое спасибо.

Лама Двора-ла: только сказать одно слово. Это снова на этой линии, что если мы превращаемся в садовников, и если мы хотим посадить рай то нам нужно посеять много семян рая, много хороших семян.

Это пример возможности, если ваше сердце влечет вас к работе с молодежью и детьми и вы можете делать это от всего сердца и радостно, то это для вас место для посева семян.

*И мы в будущем поговорим о других возможностях сеять семена добродетели, счастья в различных областях – и каждый в соответствии с тем, что на тибетском мы называем **Карм** – в соответствии с нашими склонностями, в соответствии с тем, что влечет нас делать – у каждого есть место и возможность посеять эти семена добродетели.*

И цель этих проектов это также помочь принести эти вещи себе и другим, но в основном чтобы мы сумели накопить добродетель которая позволит нам продвинуться на пути, и без добродетели нельзя. Без кармы ничего не работает и без того что мы посеем эти семена мы не сумеем пожать. Это один из законов кармы – нельзя пожать то, что мы не посеяли.

*И нам нужно делать это, и делать с радостным усилием. Это часть этой радости идти к свободе, к освобождению, к этому счастью которое вы можете подарить себе и всем кого вы любите, и когда это становится частью этого пути **это все, что нужно делать, это все,***

что остается делать потому, что, что еще остается делать? И человек осознающий и понимающий это – является бодхисатвой.

Моральность бодхисатвы

Мы перейдем к уроку 3. Мы переходим к тому, что изначально было на курсе 7, и мы кратко подведем ему итог. Курс 7 изучает моральность бодхисатвы, обеты бодхисатвы.

Бодхисатва

Кто такой бодхисатва?

Бодхисатва это человек выбирающий посвятить все свои силы, всю свою жизнь, всю свою энергию которая у него есть тому, чтобы стать абсолютным благословением всем существам, чтобы принести как можно больше блага как можно большему количеству людей, и как можно быстрее.

Это бодхисатва, и он посвящает этому всю свою жизнь и тренируется это делать.

И, что самое лучшее, что человек может сделать с этой жизнью? Прийти к просветлению потому, что тогда в его силах помочь всем существам одновременно абсолютным образом, в точности так как нужно каждому.

И человек встающий на этот путь тренирует себя в пути бодхисатвы, и для этого предназначена система обетов бодхисатвы.

Три системы обетов

И обычно есть три системы обетов:

1. Обеты свободы

Первая система – это то, что мы называем «обетами свободы» или «обетами личной свободы», или *Pratimoksha* – «обеты Пратимокши». И:

Это обеты предназначенные для того чтобы помочь нам освободиться от наших личных страданий, создать мир в котором у нас нет страданий, и мы делаем это через то, что обучаем себя, тренируем себя в предотвращении страданий других, в не причинении страданий другим.

И это первый и самый основной уровень морали и он очень важен.

- Десять обетов свободы

Мы их называли. Это правила, которые связаны с:

- 1. Не убивать.**
- 2. Не воровать.**
- 3. Не прелюбодействовать.** Или неподобающие сексуальное поведение, и это больше чем не прелюбодействовать, но не прелюбодействовать это первая очевидная вещь которую нужно прекратить чтобы не вредить людям.

Эти связаны с телом, и потом есть четыре связанные с речью:

4. **Не лгать.**
5. **Не говорить разделяющее,** и это включает в себя клевету, сплетни, наговоры, такого рода вещи.
6. **Не говорить грубо, не кричать.**
7. **Не говорить о не важном.**

И потом **три относящихся к сознанию:**

8. **Не завидовать.** То есть не только не завидовать но и не попадать в эту глупую ситуацию где мы не рады когда кому-то хорошо. Кто-то нашел что-то хорошее, или достиг чего-то хорошего, или удостоился признания, или его уважают, или что бы то ни было, и мы завидуем им. Мы говорим: «Они этого не достойны» и «Почему не я?» и все эти вещи, которые только заставят нас страдать, да?

Это мышление глубоко укорененное в невежество потому, что если я хочу чтобы мне было хорошо – и каждый из нас хочет, чтобы ему было хорошо – и если я не радуюсь, что кому-то хорошо то какие семена я сею? Я там, когда я слышу себя не радующейся тому, что кому-то хорошо даже в мыслях, так как ко мне может вернуться хорошее?

То есть, человек который хочет чтобы ему было хорошо понимает, что он должен задействовать антидот – что он должен научиться радоваться каждый раз когда кто-то находит что-то хорошее, и не важно кто это, даже если это мой враг, даже если это мой соперник.

Итак, это первое из трех. Второе это противоположность этому, это:

9. **Злорадство.** Это когда радуются, когда кто-то падает, когда кто-то проигрывает. Все новости по телевидению о тех кто упал, о тех кто провалился. Мы говорим: «Ой, можно послушать еще немного?» Это то как мы реагируем. У нас есть много лицемерия в отношении этой темы.

И последнее это:

10. **Само невежество – ошибочное мировоззрение** которое вообще не понимает откуда приходят вещи и поэтому ищет их в неправильном месте, и готово вредить другим чтобы их получить.

И это первый уровень «обетов свободы».

- Мирские обеты

И у них есть более сжатая версия из пяти обетов, которая в определенном смысле легче.

Есть монашеские обеты, и есть версия для тех, кто не является монахами которая говорит:

1. **Не убивать человека и человеческий плод,** то есть она сокращенная. В обетах свободы есть – вообще не убивать, здесь есть только не убивать человека или человеческий плод.
2. **Не воровать ничего ценного, ничего дорогого.**
3. **Потом из обетов неподобающего сексуального поведения здесь сокращается до не прелюбодействовать.**
4. **Не лгать.**

Эти называются «**четырьмя основными**», и это основа.

Потом добавляют еще один и это:

5. Не употреблять наркотики и алкоголь, все, что затуманивает сознание. Потому, что у человека который хочет освободиться – инструментом для освобождения является его сознание – это и инструмент который его сковывает, и также инструмент который его освобождает. Все, что затуманивает сознание действует образом противоположным освобождению. И тот кто серьезен на своем пути к освобождению откажется от всего, что задерживает его на пути.

И это первый уровень.

2. Обеты бодхисатвы

Обеты бодхисатвы – приходят на втором уровне. Они говорят – я не только обучаю себя не вредить другим и это большая тренировка, но я также тренирую себя приносить благословение ближним.

И здесь есть длинный список обетов.

3. Тантрические обеты

И на уровень выше обетов бодхисатвы – идут **тантрические обеты** цель которых такая же как и в обетах бодхисатвы, это та же самая цель, только **они делают это намного быстрее**.

Крылья к просветлению

И когда мы говорим об обетах люди когда слышат слово «обеты» склонны думать о чем-то, что ограничивает, об обязательстве, о чем-то тяжелом, о чем-то, что сейчас не позволит мне наслаждаться.

Это вообще не является идеей обетов. Это могут быть различные представления которые у нас есть или ассоциации возникающие при этом слове, но это не идея обетов.

Все вы знаете чудесного **Матье Рикара** – тибетского французского монаха. Когда он **описывает обеты**, он говорит:

«Пришли просветленные личности и дали мне крылья, чтобы лететь к просветлению быстрее».

Это обеты и **мир тех кто соблюдает обеты очень быстро меняется**. И предложение не смотреть на обеты как на что-то тяжелое или ограничивающее, а как на что-то, что может освободить вас от страданий.

Сделаем и услышим

И системам обетов личной свободы в версии монашеских обетов, и тантрических обетов не принято обучать до того как их получают. Человек сначала должен обязаться их принять и потом ему объясняют в чем он обязывается. Это означает «сделаем и услышим».

Если вы поищите, вы можете найти монашеские обеты в интернете. Вы можете послушать о морали монахов, и если там есть что-то, что вам нравится, привлекает ваше внимание, и может

быть дает вам какое-то направление чтобы очистить разные аспекты в вашей жизни, это может быть очень полезным и очень освобождающим потому, что это их цель – освободить.

В противоположность этим двум системам (*обетам свободы и обетам бодхисатвы*) **тантрические обеты тайные и их получают только после тантрического обучения.** Несмотря на то, что мы здесь не очень сдерживаемся, мы капаем их понемножку, вам не говоря. Это сеет семена.

Обеты бодхисатвы

Обеты бодхисатвы отличаются. Можно и желательно обучать им прежде чем их дают. Можно, и желательно, и мы говорим, что даже обязаны это делать. То есть, **тот кто хочет принять обеты бодхисатвы обязан сначала изучить в чем он обязывается** – это то, как мы делаем. И не все делают это так, и фактически геше Майкл был первопроходцем на западе в обучении обетам бодхисатвы.

И многие ламы дают их не объясняя их. Иногда лама проводит какую-то тибетскую церемонию и люди даже не знают, что получили обеты бодхисатвы. И такие обеты, когда вы даже не знаете, что их приняли - не слишком полезны.

И геше Майкл построил этот курс. Часть основана на великом Чже Цонгкапе, часть на другом писании которое на определенном этапе было уничтожено и нашли его отрывки – нашли его разобранном на отрывки, собрали его, перевели, и это материал курса номер 7 значительная часть которого основана на этом писании.

И это не все, что есть сказать на эту тему. Есть чудесная книга Master Asanga которой еще нет не только на иврите, но и на английском. И это большая работа. И из-за этого стоит изучать тибетский потому, что кто знает успеют ли для вас все вовремя перевести, когда вам это понадобится.

Образ жизни бодхисатвы очень потрясающий, он очень исключителен.

В обетах бодхисатвы спрятаны все шесть совершенств, о которых мы немного говорили, которые человек стремится развить в себе на пути к просветлению. Эти совершенства характеризуют бодхисатв, людей любящих других больше чем себя и которые готовы проживать так свои жизни.

Обеты бодхисатвы также включены во все тантрическое обучение. То есть они являются частью тантрического обучения.

Есть более низкие и более высокие тантры:

- **В более низких тантрах обеты бодхисатвы иногда являются тантрическими обетами.**
- **В более высоких тантрах – есть еще уровень над этим.**

И как было сказано, они очень важны. И:

1. Мы сказали, что **их обязаны изучать прежде чем их получают.** Мы не можем здесь покрыть все учение. Для этого нужен курс 7 и он весь на сайте благодаря большим усилиям многих помогавших людей – большое вам спасибо – которые редактировали файлы, транскрибировали, редактировали еще раз, и это было большой работой. И нужно их изучать.

2. Потом **нужно их принять**.
3. Этого не достаточно. **Для того чтобы ваша жизнь изменилась нужно их соблюдать, нужно их практиковать.**

Практика обетов

И здесь у нас есть шестьдесят четыре обета, и когда начинают их в деталях перечислять, их в сущности намного больше, и есть также дополнительные обеты которые не входят в шестьдесят четыре и они также идут вместе с обетами бодхисатвы.

Есть большая группа обетов и это не просто их изучать, и разумеется привыкать к ним, вводить их в свою жизнь, и проживать свою жизнь из этих обетов, и очень-очень важно следить за ними в дневнике.

Для тех кто еще никогда этого не видел, вот пример дневника благодаря усилиям Дуду который их напечатал. Большое спасибо, Дуду. Еще одна из заслуг Дуду.

(Аплодисменты)

И вы видите здесь, это день, день в дневнике. И здесь у вас есть лист поделенный на шесть клеток, и вы каждый день каждые несколько часов вы открываете его и следите за одним обетом. В каждой клетке вы записываете один обет, и раскрываете дневник каждые два-три часа, и следите только за одним обетом. И это только за предыдущие два часа, или с тех пор как вы в последний раз открывали дневник потому, что иначе вы не будете помнить.

Пример дневника:

Воровать - хранить (2) 10:30 имущество	+	Убивать - хранить (1) 8:30 жизнь	+
	-		-
Сделать:		Сделать:	
Лгать - говорить (4) 15:00 правду	+	Прелюбодействовать (3) 12:30 - подобающее сексуальное поведение	+
	-		-
Сделать:		Сделать:	
Грубая речь - (6) 19:00 приятная речь	+	Разделять людей - (5) 17:00 сближать людей	+
	-		-
Сделать:		Сделать:	

И основная идея это следить за тем, что происходит в вашем сознании относительно этого обета, и это позволяет вам выучить этот обет.

И идея здесь **не судить себя** потому, что поначалу, где мы и где обеты – это берет время, и не нужно судить себя – нужно использовать это как инструмент для тренировки, как инструмент для практики обетов и как инструмент который помогает нам видеть, что действительно происходит в нашем сознании.

Потому, что все мы намереваемся быть хорошими, иначе нас бы здесь вообще не было, верно?

У всех у нас есть общее намерение быть хорошими, но общего намерения быть хорошими не достаточно. Оно не освобождает иначе каждый кто намеревается быть хорошим был бы уже просветленным. Этого не достаточно. Это должно быть намного более систематическим, намного более систематическим.

Итак, это очень серьезный инструмент для исследования который может взять вас через очень длинный путь к свободе, к просветлению.

Я сейчас не буду рассказывать о дневнике, я это сделаю в другой раз, но за обетами следить очень-очень важно.

И учение также очень важно. Если вы только принимаете эти короткие формулировки обетов, иногда вообще не ясно, что это за обет – написано: «Не свидетельствовать наоборот». Что такое «не свидетельствовать наоборот»? Это не лгать относительно духовных достижений. Не говорить: «Я видел пустоту напрямую» если я не видел пустоты напрямую – к примеру. Или, что «у меня есть бодхичитта», если ее нет. Это очень важно.

И для этого нужны комментаторы и в переводе на иврит это уже лучше, мы уже включили эти знания из комментария в перевод этого обета.

Бодхичитта

Мотивация принять обеты бодхисатвы это бодхичитта. Что такое бодхичитта? Бодхичитта – это развитие, эволюция сострадания. Когда мы практикуем сострадание и приводим его ко все более высоким уровням, к пику его развития оно превращается в бодхичитту.

Иногда вы хотите сделать комплимент кому-то, кто является очень хорошим человеком и делает в мире много хорошего, и вы говорите: «он бодхисатва». Это очень не точно потому, что:

Не каждый, кто делает много хорошего в мире является бодхисатвой, и бодхисаттва может быть бодхисатвой без того, что его деятельность каждое мгновение будет проявляться наружу. Важно понять, что бодхичитта не то же самое, что доброе сердце. И это также не то же самое, что сострадание и любовь. Это более высокий уровень этих двух вещей.

Определение бодхичитты

И определение бодхичитты которое было дано лордом Майтрейей – повторите за мной:

**Semkyepa ni shendun chir
Yangdak dzokpay jangchub du**

Это короткое определение бодхичитты.

Jangchub – это слово для просветления.

Do – это стремиться.

Dzokpa – это полное.

Yangdak – это абсолютно, абсолютно полное,

Итак, **стремиться к полному просветлению, или к абсолютно полному.**

И сейчас если мы вернемся к строке над этим:

Shen – это **ближние, это другие.**

Shen dun chir вместе – это **ради ближних.**

И **Sem** – это **мысль или сознание.**

Кье – это **что-то, что пробуждается, или Куера.**

И **Semкьера** – это **пробуждающееся сознание, или поднимающееся в нас сознание, поднимающаяся в нас мысль** которая стремится привести нас к просветлению ради других, ради всех существ.

И мы перевели это на иврит как:

«Стремление прийти к полному просветлению ради всех существ».

Стремление прийти к полному просветлению ради всех существ.

Начинают с малого

Бодхисатва начал с маленьких добродетельных действий.

Мастер Шантидева который является принцем бодхисатв, он большой мастер в жизни бодхисатвы, король бодхисатв – он говорит: «Ты начинаешь с даяния морковки, ты начинаешь с даяния овощей, ты начинаешь с даяния на уровне на который ты сейчас способен, и с которым ты хорошо себя чувствуешь». **Потому, что важно, чтобы даяние было от всего сердца потому, что иначе у кармы нет силы.**

И мы начинаем с даяния и оно постепенно усиливается, и это даяние не только вещей. Это также даяние любви, даяние защиты, даяние дхармы.

И бодхисатва не ограничивается даянием еды, защиты, утешения, или любви людям.

Бодхисатва говорит: «Я хочу не только помочь людям, которые уже страдают, я хочу чтобы они вообще не страдали. Я хочу привести себя в состояние в котором в моей жизни больше не появляются страдания».

О! Это намного большая работа, чем дать кусок хлеба голодному. Намного большая. Потому, что **если я понимаю, что все, что появляется в моем мире приходит из моего сознания, из этих маленьких картинок о которых мы говорили которые сидят в моем сознании и которые создались через ментальные записи которые я туда положила благодаря моим действиям в мире, моим действиям в мире, мыслям, и словам – если я сейчас это понимаю то я понимаю, что в случае если в моем мире появляются страдания – мне нужно очистить свое сознание.**

И бодхисатва чье сострадание к страдающим велико и который не может вынести того, что люди страдают от боли говорит: «Я посвящаю всю свою жизнь, я ставлю на кон все чтобы привести себя к просветлению, чтобы в моем мире не было страданий». Это абсолютная эволюция сострадания, сострадания которое не может вынести ни одного мгновения одного страдающего существа.

И все живые существа все время страдают,

- Они находятся в данный момент или в острых страданиях, когда сейчас что-то очень болит физически, ментально, или душевно,

- Или это в пути, когда мы находимся между этими двумя событиями.

Посмотрите! Найдите исключение. Или мы сейчас на пике боли, или скоро на нем будем, или мы в промежутке.

И бодхисатва это понимает. Он понимает это глубоко. Он не будет беспечно сидеть до тех пор пока не выйдет из этой ситуации, до тех пор пока не выйдет из сансары, из той ситуации где ментальные омрачения и карма навязывают нам переживать то, что приходит, и это не всегда хорошее.

И это определение бодхичитты.

Два уровня бодхичитты

И у нас есть **два вида церемоний** для людей которые хотят принять эти обеты:

1. Бодхичитта на уровне желания

Первый вид церемонии это когда человек говорит: «Я понял! Я хочу посвятить свою жизнь этой теме. Я хочу чтобы моя жизнь была для уничтожения страданий всех существ и я обязуюсь тренировать свои мысли в этом направлении». И это много, это много. **Привыкнуть думать, что я как можно быстрее хочу прийти к просветлению ради всех существ и посвятить этому свою жизнь.**

И это один уровень.

В прошлом было принято принимать эти обеты, и потом год ожидали следующего уровня.

2. Бодхичитта уровня действия

Следующий уровень это уровень **обязательство действовать как бодхисатва**. Не только думать как бодхисатва, но и действовать как бодхисатва. То есть я сейчас обязуюсь тренироваться в обетах бодхисатвы; **изучать их, принимать их и тренироваться быть в них хорошей**, и это много работы. Много работы.

И как было сказано, было принято проводить церемонии с перерывом в год, но на сегодняшний день принято это делать на одной церемонии. В церемонии могут участвовать разные люди когда один принимает это на уровне мысли, а другой на уровне действия, и на церемонии они говорят одни и те же слова, они говорят «я обязуюсь» но думают они о том в отношении чего обязуются, и этого достаточно.

И вы приглашены. Будет церемония обетов бодхисатвы. Этого курса (*курса 17*) не достаточно для знаний об обетах.

- Если вы прошли курс 7, выполнили домашние задания и хотите принять их на уровне действия – чудесно.

- Если вы еще не проходили этот курс или проходили, но еще не готовы и хотите принять их на

уровне мысли – это также чудесно.

Если и не то и не другое - вы можете прийти и наблюдать за церемонией. Это также чудесные семена. Это тоже хорошо.

Обеты свободы являются необходимой основой для обетов бодхисатвы

До церемонии обетов бодхисатвы будет церемония принятия обетов прибежища и обетов свободы на уровне пяти мирских обетов для тех, кто не является монахом, и на уровне десяти обетов свободы – которые идут вместе с обетами прибежища.

Мы говорим, что **для того чтобы обеты бодхисатвы работали сначала нужно обязаться на уровне обетов свободы потому, что абсолютно не логично если человек говорит: «Я обязуюсь действовать чтобы принести благо всем существам» если он не готов обязаться в том, чтобы не вредить всем существам.** Это не будет работать.

И несмотря на то, что это не абсолютное требование, не пойдут проверять или у вас есть удостоверение того кто принял обеты прибежища, сильная рекомендация – сначала принять уровень обетов прибежища и мирских обетов – для тех кто не является монахом или для тех, кто да монах.

Великий Чже Цонгкапа, произнесите:

Je Tsongkapa

Его годы жизни 1357-1419 – это когда он жил на Тибете. Он был потрясающим духовным человеком, великим, с потрясающими осознаниями с очень молодого возраста, может быть он самый великий из всех кто когда либо был на этой планете. Он будет одним из будущих будд. Не следующим, говорят одиннадцатым. **Большая часть учения которое мы получим основана на комментарии Чже Цонгкапы, и также большая часть всего нашего учения основана на Чже Цонгкапе потому, что он был таким громадным гением.**

И во времена Чже Цонгкапы было распространено мнение, что так как мораль бодхисатвы более высока чем мораль обетов свободы – и это верно, это верно она более высока, это тема приносить благо ближним в противоположность только предотвращения страданий. Это верно – и, что тому кто обязуется в более высоком уровне уже не нужно много заниматься более низким уровнем, он может идти напрямую к более высокому уровню.

И об этом **Чже Цонгкапа** сказал, что:

«Это мнение – похоже на большой град уничтожающий весь урожай».

Какой урожай? Ты можешь принести благословение другим. Это урожай.

Эта идея, что мне не нужно обращать внимания, к примеру, на «не лгать»; что если я выполняю обеты бодхисатвы то это нормально лгать – и он говорит: «Это разрушит весь урожай который может создать бодхисатва, все благословение которое он может принести миллионам людей в мире».

Фактически ни обеты бодхисатвы, и не тантрические обеты не работают, они не будут работать, в них нет смысла без первого уровня обетов свободы.

И можно сказать также и наоборот;

Тот кто соблюдает обеты свободы, первый уровень обетов действий телом, в речи, и в мыслях, тот кто соблюдает это тщательно, с большой тщательностью на протяжении времени чистым образом – с ним начнут происходить тантрические переживания даже без того, что он будет знать, что это они. Даже только от этого он начнет встречать другую реальность.

Много лет тому назад, когда моя дочка была маленькой она была больна и мы искали лекарство от боли и нашли веганского врача, и она посоветовала нам перейти на вегетарианство. И мы придерживались не только вегетарианства, в тот период мы были веганами, и действительно дочка вылечилась, но через это мы стали соблюдать вегетарианский режим. И появилась тема страданий животных и сострадания к ним, и тогда из-за этого аргумента я соблюдала вегетарианство на протяжении десятков лет.

Каждый раз когда мне кто-то предлагал мясо и я отказывалась сразу же появлялась мысль о страданиях животных и сострадания к ним. И в сущности я практиковала уважение жизни на этом уровне, не принимая обета, не зная ничего об «обетах», «буддизме», и «дхарме». Я просто практиковала сострадание в отношении животных, и это форма уважения жизни на протяжении десятков лет. Один обет и я его даже не принимала. И это то, что привело меня к моим учителям.

И если вы соблюдаете десять – и я не соблюдала десять, я соблюдала только один, а во всех остальных я была как все – **если вы соблюдаете десять обетов и соблюдаете их тщательно на протяжении определенного отрезка времени - в вашей жизни произойдут чудеса.** Другие обеты уже придут. Вы уже встретите остальные обеты и остальных учителей, и захотите подняться на следующие уровни.

Кто может давать обеты?

- **Они могут быть монахами, и могут не быть монахами.** Лучше если они монахи, но они не обязаны быть монахами.
- **Еще лучше если вы можете подарить себе также уровень тантрических обетов, и это более широкая часть отношений с этим человеком.**
- **Это может быть мужчина или женщина.**
- **Важно чтобы они сами хорошо соблюдали свои обеты.**
- **Очень важно чтобы у них была мотивация бодхисатвы.**
- **Чтобы они знали эту церемонию, это учение, и эти обеты.**
- **И чтобы у них был интерес и желание продвигать учеников по духовному пути.**
- **Они сами должны быть свободными от влечений, и так далее.**
- **Они сами должны быть людьми уважающими обеты;**
- **Не выходящими легко из себя, кто не затаивает зла, кто сдерживает гнев.**
- **Которые с радостью прилагают усилия для совершения хороших дел.**
- **Они должны иметь хорошую медитативную способность, хорошую способность к концентрации.**
- **И нужно чтобы у них было понимание большого пути махаяны, пути сострадания и совершенства мудрости.**

И короче – чтобы у них были хорошие духовные качества, и чтобы у них было большое уважение к этому пути и к вам как к ученикам.

Кто может принимать обеты?

- **Самое важное для того кто пришел получать обеты это то, чтобы у него была склонность быть сострадающим.** Вам нужно быть видом человека который когда в школе делали опыты над лягушками был потрясен и может быть убежал из класса. Вам нужно быть тем, для кого эта склонность сострадать естественна. Тем кто плачет когда слышит в новостях, что начинается война, что люди страдают, и их убивают. С этим нужно прийти, на протяжении одной жизни это развить очень тяжело. Фактически если вы здесь - значит есть хорошие шансы на то, что вы уже это развивали на протяжении многих перевоплощений.
- **Нужно чтобы у вас было влечение к духовным вещам;** нужно чтобы у вас был интерес к духовным практикующим, к духовным учителям, к большой святости. Это семена с которыми приходят.
- В дополнение к этому разумеется, **в дополнение** к этой склонности сострадать **нужно знать обеты,**
- **И нужно приходить с намерением их соблюдать и следить за их наблюдением.**
- **И до этого тренироваться в соблюдении обетов свободы.**

Нарушение обетов бодхисатвы

Может быть я скажу несколько слов и мы вернемся к этому немного позже.

Нарушить обеты бодхисатвы не малое дело. Их нарушить не легко. И в этом нам повезло. Их вообще не легко нарушить. Нужно чтобы был целый ряд условий которые должны быть и почти невозможно, чтобы все они были чтобы было можно сказать, что вы их нарушили.

Человек который принял обеты бодхисатвы и их нарушил – и это значит их потерял – если нарушают один из основных обетов обеты бодхисатвы теряют – но **человек потерявший их может принять их снова.** Обеты бодхисатвы с этой точки зрения очень великодушны. Можно принять их снова через час, но **это не большое утешение потому, что это уже не возвращается к тому же уровню.**

И тот кто их нарушил, в особенности если нарушил основные обеты – то, что мы называем «падением» *(в противоположность вторичным обетам – там мы это называли нарушениями).*

Тот кто совершает падение потом если хочет может обновить обеты бодхисатвы, но в этой жизни они уже не сумеют увидеть пустоту напрямую.

И это большое наказание. Очень большое. Потому, что это значит, что нельзя знать сколько времени они продолжат крутиться и страдать в сансаре.

Вступительная четверка

Среди обетов бодхисатвы у нас есть восемнадцать основных обетов и еще сорок шесть вторичных обетов, и потом есть еще несколько списков дополнительных обетов. И разумеется у нас нет времени все это проходить, к нашему счастью у нас есть курс 7 который их проходит, и

здесь я только кратко скажу о первых четырех.

И четыре первых – каждый из них состоит из двух, и это в сущности восемь обетов, но есть традиция называть их четырьмя.

1. Хвалить себя и осуждать других

И это первый. Произнесите:

Dak-tu shen-mu

Тибетцы делали сокращения чтобы они могли легко это вызубрить, и мы пошли по их следам и в нашем переводе сделали его таким с дополнением чтобы его легко было запомнить.

Dak – это я.

И **Tu** – это **восхвалять**.

Shen – это **ближние**.

И **Mu** – это осуждать или **критиковать**.

Итак, **Dak Tu Shen Mu** – мы перевели как «**хвалить себя и осуждать других**». Это первый обет.

И здесь есть две части:

а. Первая это **хвалить себя**.

б. И вторая это **осуждать других**.

Сейчас это основные обеты бодхисатвы. Есть восемнадцать основных обетов и сейчас мы проходим только четыре из них. **Основные обеты намного более значимы чем вторичные обеты. Они намного важнее с точки зрения кармы которая накапливается благодаря им.**

И у обетов бодхисатвы есть огромная сила привести нас намного в лучшее место, и человек который принимает эти обеты разумеется хочет тренировать себя их не нарушать. **И это первый среди основных обетов. И это значит, что он самый важный.**

И если бы действительно было так, что каждый раз когда я себя хвалю я бы нарушала этот обет то я в большой беде, тогда бы я никогда не сумела помочь всем существам.

Минутку, так, что каждый раз когда я себя хвалю я совершаю падение?

Нет. Не волнуйтесь.

Комментаторы говорят, что под «хвалить себя» подразумевается что-то очень специфическое. **В особенности это подразумевает учителей таких как я и вы, которые обучают духовному учению и осуждают или критикуют других учителей чтобы удостоиться уважения, учеников, подарков, подношений, и из различных мотиваций которые разумеется у бодхисатвы быть не должно.**

И если я критикую другого учителя и говорю: «Приходите ко мне, я обучаю правильно. Не идите к другому учителю, он обучает не хорошо» чтобы удостоиться уважения, почета, или такого рода вещей, я тогда нарушаю этот обет.

И это должны сопровождать условия о которых мы скоро поговорим. Чтобы это было падением должны присутствовать четыре условия которые сопровождают то, что я делаю. И специфически здесь речь идет о том, что я привлекаю к себе учеников потому, что хочу удостоиться уважения, даров, или такого рода вещей.

У этого есть исключения.

- Потому, что все учение о пустоте настолько критично и настолько необходимо потому, что оно является тем, что освобождает.

- И потому, что в нашем мире к сожалению есть так много не понимания пустоты, и это из-за наших семян заставляющих нас видеть мир в котором есть много невежества, и много непонимания самой важной темы.

- И если у меня есть хорошее понимание пустоты или если я искренне верю, что у меня есть хорошее понимание пустоты,

- И если я слышу кого-то и искренне верю, что они дают не правильное объяснение пустоты, даже если они не намереваются давать не правильного объяснения. Может быть они не осознают, что дают не правильное объяснение, но я да осознаю, что они дают не правильное объяснение, и таким образом они вводят в заблуждение своих учеников, их ученики никогда не сумеют освободиться –

- Тогда мой долг встать и что-то сказать.

Не на личном уровне. Мой долг встать, и может быть начать дебат с этим человеком, может быть даже публичный дебат чтобы люди увидели важность этого.

Но это выходит за рамки первого.

Другие причины, потому, что я хочу уважения – это падение. Когда мы вредим хорошим духовным традициям или духовным учителям с каким-то личным интересом, здесь подразумевается это.

Это правило косвенно нам говорит, что мы обязаны уважать другие традиции и других учителей.

Потому, что как мне удастся преуспеть на своем духовном пути, если я не уважаю духовные традиции помогающие людям?

И разные духовные традиции помогают людям на том уровне, на котором они находятся. Все духовные традиции которые сегодня есть в мире которые достойны своего имени – потому, что есть и вредящие традиции, но речь о тех которые достойны своего имени – которые кому-то помогают, люди которые придерживаются этой религии или этой традиции пользуются ей, и если я порочу это, врежу этому, или клевету на это я не позволяю этим людям идти духовным путем, я не позволяю этим людям взять то, что их поддерживает. И это заставит меня не преуспеть на духовном пути.

И косвенно:

Этот обет в сущности является обетом религиозной терпимости, духовной терпимости.

Он очень-очень важен. Это первый обет бодхисатвы. **Большое уважение к духовным путям.**

И это первое.

2. Не давать дхарму или материальные вещи

Второе, произнесите:

Chu nor mi-ter

Chu – это **дхарма**.

Nor – это **материальные вещи, деньги**.

Mi-ter – это **давать**.

И на иврит мы это перевели как: **«Не давать дхарму и материальные вещи»**.

И здесь пример это когда кто-то в нужде, приходит к вам и просит помощи, предположим просит денег, и у вас они есть, и они могут прийти только к вам, вы их единственное спасение. Вы обязаны им дать. В этом обете написано, что вы обязаны им дать.

- **Если вы их единственное спасение, если вы их прибежище.**
- **И если у вас есть то, что им нужно.**

Вы не можете не дать им деньги из-за того, что вы хотите счет в банке определенного уровня, и не меньше этого. Это будет нарушением обетов бодхисатвы.

И это не только деньги, это также и дхарма. Если кто-то пришел и искренне просит у вас дхармы - вы должны дать им дхарму.

Разумеется, когда вы войдете в курс 7 вы увидите, что есть **исключительные ситуации**, к примеру может быть вы уже обязались сделать в это время еще большее даяние. Есть исключения, все это в рамках логики.

Кто не даст дхармы когда у него ее просят?

Я что-то знаю. Она что-то не знает. Она просит у меня эти знания, а я говорю: «Аа! Я хочу сохранить какое-то превосходство». Я развиваю какое-то собственничество в отношении своих духовных знаний. Или потому, что я может быть хочу быть единственной кто об этом знает – я хочу удержать какую-то силу через сохранение информации. Мы знакомы с этим, верно? И здесь это будет нарушением.

Это для меня духовная трагедия. Прежде всего для меня! Потому, что она может быть найдет кого-то другого кто ее научит, но **если я развиваю такое отношение я не позволяю прийти ко мне дхарме потому, что то, что карму получения учения сеет - даяние учения.**

3. Отказываться слушать извинения

Третье, произнесите:

Shak kyang mi-nyen

Shak – это сокращение от **Shakpa**.

И **Shakpa** это **раскаяние**, и здесь это идет в смысле извинения.

Kyang – это **несмотря на**.

И **Mi-nyen** – это **не слушать**.

Короче – кто-то вам навредил и заметил это, и он раскаивается в том, что сделал и приходит искренне извиниться, но вы сердитесь и не хотите его прощать. «Не хочу с тобой говорить!» Здесь это будет нарушением.

И как бодхисатва если кто-то искренне извиняется вы обязаны принять эти извинения и спуститься с дерева, на которое вы забрались. Да, немедленно. Даже если это тяжело.

И это тренировка. Это тренировка.

Обеты бодхисатвы будут хранить нас от многого вреда.

К примеру, я понесла ущерб. Сейчас я затаила злобу. Этот обет заставляет меня отказаться от злобы. Кто выигрывает от этого? Прежде всего я.

Разумеется, вы должны ценить, **что они искренне собираются извиниться**. Что они искренни в своих извинениях.

И здесь есть также комментаторы, которые интерпретируют это немного по-другому, кто говорит, что если кто-то приходит с какими-то духовными знаниями которые они дают вам с большой искренностью и вы отказываетесь слушать – это будет нарушением. И это другая интерпретация этого обета.

Итак, у каждого из четырех первых обетов есть две части:

1. И в первом это было – хвалить себя, осуждать других, это две части.
2. Во втором это было – не давать дхарму или не давать материальные вещи, это две части.
3. В третьем есть вторая часть, которая не написана, и это – кого-то бить.

Итак, **вторая часть третьего это кого-то бить**.

И это не только бить – это каждое физическое прикосновение без намерения принести благо. Каждое физическое прикосновение с не хорошим намерением, даже если это не удар. Прикосновение, в котором нет хорошей мотивации.

4. Пренебрегать путем махаяны

И четвертое, произнесите:

Tekchen pongwa

И **Tekchen** это тибетский.

Chen – это **большой**.

Tek – это **колесница**.

Mahayana – на санскрите.

Maḥāyāna – большой путь, большая колесница.

Это название того, что мы называем «путем сострадания» – этого пути бодхисатвы который хочет принести благо не только себе, но также и другим. Который хочет освободить от страданий не только себя, но также и всех остальных. Это махаяна.

И почему она Маха (значение слова Маха на санскрите «большой»)? Потому, что большой ее объект.

Практикующий того, что мы называем «узким мировоззрением» или «сокращенным путем» - сконцентрированном на себе - хочет прекратить страдать. И это хорошо, но есть что-то еще лучше, и это предотвратить и свои страдания, и также освободить от страданий всех других.

Итак, наше мировоззрение широкое. Мой объект большой. Я хочу освободить от страданий весь мой мир, и кармы там намного сильнее и это идет вместе с совершенством мудрости, вместе с глубоким пониманием пустоты.

Это **Tekchen**.

Pongwa – означает пренебрегать.

Отказываться от махаяны.

То есть отказываться от этого широкого мировоззрения, отказываться от пути сострадания, отказываться от работы ради всех существ, от практики ради всех существ.

И это первая часть.

Вторая часть этого обета, которая там не написана это «обучать не правильной дхарме, обучать ошибочной дхарме».

И здесь это учение очень-очень важно, в особенности в наше время с интернетом, со средствами массовой информации, и с легкостью написания и распространения информации потому, что в наше время очень легко распространить ошибочную дхарму благодаря тому, что средства общения и связи настолько легки.

И когда вы обучаете дхарме, и я надеюсь, что вы будете обучать дхарме если вы еще ей не обучаете вы можете начать давать свою интерпретацию или свое понимание которое вы не проверили, и не сравнили – и это уже не совсем подлинно, вы уже ввели что-то от себя прежде чем сверили это со своим ламой и со своей традицией. И потом ваши ученики будут делать то же самое. И происходит то, что через два-три поколения, может быть через пять поколений это учение уже нельзя узнать, оно уже теряет свою силу, оно уже не может привести людей к просветлению. И:

- Очень-очень-очень важно сохранять подлинность того учения которое вы даете.

- Вам также нужно чтобы учение которое вы получаете приходило из подлинной линии передачи.

Это очень важная проверка которую должен сделать ученик до того как он предается учению: чтобы учение которое он получает приходило из совершенно подлинных мест, и от учителей которые получили это от своих учителей которые в свою очередь получили это от своих учителей,

и чтобы линия передачи была непрерывной, полной и чистой.

Учение должно быть подлинным...

Очень тяжело линии передачи сохранить чистыми. Многие линии передачи искажаются и тогда:

Линия передачи искажается, она исчезает из мира потому, что она теряет свою силу но по пути пока она еще не исчезла она причиняет много вреда потому, что она заставляет людей отклоняться от пути который может их освободить.

И это важно и сюда очень легко упасть.

Если вы к примеру зайдете в курс 7, в обеты бодхисатвы вы увидите обеты в отношении которых вы может быть не совсем поймете зачем они необходимы. Вы скажете: «О! Это было в древние времена, сегодня нам это не нужно».

Это должно сразу же зажечь у нас красную лампочку потому, что будды спустившие это являются святыми всезнающими личностями. Они не дадут чего-то, что нам не подходит. Они могут дать что-то, что на данный момент мы не поймем, что слишком большое для нас, и мы это может быть сейчас не поймем. Но:

Очень важно когда мы чего-то не понимаем это не критиковать, не принимать решение, что это не важно.

Потому, что это естественная человеческая склонность – если я не понимаю, я просто оставляю это и решаю, что это не важно.

Вы можете сказать: «Ок, сейчас я это не понимаю, я сохраню это и потом вернусь к этому снова. Может быть я пойму это позже». И может быть, я буду исследовать и проверять. И так далее, но ни в коем случае не нужно говорить: «Это не важно», о чем-то, что сказано просветленной личностью.

Пример – алкоголь. Многие люди говорят: «Я хочу принять мирские обеты, но от рюмочки за едой я отказаться не могу, поэтому сделаем скидку».

Нет! Мы не можем делать скидок. Если ты серьезен на пути к просветлению ты не можешь делать что-то, что замутняет сознание. Ты не можешь сейчас создать новую линию передачи, которая дает четыре мирские обета, а не пять мирских обетов. **Нельзя исказить дхарму.**

Ринпоче умолял нас на каждом уроке: «Не вносите в дхарму ничего нового».

...И она должна даваться на языке и в подаче которые подходят ученику

То, что да важно сделать – это принести дхарму на языке, который подходит вашей аудитории; на их языке, подходящим для их культуры, для терминов с которыми они знакомы. Это да важно сделать и задача учителей сделать это без изменения даже одной точки в оригинальности учения. И это большая ответственность.

- И с одной стороны нельзя упускать ни одной части,

- С другой стороны не добавлять частей от себя, которые вы сейчас определяете как дхарму.

Это очень-очень опасно. Итак, не искажать дхарму.

- И в определенном смысле **если вы ленитесь и не подбираете подходящего языка и определений для вашей аудитории, вы в сущности искажаете дхарму**. Даже если вы зачитываете прямо из книги профессора и там все верно но вас никто не понимает, или вы говорите незнакомыми для аудитории словами они не поймут то чему вы обучаете и тогда в сущности вы привели к косвенному искажению. И:

Как учителям очень важно принять ответственность за то, чтобы вы передавали эти знания в точности, целыми, в форме которая будет понятной для вашей аудитории.

И это наша задача. Потому, что дхарма на западе относительно нова, и это пришло через профессоров в университетах...

Тексты на тибетском очень красивы, они чудесны в своей красоте, и в точных отточенных формулировках, и они полны мудрости и любви. Но пришли люди которые не обязательно хорошо понимали тибетский или учение стоящее за этим языком, и часто можно увидеть книги которые вообще нельзя прочесть.

И когда мы обучаем очень важно чтобы мы говорили в форме которую понимает наша аудитория, когда люди понимают то, чему мы их обучаем, чтобы они могли правильно это применить. Это очень важно как для учителей.

И это в отношении четырех обетов, и на этом мы расстанемся с этим списком.

Два основных обета, которые очень легко нарушить и поэтому они обязывают к особой осторожности

Есть два обета бодхисатвы, которые легко нарушить.

Мы сказали, что большинство их нарушить тяжело, и мы поговорим об этом больше, но есть два которые нарушить очень легко и если их нарушают – мы совершаем падение, мы теряем обеты бодхисатвы и портишь себе шансы увидеть пустоту напрямую в этой жизни. Познакомиться с ними очень важно и это обеты номер девять и номер восемнадцать.

1. Ошибочное мировоззрение

Номер девять, формулировка которая там написана: «Ошибочное мировоззрение».

«Ошибочное мировоззрение» - на тибетском называется **Lokta**. Произнесите:

Lokta

Это очень важно.

Та – это мировоззрение.

И **Lok** – это **ошибочное, не правильное.**

Ошибочное мировоззрение.

И **ошибочное мировоззрение** это к примеру когда кто-то принимает мировоззрение, **которое не понимает причинно следственные связи кармы, законы кармы**. Которое не понимает того, что к чему приводит. Которое говорит: «Черт с ней со всей этой теорией, я не понимаю этого, мне это не нравится, я делаю то, что хочу. Никто видит значит я могу скрывать налоги, никто меня не

поймает, это нормально». Или «Я могу лгать, чтобы получить хорошую оценку, или копировать». Когда кто-то приходит и говорит: «К черту всю эту теорию».

И это не то, что у вас есть проходящее сомнение, а когда есть какое-то осознанное намерение. Вы об этом думали, проверяли и решили: «Хватит с этими глупостями! Хватит с этими законами кармы!» И вы в такой можно сказать злости решаете, что вы это бросаете, и решаете принять мышление пренебрегающее этими законами кармы и пустоты. И это называется «ошибочным мировоззрением».

И если вы это сделали - вы совершили падение. И не нужны все сопровождающие четыре, о которых мы поговорим позже. Достаточно того, что вы это делаете, достаточно того, что вы осознанно, спокойно, холодно это решили – и вы потеряли обеты бодхисатвы.

И снова – у нас может возникнуть какое-то сомнение: «Мне сегодня не хочется». Подразумевается не это. **Подразумевается, что вы принимаете осознанное, взвешенное, спокойное решение пренебречь причинно следственной связью кармы. И тогда возникает проблема.** Тогда вы создаете себе проблему. И это первое.

2. Отказ от стремления

Второй обет который если вы нарушаете то теряете обеты бодхисатвы это обет **номер восемнадцать**, и обет номер восемнадцать говорит об **«отказе от стремления к просветлению»**.

Произнесите:

Semtong

И **Sem** в общем – это **мысль**, но здесь это **Sem** это – **Semkye**, и это **просыпающая мысль** которая подразумевает бодхичитту. И это Sem это сокращение большего выражения, которое подразумевает бодхичитту.

Tong – это **пренебрегать, отказываться**.

Итак, **отказываться от стремления к просветлению**.

Отказаться от стремления к просветлению – о чем это говорит? Что такое стремление к просветлению? Что делает бодхисатва?

Бодхисатва тренирует себя к приходу к просветлению ради других, чтобы предотвратить страдания других. И здесь вы отказываетесь от того в чем вы раньше обязались. Раньше вы приняли обеты и обязались жить свою жизнь как тот, кто тренирует себя стать благословением для всех существ и делать то, что может, все, что может чтобы как можно быстрее освободить других от страданий. И здесь вы говорите: «Я отказываюсь. Делайте, что вы хотите».

Короче я говорю: «Я плюю на них. Я плюю на их страдания». Я решаю снова вернуться к какому-то эгоистическому образу жизни.

Когда вы принимаете это мировоззрение – снова, взвешенным и рассчитанным интеллектуальным образом, когда вы проверили и решили, что вы сейчас переходите на эгоистическое учение – и такие учения есть – если вы это делаете – вы потеряли эти обеты.

Бодхисатва действует, чтобы как можно быстрее любой ценой прийти к просветлению в этой

жизни потому, что понимает, что все страдания всех существ зависят от него, так как все они его проекция.

Каждый из нас полностью проецирует весь свой мир, и каждый из нас полностью ответственен за свой мир; создает свой мир и ответственен за него.

И бодхисатва который глубоко это понимает делает все, что в его силах чтобы очистить себя для того чтобы очистить свой мир. И откуда может прийти это падение, падение в противоположное направление? Из старых мелодий которые проигрываются у нас, которые мы впитали из нашей культуры и привычек, и вдруг поднимается такая мелодия, наступает тяжелое время и может быть нам тяжело эмоционально, морально, финансово, или чтобы это ни было, и мы говорим: «Хватит! Сейчас я собираюсь позаботиться о себе».

И вы говорите это не просто в момент слабости а когда сидели, думали, проверяли, и решили, что сейчас вы принимаете мировоззрение отказывающееся от стремления к просветлению. И тогда вы теряете обеты бодхисатвы.

(Мандала)

(Посвящение)

Курс АСІ 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 4

(Мандала)

(Прибежище)

Мы на уроке 4, и урок 4 продолжает тему **обетов бодхисатвы**.

Раскрывающиеся семена

Я хочу написать вам слово на тибетском. Что написано до сих пор?

Из зала: Bakchak.

Хорошо, хорошо, хорошо! Это только чтобы привести вам пример семян в действии.

Недавно Йорам и Дорит сказали: «Мы сделаем словарь тибетских терминов, которые будут также переведены и на иврит». И это было сделано за недолгое время – несколько месяцев. Сейчас я пишу «bakchak» и кто первый, кто это читает? Йорам. Это сила семян. Поэтому я прошу вас чертить на тибетском потому, что вы не знаете когда это прорастет.

Здесь написано:

Bakchak sepa

И **Bakchak sepa** – означает **прорастающее** или **раскрывающееся семя**.

Подразумевается, что мы приходим из прошлого и из многих-многих предыдущих перевоплощений с большим количеством семян накопленными нашими действиями и очень может быть, очень вероятно, что в предыдущих жизнях мы были очень духовными людьми, и это то, что заставляет нас тянуться к этому.

Обеты бодхисатвы переходят с нами из перевоплощения в перевоплощение

Когда теряют обеты бодхисатвы?

- **Или когда вы их нарушаете, совершаете какое-то падение.** Что-то в этом роде.
- И если все в порядке они переходят с вами из жизни в жизнь. В противоположность обетам личной свободы, которые на одну жизнь. Обеты личной свободы на одну жизнь и потом в будущей жизни, если у вас будет возможность вы примете их снова. **Обеты же бодхисатвы переходят с вами из жизни в жизнь.**

И люди спрашивают: «Хорошо! Как мне узнать, что я не принимал их в прошлый раз?» Это легитимный вопрос. Может быть, вы принимали их в прошлый раз. Как узнать или и вы принимали их в прошлом?

И как ребенок, маленький ребенок не знает. Вы может быть можете видеть, что у них есть большая склонность к состраданию и к обетам, доброта, и так далее, но они не обязательно будут об этом знать.

Но на определенном этапе произойдет этот *Bakchak sepa*. То есть склонность есть. Семя в результате практики сострадания, обетов бодхисатвы, и так далее там есть и на определенном этапе это прорастает. Немного в более позднем возрасте, в возрасте десяти лет, двадцати лет, или даже позже - на каком-то этапе семя раскроется и это раскрывается так, что вы находите себя среди таких людей. Вы будете встречать учителей. Вы продолжаете проецировать их из-за этих склонностей, из-за этих записей которые переходят с вами из жизни в жизнь. И вы найдете снова это окружение, и может быть снова найдете себя рядом с кем-то кто дает их, и так далее. Итак, подразумевается это.

И мы знаем, что у разных людей есть разные уровни влечения к этому материалу и к этому учению. Это приходит в результате этих бакчаков, этих записей которые мы носим в своем сознании и очень вероятно, что если вы уже здесь - то тысячи лет работаете над этой темой.

Пробуждение...

И часто чтобы этот Bakchak пророс в нашей жизни должно произойти какое-то несчастье. Часто ситуация такова, и я даже не знаю сказать «к сожалению» или «к счастью». Потому, что никто не хочет несчастий и не желает несчастий другим, но иногда несчастье приводит к этому пробуждению и человек поднимается на духовный путь и полностью освобождается от страданий. Несчастья нас потрясают и встряхивают, но не убивают нас. Те которые нас убили – убили, но:

Если нам везет происходит что-то, что очень нас потрясает и пробуждает нас к истинной природе сансары.

Потому, что в конечном итоге все мы знаем, что умрем но мы не живем из этого знания.

Я пытаюсь как бы продемонстрировать нам это, и попытайтесь на мгновение представить, что вы входите в офис врача с результатом проверки на которую вас посылали, и врач говорит: «Мне очень жаль, мне очень жаль. Осталось шесть месяцев». Попробуйте соединиться с ощущением того, что это эта новость вам делает, если бы это произошло с вами лично?

Это пробуждает. Вдруг приоритеты меняются. Вдруг одни вещи теряют важность, а другие становятся очень важными. Это приводит к важному изменению! Часто это раскрывает сердце, раскрывает сострадание, убирает придирчивость, убирает лишние занятия. Через большинство наших занятий мы хотим получить вещи которые будем вынуждены потерять, мы будем вынуждены их потерять. И эта трагедия может пробудить это спящее семя которое там есть, и нужно какое-то внешнее событие которое его разбудит.

Потому, что если мы продолжим, если вещи такие как кажутся, чего мы можем ожидать? Куда мы идем? Ясно! Мы идем к смерти, к старости в лучшем случае, или к болезням и авариям до этого.

Когда приходит такая вещь, когда просыпаются - **люди начинают задавать вопросы**. Если так, есть ли что-то, что я могу сделать?

И тогда происходит то, что люди начинают искать духовный путь; они начинают читать книги, они начинают интересоваться, они начинают приходить на уроки. И иногда это также берет много времени. Они иногда да приходят, иногда не приходят, иногда приходят и выполняют домашние задания, а иногда не очень выполняют домашние задания.

Также это процесс, который иногда берет много времени, и это время дорого потому, что вы не знаете сколько вам осталось. В действительности вы не знаете сколько. И я могу вам сказать: многие люди, которые начинали со мной путь уже не здесь. И вы не знаете где вы находитесь, вы не знаете сколько времени у вас есть.

И это может быть звучит странно, и здесь мы делаем преклонения и показываем изображения, и все это такое чужое, странное, не очень удобное, и у нас есть свои оговорки и сопротивления.

И на определенном этапе появляется определенное понимание вещей, после того как вы слышали их и много раз приходит осознание, что эти несчастья или нежелательные вещи приходящие ко мне имеют причину. Они откуда-то приходят, они не приходят ниоткуда.

...Практика в следствии которой...

И в следствии этого интеллектуального понимания пройдет еще какое-то время и может быть с пока вами будет еще что-то происходить.

И настанет день, когда вы решите, что вам нужно усесться на подушку, что речь идет о вас! Что вам нужно проделать работу, трансформировать свое сознание потому, что иначе все останется как есть и вы на верном маршруте к смерти.

И это большой день – когда вы понимаете, что речь идет о вас. Что вам нужно практиковать, и что никто снаружи не может сделать этого за вас. Вас могут обучать снова и снова и снова, но:

Вам нужно понять, что речь идет о вас, о вашей жизни и смерти. И о вашем мире, о вашей реальности.

И то, что в буддистской практике красиво это то, что она проделывается дома. Вам не нужно идти в какую-то синагогу. Для учения вы приходите сюда, но вы даже сегодня можете учиться дома через интернет. Прямая передача намного- намного предпочтительна. **Прямая передача через линию передачи очень важна**. Но сама практика проделывается наедине с собой, у вас дома на вашей подушке. Вам для этого не нужен никакой центр. Нужно следить за обетами в дневнике, вам нужен только маленький дневник.

И тогда вы начинаете практиковать, и если вы практикуете каждый день, и каждый день делаете медитацию и ведете дневник шесть раз в день:

- Концентрация начинает улучшаться.
- Вы видите себя более сострадательным.
- Более спокойным.
- Менее вспыльчивым.
- Часто очень улучшаются отношения.

...Обязательство в пути...

И тогда появляется идея: «Может быть, я серьезнее отнесусь к этому пути»? И тогда **появляется идея принять обеты и обязаться в них. Это более серьезный этап – принять обязательство в пути. Тогда продвижение происходит намного быстрее.** Вы обязываетесь в определенном виде поведения.

Другой способ называть обеты это: «правила поведения» которые сейчас сформируют новое поведение и новые привычки. Вы исходя из выбора, из понимания решаете изменить свою жизнь; изменить ваши привычки, изменить образ вашего мышления и поведения.

...И обязательство посвятить свои жизни другим...

И если вы на пути бодхисатвы и обетов бодхисатвы то речь идет о принятии обязательства изучать как проживать свою жизнь служа другим, решают посвятить свои жизни другим.

Это может быть слышится немного пугающим потому, что «это моя жизнь, это мое...». Но если вы подумаете об этом еще немного - это очень-очень освобождает. Это освобождает вас от сомнений: «Что мне нужно сейчас делать? Что мне подходит? Что для меня правильно? И, что для меня не правильно?».

Если ты на пути бодхисатвы ты знаешь, что для тебя правильно – для тебя правильно то, что служит всем существам, то, что как можно быстрее служит как можно большему количеству существ.

...Что приносит свободу и счастье в ваши жизни

Это очень освобождает. Мне не нужно заниматься всем бесконечным количеством мыслей о том, что мне подходит, что для меня хорошо, что мне нужно сейчас сделать, как нужно, и, что мне нужно сказать? – Это ясно! Это создает абсолютно другое отношение к жизни, и к себе на пути.

Результат такого мышления если вы в нем какое-то время постоянны – вносит изменения в ваше сознание.

От того факта, что вы приняли эти обеты и обязываетесь в них, если вы следите за ними и практикуете их – происходит изменение; ваше сознание очищается и в результате этого – ваш мир становится чище.

Мир кажется более добрым, вы встречаете больше духовных людей, вы встречаете больше сострадающих людей.

Кажется, что меняется сама реальность. Но в реальности ничего не изменилось – это вы изменились, это ваше сознание изменилось.

Но из-за того, что вся реальность это наша проекция вы находите себя в другом окружении, с другими людьми, с другими наслаждениями, есть другое качество жизни.

От приятного - к потрясающему, к чудесному, и к совершенно другой реальности

И с каждым шагом который вы проделываете на духовном пути это продвигается еще на несколько градусов.

Это будто вы сейчас поворачиваете сюда, а просветление здесь, и с каждым таким шагом вы передвигаетесь еще на один градус, еще на один градус. Вы приняли обеты свободы – вы передвинулись на десять градусов. Вы приняли обеты бодхисатвы – вы передвигаетесь еще на двадцать градусов. Разумеется, если приняли чтобы их практиковать.

И это проявляется в очень постепенном улучшении, и этот процесс как бы скрыт от глаз но:

Проходит несколько лет и вы вообще не в том же самом месте. Ваш мир и окружающий вас мир - другой.

И это на пути к ста восьмидесяти градусам, к просветленному раю, то где это будет вообще не ни на, что не похоже. В этом есть сила, в этом есть энергия.

И как было сказано, это не то, что мир изменится, это вы изменились но:

Из-за того, что мир является нашей проекцией и карма навязывает нам видеть мир в соответствии с записями действующими на данный момент - мы вынуждены увидеть более хороший мир, более приятный, более сострадающий.

Между нами и всеми остальными вокруг нас кто не проделывает этот путь начнет создаваться расстояние. Расстояние не между сердцами, а между мировоззрениями. Вы может быть будете любить их еще больше. Но у вас уже будут другие приоритеты, другие ценности.

- Вы будете выглядеть для них наивными: «Что он отдает все, что у него есть? Вы будете выглядеть для них очень наивными.

- Вы понимаете, что только через то, что вы отдаете - вы можете получить.

- В их мире если они не привыкли давать «нужно хранить то, что у меня есть потому, что иначе у меня это заберут».

И в мире не практикующего человека мир угрожает, мир пугает: «Мне нужен замок, мне нужно хранить, мне нужно быть осторожной с тем, что у меня есть, мне нужно следить за тем, что я делаю».

- Мир бодхисатвы который целиком для того чтобы давать абсолютно другой; ему не нужен замок, ему не нужно запирать двери.

Мы все время ездим по миру, наш дом все время открыт, дом и машина. Еще ни разу никто не вошел без разрешения. Заходил сосед сделать уборку у нас, когда мы об этом не знали, и в этот раз он сказал: «Когда вам нужно уехать в три часа утра я отвезу вас в аэропорт. Скажи мне когда ты прилетаешь, я приеду тебя забрать.

И когда вы начинаете жить таким образом - это переживание.

Вместо того, что вам нужно будет беречь себя и заботиться о себе потому, что мир плохой и жестокий, если вы живете жизнью бодхисатвы мир приходит и заботится о вас.

Вы чувствуете заботу; вы чувствуете, что о вас заботятся со всех сторон, и дают вам со всех сторон, все опасения и страхи уходят, ваша жизнь меняется, это очень красивое изменение, и это происходит постепенно.

И ваше восприятие мира меняется. Вы знаете, что сеете семена и начинаете сейчас создавать свой мир. Вы знаете, что потренируясь еще немного, очистясь еще немного - вы можете создать то, что хотите, и сколько вы хотите.

- И на определенном этапе эти сдвиги из приятных вещей – таких как когда сосед приходит и говорит: «Даже в три ночи» превращаются

- В потрясающие вещи. Вы начинаете встречать потрясающих людей. Не просто приятных – потрясающих, исключительных.

- Вы переходите в эту область чудес, абсолютно неожиданных вещей.

И обеты бодхисатвы если вы начинаете их применять и действовать из них дают возможность перейти к абсолютно другой реальности.

И разумеется, все дело в этом, все дело в этом.

И мы сказали, мы начинаем с обетов свободы, мы принимаем их в жизни на уровне «четырех основных» плюс воздерживаться от алкоголя.

Изменения возможны из-за пустоты...

И снова, **люди которые не приняли и не соблюдают их не могут оценить то, что с вами произошло, они не понимают ваш мир, они в другом мире. Их мир действительно пугающий.**

Вы понимаете? Эта ручка это действительно ручка. То, что она пуста - не делает ее менее ручкой на мой взгляд. Если это мои записи – то это ручка. Это действительно ручка. Если у меня есть записи проецировать пугающий мир - то мой мир действительно пугающий и тогда ко мне приходят воры, грабители, и так далее. Он действительно пугающий и тогда мне нужно поставить замок. Это логично для такого мира.

Эта логика меняется; если вы соблюдаете эти обеты приносить благо всем существам вы живете в другом месте.

И для окружения вы можете быть кажетесь таким же как казались и ранее но вы абсолютно по-другому переживаете мир внутри вас. У вас здесь нет страха или опасений. И наоборот! У вас есть ощущение свободы потому, что вы защищены в мире. Мир заботится о вас.

Это **природа пустоты** когда здесь может быть двести людей и каждый проецировать свой мир из своих записей и у каждого будет абсолютно другое переживание этой комнаты. **У каждого из нас в соответствии с записями которые пришли с нами, с кармой с которой мы пришли есть разное переживание своей реальности в этот момент;** один погружен в покой, другой опасается, третий беспокоится, четвертый не понимает – у каждого из нас есть разные переживания в этот момент в одной и той же комнате. Когда вы начинаете проделывать этот путь - ваше внутреннее переживание мира может быть абсолютно другим. Но снаружи вы будете выглядеть обычными.

Мы не знаем, как Далай Лама переживает его мир. Если он такой как о нем говорят то его внутреннее переживание несравнимо с тем, что переживает рядом с ним человек который не проделал тот путь, который проделал он. Снаружи может быть вы этого не увидите потому, что для того чтобы это увидеть вам нужно быть очень-очень близкими к его уровню. Вы не имеете понятия, что он ощущает.

Мы можем понять, что если сюда придет собака она увидит что-то абсолютно другое в сравнении с тем, что видим мы. Она может находиться в этой же комнате, в этом же месте, с теми же самыми вещами в комнате, но когда она видит эту вещь, я вижу стул – а она не видит стула, она не может видеть стул. Потому, что, что такое для меня стул? Это место, на которое можно усесться, но собака не обязательно ищет место куда усесться поэтому она не видит стула. Может быть она видит те же самые формы но это не интерпретируется ею как стул. Она не скажет: «Вот место чтобы посидеть». У нее нет тех представлений, которые есть у меня. Также и с разными кармами.

С помощью практики обетов...

И если вы соблюдаете обеты бодхисатвы - кармы начнут меняться. Ваш мир будет интерпретироваться вами абсолютно по-другому, и люди вокруг вас будут в той же самой комнате, в том же самом месте, с абсолютно другим переживанием мира.

- Они будут на вас смотреть как на наивных, как на странных; оставляют все, не закрывают двери, все отдают. Они скажут: «Вы наивны, вы не понимаете. В один из дней к вам придет вор».

- И вы смотрите на них и сострадаете им потому, что они все еще вынуждены жить этим ограниченным и пугающим образом жизни.

И кто прав? Кто прав в своем мировоззрении? Какая реальность на самом деле?

Вся идея пустоты в том, что нет «истины»; нет объективной реальности в соответствии с которой мы сумеем измерить где мы находимся. Там где я нахожусь со своей кармой - именно это является для меня реальностью, и для меня нет другой реальности. Есть только та реальность которую я проецирую в соответствии с тем как моя карма заставляет меня проецировать и она может быть и чудесна или грустна – в зависимости от той кармы которая у меня созревает.

И человек рядом со мной в этой же комнате в этом же месте переживает страх, ужас, опасения и так далее, и для него это действительно реальность. И нет другой реальности кроме этой. Столько же сколько здесь людей такое же и количество реальностей в этой комнате, и нет объективного места с помощью которого можно это измерить.

И счастье, что это так потому, что если нет такого объективного места то вы можете соткать ту реальность которую вы хотите. Вы можете посадить ту реальность которую хотите.

И тогда если мы начинаем с того места, что мы обязаны потерять каждого человека которого встретили; что мы обязаны потерять свою личность, свое лицо, свое тело –

Каждый раз когда вы принимаете систему обетов и соблюдаете ее - поднимаетесь на тот уровень морали в котором вы обязуетесь и практикуете его - ваша реальность проходит трансформацию по окончании которой уже больше нет смерти, нет больше страданий, нет больше болезней, больше нет. Нет.

И вам будет тяжело объяснить себя другим. Это предостережение. На изделия нужно вешать предостережения, верно? И это идет с предостережением для пользователя: «Вы будете выглядеть странными».

...И тщательное ведение дневника

И трюк в дневнике. **Для того чтобы все это произошло нужно изучать обеты, нужно принять**

обеты и соблюдать их, вести дневник – шесть раз в день. Не два раза в день, не три раза в день, не четыре раза в день, шесть раз в день. Это от будды, шесть раз в день.

И многие люди принимают много обетов. Многие люди захватываются буддизмом, впечатляются, принимают обеты. Обеты принять относительно легко, но в их жизни слишком много не происходит. **И это ключ – если вы приняли обеты и даже выполнили домашние задания, если вы не практикуете обеты каждый день шесть раз в день - изменений не будет, или они будут очень медленными, очень минимальными, и вы не знаете сколько времени у вас есть.**

И это не большое дело. Это создавать новую привычку открывать дневник шесть раз в день, и это берет одну, две минуты. Не писать длинные рассказы потому, что иначе с течением времени вы прекратите это делать потому, что у вас не будет времени. Делать это быстро и по деловому, но ввести это в привычку, и поначалу вы может быть вы будете забывать это делать, но важно развивать эту привычку. Очень-очень важно. Этот общий настрой, когда люди говорят: «Ок! Хорошо, я намереваюсь соблюдать обеты, я намереваюсь быть хорошей» - его не достаточно. Мы забудем, и привычки возобладают над нами, старые привычки над нами возобладают.

И так как мы склонны быстро забывать то наставление в ведении дневника это смотреть только на последние два, или три часа назад с тех пор как вы открывали дневник в предыдущий раз потому, что вы уже забыли о чем думали, о том, что было в вашей голове до этого. Даже за два часа тяжело вспомнить какие мысли у вас были.

К примеру, если вы смотрите на тему зависти, сколько завистливых мыслей у меня было за последние два часа? Если я посмотрю на предыдущие двадцать четыре часа, я уже не буду помнить о чем я думала. Но за последние два часа может быть, мне еще удастся вспомнить. В зависимости от возраста.

Есть доказательства!

И есть доказательства в двух направлениях:

- Есть доказательства в отношении людей принявших обеты и не соблюдавших их – они почти не продвинулись.
- И есть противоположные доказательства, что люди да соблюдавшие их – и очень хорошо продвинулись.

Итак, нужно их знать, соблюдать, следить за ними, и ваш мир изменится.

И тогда:

- **Если вы с этим**, с периодом хорошего соблюдения обетов приходите в тантру – тантра становится потрясающей, и все вещи которые должны там произойти – происходят.

- **И если вы приходите без этого – не важно сколько обучения вы получите**, и сколько садхан вы получите, и сколько мантр вы получите – слишком многого не произойдет, вам станет скучно и вы оставите практику, и это будет катастрофой которая будет ощущаться на протяжении поколений потому, что эта практика приводит нас к свободе.

И все зависит от добродетели

Важно знать, что **даже слушать те вещи которые вы сейчас слушаете требует потрясающей кармы**. Вас сюда приводит слушать потрясающая карма. И **также очень драгоценная** потому, что мы все время накапливаем карму всем, что делаем, и мы также все время в том же темпе сжигаем карму.

Но это не идет так «первое приходит – первое уходит». У кармы есть свои законы и есть более сильные кармы которые выпрыгивают в начало очереди, и менее сильные которые отходят назад, и наша задача изучить эти законы для того чтобы те которые мы хотим выпрыгнули в начало очереди и созрели первыми, а другие – чтобы не созрели. В этом наша задача.

Эта карма слушания этих вещей очень дорога. **То, что вас сюда привело было потрясающей добродетелью которую вы накапливали очень долгое время**. На протяжении перевоплощений накапливали каждую каплю той добродетели которая вас сюда привела. Сейчас, когда вы здесь вы сжигаете это. Сейчас, что? Сейчас вам нужно бежать еще быстрее. **Сейчас вам нужно научиться накапливать добродетель еще быстрее**.

Вопрос, да.

Из зала: так фактически где выбор, или же свободного выбора нет? Я сейчас сюда пришла, и я в сущности не выбирала. Несмотря на то, что я приложила много усилий для этого, изменила порядок дня, и меняла вещи, но это не совсем я, это что-то помогало мне это делать, и где здесь я?

Учительница: итак Анат задает вопрос о свободном выборе, это знаменитый вопрос. «Так ты говоришь, что все, что в моем мире в сущности уже определено кармой, и эту карму я накопила в прошлом через совершенные мною действия, и слова, так, что со свободным выбором?»

Это верно, что все определяется кармой. Это вещь (*учительница указывает на ручку*) уже определена тем, что в прошлом я давала ручки другим, и поэтому у меня появляется инструмент для писания тогда, когда он мне нужен. Но он кажется мне настоящим, он кажется мне функционирующим. Он функционирует, он настоящий. То, что появляется как выбор определено твоей кармой, но это появляется для тебя как выбор - и поэтому это выбор. Поэтому это работает как выбор.

Это появляется для тебя так, что ты должна делать выборы, изменения, и создавать приоритеты, и это появляется перед тобой так, будто ты сейчас должна решить, и поэтому это выбор. И нет другого выбора.

Ты посеяла семена которые сейчас приводят тебя к решению сделать так или иначе. Ты выбираешь сделать более хорошую вещь в сравнении с плохой вещью. Ты решила, что сегодня это важнее чем сделать что-то другое. Это семена большой добродетели которые ты посеяла, которые тебя сюда привели и это выглядит для тебя как выбор, и поэтому это также будет функционировать как выбор. Потому, что когда предположим, ты делаешь выбор пойти на пикник или прийти сюда и решаешь прийти сюда, ты приняла решение: «Сейчас я собираюсь продвинуть себя с духовной точки зрения для того, чтобы суметь помочь другим». Это потом будет работать при посеве семян, и так далее. **И это все процесс семян и созреваний. Он целиком такой, он уже целиком определен. Твое замечание уже здесь, тебе его нужно только реализовать. И это будет функционировать как выбор**.

Как теряют обеты бодхисатвы?

Как теряют обеты бодхисатвы?

Есть три пути. (О части мы уже говорили до перерыва):

1. Первый путь – ошибочное мировоззрение.

Произнесите:

Lokta

Lokta – ошибочное мировоззрение.

Ошибочное мировоззрение означает: «Если я обманываю и никто не видит и не замечает – нет проблем». Это **Lokta**. Локта не понимает, что я нахожусь там когда я это делаю, и я записываю все, что делаю, и это обязано ко мне вернуться, это обязано созреть.

И если человек осознанным образом обязуется в таком образе жизни - он теряет обеты бодхисатвы.

Сомнения это не обязательно являются ошибочным мировоззрением

И снова у вас будут дни сомнений или мгновения сомнений в том или все, что здесь сказано доказано. Верно ли это? И почему мне нужно этому верить? Это не *lokta*. Это сомнения. **И сомнения – мы говорим, что естественно когда они поднимаются, и даже наоборот! Они могут служить рычагом к более глубокому пониманию. Но важно то, что делают с сомнениями, да? Очень важно ухаживать за сомнениями, проверять их.**

Факт того, что мы иногда действуем противоположно обетам свидетельствует о том, что у нас есть сомнения потому, что если я полностью прояснила все сомнения, если мне совершенно ясен механизм работы обетов я никогда их не нарушу. Верно? Если мне это абсолютно ясно. Если я иногда позволяю себе их нарушать то это знак того, что у меня еще есть сомнения, знак того, что я еще не совсем поняла, как работают эти вещи.

Из зала: есть также то, что называется «злым началом». Тебе может быть все очень понятно на пути но, что делать, есть злое начало. Это не значит, что путь не ясен.

Учительница: это уровень «ясности». Если ты полностью убеждена, что когда ты дотрагиваешься до огня ты обожжешься - ты не дотронешься до огня, верно? Там тебе ясно. Злое начало не придет дотронуться до огня, верно?

Здесь результат «ожог» появится может быть через год, может быть через два года. И тогда ты говоришь: «Может быть, он не появится? Может быть я все-таки сделаю это? И никто не заметит».

Потому, что у тебя есть сомнения потому, что мне еще не ясно, что ожог обязан появиться просто это возьмет время. Это сомнения, это сомнения. Они будут приходить в различных формах.

Это верно, что могут возобладать предыдущие привычки, мы скоро об этом поговорим, но это только знак того, что во мне еще есть определенная степень сомнений.

И когда я говорю «сомнения» я подразумеваю сомнения в более широком смысле, чем интеллектуальные сомнения.

Каждый раз когда я действую образом противоположным правильному мировоззрению, мировоззрению кармы и пустоты - я свидетельствую о том, что у меня еще есть сомнения в пути.

И эти сомнения будут оставаться с нами долгое время.

До того момента как мы увидим пустоту напрямую у нас все еще будет та или иная степень сомнений.

Не обязательно на интеллектуальном уровне, но на более глубоком уровне да.

Каждый раз когда я позволяю себе на кого-то взорваться я свидетельствую о том, что я не совсем понимаю, что это ко мне вернется вредящим мне образом. Что в один из дней придет король Калинка и начнет отрубать мне части тела.

И естественно, чтобы у нас были сомнения долгое время, и они у нас будут долгое время.

Важно когда они поднимаются не использовать их как предлог для отторжения знаний и принципов которые мы изучаем, а признавать, что поднимается сомнение, и делать с ним то, что с ним нужно сделать. Действовать чтобы его прояснить, действовать чтобы его сдержать, или делать то, что нужно но:

Важнее всего не использовать сомнения для отторжения потому, что тогда мы теряем все.

Когда ошибочное мировоззрение превращается в падение?

Итак, до тех пор пока мы не пришли к этому грустному состоянию, в котором мы активным и осозанным образом встаем и говорим: «Я отвергаю этот путь», «я не иду этим путем», «для меня это не работает», «я не убедился», «Хватит с этим! Нет такой вещи. Если я не вижу, значит этого нет» - до тех пор пока мы туда не пришли мы все еще не нарушили, мы все еще не потеряли обеты. Мы работаем с сомнениями. Мы не используем их для отрицания.

И вопрос в том, сколько времени приступ сомнений нормален, и нельзя сказать, что вы потеряли обеты.

И Чже Цонгкапа, великий мудрец на которого мы опираемся говорит, что:

Для того, чтобы lokta или ошибочное мировоззрение превратилось в падение когда мы теряем обеты - оно должно продолжаться некоторое время.

Это не какой-то приступ продолжающийся четверть часа когда сердятся, или как она говорит: «приступ злого начала», но **когда вы приняли осознанное и взвешенное решение**, когда может быть недели, а может быть месяцы, вы думали, взвешивали, проверяли, и решили: «Хватит с этим». Подразумевается это.

Если вы это делаете - вы теряете эти обеты. И как было сказано, вы позже можете раскаяться и принять их снова, но это уже не будет на том же самом месте, это не будет той же силы. **И Чже Цонгкапа нам говорит: «Мы потом не сумеем увидеть пустоту напрямую в этой жизни, и это большая вещь.**

2. Второй путь – отказ от стремления к просветлению

Второй способ (как мы упоминали ранее) чтобы потерять обеты это **активным образом отвергать стремление к просветлению**.

Отвергать путь сострадания, отвергать этот путь жизни служения всем существам. Это заставляет потерять обеты.

Сейчас я здесь упомянула два обета; и это в списке номер девять и номер восемнадцать, но если вы нарушаете один из основных обетов - это значит вы теряете их все.

В обетах бодхисатвы – если вы теряете один обет, вы теряете их все. Они как одна вещь.

И снова здесь также это не только какой-то тяжелый момент, или один день когда вы заболели, не хорошо себя чувствовали, или когда были сердиты, а когда это что-то взвешенное, рассчитанное, когда вы решаете отказаться от пути сострадания.

И снова, как было сказано если у вас есть сомнения ваша обязанность прояснить их для себя, не использовать их для отрицания.

И в общем мы поощряем сомнения, но отталкивать их глупо.

Отталкивать вещи которые я еще не поняла глупо потому, что может быть я их не поняла.

Я что-то отвергаю, я решаю, что это не верно не проверяя это. И это глупо.

Четыре цепи

Что в отношении остальных шестнадцати?

И мы говорили о том, что для того чтобы потерять обеты бодхисатвы:

- Или нарушить девятый и восемнадцатый обет, и это просто дело изменения мировоззрения.
- Остальные же шестнадцать потерять намного тяжелее.

Эти (девятый и восемнадцатый) – потерять относительно легко. Остальные шестнадцать потерять намного тяжелее.

Для того чтобы было падение в остальных шестнадцати должно быть то, что мы называем «**четырьмя цепями**». Цепями или оковами, и чтобы произошло падение все это должно быть. Это говорит о том, что после того как получили обеты бодхисатвы их потерять тяжело, и это хорошо.

Что должно произойти?

И вот список четырех вещей:

1. Не желать прекратить это действие

Первое – когда вы готовы повторять действие.

Возьмем пример «хвалить себя и осуждать других». Я хвалю себя и осуждаю другого учителя, и я говорю: «Я бы хотела повторять это каждый день. Я рада сделать это снова». Вы уже можете почувствовать, это такой преступный подход. Я это сделала и завтра я готова также это сделать.

Это первая вещь, которая должна быть чтобы было падение – итак, нужно радоваться действию и готовность его повторять.

2. Без уважения и стыда

Вторая вещь собрана из двух пунктов – **отсутствия стыда**, но у этого стыда есть два смысла:

а. **Первый** – сам по себе стыд. Часто мы воздерживаемся от того чтобы совершить какое-то преступление потому, что стесняемся это сделать. Я буду не хорошо себя чувствовать, если сделаю что-то такое, и у меня есть какое-то самоуважение которое не позволит мне совершить преступление. И это один аспект стыда – стыда перед собой, или самоуважение.

б. **И второй аспект – это стыд перед другими.** Знание, что если я совершу эту вещь и меня увидят делающим это заставит их деградировать, и они возьмут с меня плохой пример. И для того чтобы сохранить их хорошее мнение о себе я воздержусь от совершения таких действий несмотря на то, что у меня может быть есть соблазн их совершить.

Итак, здесь есть два уровня стыда останавливающие меня от совершения действия.

Сейчас мы говорим о противоположной ситуации, когда я совершаю падение. И для того чтобы было падение мы сказали, первое – это готовность повторить действие, и второе – это отсутствие стыда. Это два этих смысла; полное отсутствие стыда. Я готова громогласно об этом провозгласить, я готова это повторить. Никакого стыда.

1. Радость при совершении действия

Третий аспект который должен быть – это **когда я наслаждаюсь нарушением обета.**

Я наслаждаюсь фактом этого действия. Я наслаждаюсь сплетничая о ком-то, или такого рода вещами.

2. Не видеть в действии преступления

И четвертый аспект – когда я даже не думаю, что то, что я делаю ошибочно.

Я даже не думаю, что в этом есть плохое. Что в этом плохого?

Итак, эти четыре:

1. Готовность повторить действие.
2. Отсутствие стыда.
3. Наслаждение самим действием.
4. И не видеть в нем чего-то плохого.

Это «**четыре оковы**».

Для того чтобы произошло падение должны присутствовать все четыре. И вы можете почувствовать, что имеется ввиду.

Что такое хорошее или плохое действие?

Из зала: то, что отсутствует это определение того, что такое «хорошее» и того, что такое «плохое»?

Возьмем пример ламы Арие, как его брат кормит кошек. У меня были соседи, и одна из соседок кормила кошек, и кошки мяукали под их окнами и мешали им спать. Она совершила хороший или плохой поступок?

Учительница: а! отлично. Что такое хорошее, и, что такое плохое? Это важный и интересный вопрос. Если вы еще не слышали, это важное объяснение.

В буддизме мы говорим, что хорошая вещь это вещь, которая даст мне хороший результат.

Степень хорошего или плохого измеряется в соответствии с результатом который должен получиться.

И Гили идет кормить кошек, и они мешают спать соседям.

Со своей стороны действие пусто. Он берет семечки и рассыпает их. Это действие которое пусто со своей стороны, в нем со своей стороны нет даяния. Даяние приходит из его намерения. Вы помните, Арие говорил о пустоте «трех кругов». Даяние приходит из его намерения. В своем сознании:

- ✓ Он воспринимает кошку как живое существо.
- ✓ И это вещество как что-то поддерживающее жизнь.
- ✓ И себя как того, кто дает это вещество кошкам.

Законы кармы говорят, что если я питаю существо с намерением поддерживать жизнь в этом существе и мое намерение поддержать жизнь – результат этого может быть только хорошим.

Сейчас, сосед не доволен, и для него созревает такая карма, что ему это мешает. Откуда приходит карма того, что мешают? **Откуда может прийти карма того, что мешают?**

Из зала: из созревания этого.

Учительница: из того, что он мешал другим в прошлом. Между кормлением кошек и тем, что переживает сосед нет причинно следственной связи, и гипотетически может быть есть третий сосед который любит слушать мяуканье кошек. Может быть. С своей стороны мяуканье кошек не хорошее и не плохое, и со своей стороны оно не мешает. Соседу у которого созревают семена того, что он когда-то мешал другим оно сейчас мешает. Но **между этими вещами нет причинно следственной связи**, и это очень важно.

Итак **то, что определяет действие** – с точки зрения Гили – это намерение.

И может быть, он пошел накормить кошек и сейчас у него есть проблемы с соседом, сейчас ему мешает сосед. Если Гили мешает сосед – и я надеюсь, что это не так, я не думаю, что это так, но если такое есть – значит это совершенно другая карма. Это карма того, что он может быть мешал другим хотя мне тяжело представить это в отношении Гили, но предположим он может быть делал это другим и это к нему возвращается.

Из зала: если я убиваю комара, не по ошибке. То есть комар мне мешал, и я его убила. И в сущности я нарушила первый обет свободы.

Учительница: да.

Из зала: и тогда все падает. То есть я нарушила обеты бодхисатвы.

Учительница: нет, нет, нет, это так не идет. Для того чтобы ты потеряла обеты бодхисатвы есть правила. Мы не перечислили здесь их все, это длинная история, мы перечислили только основные обеты. В отношении других обетов это иначе. Но для того чтобы потерять обеты бодхисатвы вам нужно чтобы были выполнены правила потери обетов. То, что ты убила комара – еще не означает, что ты потеряла обеты бодхисатвы, но они в большой опасности.

Уничтожение насилия в нашей жизни

Из зала: это было во время практики. Была опасность, что я заражусь от укуса комара. И у меня была опция его не убивать и заразиться, и может быть даже умереть. Что мне нужно делать когда есть опция или убить комара, или умереть?

Учительница: мы рады, что ты еще с нами! ☺

Может ли укус комара привести к смерти?

Из зала: к болезни малярии да.

Учительница: мы уже забыли. Повторим?

Единственная вещь, которая может меня убить это то, что у меня заканчивается карма этой жизни и приходит карма того, что я вижу себя прекращающей жить в этом теле.

И у этой кармы взяло много времени созреть. Она приходит задолго до комара.

Может ли быть так, что комар несет в себе какой-то заражающий вирус, и так далее? Конечно может, но есть люди которых он кусает и они умирают, и есть люди которых он кусает и они не умирают. Есть люди которые получают лекарство и выздоравливают от него, и есть люди которые в похожем состоянии получают лекарство и не выздоравливают от него **потому, что со своей стороны у укуса комара нет никакой собственной природы. Напишите у себя на холодильнике: «Никакой собственной природы!»** У него нет никакой собственной природы убивать или благословлять, или что бы то ни было – никакой. Это только укус комара, и даже это нет, это также проекция.

Если у меня сейчас есть карма завершить свою жизнь это будет «как» это произойдет, а не «почему» это произойдет. Почему – это только из-за того, что сейчас созревает карма. Между этими вещами нет связи.

Вместе с этим, если я убиваю живое существо, разумеется: я понимаю, что это живое существо, я хочу жить, и я врежу жизни другого живого существа – и я записываю запись вреда жизни. Эта запись в один из дней обязательно принесет вред в моей жизни, если не в этой жизни, то в будущих жизнях. Потому, что **кармы не стираются, записи не стираются.**

Если пришло время умереть потому, что у меня есть карма умереть, потому, что в прошлом я вредила жизни – то придет или комар, или змея, или пуля, или будет сердечный приступ, или моя машина за которую я все еще плачу меня убьет, или меня убьет моя ванная за которую я все еще плачу ипотечную ссуду, когда я в ней подскользнусь.

Если у меня есть карма умереть - госпожа карма найдет способ меня убить и это может быть разными способами.

Но сейчас у меня есть комар, и я подозреваю его. Сейчас у меня есть выбор: убить его или не

убивать?

Посмотрите на тибетцев и китайцев. **Далай Лама говорит: «не применяйте силу».**

Единственный способ, через который в нашу жизнь приходит насилие – это если мы раньше применяли насилие, и эти семена созревают. Единственный способ для уничтожения насилия – это когда возвращается посеянное мною насилие, я готова его принять, сдержать, и не обновлять это колесо.

Нет другого пути! Кроме очищения всего, и это большое учение.

Каждое несчастье, малое или большое; комар и холокост – у каждого события есть своя пустота. Сейчас, когда события большие и когда у нас есть много смешанных чувств - нам там увидеть очень тяжело. В конечном итоге мы хотим предотвратить будущие холокосты, и если мы не поймем как они происходят они будут продолжать происходить.

С точки зрения кармы нет оправдания ни одному убийству потому, что единственный способ создать угрозу моей жизни это когда я угрожаю другим и убиваю их. Это то, что приносит угрозу в мою жизнь.

В государстве Израиль мы уже шестьдесят лет пытаемся защитить свои жизни через то, что убиваем своих врагов, и цифры все растут и умножаются. У нас есть чудесное государство, у нас есть чудесная армия, мы умны, и так далее, у нас есть помощь и деньги, и вот число наших врагов все умножается. Эти вещи не работают. Если бы они работали, у нас бы уже был мир, верно?

Да.

Учительница (повторяет вопрос): она спрашивает: что если я проделаю работу, но мой сосед не проделает этой работы. Что тогда будет со мной?

Твой мир на сто процентов – не на девяносто процентов, не на пятьдесят процентов, на сто процентов определяется тобой, твоими семенами. Включая твоего соседа. И так каждый из нас. Я на сто процентов создала свой мир со всем его населением.

И мы говорим, что каждый **из нас может создать для себя мир.**

Потому, что как мы говорили о том, что такое абсолютная реальность этой комнаты? Мы сказали, что нет объективной реальности – нет основной реальности с которой я могу сравнить свою реальность. Есть реальность диктуемая мне моей кармой, и реальность диктуемая ей ее кармой, и нет другой реальности. И возьмет время это переварить, вам нужно к этому привыкнуть. Привыкнуть к этому мышлению:

Нет другого мира кроме того который я проецирую.

Не только это. Реальность даже не снаружи, мне только кажется, что она снаружи. В сущности я все время живу в мире своих ментальных картинок. Мне только кажется, что это снаружи. Это заходит очень далеко. Нет другого мира кроме того который я проецирую.

И если я понимаю, что именно это спроецировало - я могу начать создавать другой мир. Я могу начать управлять своей кармой вместо того, чтобы она управляла мной. Для этого все учение. Это то, как мы создаем рай потому, что для меня нет другого рая кроме того который создам я. На планете Плутон подрядческая компания не построила рай и я не покупаю там участок. Такого нет.

Только я через свою карму могу создать свой рай.

И если вы серьезно принимаете то чему мы здесь обучаем это изменит все ваши жизненные решения. Ваша жизнь изменится и вы будете ближе к раю.

И на пути будет переходный этап. Будет этап, когда старые кармы все еще созревают, созревают вещи которые вы посеяли, но вы уже не реагируете тем же самым образом. И в следствии переходного периода если вы понимаете то, что происходит и не крутите колесо сансары еще раз эти вещи очищаются и вместо них создаются хорошие вещи.

Создается другой мир:

- Менее сердитый,
- Есть меньше обманывающих вас людей,
- И к вам прилетает меньше комаров.
- Ваше здоровье улучшается. Бодхисатва наслаждается чудесным здоровьем потому, что он все время заботится о людях, и это возвращает ему потрясающее здоровье.

И когда этот процесс усиливается прекращается не только старость но и начинается обратный процесс. И в конечном итоге все это тело, которое должно состариться, заболеть, и умереть превращается в чистое тело света которое не может состариться, заболеть, и умереть.

Это заводит очень далеко.

Когда бодхисатве можно нарушать обеты свободы

Есть один обет в обетах бодхисатвы о котором нужно напомнить, и он во вторичных обетах которые мы не перечисляли (*обет 11 во вторичных обетах бодхисатвы. Под номером 73 в нашей общей таблице обетов*). И он говорит: **что когда приходит время при определенных обстоятельствах нарушить первые семь обетов свободы – их обязаны нарушить.**

Что такое семь первых? Это те, которые связаны с телом, и речью.

1. Это не убивать.
2. Не воровать.
3. Не вести неподобающе в сексуальном плане.
4. Ложь.
5. Разделяющая речь.
6. Грубая речь.
7. И пустые разговоры.

Это семь первых. Иногда есть крайние ситуации в которых эти обеты нужно нарушить. Если вы бодхисатва вы обязаны их нарушить.

Когда этому обету обучал Кен Ринпоче, он даже не очень хотел ему обучать потому, что он очень-очень-очень опасен потому, что кто решит, что обстоятельства исключительны и оправдывают нарушение обетов? Кто это решит? Вы это решите, но у нас нет хорошего видения, у нас нет хорошего понимания потому, что мы еще не поняли пустоту. В сущности мы сказали, все наши мысли все время ошибочны.

И Кен Ринпоче говорит, что это правило не для нас. Оно для людей которые уже миллионы лет

на пути бодхисатвы **уже миллионы лет на пути бодхисатвы;**

- Если вы уже миллионы лет на пути бодхисатвы.
- И если вы делаете то, что делаете из сострадания.
- И знаете куда пойдет душа человека которого вы убиваете ради более высокой цели.

Только тогда. Поэтому, нужно быть очень-очень осторожными.

И вы всегда можете спросить: «Так, что, приходит гестапо и ищет человека прячущегося у вас в шкафу. Солжете вы им или нет?» Мне не нужно вам говорить, вы знаете, что нужно делать, но вам нужно быть очень осторожными с этим правилом. Очень-очень-очень осторожными с этим правилом.

Вместе с этим **никогда нет обстоятельств для нарушения трех последних обетов, их нарушать нельзя никогда.** Что это за три последних? Которые связаны с сознанием:

8. Зависть.
9. Злорадство или недоброжелательность.
10. И ошибочное мировоззрение.

Это с самими собой. Нет кого-то кто может под угрозой пистолета заставить вас изменить ваше мышление поэтому ни при каких обстоятельствах нет разрешения их нарушать.

В отношении **неподобающего сексуального поведения**, когда речь идет о монахах – там вообще полный запрет сексуальных отношений. И говорят, что там никогда нет разрешения, несмотря на то, что этот обет среди первых семи. Для тех кто монах или монахиня никогда нет разрешения нарушать этот обет.

Четыре момента практики добродетели

Сейчас есть тема, которая называется «**четырьмя моментами практики добродетели**». Это в дополнении к обетам бодхисатвы, и они очень важны, очень-очень важны.

Четыре момента практики добродетели говорят: *(это обет номер 17 совершенства терпения. В общей таблице обетов он под номерами 83-86).*

Бодхисаттва обязуется не отвечать той же монетой, когда происходит одна из четырех вещей:

1. Кто-то вас проклиняет или ругает.
2. Кто-то на вас сердится.
3. Кто-то вас бьет.
4. Или кто-то вас осуждает и указывает вам на ваши недостатки.

И бодхисаттва обязуется – когда кто-то приходит и указывает на ваши недостатки и критикует вас – вы не отвечаете той же монетой. Вы не начинаете говорить им в ответ об их недостатках. Это очень тяжело, но это обет бодхисатвы. Потому, что почему приходит кто-то и критикует меня, и начинает перечислять мои недостатки? Потому, что я делала то же самое в прошлом. Сейчас каков единственный способ сделать так, чтобы критика снова вернулась ко мне? Начав критиковать этого человека, и тогда я продолжаю крутить это колесо.

И то же самое в отношении гнева, когда кто-то на вас сердится – вы не реагируете гневом. Вы не

реагируете критикой, вы не реагируете проклятиями и ударами в этих четырех случаях. Это четыре основы этой практики.

- И это противоположно нашим инстинктам,
- Это противоположно нашей обычной реакции.
- Это противоположно нашему обществу,
- Это полностью противоположно мировоззрению «око за око, зуб за зуб».

Это абсолютно противоположно, абсолютно противоположно. **Вы обязуетесь не возвращать той же монетой.** И это не будет легко.

Черные и белые действия

Тема **белых и черных действий** (это 17 обет в совершенствах воина духа. В общей таблице обетов под номерами 83-86) очень-очень важна. Это снова приложение к обетам бодхисатвы. Там есть то, что называется «**четырьмя белыми и четырьмя черными действиями**». Они идут в парах, четыре пары.

1. Отказ от лжи предотвратит черное действие что-то скрывать от ламы

Белое действие это никогда никому не лгать. И, что такое лгать? Намеренно оставлять ошибочное впечатление. Это не обязано быть на словах. Намеренно оставлять ошибочное впечатление.

Это белое действие, не лгать, и оно составляет антидот черному действию, и важно знать как от него воздерживаться.

Черное действие – это намеренно скрывать вещи, или обманывать нашего ламу. Намеренно обманывать нашего духовного учителя; обманывать, лгать, или даже скрывать что-то, или говорить только половину правды. Не быть с ламой, здесь написано со «святыми людьми» полностью откровенными.

Итак, черное действие – это скрывать вещи или лгать нашему учителю.

Почему это так плохо, почему это настолько черное действие? Почему оно особенное в сравнении с просто «не лгать»? Потому, что лама это тот, кто должен мне помочь прийти к истине.

Если я не искренна с ламой невозможно с помощью ламы обнаружить или раскрыть истину. И лама однозначно знает все, он будда. Но:

- Когда они видят меня не говорящей правду – они не могут продолжить направлять меня на пути. Нет! Они не сумеют этого сделать.
- Я создаю себе препятствие на пути.
- Если я создаю себе препятствие на пути – я не могу прийти к просветлению.
- И я не могу помочь другим прийти к просветлению.

Это больший вред чем обмануть кого-то другого, несмотря на то, что это не дает права обманывать кого-то другого.

И антидот здесь – это никогда никому не лгать. Почему? Потому, что в обете написано «лгать ламе и святым людям». Кто это святые люди? Это бодхисатвы. Как знают или кто-то является

бодхисатвой? Этого не знают. Вы не знаете кто перед вами, и для того чтобы не упасть туда вы просто никому не лжете, точка!

2. Приведение людей к пути сострадания предотвратит раскаяние после совершенного добродетельного действия

Белое действие – это привести других людей которые захотят развивать путь бодхисатвы, которые хотят жить в свете этой чудесной альтруистической идеи бодхисатвы. Поощрять их посвящать свои жизни другим – это белое действие.

Это белое действие составляет антидот **черному действию** – и это заставит другого человека **раскаяться в совершенном им добродетельном действии**. Кто-то сделал что-то хорошее и радовался этому, и он хотел принести благо а вы говорите: «Зачем ты дал ей денег?» Вы заставляете их раскаяться в совершенном ими хорошем действии.

Это очень плохое действие которое вы можете совершить в особенности если кто-то совершает действия считающиеся хорошими из-за верований которые у них есть. Скажем это религиозный человек который верит в свою религию, и вы говорите: «Это глупости. Это правило тебе не нужно соблюдать». Когда вы это делаете - вы причиняете им сильный вред, а себе еще больший вред потому, что когда вы поощряете кого-то пренебречь его путем, вы не сумеете сохранить свой путь, и тогда вы не сумеете прийти к просветлению.

И это черное действие, и антидот ему – поощрять людей жить образом жизни бодхисатвы, посвящать свои жизни другим.

3. Видение каждого человека как просветленную личность предотвратит черное действие гнева на бодхисатву

Третье белое действие – и оно самое любимое и самое важное – это научиться жить с мировоззрением, что каждый человек которого вы встречаете, и буддами, просветленными личностями, или замаскированными ангелами пришедшими вас чему-то научить могут быть не только люди.

Каждый человек которого вы встречаете. Пытаться так проживать свою жизнь – и это белое действие. Если вы сумеете это применить, это очень быстро трансформирует ваш мир, в мгновение ока. И ведь вы не знаете, кто есть кто, верно? И всегда есть какой-то шанс, что они такие. Вы не можете этого отрицать, верно?

Из зала: только человек, или все живое?

Учительница: еще лучше просто все; даже не живое, даже камни потому, что будды, вы помните? Они могут появляться в любой форме, в соответствии с тем, что подходит каждому человеку, верно? И мы не знаем. То, что я встретила - для меня может быть проявлением будды.

Итак, вы встречаете что-то или кого-то: «Может быть это проявление будды и с другой кармой может быть я действительно сумею увидеть здесь просветленного ангела? Это очень важный и очень здоровый обет. Он составляет антидот **черному действию** – и это гневно говорить **бодхисатвой**. Говорить гневно с\на бодхисатву заставляет нас **вырвать корень добродетели** – **настолько это плохое действие** (смотрите к примеру курс 5, урок 8). Вся добродетель которую мы накопили во все эпохи когда мы жили, то малое что нам удалось накопить когда мы взрываемся гневом на бодхисатву мы уничтожает. Это как огонь который сжигает всю

добродетель, и на наш взгляд это ужасное действие, и так как не знают кто бодхисатва мы представляем, что ими являются все. Это предотвратит эту вещь.

4. Вести себя честно по отношению к любому человеку предотвратит черное действие - проявлять коварство по отношению к другим

И номер четыре – это вести себя абсолютно честно в отношении каждого человека, которого вы встречаете, вести себя по отношению к ним абсолютно честно.

Если кто-то приходит к вам и спрашивает: «Что вы думаете об этом платье?» А вы не в восторге от этого платья, что вы сделаете? Говорит ли это правило о том, что вам нужно им сказать, что я никогда не видела такого уродливого платья?

Анета говорит: у вас появляется приступ астмы. ☺

Спросите: «Что говорили про погоду? Что будет завтра?» Смените тему. Вы не обязаны расстраивать их из-за платья, и кроме того это только ваше мнение, это не значит, что платье уродливо. Поэтому не нужно лгать, но **вы не обязаны каждому говорить все. Вам нужно взвешивать**, что сказать потому, что однозначно каждому все говорить не нужно.

Абсолютная честность не означает говорить все, не взирая на то, кто перед вами.

У меня как-то много лет тому назад был друг который жил с девушкой, и у него кроме этих отношений были разные связи, и он все время приходил и рассказывал ей о них «потому, что я честный человек». Подразумевается не это.

Какое черное действие это действие очищает?

Черное действие – вести себя по отношению к кому-то с коварством. И комментаторы нам здесь говорят, что в этом контексте под вести себя коварно подразумевается **вся интеракция которая у меня есть с человеком которая не сопровождается мыслью: «Какую самую лучшую вещь я могу для них сделать, чтобы как можно быстрее продвинуть их к просветлению».** Это в этом контексте называется «вести себя коварно».

Вести себя с кем-то коварно это к примеру:

Из зала: написать рецепт пирога и что-то в нем скрыть. ☺

Учительница: спасибо за пример – даже если ты даешь полный рецепт пирога, но не думаешь: «Пусть благодаря тому, что я дам ей сейчас рецепт пирога эта карма в один из дней созреет, и я сумею дать ей счастье рая». Это когда ты не используешь это малое действие чтобы думать: «Что еще я могу для нее сделать, чтобы действительно продвинуть ее в жизни? Я дам ей этот пирог, как семя, которое позволит мне в будущем дать ей абсолютное счастье».

То есть, **приглашение здесь проживать жизнь в любой ситуации, какой тривиальной она ни была, даже если это рецепт пирога думая: «Что я могу сейчас сделать для этого человека, чтобы как можно быстрее привести его к просветлению»?**

И иногда бодхисатвы проявляют инициативу в различных действиях. Они говорят: «Подержи мне на минутку сумку», и когда ты позволяешь кому-то подержать на минутку сумку, ты про себя думаешь: «Пусть благодаря тому, что он мне сейчас помог между нами создается карма которая в будущем позволит мне дать ему дхарму и привести его к просветлению». Это с теми людьми

которые на данный момент не свободны для дхармы, которых на данный момент дхарма не интересует. Итак:

Бодхисатвы ищут способы для создания с ними кармы, для создания с ними связей, и иногда даже отрицательных связей, чтобы создался кармический долг и в будущем они сумели привести его к удачному завершению.

Из зала: кто-то рассказывает тебе историю о себе и это что-то с чем ты очень-очень не согласна. Тебе можно говорить или ты говоришь: «Минутку, это моя проекция»?

Учительница: две вещи:

1. Ясно, что это пусто, и если это к тебе приходит это твое созревание.
2. Реагировать? Ты должна реагировать в форме продвигающей этого человека. Если ты реагируешь, чтобы быть правой и сказать им, почему они ошибаются - лучше замолчать.
Если ты реагируешь чтобы помочь им, поддержать их, или раскрыть их глаза и исходишь из сострадания и любви к ним – то это замечательно.

Четыре способа, через которые люди нарушают обеты

Последняя вещь – **причины нарушения обетов**. Как люди нарушают обеты?

Вы сюда пришли, слушали, и предположим впечатлились, предположим решили изучать обеты, и принять их. Как нарушают обеты?

Есть **четыре способа как мы нарушаем обеты**, и мы об этом говорили также и раньше, и сейчас мы завершим этот вопрос.

1. **Первый – это когда вы их не знаете.** Если вы не знаете обеты, то вы будете их нарушать потому, что вы даже не знаете, что вы их нарушаете. Не знаете, какие это обеты.

И каков этому антидот? **Пройти курс 7**, и изучить обеты.

2. **Второй – это когда вы изучили эти обеты, но у вас сегодня нет времени. Вы ленитесь.** Вы ленитесь прилагать усилия, и для соблюдения обетов необходимы усилия. Итак, **лень – это вторая причина.**
3. **Третья причина – у вас есть приступ ментальных омрачений.** Хорошо, вы знаете, что вам нужно с каждым человеком действовать так, чтобы самым быстрым путем привести их к просветлению, но они вас расстроили. И когда у вас есть такой приступ ментальных омрачений - вы нарушаете обеты.

И это в восходящих степенях тяжести:

- а. Не знать их.
- б. Лениться их изучать и практиковать.
- в. Если у вас есть приступ ментальных омрачений, в следствии которого вы нарушаете обет.

4. И четвертый способ – это вообще пренебрегать обетами, полное пренебрежение обетами.

Это разумеется, самая ужасная вещь потому, что это приведет ко всему остальному.

(Мандала)

(Посвящение)

(Молитва для продления дней ламы)

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 5, часть 1

(Мандала)

(Прибежище)

Наши сайты в интернете

Лиран: итак, мы начали раньше говорить обо всей этой теме распространения информации в интернете и сегодня в следствии всех статистик которые у есть нас на сайте мы знаем насколько популярна эта информация, насколько она приходит к широкой аудитории, насколько люди действительно заходят на сайт, проводят на нем много времени, и извлекают из него ценность. И так как проекты, каналы, и места в которые мы приходим расширяются мы основываем **интернет сайты** – назовем их **целевыми**.

Наш самый большой и известный сайт это сайт «**Буддистской классики в Израиле**».

Но есть и еще темы кроме темы тибетского буддизма которые передают и обучают им в Израиле лама Двора-ла, и лама Арие-ла.

- Одна из областей это «**духовное партнерство**».

Это в сущности о том как взять все это учение и применить эти законы кармы и пустоты в аспекте партнерства.

И разумеется часть вас видела, что есть сайт который называется **spiritualpartners. org. il**, и это сайт духовного партнерства посвященный всему учению связанному с этой темой. Есть лекции которым ламы обучали в Израиле когда были здесь с последним визитом, и есть учение которому лама Двора-ла уже обучала, провела на эту тему два курса.

- Дополнительный аспект это тема **привнесения этой мудрости в бизнес**.

И разумеется большинство из вас слышало о книге «**Огранщик алмаза**». Эта тема кармы и пустоты актуальна для всех аспектов нашей жизни. Вещи которые действительно нас интересуют это: **деньги и партнерство**. И мы также создали интернет сайт на эту тему. Он называется: **karmicmanagement.co.il**.

- Еще один интернет сайт это **буддистская классика, но на английском языке**.

Мы немного меньше чем год назад проводили учение на Кипре, совместное учение нашей группы и группы с Ливана в которой несколько ливанских женщин. Мы ездили на Кипр потому, что они не

могут сюда приехать, и мы не очень можем приехать к ним, и целью было раскрыть это учение для всего нашего региона, для всего нашего окружения.

И лама Двора там на английском обучала учению **Tong len** (*Означает даяние и взятие. Медитация развивающая сострадание и любовь*), и также мы практиковали йогу, и в сущности есть дополнительное учение которое было передано ламой Дворой на английском, и этот сайт может обращаться к аудитории которая не из Израиля, но которая из нашего региона.

Это возможность для дополнительного проекта – вся тема продвижения мира в нашем регионе на основе этого учения. У нас есть курсы, вы конечно же видели диски Tong len, раскрытия сердца, и курсов «Убить гнев». Мечта ламы Дворы-ла обучать этому учению весь регион ближнего востока.

Мы летали на Кипр для встречи с тремя ливанками чтобы передать это учение потому, что карма начинается с малого. Вы помните? Это посеяло маленькое семя которое усиливается и мы очень надеемся, что это учение придет как к можно большему количеству людей. Это то, что действительно может принести сюда мир. И это дополнительный проект. И есть свой интернет сайт обо всем этом учении на английском.

И если у вас есть связи и места с которыми вы знакомы где можно провести это учение и также для дополнительных аудиторий из этого региона обратитесь ко мне в отношении этой темы и мы будем очень рады прийти и провести там курс, и учение.

- Есть еще интернет сайт, связанный со **всем учением йоги**.

Есть учение «**Йога тибетского сердца**».

Есть учение связанное с учением йоги, с **классической йогой**. Есть «**Йога Сутра**» и «**Йога Прадипика**» и есть еще много учений связанных с йогой. Мы постепенно-постепенно загрузим их на сайте по йоге. Это дополнительный сайт, который сейчас на этапах создания.

- У нас еще сайт, и этот сайт связан с **издательством в свет**.

Его раньше упоминала Дорит, и мы хотим сделать в нем также виртуальный магазин который позволит людям приобретать наши издания книг и дисков.

В общем, вы видите, у нас есть достаточно большой список интернет сайтов и нам нужна помощь!

И каждый у кого есть доступ к построению, оформлению, основанию сайтов, к веб-хостингу, к ведению сайтов, или кто может быть хочет сделать определенные пожертвования предназначенные для основания и таких и других сайтов, вы также приглашены обратиться ко мне.

Это учение приходит ко многим людям, В следствии этого учения жизнь многих людей меняется, и мы хотим в наше поколение с помощью интернета прийти к огромному количеству людей. Это может быть очень чудесной возможностью распространить дхарму во многие места.

Это в отношении этой темы **интернет сайтов**.

Йога тибетского сердца

Орит сейчас скажет несколько слов обо всей теме йоги.

Орит: здравствуйте. Итак, я стою здесь но здесь есть много-много людей связанных с темой йоги.

И прежде всего вы знаете, что все это учение приходит через ламу Двору, и она проводит свое учение с Майей Гросс, она сидит здесь сзади, ☺ - через нее мы получаем учение «**Йоги тибетского сердца**», и наша идея это начать приносить это большему количеству людей и позволить большему количеству людей практиковать эту йогу которая очень мощна из-за того, что она содержит в себе не только с асаны тела но также и очень специфическими медитации вместе которые создают очень сильный эффект на практикующего.

О «**Йоге тибетского сердца**» можно много говорить. Я могу сказать, что до недавних пор люди вообще не знали, что тибетцы делают йогу. Геше Майкл прежде чем его вообще ввели в это учение десять лет обучался в монастыре. Только через десять лет его учитель решил, что он подходит для йоги.

И тибетцы не называют это йогой, они в переводе на иврит называют это «машиной тела». И он ему сказал, что это часть тайного учения и обучал его этому один на один частным образом. И когда учитель начал показывать ему, что делают и как практикуют, и он ему говорит: «Что, почему ты говоришь мне, что это тайна? Миллионы людей в США практикуют это и ☺, что в этом такого тайного?

И его учитель было просто в ошеломлен, и несмотря на то, что он был ошеломлен он очень обрадовался, у него на глазах появились слезы. И он сказал, что если у кого-то есть влечение к йоге - это значит, что ему осталось очень мало для завершения пути к просветлению. И он ему сказал: «Сейчас ты пойдешь, и будем этому обучать. Ты будешь обучать людей тому, как делать это правильно». И тогда тот создал эти серии по йоге. И у них есть много силы, и если кто-то хочет узнать еще больше он может прийти на эти курсы.

И наша идея это **расширить эту деятельность**, чтобы становилось все больше и больше учителей которые могут это делать, которые квалифицированы передавать этот вид йоги. И мы в сущности просим вашей помощи в основании этого сайта потому, что много людей происходит через интернет. Так они о нас узнают.

Еще один способ через который вы можете нам сильно помочь это если вы учителя по йоге или хотите стать учителями по йоге и хотите передавать этот материал в будущем, и я вас приглашаю обратиться к нам, и мы точно вам скажем каковы наши требования.

Если вы знаете о студиях по йоге которые могут предоставить нам место для того чтобы учителя смогли прийти и обучать там «Йоге тибетского сердца» - это будет огромной помощью.

И мы также обращаемся к вам – это учение стоит денег! И есть фонд стипендий за который ответственна Реут, и если вы хотите кому-то другому позволить участвовать в этом учении вы можете сделать пожертвование и мы будем очень рады. Итак, если вы можете помочь в одной из этих вещей мы будем рады если вы обратитесь ко мне. Спасибо!

Итак, большое спасибо. И у вас уже есть много над чем подумать. И это чудесно. И наша возможность потрясающая. Она потрясающая, мы находимся на таком перекрестке в нашей духовной истории который потрясающ, он абсолютно исключителен.

Миры существования

Урок 5. Мы сейчас переходим к тому, что в свое время было на курсе 8. Курс 8 еще раз

возвращался к **Abhidharma Kosha** (*Сокровищнице высокой мудрости. Создана мастером Васубандху жившем приблизительно в 335 году нашей эры в Индии*), тому, что мы делали также на курсе 5, когда исследовали ее в ее первой части.

Курс 5 обсуждает четвертую главу «**Абхидхармы Коши**» - о карме, о том как карма создает наш мир. Там это приводится с точки зрения «Абхидхармы» которая является одной из древних школ буддизма. Наше же представление здесь обычно с точки зрения *Madhiyamika Prasangika* (*школа вывода, срединный путь*) – и это самая высокая школа.

Под школой – подразумеваются древние школы буддизма древней Индии сотни лет тому назад, разные философские школы которые давали разные объяснения пустоты, разные объяснения о взаимозависимом существовании, о том как вещи существуют, и о том как вещи не существуют. И все они основаны на учении будды.

Есть разные школы пустоты, и вы в разное время слышите разные описания пустоты и все они верны, и все они очень полезны и очень помогают нам уменьшить ментальные омрачения и преодолеть страдания. **И только одна из них – объяснение пустоты номер шесть о пустоте – полностью верна, и это объяснение того, что мы называем «Мадхьямикой Прасангикой» - «Срединным путем», и большее время здесь мы продвигаемся по этому объяснению.**

«**Абхидхарма Коша**» - и это книга о которой я сейчас буду говорить именно из древней школы буддизма которая представляет первую версию пустоты, но наша тема сейчас не совсем пустота, это больше модель мира представленная в третьей главе «Абхидхармы Коши». И четвертая глава обсуждает карму – то как действия создают наш мир, законы кармы, и так далее.

Глава три занимается **буддистской космологией**:

- **Формами существования и тем, что к ним приводит?**
- **Как существа там выглядят?**
- **Сколько времени это берет?**
- Она также приводит детали о **истории мира – с буддистской точки зрения**, с точки зрения древнего буддизма.

И это одна из тем, которая здесь на западе нам тяжела. Раньше мы говорили о том, что у каждого из нас в сущности есть переживание индивидуальной реальности, и оно определяется через личную карму каждого из нас. И это мы поняли, и было очень тяжело понять, что у каждого из нас разные переживания, и в сущности все живут в разных мирах. Мы также поняли, что у животных которых мы будем здесь приводить в пример будут в отличие от людей совершенно другие переживания в том же географическом месте. И это мы понимаем потому, что мы видим людей, и видим животных.

Выясняется, что есть еще формы существования которые мы не можем видеть в данный момент. В состоянии глубокой медитации люди их видели, описывали их, и эти описания потрясают сходством между собой. Но так как мы на данный момент их не видим, не видит большинство из нас немного тяжело говорить о вещах о которых вы не знаете: «Есть такие, нет таких, мы не видели». И я не буду слишком много об этом говорить. Я скажу несколько слов, но не буду

слишком туда входить.

Все миры приходят из кармы...

Но прежде всего, важно:

Важно то, что – так как вещи пусты, так как нет объективной реальности которую я могу сравнить со своей реальностью, и так как все, что есть в моем мире абсолютно субъективно, и это переживание полностью определяется кармическими записями в моем сознании – появляется надежда прийти к просветлению.

Тем же самым образом, если карма намного менее удачна - может быть намного хуже, чем здесь.

То, что есть здесь это такое смешение. В жизни людей есть смешение надежды и страданий, наслаждений, красивых вещей и болезней, и смерти. У нас есть смесь.

Это может быть намного хуже даже среди людей. Мы в очень хорошем положении среди людей. Есть люди жизнь которых намного более несчастна чем наша, есть люди жизнь которых лучше на конвенциональном уровне.

...И наша карма в высшей степени потрясающа

И с духовной точки зрения мы в потрясающем месте, в которое 99.99% с чем-то людей в нашем мире не приходит.

Потому, что вы слышите вещи в которые вы если углубитесь, будете их практиковать, и хорошо их поймете - вы сумеете вывести себя отсюда.

И другие, даже если им очень хорошо... И я всегда думаю о севере Калифорнии, и это такой вид страны богов; там все красиво, погода всегда совершенная; в домах нет кондиционеров потому, что они не нужны. Люди всегда на улице, все они делают гимнастику, все они чудесно выглядят, все едят лучшую органическую еду, ее много и она дешева, и муниципалитеты предоставляют все услуги; есть библиотека игр, есть библиотека инструментов для работы, есть библиотека инструментов по садоводству. И все бесплатно. Вы можете – пойти в библиотеку, взять, вернуть. Все упорядочено, муниципалитет организует летний лагерь для семей, для родителей с детьми – рай.

Там живут мои дети, поэтому я с этим знакома. Мы ездим туда, в страну вина, где все чудесно, ухоженные холмы, ниспадающие виноградники, океан, реки, леса, деревья секвойи, рай. Земля изобилия... И вино. ☺

Все выглядит чудесным, но это не чудеснее чем здесь **потому, что им настолько чудесно, что они запутываются. Они забываются, и смерть стучится в двери, и фактически это парадокс.**

Вы не видите здесь знаменитостей, верно? Они сюда не приходят (*на уроки дхармы*). Почему? Потому, что у них есть приемы на которые они должны идти, у них есть Оскары на которые нужно идти, верно? Почему они не здесь? Потому, что они заняты. Они настолько заняты хорошими вещами, что когда уже наступает момент, это слишком поздно.

И к нам когда мы обучались в Нью-Йорке вдруг пришел такой красивый актер кино со своим водителем. И он был так красиво одет, и, что он там делал? Они не приходят к нам, они сюда не

приходят. Выяснилось, что у него был СПИД, и СПИД его пробудил, и все это вдруг стало бессмысленным, и он умер во время учения.

Итак, мы немного поговорим о разных мирах и представлениях о них:

- **Здесь в нашей жизни – те которые мы можем видеть.**
- **Если вы немного усугубите карму – мы в жизни людей также знакомы с несчастной жизнью, с несчастными нищими в Индии, с инвалидами, и с несчастными.**
- **Усугубите эту карму еще больше – и это уже выходит из области людей. Это намного большие страдания которые уже не из той области, которую мы переживаем напрямую.**

И наоборот!

- **Усиьте север Калифорнии еще больше – и вы придете в страну богов, в страну которая является страной удовольствия.** Но они не могут удержать это удовольствие и в то же время оно их одурманивает, оно их запутывает, и они не делают то, что нужно чтобы выйти оттуда.

И в этом смысле мы в чудесном месте потому, что у нас есть необходимое смешение; у нас есть образование и смесь свободного времени и страданий; страданий которые подталкивают нас, и у нас есть свободное время немного углубиться, изучать, исследовать, и практиковать.

И мы находимся в месте, из которого с кармической точки зрения можно прийти к просветлению, оно потрясающе.

Не с точки зрения силы наслаждения. Есть более приятные места, но там нельзя выйти, сначала не упав, а мы можем выйти.

И давайте об этом немного поговорим с пониманием того, что если все пусто и если все является проекцией кармы то очень может быть, что эти вещи возможны, даже если на данный момент у нас еще нет их прямого переживания.

Почему важно изучать о мирах существования?

Мы говорим о перевоплощениях и о переходах между мирами, и каждая такая беседа интересна – но я бы не рекомендовала вам после того как вы отсюда выйдете начать рассказывать людям об аде, о мирах богов, и так далее потому, что они странно на вас посмотрят.

Потому, что прежде всего вам нужно приобрести определенное доверие к обучающему вас учителю, и вам чтобы это стало возможным нужна определенная, минимальная степень понимания пустоты, чтобы это не было беседой о воздушных замках, чтобы это было чем-то уместным, иначе зачем посвящать этому учение?

И причина того, что мы говорим, что это для нас подходит в том, что если мы хорошо не поймем практику и не будем ее практиковать - мы придем в точности в те же самые места в которых мы так сомневаемся, и не очень хотим туда прийти. И очень важно, очень-очень важно их изучать, обязаны их изучать, но не как первостепенную вещь. Ок? Не как первостепенную вещь.

Продолжение сознания

И ключ к слушанию того, о чем я сейчас собираюсь рассказать разумеется это снова дело продолжения сознания. Снова эта тема, что в нашей культуре мы не склонны думать, что сознание продолжается. Фактически мы это не знаем. Мы смотрим; человек госпитализирован, он вот-вот умрет, к нему подсоединяют аппараты, аппараты прекращают тикать, показывать волны, ок, конечно. И тогда мы говорим: «кончено», но все, что кончено это жизнь в теле. Признаки жизни в теле окончены, и аппараты которые измеряют признаки жизни, не могут больше ее измерить.

Но аппараты вообще не могут измерить сознание. **Нет аппарата, который измеряет сознание.**

И мы говорим, что:

Из-за того, что сознание настолько отличается то, что происходит с телом совершенно противоположно тому, что происходит с сознанием во время смерти и это не верно, что когда заканчивается тело заканчивается и сознание. Это все равно, что думать, что когда ломается грузовик то это признак того, что умер водитель –аналогия такова.

И даже если я вас не убедила, и видимо я вас только этим утверждением не убежу, но противоположное утверждение которому мы да верим вы также не можете доказать.

Мы не можем доказать, что когда тело умирает, умирает и сознание; у вас нет этому никаких доказательств. Доказательство которое у вас есть это то, что оно больше не проявляется через тело.

И если вы еще не убедились в продолжении сознания – а я надеюсь, что вы склонитесь к этому потому, что есть свидетельства, и так далее, и многие просветленные люди могут рассказать это из личных переживаний – но даже если вы в этом еще не убедились **по крайней мере задайтесь вопросом в отношении несомненности того, что когда тело умирает все прекращается потому, что у нас нет доказательств несомненности этого. Это просто верование.**

К примеру у тибетцев все верят в продолжение сознания, все говорят о перевоплощениях, и там в этом нет никаких сомнений. Но даже они, если они не понимают почему это верно, почему это может быть верным, если у них не было личного переживания предыдущих жизней, и так далее, у них это также является верованием потому, что **до тех пор пока мы не обосновали это для себя, или не пережили это через прямое переживание – что является не малым делом, для этого нужно быть Арией, или иметь непрерывную логическую цепочку и это также не малое дело потому, что у большинства из нас логическая цепочка не непрерывна – но до тех пор, пока мы это для себя не обосновали - это на уровне верования.**

И мы делаем весь курс 4 который основан на блестящем логике **Dharmakirti** (индийский мастер который предположительно жил с 630 году нашей эры. Кроме прочего его писания это сочинения в 4 главы под названием **«Правильное восприятие»** которое фактически является защитой на произведение **«собрание о правильном восприятии мастера Дигнаги»**) который приходит чтобы позволить нам развить логические утверждения чтобы подтвердить понимание того, что сознание остается. На данный момент я не буду повторять весь этот курс, но я очень-очень рекомендую его потому, что это не единственная вещь которой он обучает. Он обучает тому почему вообще возможно стать буддой? Это очень важно, очень-очень важно; то как становятся буддой, и почему это вообще возможно? Потому, что у нас есть сомнения во всех этих вещах. Мы не видели будды, мы не знаем, что такое просветление, и: «Вот ты говоришь мне посвящать

практику и время цели, когда я даже не встречала будду. Я не знаю или такой есть». **У нас есть много сомнений, которые важно прояснить.**

И курс 4 потрясающ. Он возьмет вас через длинный путь в направлении прояснения этих сомнений, но здесь мы будем исходить из предположения, что это верно; предположим, сознание продолжается.

Сознание в сравнении с душой

Учительница (в ответ на вопрос, которого не слышно): это вопрос о термине. Я точно не знаю, что такое душа.

Когда мы произносим это слово: «душа», если мы посмотрим какое ментальное представление приходит вместе с этим – не на то, какой у этого грамматический корень, а на то какое вместе с этим к нам приходит ментальное представление – у нас есть какая-то идея какого-то внутреннего элемента в нас который каким-то образом более вечный чем тело.

Проблема с представлением «душа» в том, что у нас есть какое-то ощущение, что там, что-то есть. Тело закончится но там есть что-то от нас, что продолжится. И мы уже слышали немного о пустоте и так далее, мы уже готовы поставить под сомнение самосуществование этой вещи но: «Что-то! Ок? Что-то останется» - мы очень хотим, чтобы что-то от нас продолжалось.

И истина в том, что когда видят пустоту о которой мы говорим, когда переживают это прямое переживание которого мы так хотим потому, что это настолько сильный инструмент для освобождения нас от страданий – когда туда приходят понимают, что все пусто. Что нет никакой части нас, у которой есть какое-то самосуществование. Никакой части! Включая это продолжающееся сознание.

Наши знания по математике или архитектуре – это уходит. Младенца нужно еще раз обучать читать и писать. И эта часть сознания которая является более грубой частью сознания действительно не продолжается. Есть более тонкая часть сознания и она также уходит, и есть очень-очень тонкая часть сознания – и она продолжается, но когда видят пустоту то видят, что она также пуста.

И в «**Сутре огранщика алмаза**» это красиво описано. Мы здесь не входили в эту тему но там есть цепляние за человека и личность... Там есть разные уровни цепляния. **При процессе понимания пустоты мы постепенно-постепенно ослабляем разные уровни цепляния за идеи о том кто мы, включая идею души или сознания,** грубого сознания, тонкого сознания – все они пусты. И мы воздерживаемся от слова «душа», но если оно на данный момент тебе помогает, ты можешь его использовать. Только нужно не придавать ему самосуществования.

И наши мнения относительно того, что продолжается, или не продолжается впитаны нашей культурой, и мы обязаны их проверить.
--

У меня есть определенная картина того кто «я», и после небольшого обсуждения можно ее очень сильно пошатнуть. Потому, что я была «я» и тогда когда мне было пять лет, и я не выгляжу той же самой. И что это за «я» которая якобы знает, что это я? Когда мы начнем проверять, мы не очень ее найдем. И это разумеется возвращается к пустоте.

Рождение заново это кармическое изменение

Когда сознание после этой жизни продолжается мы говорим: «У нас будет другое существование, у нас будет другая форма». В большинстве случаев, почти во всех случаях у нас будет другое тело. Есть малая цифра исключений.

Что значит, у нас будет «другое тело»?

Это не то, что там нас ждет новое тело и нам только нужно войти в него, и тогда мы будем в нашем новом теле. Как и любое мгновение в нашей жизни это мгновение рождения заново – также проекция моего сознания.

Когда эта жизнь завершается - завершается и карма приведшая меня видеть себя в человеческом теле, в этом определенном теле. Эта карма завершается. У нас всех настанет день, когда все, что создает это тело - разом завершится. Для меня, в моем переживании. Тело будет там лежать, но в моем переживании я уже не буду связана с этим телом.

И это произойдет с каждым из нас. И когда это происходит, это говорит о том, что эта карма завершилась.

Что происходит потом?

У нас есть много карм которые мы все время носим с собой и из этой жизни, и из многих предыдущих перевоплощений. В момент смерти одна из них активируется, она начинает работать. Включается. Одна из них становится активной. Какая? Мы об этом поговорим, это очень важно.

Одна из карм которая активируется навяжет нам нашу новую реальность. Она навяжет нам видеть себя в другой реальности – и это то, что называется «рождением заново». Рождение заново это кармический shift. Кармы меняются.

Раньше одна карма управляла делами, она закончилась, приходит новая королева, и она сейчас управляет делами. И в этой карме я сейчас начинаю видеть вещи другими. Я смотрю и вместо того чтобы увидеть человеческую руку вижу ногу животного или руку бога – в мире богов, и тому подобное.

И это происходит за минуты.

За минуты после с момента смерти эта карма завершается, и мы видим себя в другом месте, у нас другое переживание. За минуты мы забываем, кем мы были. За минуты.

Самые значимые вещи которые мы делали в нашей жизни, самые сильные кармы, самые сильные склонности идут с нами в скрытой форме, в форме склонностей, в форме влечений или инстинктов, и только. Мы не помним кем мы были, мы не помним кем был наш отец, наша мать, наши дети, мы не помним наше имя, не помним как мы выглядели, в какой стране мы жили, были мы животным, или человеком. За минуты мы забываем все эти вещи.

Все вещи в которые мы вкладываем усилия исчезают за минуты. И эта карма нашего человеческого существования иссякает каждое мгновение.

Каждый момент, когда вы здесь сидите – уходят мгновения человеческого существования. Уходят! И это может быть любой деятельностью.

И так как большинство карм которые мы носим с собой намного хуже чем это существование – и это существование в сущности особенно удачное в соответствии с тем, чему нас обучает буддизм – шансы большинства из нас не хороши.

У большинства из нас шансы очень не хороши и обычно они намного хуже чем те, которые есть у нас. Мы вообще не будем похожи на тех кто мы сейчас. Есть миллион форм существования, миллион форм проявления сознания; миллионы таких форм, и куда мы упадем? Большие шансы на то, что это вообще не будет похоже на наше теперешнее существование.

Это немного как во сне. Вы спите, есть образа, есть история, есть роли, есть беседы. Вы просыпаетесь ото сна и куда все это ушло? Откуда это пришло и куда ушло? Это приходит из нашего сознания и это ушло.

Когда наступит этот момент, когда завершится эта жизнь - это будет в точности также, это будет как закончившийся сон, и начнется другой. В точности также.

Есть очень продвинутые практикующие которые могут проделывать эту практику во сне; они могут соблюдать свои обеты во сне. **До тех пор пока вы не достигнете очень-очень продвинутого уровня сна - у вас нет власти в момент смерти.** Вы не управляете. И тогда это намного хуже.

И если во снах мы не можем вмешаться и управлять ими, то разумеется мы не можем это сделать и в моменты смерти; разумеется у нас нет контроля над тем какая карма и куда нас возьмет.

Карма тогда полностью свободна потому, что она освободилась от связи с этим телом.

И очень полезно знать какие возможности перед нами стоят, и куда мы можем пойти.

Возможность выпавшая на нашу долю редка и преходяща

И иногда нам тяжело оценить, насколько эта жизнь с кармической точки зрения ценна, и она абсолютно редка.

Карма жизни человека, не инвалида, не слабоумного, здорового, интересующегося, духовного, который встречает эти вещи абсолютно редка, и чем дальше продолжается наша жизнь, тем больше уменьшаются наши шансы потому, что мы уже сожгли так много этой кармы, и поэтому каждое следующее мгновение становится очень драгоценным.

И поэтому используйте ее, ок? Используйте ее. Это не будет продолжаться вечно.

И каждый кто болел какое-то время тяжелой болезнью и выздоровел от нее – может быть вы можете вспомнить эти мгновения когда у вас может быть было ощущение, что все это уходит, и нет сил, и может быть мы уже не сумеем ничего сделать. Этот момент придет. Этот момент придет. Поэтому используйте это время. Потому, что эта карма настолько ценна, и это то почему люди внезапно умирают.

И мы можем научиться продолжать хорошую карму. Это цель практики – накопление добродетели, работа с обетами и с пониманием пустоты – как накопить достаточно хорошей кармы которая переведет нас через эту пропасть к прямому видению пустоты.

После этого – вам уже не нужно беспокоиться. После этого вы можете не приходить на курсы. Нет, нет, нет! Я говорю это в шутку. Наступает время когда вы можете не приходить на курсы, и это когда вы будда. Это состояние называют «нет больше учения». Вы получаете официальный

документ.

Но принимает ли будда прибежище?

Из зала: он сам является прибежищем, он сам является прибежищем.

Учительница: он является прибежищем, и он принимает прибежище. Он принимает прибежище в мудрости и сострадании которые у него уже есть чтобы умножить и использовать их. Он все время принимает в этом прибежище. Он все время в прибежище.

Если вы посмотрите на людей которые продвигаются на пути они еще больше следят за дневником, за обетами, за практиками, за мантрами, и за тантрами. Только тогда они понимают их огромную силу, и тогда они входят туда еще больше.

Мы можем научиться обретать контроль...

И да, мы можем изменить эту грустную судьбу, когда сжигаем карму, но это требует много работы. Это требует много работы.

В *Lo jong* мы обучаем как проблемы превратить в возможности. Вы помните? И в первом *Lo jong* которому мы обучали, и во втором. Когда появляется проблема мы учимся превращать ее в возможность. Мы говорим: «О! Пришла эта карма, как хорошо. Она созрела у меня когда я являюсь человеком, когда я изучаю дхарму, когда я под покровительством учителей. Если бы она сейчас не созрела то после того как закончилось бы человеческое перевоплощение страдания были бы намного хуже.

И важно во всем этом обсуждении помнить, что это моя карма, которая питает меня информацией.

Карма все время питает меня информацией, и мне кажется, что я передвигаюсь с места на место, и переживаю те или иные переживания.

Я никуда не иду. Нет ходьбы, нет факта ходьбы, и нет идущего, но у меня есть такая иллюзия, у меня из-за моей кармы есть такое переживание. Я живу внутри истории.

Реальна ли моя история? Да! Когда это больно – это больно, когда это функционирует – это функционирует. Но вся эта реальность создается только моим восприятием. И это мое спасение потому, что я могу начать учиться управлять своим восприятием. Я могу проектировать свое восприятие.

...Через накопление большой добродетели

И мудрость в том, чтобы научиться накапливать хорошую карму быстрее, чем мы ее сжигаем.

И это тяжелее всего, тяжелее всего.

Люди которые научились это делать - арии. Для этого нужно увидеть пустоту напрямую. До тех пор у нас почти нет шансов накопить хорошую карму потому, что мы все время в невежестве, все время не понимаем, и все время реагируем не правильно. Все время эгоистичны, и цепляемся за себя, и у нас почти нет шансов.

Единственный шанс это воспользоваться учителями, дхармой, и вещами которые приносят это

учение другим. У этого есть сила.

И для этого проекты. Это почти наш единственный шанс.

И как вы знаете, что то, что я говорю верно? Посмотрите на то какими вы были год назад, два года назад, или пять лет тому назад? Вы повзрослели и состарились, или нет? Если вы видите на себе изменения в возрасте то вам еще нужно работать. Вы все еще сжигаете хорошую карму намного быстрее чем вы ее накапливаете. Это то, почему мы старимся.

И тантрическая практика предназначена для того чтобы обратить этот процесс вспять.

На очень продвинутых своих этапах она обращает старение вспять, и даже как было сказано идет еще дальше. Это возможно только если вы понимаете как она работает. И основа здесь – это понимание пустоты.

Если вы несколько лет работаете над этим пониманием кармы и пустоты, соблюдением морали как нужно, и так далее - вы можете уничтожить огромное количество отрицательной кармы приходящей с нами. Вы можете очистить много-много отрицательной кармы, и начать обращать этот процесс вспять. И это чудесный процесс, когда он начинает происходить это потрясает. Он очень обнадеживает, и для него нужно сделать много подготовки.

Sakya Pandita из мудрецов Сакья обычно говорил, что: «Серьезные ученики дхармы должны отказаться от малых наслаждений чтобы прийти к большим наслаждениям».

Для того чтобы прийти к этому большому наслаждению нужно практиковать, и для этого нужно немного отказаться от незначительных наслаждений жизни которые вы однозначно потеряете.

У существ которые живут в таких нижних разделах как ад, мир животных, и так далее – почти нет возможности накопить хорошую карму. Почти нет, и тому кто туда уже падает почти невозможно выйти оттуда. Потому, что они все время поедают друг друга, или же они погружены в настолько сильную боль, что вообще не могут подумать о совершении по отношению к кому-нибудь чего-то хорошего. Они сходят с ума от страданий. И там очень тяжело, очень тяжело. Единственный их шанс выйти это когда они падают в какое-то особенно несчастное перевоплощение которое сжигает им много плохой кармы, и тогда в конце этого перевоплощения остается какая-то карма того, что они один раз по ошибке улыбнулись какому-то бодхисатве... Но оттуда выйти очень-очень тяжело.

Мир желаний

Вы помните **Jetop yeshe**? Это **мудрость приходящая после**, после медитации на пустоту. Когда бодхисатва спускается из этой медитации у него есть все эти осознания «четырёх истин арии» которые мы перечисляли, и одна из вещей которые они видят это три слоя существования во вселенной, то, что мы называли «тремя мирами».

Они видят, что мы находимся в одном из них и этот мир в котором мы находимся называется «миром желаний». На тибетском:

Dokam

Произнесите: **Dokam**.

Dokam – это мир желаний.

До – это желание.

И **Кам** – это королевство или вселенная.

Итак, это один из них, мы в нем находимся, и он называется так из-за того мы во власти желаний; мы полностью во власти желаний. Каких желаний? Желаний объектов органов чувств. Мы верим, что объекты там снаружи. Мы не понимаем их, и мы их хотим. Особенно секса и еду. Не только, но это доминирует.

Мир желаний это мир не только людей. Он содержит в себе и животных, они также хотят секса и еды, и также более низкие миры. И мы крутимся в мире желаний, и до сих пор не встречали других существ. Мы все время были в нем и никогда из него не выходили.

Когда молодой ария видит пустоту, его тело остается здесь, но сознание поднимается в более чистую форму существования – то, что называется «миром форм». И когда он оттуда спускается он понимает, что сейчас это намного более грубое сознание. Там сознание не очень заинтересовано в сексе и еде, это другой мир.

И в мире желаний в котором мы все время вращаемся если взять самого святого, хорошего, милосердного человека, большого праведника в мире желаний в нашем человеческом мире, и поставить рядом с ним самого большого злодея, если мы возьмем все формы существования в общем диапазоне и сравним чтобы проверить где находится человеческое сознание с точки зрения его тонкости, то **разница между самым большим злодеем в мире желаний и самым большим праведником в мире желаний может быть будет один процент от этого диапазона. Разница мизерна.** То, что они находятся в мире желаний делает их очень похожими.

Мир желаний поврежден в своей основе

Этот мир желаний - это поломанный мир, это дефективный мир, это мир в котором нам все время нужно терять все, что у нас здесь есть, и если большой праведник не прорвется через прямое видение пустоты, он с легкостью может скатиться до того чтобы стать самым большим злодеем, и наоборот. Наоборот это сделать менее легко, но такое также может быть.

Мы сюда пришли силой кармы, и карма иссякает. Мы не можем удержать ничего из того, что у нас здесь есть, и наше сознание полно ментальных омрачений, наше тело все больше стареет и распадается. Любая вещь которая у нас есть в этой жизни все больше стареет и распадается.

То, что мы сюда вообще пришли, что родились в этой вселенной свидетельствует о том, что у всех у нас есть плохая карма. И то, что мы все еще здесь также свидетельствует об этом потому, что когда мы завершаем плохую карму мы уже не здесь. И этот мир поломанный, он не работает. Вы можете сказать, что он как поломанная машина. Он как мусорная корзина на компьютере. Он не работает.

И все это видит ария когда видит пустоту напрямую. Когда он оттуда выходит он это понимает.

Он понимает, что до сих пор он жил в поломанном мире. И нечего его чинить.

Нечего пытаться починить сансару. И это не означает географического выхода – это означает трансформацию сознания.

И с определенной точки зрения находится здесь пустая трата времени потому, что мы потеряем

все. Работаем, работаем, работаем – потеряем все. Рождаемся еще раз, еще раз трудимся чтобы приобрести вещи – еще раз теряем все. Это как плохая шутка.

Вещи здесь не работают, и они не могут работать. И весь путь буддизма состоит в том, чтобы выйти отсюда. Не починить это – а выйти отсюда.

В этом мире желаний есть разные разделы о которых мы поговорим на нашей следующей встрече, и большая их часть ужасна. И мы поговорим о них, поговорим о формах страданий здесь, и о том как отсюда выходят.

Цель этого учения

И я в завершение хочу сказать несколько слов, и на этом мы расстанемся. И это снова возвращается к целям, почему мы изучаем эти вещи? Почему мы посвящаем время их изучению их пониманию, их практике, и медитации на них? Каковы наши цели и цели всей нашей деятельности?

- И пришли чудесные люди и поделились с вами возможностями участвовать. Но это может очень запутать потому, что может показаться, что мы здесь чтобы привести много учеников. Нет! Мы здесь не для того чтобы привести много учеников.

- Может быть мы здесь для того чтобы у нас был чудесный сайт чтобы много людей его посещало и слушало нас? Это не наша цель.

Мы здесь не для того чтобы делать йогу, мы здесь не для того чтобы у нас был хороший сайт, мы здесь не для того чтобы приходило много людей и любило нас. Мы здесь не для того чтобы у нас было много нажатий на сайтах.

Все эти вещи являются средствами для абсолютной цели.

Мы здесь для того чтобы каждый из нас достиг абсолютных целей духовного учения в своей жизни.

Это цель, и не нужно это путать со всеми действиями и со всеми людьми, которые их выполняют. Для того чтобы туда прийти нужно проделать все эти действия, но цель не в них.

Цель в том чтобы каждый из нас пришел к прямому видению пустоты, к практике с этим пониманием, и в конечном итоге пришел к полному просветлению, вышел из сансары, вышел из этого поломанного мира. Это наша цель.

И каждый раз когда отсюда соскальзывают – теряют компас. Наша цель не много групп, и не много учителей. Это средства для достижения цели, и для того как сделать это возможным для других. Но не нужно путаться.

Наша цель высокая, она абсолютна, и это всегда было целью буддизма. У будды никогда не было другой цели.

Он не приходил научить нас успокаиваться, он не приходил впечатлить нас рассказами о разных вселенных, он не приходил чтобы мы стали монахами. Все чему будда приходил обучать это тому, как нам выйти из страданий; откуда приходят страдания и как нам из них выйти? Как создают страдания и как прекращают создавать страдания, как освобождаются от страданий. И это все

чему он приходил обучать.

И мы хотим добавить:

Будда обучал также и таким путям как тантра – как выйти отсюда быстро, потому, что мы не можем вынести страданий всех существ вокруг нас – и это наша цель. И я хочу пригласить вас не забывать этой цели.

(Мандала)

(Посвящение)

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

Рамат-Ган, апрель 2009

Урок 5, часть 2

Добрый день, приятно снова вас видеть, мы начнем с мандалы.

(Мандала)

Краткое повторение

Итак, мы все еще в уроке 5, который мы не закончили. Этот урок занимается разными формами существования, и шестой урок также продолжает эти темы.

И мы начали эту тему и сказали, что мы находимся в том, что называется **миром желаний**.

Мы сказали, что то, что приводит нас в мир желаний это та же самая вещь которая приводит нас в любое другое место - это наша карма. И из всех форм существования в сансаре, в колесе жизни - мир желаний это самая низшая форма существования. Из всех форм существования это самая страдающая форма.

И мы сказали, что эта реальность в которой мы находимся определяется нашим восприятием. Она вся является проекцией нашего восприятия.

И говорит ли это о том, что она не настоящая? Нет, это об этом не говорит. Она настоящая. Стол настоящий, тело ощущается для меня настоящим, когда мне больно это ощущается по-настоящему. Что не делает это не пустым. Мы говорим, что это пусто от того чтобы иметь ту или иную природу со своей стороны. **Это проекция из моего восприятия и это восприятие определено моей кармой.**

И счастье, что это так потому, **что если это приходит из моего восприятия и если мое восприятие приходит из кармы то если я пойму как работает карма я сумею начать проектировать свое восприятие и тогда это создаст для меня тот мир, который я хочу.**

И это шанс для всего духовного пути – иначе нет смысла. Если все уже определено и у этого есть собственная природа то делать нечего, тогда пей и ешь потому, что завтра мы умрем, и все кончено. **И одна и та же вещь, воспринимаемая мной в этот момент так как она мною воспринимается – а с немного более удачной кармой может быть воспринята как более высокая форма существования, а с менее удачной кармой как более низкая и более страдающая форма существования чем та, которая есть у меня сейчас.**

Дело в том, что мы не знаем как накапливают хорошие кармы. И мы об этом говорили. Может быть один из ста тысяч знает как создать хорошую карму. Есть очень мало людей которые умеют накапливать хорошую карму быстрее чем они сжигают ту хорошую карму, которая у них **уже** есть.

Когда темп накопления хорошей кармы превосходит темп потребления той кармы которая у нас уже есть. Такие очень редки. Очень редки. Когда вы их встречаете это видно. Вы начинаете видеть это по ним.

Мы немного говорили о тантрической практике, она предназначена для того чтобы обратить этот процесс вспять, в этом ее задача. Она предназначена для того чтобы обратить этот процесс вспять и постепенно но относительно **быстро** привести наше сознание и наше тело к другой форме существования. Разумеется, это тяжело. Такая высокая цель как подняться в нашей духовной эволюции - это не малая вещь. До сих пор мы этого не делали, до сих пор мы все время крутились в одном и то же колесе. И верно, что люди это более высокая форма существования в сравнении с животными, но на данный момент у нас нет никаких гарантий, что мы снова не станем животными или существом ада.

И мы в сущности все еще в том же самом месте потому, что мы не знаем, как создать эту гарантию. **Здесь мы говорим о поднятии в защищенное место, откуда нельзя упасть.** И разумеется это тяжело, разумеется это потребует от нас усилий, вне сомнений. И такое возможно **только** если мы **понимаем** как работает этот процесс. У него нет шансов если мы не понимаем как он работает. Вместе с этим, если понимают как этот процесс работает то несколько лет практики с этой мудростью, с этим пониманием начинают обращать этот процесс вспять. И этот процесс чудесен. Он очень приятен, он очень потрясающ. Это волшебное путешествие которое мы еще не делали, с которым мы не знакомы. Потому, что:

Цель буддизма, цель ради которой пришел будда и обучал этому - привести нас к счастью и позволить нам обучать других тому, как они могут прийти к счастью.

И это нельзя сделать в низшем существовании. Животные и так далее почти не могут накопить карму которая выведет их оттуда.

Понимание сансарных страданий арией

И вы помните, мы говорили о двух этапах медитации на пустоту, первый это:

Nyam shak yeshe

Это мудрость в медитации, когда есть прямая встреча с пустотой.

Потом есть:

Jetop yeshe

Это мудрость приходящая после.

И когда человек выходит из медитации он **понимает** эти три вселенные, о которых Арие скоро расскажет немного подробнее. **Он понимает, что он находится в мире желаний. Он видит мир желаний потому, что он уже был в другом месте. Он будто бы поднялся на минутку вверх и сейчас понимает, что спустился обратно.**

И нам тяжело оттуда где мы находимся увидеть это потому, что мы здесь были всегда. Это немного как в примере с рыбой которая всегда в воде – она даже не знает, что находится в воде. И с нами происходит то же самое, нам нужно чтобы кто-то кто это видел нам рассказал: «Эй, есть другое место, есть другое место» и это возвращается к истории о лягушке в колодце которая

думает, что это вся вселенная до тех пор пока кто-то не показывает ей океан и ее голова взрывается.

И важно понять как мы сюда пришли чтобы мы сумели отсюда выйти и то, что привело нас в мир желаний - это наши ментальные омрачения и отрицательная карма, которую мы накопили, отрицательные действия, которые мы накопили.

Ария бодхисатва который выходит из медитации, который может читать сознания видит как **наше сознание переполнено ментальными омрачениями.**

- У нас есть не чистое сознание.

- У нас есть тело отражающее это сознание, распадающееся, иссякающее, и старящееся.

- И не только сознание и тело, но также и наше окружение, весь наш мир такой отражает природу нашего сознания, и мы живем в иссякающем мире, мы все время теряем дорогие вещи, дорогих людей, дорогие предметы.

И то, что мы сюда пришли свидетельствует о том, что мы не были хорошими. Это не хорошая карма. То есть верно, что есть кармы еще хуже, но эта не хороша.

Это может быть слышится таким пессимистичным но важно понять это для того чтобы мы захотели отсюда выйти, и есть куда идти, и в этом все дело. Это не все, что есть и нам нужно услышать это от будд и арий, из мест нашего прибежища для того чтобы мы сумели пойти в след за этим учением и создать это для себя.

Итак, человек видит это немедленно после того как увидел пустоту напрямую. Он видит, что это существование поломанное, этот мир поломан, этот мир это **пустая трата времени**. Это как **Сизиф** в описаниях греков, когда он все время катит большой камень в гору и каждый раз камень падает вниз. И это то, что мы делаем все время: мы бежим, пытаемся улучшить свою жизнь, теряем все и начинаем сначала. Еще раз нужно перевоплощаться, еще раз начинаю сначала, и это такой вид – плохой шутки.

И этот путь которому мы обучаем в сущности единственный который может вывести нас оттуда. И когда я говорю единственный я не подразумеваю то или иное «учение», я подразумеваю, **что:**

В пути обязаны быть элементы мудрости понимающей пустоту и понимающей как карма и пустота вместе создают наш мир и позволяют нам создать рай. Без этих элементов мы не сможем выйти, не сможем.

И большинство традиций даже не говорят нам, где мы находимся, они даже не показывают нам, что есть что-то другое. Я хочу чтобы **вы начали ценить насколько исключительна и особенна встреча с этими знаниями и насколько особенными вам нужно было быть чтобы встретиться с ними.**

Три сансарные вселенные

- Мир желаний

Итак, мы находимся в мире желаний: **Do kam.**

Do kam

Итак, произнесите: Do kam.

И в нем есть свои разделы которые показывают нам там в колесе, и мы позже о них поговорим. Они, к примеру, включают в себя ад.

Ад это не метафора. Это очень несчастное место, очень-очень несчастное место. Верно, что в человеческой жизни есть ситуации, когда люди чувствуют себя будто в аду. Это верно, люди говорят: «я прошел через ад», и им можно верить, что они прошли через ужасные переживания. Но это не верно, что ад это метафора. Все, что есть в человеческой жизни управляется человеческой кармой, когда эта карма после смерти завершается это может перейти в намного большую крайность страданий, и это может перейти – и да часто переходит – в **намного большую** крайность страданий, и также и в другом направлении, это может перейти в крайность намного больших наслаждений чем те которые есть в человеческой жизни.

Поэтому не думайте, что **наше переживание хорошего и плохого** это все, что есть потому, что **это только маленький фрагмент спектра существования в мире желаний, и в мире вообще.** И из-за силы страданий там в аду, а страдания там очень сильны, ощущение времени замедляется и то, что нам кажется днем, для них это год. И для них это эпохи проведения в ужасной боли потому, что боль настолько ужасна, и они даже не могут там умереть; они мучаются в ужасных пытках и даже не могут там умереть.

- Мир форм и мир без форм

Те которые вверх, даже в самых приятных местах также страдают. Верно, что у них некоторое время есть наслаждение но это наслаждение приходит в следствии того, что они накопили карму, и когда они там они используют эту карму. И они еще не видели пустоты, они не знают как ее обновлять, и тогда когда они используют ее всю то, что им остается это только упасть.

Арие: мир форм и мир без форм

Мир форм называется:

Suk kam

Произнесите: Suk kam.

Suk – это форма.

И мир без форм называется:

Suk me kam

И Me это отрицание.

Как туда приходят?

И туда приходят, когда делают много очень глубокой медитации.

Прежде всего, когда приходят к одноточечной концентрации это ощущение наслаждения – и телесное и ментальное – очень большое. Нет никаких проблем сидеть в медитации часами, и приходят к все более и более тонкому ментальному состоянию. Есть четыре уровня глубины принадлежащие к миру форм, и четыре дополнительные уровня принадлежащие к миру без

форм.

И когда мы делаем больше медитации после того как приходим к уровню одноточечной концентрации то прежде всего мы наслаждаемся этим, и во вторых мы приходим ко все более и более глубоким состояниям, и если мы делаем эту медитацию долгое время, когда мы умираем мы переходим в мир форм или в мир без форм, в соответствии с тем в каком виде медитации мы проводили время. Эти состояния также называют Джанами. И в первых четырех Джанах мы придем в мир форм, а в четырех последних – мы придем в мир без форм.

И у нас там нет много возможностей совершать хорошие действия.

В мире без форм вообще нет никаких действий телом, это только ментальные действия основанные на концентрации и ощущении наслаждения, и в мире форм также нет телесной боли и также есть много приятных ощущений. И это наслаждение очень дорого с кармической точки зрения.

Мир форм и мир без форм это очень дорогая карма, которую нам нужно в кавычках «инвестировать» чтобы создать для себя такую проекцию мира. В отношении этих состояний есть предостережения, в отношении мира форм и мира без форм. Потому, что мы пришли туда из-за созданной нами кармы, а карма конечна и на определенном этапе она завершится, и когда она завершится, что с нами произойдет? Обычно мы упадем в нижние миры потому, что находясь там мы уже использовали нашу хорошую карму. И там пребывают много времени, но когда падают – падают глубоко.

Когда мы приходим к нирване, это похоже. Это состояние в котором **у нас больше нет боли, но мы не приносим блага другим.** Наслаждение там настолько одурманивает, что мы остаемся там эпохи эпох и оттуда очень тяжело выйти и **накопить карму принесения блага другим для того чтобы стать полным буддой.**

В каких местах можно совершать хорошие действия?

Мы говорим, что:

Самое хорошее место это там где мы сейчас находимся. По нескольким причинам, но основная причина это то, что у нас есть правильное смешение страданий и условий приносить благо.

Никто не хочет страдать, и тогда он служит подталкивающей силой, хлещущим кнутом подстегивающим нас отсюда выйти.

Потому, что без страданий – в мирах богов, в мире форм и в мире без форм у нас нет мотивации, все хорошо **до тех пор пока не заканчивается карма и мы не падаем.** В нашем мире у каждого есть беды и это мотивация, позволяющая нам прийти к духовному пути и продвинуться по нему.

Есть также и дополнительные причины. Тот кто не является человеком не может практиковать тантру и поэтому **конечный этап приход к полному просветлению всегда обязан происходить из состояния человека. Потому, что без практики тантры нельзя прийти к полному просветлению.**

Высокие бодхисатвы уже не находятся во власти кармы и ментальных омрачений, они уже могут выбирать где родиться. Обычно они выбирают вернуться в человеческое существование. Потому, что если они родятся в качестве животного – у них будет способность совершать благо но другие животные с которыми он будет взаимодействовать не будут это воспринимать. Не будет

тех кого они сумеют обучать, в то время когда в человеческом существовании такие есть. А в еще более высоком существовании могут воспринимать - но у них нет мотивации слушать. И вместе с тем здесь, в человеческом существовании – они могут практиковать тантру.

Временный рай

Лама Двора: Арие рассказал как переходят в *Suk kam*, в мир форм, и он сказал, что это результат не правильно выполняемой медитации, и я хочу сказать об этом несколько слов.

Часто можно услышать такое учение, что нужно сидеть и фокусироваться на дыхании на протяжении часов и дней, или сидеть и просто обращать внимание на то какие мысли проходят в нашей голове и это медитация, или просто на то какие ощущения в теле, и это медитация.

Это чудесные медитации которым обучал будда, но они для того чтобы начать процесс концентрации. В буддистских писаниях нигде не написано, что это суть практики. Это меняется когда входят в тантру где есть другая задача для дыхания, и так далее.

Эта практика считается большой ошибкой, она не может освободить нас от страданий, она может только временно привести нас в эти мира блаженства.

В эти временные раи и это *Suk Kam* и *Suk me kam*, в мир форм и в мир без форм. **Это временное блаженство, оно нас не освободит.** Как было сказано – мы исчерпаем там хорошую карму и упадем снова.

Это учение которое к сожалению можно часто слышать. Оно очень опасно с кармической точки зрения. И речь идет не о том, что вы делаете медитацию на дыхание час в день, речь идет о ком-то кто попался на это и делает это все время, часы за часами, дни за днями, и так он уходит из этого мира, и **это очень опасно.**

Если это не освобождает от страданий то, что да освобождает?

То, что да освобождает это когда медитация сочетается с пониманием пустоты вещей, с пониманием того откуда приходят вещи.

Мы говорим, что мы в мире желаний. Почему он называется миром желаний? Потому, что мы в основном хотим в нем еды и секса, но не только, мы хотим объектов органов чувств. И мы говорим, что этот мир поломан, это тот мир который будет причинять нам страдания до тех пор пока мы будем в нем находиться потому, что любая вещь в этом мире будет отобрана у нас, и мы не имеем над этим власти. И мы хотим выйти из этого мира, то есть мы каким-то образом хотим преодолеть эти желания.

Что значит преодолеть эти желания?

Мы не пытаемся уничтожить желание. Это не наша цель. Потому, что мы да, к примеру, должны хотеть завершить духовный путь.

Нам нужна большая степень мотивации и воодушевления чтобы проделать этот путь, чтобы мы его завершили. Это требует больших усилий, и мы не должны от **этого** отказываться.

Мы да должны научиться отказываться и уничтожать влечение источник которого в невежестве, влечение которое не понимают откуда приходят хорошие вещи, и которое

пытается получить их не кошерными путями.

Не кошерными в буддизме означает – такими которые причинят мне страдания. Не кошерными это все, что в результате посеянной мною кармы заставит меня потом страдать и продолжать крутиться в колесе. Это мы пытаемся уничтожить. Влечение получить вещи или освободиться от вещей, которое не понимает откуда в мою жизнь приходят хорошие вещи, и которое не понимает откуда в мою жизнь приходят не приятные вещи, и которое без этого понимания пытается привести себя более удобное место. **От этого мы хотим освободиться.**

Итак, это в отношении мира желаний, и сейчас Арие опишет нам **наши страдания здесь как людей в мире желаний.**

Шесть видов страданий

Арие: мы поговорим о **шести видах страданий**. Мы конечно же знакомы с делением страданий на три вида страданий (*страдания страданий, страдания изменений, и всепроникающие страдания – смотрите к примеру курс 7, урок 1*) здесь есть другое деление которое сделано Панчен Ламой первым, деление на шесть видов страданий:

1. Отсутствие несомненности

Итак **первый вид** называется:

Ngeme

Ngeme – ничто не несомненно.

У меня есть хороший друг, сегодня он хороший друг, что произойдет завтра? Не знают, может быть он превратится в моего врага. Я что-то сказал, даже не подразумевал ничего плохого, он обиделся, завтра он станет самым большим моим ненавистником. И также и наоборот. Может быть, есть кто-то, кто сегодня является моим врагом, а завтра кто-то другой станет его врагом и так как его врагом стал другой - он превращается в моего друга потому, что ему нужен какой-то друг. Или происходит что-то другое и тот, кто мой враг становится моим другом. Итак, друг становится врагом, враг становится другом.

2. Никогда не удовлетворены

Второй вид страданий, произнесите:

Ngom mishe

Ngom mishe – это не способен быть удовлетворенным. Неспособность быть удовлетворенным.

Все мы знаем, что если мы чего-то хотим и получаем это - то у нас появляется другое желание. И мы не способны быть удовлетворенными долгое время. Ты продвинулся по работе – и через какое-то время ты хочешь продолжить продвигаться. То, что всегда было твоей мечтой – сейчас уже не достаточно. С детьми – то же самое. Это со всем, что у нас есть.

Отношения. Ты очень хочешь с кем-то отношений и после того как отношения появляются, если тебя получилось создать отношения, что происходит? Через год или два начинается отдаление. Потому, что это приходит из кармы. Это приходит из кармы и карма конечна. И для того чтобы не появилось отдаление нам осознанно нужно прилагать большие усилия чтобы сохранить

отношения. Иначе отношения распадаются.

И особенно это актуально в отношении духовных учителей. У вас есть какая-то хорошая карма которая созревает и вы создаете отношения с духовным учителем – эта карма конечна, и это драгоценная карма, она иссякает достаточно быстро, и если вы не прилагаете серьезных усилий для того чтобы эти отношения сохранить – это теряется.

Все мы знаем людей, которые может быть приходили на один или даже на немного большее количество курсов, а через какое-то время пошли в другое место и потеряли связь с дхармой. Это что-то, что нужно развивать и вкладывать в это. Иначе это не останется.

3. Снова и снова вынуждены терять свое тело

Третий вид, произнесите:

Yang yang lundor

Смысл этого в том, что **мы снова и снова теряем свое тело.**

Мы умираем. Наше тело это что-то, что очень нам дорого, и с годами оно становится все дороже и дороже. Чем больше мы за ним ухаживаем, чем больше мы его украшаем и заботимся о нем, тем дороже оно нам становится. Это наше тело, верно? Каждый тяжело работает, экономит деньги, и потом вдруг у него появляются проблемы со здоровьем – и он без сомнений готов потратить все деньги заработанные тяжелым трудом, чтобы сохранить это тело. Верно?

У нас нет способности сохранить это тело. Это тело приходит из кармы. Это тело по своей сути временно потому, что карма временна. И это третий вид страданий в нашей жизни.

Когда мы умираем мы обычно в ужасном расстройстве. Мы чувствуем себя ужасно от того, что теряем свои вещи, в особенности свое тело. Мы входим в замешательство, мы сердимся, и обычно в результате этого мы попадаем в нижние миры. Потому, что нужно знать, **как умирать хорошо** чтобы увеличить свои шансы в следующем перевоплощении прийти в более хороший мир, или в полностью хороший мир.

4. Снова и снова вынуждены получать сансарное тело

Еще один вид страданий, произнесите:

Yang yang nyingtsam jor

И это – **когда нам нужно получать новое тело снова и снова.** Все мы наверное не помним как мы рождались но матери находящиеся здесь конечно же помнят, что привести ребенка в мир это большая боль. И из этого также можно сделать вывод, что ребенку родиться также очень больно. Снова и снова принимать новое тело – факт самого рождения приносит боль, и потом у этого тела есть все беды которые мы не способны преодолеть.

5. Все время поднимаются и спускаются

Пятый вид страданий называется:

Yang yang tomen gyur

Смысл этого в том, что **мы как на качелях: поднимаемся и спускаемся, поднимаемся и**

спускаемся. Что значит, поднимаемся и спускаемся? У меня есть какой-то успех, мне удалось заработать денег, и тогда что-то происходит, и я теряю эти деньги. Я начал делать гимнастику и тогда я чувствую себя лучше, а потом я получаю травму и чувствую себя хуже. У меня появились какие-то отношения, а потом отношения распадаются, и так далее. И таким образом все время **в каждой сфере нашей жизни есть подъемы и спуски, подъемы и спуски.**

И мы неспособны это предотвратить, это не то, что: «Ой, отношения испортились, если бы я только сделал по-другому», я потерял деньги, если бы я только сделал что-то другое, этого бы не произошло», нет это не так! Карма завершается, и если я не создал новую подходящую карму - то это заканчивается. Это идет в соответствии с кармой которая конечна, в особенности если я не понимаю как работает карма, и не создам причин для того чтобы это продолжалось - я это потеряю.

6. Всегда одни

Последний (шестой) вид страданий называется:

Drokme

Итак, это шестой, **меня никто не будет сопровождать.**

Это выглядит так, будто мы окружены людьми, это выглядит будто у нас есть отношения, у нас есть дети, у нас есть семья, родители – кажется будто мы не одни, но в сущности **когда я умираю я всегда один.**

Никто не пойдет с нами, когда мы умрем. У фараонов в Египте убивали всех их слуг и надеялись, что это поможет, и они будут им служить и в будущем перевоплощении. Это не помогает. В конечном итоге ты один.

Это шесть видов страданий, которые мы все время переживаем, и мы не можем их преодолеть в значительной степени потому, что все проистекает из кармы.

Наш мир управляется кармой...

Лама Двора: большое спасибо.

Эти виды страданий которые перечислил Арие это шесть видов, которые **характерны для людей** внутри сектора мира желаний. Но в мире желаний есть намного большие страдания. Эти виды страданий характеризует нашу жизнь как людей и **цель этого учения - понять характер человеческой жизни и ущербность мира желаний в котором мы находимся.**

У нас никогда нет ни в ком уверенности. Как он сказал, тот кто был нашим большим врагом завтра станет нашим лучшим другом, тот кто сегодня мне близок завтра станет моим врагом. Мы не видим этого, мы очень ограничены в своем видении. Мы очень заняты заботой о себе, о членах своей семьи, и ненавистью к своим врагам, но наши враги может быть в предыдущем перевоплощении были нашими детьми. Мы знаем, что к сожалению часто те кто были самыми большими влюбленными превращаются в самых больших врагов.

Полицейские знают – места где есть семейные ссоры это очень опасные места. Там есть самая большая любовь, и самая большая ненависть, и за короткое время они могут сменить друг друга.

И это природа существования, которая диктуется кармой.

...И поэтому мы можем получить контроль в нашем мире

Но до тех пор, пока мы не научимся создавать карму мы ею поработаны. Карма будет управлять нашей жизнью. Вместе с этим, если мы начнем тяжело работать, практиковать, и соблюдать обеты - жизнь начнет становиться все лучше и лучше. И постепенно-постепенно наш мир начнет меняться. Наше переживание мира начнет меняться. Мы становимся окруженными все более и более хорошим и любящим миром, и есть все меньше нежелательных вещей.

В этом все дело:

Все это описание разных миров не для того чтобы ввести вас в отчаяние, а для того чтобы продемонстрировать нам, что эти вещи приходят из кармы и если мы понимаем как работает карма в наших силах ее изменить.

Это цель всего этого учения и в этом плане как сказал Арие **мир желаний идеален для нас чтобы проделать эту работу.**

- Ее нельзя проделать когда мы наслаждаемся там в мирском раю богов потому, что все хорошо, зачем прилагать усилия? Поэтому там этого не происходит, там не выполняется работа.
- Работа не выполняется и в разделах страданий потому, что страдания там слишком сильны.
- И здесь у нас есть точное соотношение, у нас в нашей жизни есть микс страданий и свободного времени.

Мы живем в жизни, где дата смерти неизвестна, и смерть является для нас большим учителем. Такое есть не в каждой вселенной, есть места где это по-другому. И у нас есть сочетание страданий и надежды, у нас есть сочетание поворота (отречения), отвращения к страданиям, и интеллекта который способен понимать и быть последовательным с этим пониманием.

Наше нынешнее существования служит трамплином, является исключительной возможностью

Человеческий мир в котором мы находимся - это трамплин для того чтобы сменить вселенную.

Условия которые мы сегодня видим в США, и я думаю еще во многих странах – и я говорю это абсолютно искренне – это потрясающие условия позволяющие сделать этот переход. Сочетание обстоятельств которые сейчас есть у нас в стране – у нас есть сочетание страданий которые к примеру происходят из-за ужасной ситуации в сфере безопасности, мы очень близки к смерти в нашей стране, и с другой стороны у нас есть хороший интеллект, у нас есть хорошее образование, у нас есть потрясающие моральные ценности пришедшие с нашим наследием – мы открыты таким вещам. Вы можете здесь видеть, здесь есть высокий процент людей ищущих духовный путь, открытых ему, и у этого есть хорошие причины. Мы готовы к нему с кармической точки зрения.

Итак, у нас есть эта подготовка, и есть встреча с этими знаниями. Потому, что только подготовки не достаточно, нужно встретить эти знания и быть заинтересованными в них. Но вы **уже** заинтересованы, вы уже здесь. И знания сейчас приходят, знания приходят к нам из самых потрясающих мест на самом потрясающем своем уровне. Я думаю, что здесь есть редчайшее сочетание, и оно разумеется в вас самих.

Все вещи к которым мы стремимся в своей жизни и ищем их: образование, дом, имущество,

члены семьи – это замечательно. Но это не цель. Это не цель, это также не цель духовного учения. Духовное учение да может улучшить качество нашей жизни даже здесь, и оно должно делать это здесь потому, что иначе не стоящее учение – оно должно приносить больше счастья, но это не цель буддизма, это не то почему будда пришел и обучал.

Будда пришел и обучал, и на изображении колеса жизни которое показывает здесь будду стоящего в углу и указывающего на луну, и на других изображениях есть **надпись**, (в свободном переводе) он говорит:

**«Так делай, а так не делай,
И если ты пойдешь по моему пути
Ты разрушишь все это колесо страданий
Как слон разрушает соломенную хижину».**

Это учение будды. Вывести нас вообще из этого мира страданий. И мы через свою практику можем исправить все ошибки совершенные с не понимающим сознанием, с сознанием которое находится в мире желаний.

И когда вы получаете домашние задания, вы получаете контрольные, вы получаете медитации - важно помнить эту цель. Не преуменьшайте эту цель потому, что если вы будете ее преуменьшать вы разумеется не придете, но не только вы, другие также не сумеют прийти потому, что вы учителя будущего поколения. Вы следующее звено линии передачи. Итак, не преуменьшайте и не стесняйтесь об этом говорить. Вы не слышите много учителей говорящих о том, что мы здесь для того чтобы победить смерть. Преуменьшают это до чего-то маленького... «Ок, дадим вам это в маленьких пилюлях».

Это учение.

Оно требует много? Да, оно требует много.

Достигнем ли мы на пути также и промежуточных целей? Разумеется. Люди которые проделывают этот путь могут сообщить о кардинальных и существенных изменениях в их жизни и они сидят здесь среди вас.

Но цель - это полностью выйти из любой формы страданий.

Каждый из вас как я сказала может этого достигнуть. Здесь есть потрясающее сочетание обстоятельств. Здесь есть потрясающие люди с потрясающей кармой и у нас есть вся информация, и то чего может быть не хватает - это мужества и устремления проделать этот путь.

И важно чтобы вы приходили сюда не потому, что услышали от кого-то, что здесь может быть можно услышать что-то интересное, или когда вы приходите с кем-то потому, что вы хотите с ними быть.

Важно чтобы вы приходили сюда с этим сознанием, с этой мыслью, что вы приходите сюда чтобы изменить свое тело, изменить свое сознание, выйти из страданий, и показать другим как в их жизни создавать счастье.

Как и возможно ли, чтобы тело не умирало?

Вопросы до сих пор? Да.

Из зала: есть что-то, что в определенной степени меня запутывает, и это тема уничтожения смерти. Вы сказали, что наша практика в основном тантрическая может обратить этот процесс, прекратить старение. Но с другой стороны мы знаем, что наше тело в следствии того, что оно родилось - также и умрет. И это ясно. Об этом говорилось, и мы также знаем, что все просветленные в конечном итоге выходят из своего тела. И я не очень понимаю, может быть, вы подразумеваете, что мы умрем но не будем вынуждены умирать после этого?

Учительница: хорошо, хороший вопрос. Я иногда говорю исходя из разных мировоззрений, всем которым обучал будда.

Будда обучал шести мировоззрениям, шести мировоззрениям о пустоте, шести объяснениям пустоты. Пять из них не верны, и только одно верно. Почему он им обучал? Потому, что они для разных аудиторий. В разных ситуациях они полезны для того чтобы продвинуть людей к следующему этапу, и они полезны для всех нас и всем нам нужно их изучать, и всем нам нужно учиться использовать их в разных ситуациях.

И к примеру в «**Абхидхарме Коше**» есть описание того откуда приходят вещи. На уровне «**Абхидхармы Коши**». Они говорят, откуда приходит дерево? Для того, чтобы было дерево нужно чтобы было семя. Вещи приходят из причин и условий. Откуда приходит ☺ ручка? Ручка приходит с завода. Верно ли это? Да, это верно. Нужно было ее создать на заводе, чтобы у меня была ручка. Является ли это абсолютным объяснением, которое освободит меня от страданий? Нет! Откуда я прихожу? От своих родителей. Да, это верно, является ли это тем, что освободит меня от страданий? Нет, нет. Каждый понимает это и люди все еще страдают. И это первый уровень. И да когда я говорю об этом теле, от факте того, что оттого, что рождается оно будет вынуждено умереть – я говорю об этом уровне.

Но большую часть времени я говорю на уровне того «как эта рука существует и как она не существует. Как она существует? Исключительно как моя проекция, и мы берем у учителя собаку: если бы это было не так то собака также начала бы писать этим предметом, но она этого не делает. Потому, что для того чтобы это стало ручкой - необходима я. Не просто необходима я, необходимо чтобы у меня была карма которая поможет мне опознать в этом ручку. Потому, что есть люди которые предположим получили «нокаут» и они не опознают это как ручку. И нужно чтобы у меня была **карма созревающая в этот момент** которая позволит мне опознать в этом ручку. То есть эта ручка является проекцией приходящей из **моего** сознания; ее «ручковость» не находится здесь (*учительница указывает а ручку*), она находится здесь (*учительница указывает на себя*), и она действует в данный момент чтобы я смогла опознать это как ручку.

В чем разница между этим и этим? (*Учительница указывает на ручку, и на свою руку*). Это цилиндр и это цилиндр. Этот немного тоньше, а этот все утолщается, ☺ но в этом вся разница, это также проекция. Откуда? Из того же места.

Если то место которое проецирует это благодаря карме будет все улучшаться - **оно** спроецирует другую вещь. И тогда я уже не смогу сказать то, что говорила раньше. С этим мировоззрением я уже не могу сказать, что он умрет от факта того, что он рождается потому, что он не существует по причине того, что он родился. На этом уровне, с этим мировоззрением «**Прасангики Мадхьямики**» то, что мы называем **своим телом существует так как оно для меня существует потому, что я на данный момент так его проецирую.**

И очень может быть, что сюда войдет просветленная личность, и кто знает, может быть она уже

здесь сидит, смотрит на эту вещь (*учительница указывает на свою руку*) и видит руку ангела. Такое очень может быть потому, что у них другая карма. Потому, что это (*учительница указывает на свою руку*) пусто, в точности также как и это (*учительница указывает на ручку*) пусто. Это (*ручка*) пусто от того чтобы быть игрушкой для жевания или ручкой со своей стороны, у этого нет этой сути – и у этого также (*у руки*) здесь нет этой сути.

И когда я говорю о своем теле, о чем я говорю? О чем я говорю? Я говорю о теле которое я проецирую в результате кармы которая на данный момент вынуждает меня проецировать его так. И нет другого тела. У меня нет другого тела. Никогда не было и никогда не будет. Тело которое у меня есть каждый момент - это то тело, которое я вынуждена проецировать.

Предположим, наступает момент смерти. Что такое момент смерти?

Момент смерти это момент когда есть изменение кармы: карма которая приводит меня к проекции этого тела завершается и приходит другая карма которая начинает проявляться в соответствии с тем, что я накопила, что я практиковала, и так далее. Эта карма вынудит меня увидеть другое тело. Это смерть, и нет другой смерти!

И сейчас, сколько времени берет произойти этому изменению? Секунды, минуты – и это может стать для меня другой вещью. И тогда, что происходит с предыдущим телом? Что происходит с предыдущим телом? Ок, это превратилось в тело ангела. Что произошло с предыдущим телом? Куда оно ушло?

Вы понимаете, мы можем подумать: откуда я пришла? От родителей. В соответствии с «**Абхидхармой кошей**»; были папа и мама, они были в кровати, появилось существо из бардо, родился ребенок, он вырос и развился, и вот я, ок? Это одно описание. Это описание «**Абхидхармы Коши**», это на первом и самом низком уровне объяснения пустоты который не ошибочен, и все с этим согласятся, верно? Мы все ходили в родильные дома. ☺

Но на уровне проекций, когда я понимаю, что вещи пусты и проецируются мной - я понимаю, что это тело из моей проекции. И каждый момент моя проекция определяется кармой созревающей в этот момент. Так, что это там может умереть? Это будто там есть что-то объективное, независимое от моей проекции, и это умрет, и тогда у меня будет что-то другое – но это не то, как это происходит, это не то как происходят перевоплощения. Мы об этом говорили.

Это не то, что душа оставляет это тело и вот наготове стоит ангел с телом собаки, душу быстро запикивают, и сейчас я собака. Это не то, как это происходит. Моя проекция меняется, и когда у меня менее удачная карма – вместо человеческих рук я вижу лапы собаки, и это то, что делает меня собакой. А не наоборот.

Проекция, то, что я вынуждена видеть - это то, что определяет кто я в это время, в какой я части вселенной.

И я даже не буду знать, что раньше я была чем-то другим потому, что это часть кармы. Мы забываем, осознанным образом мы этого не помним.

И когда ты спрашиваешь: «Минутку, но, что произойдет с этим телом, когда ты станешь ангелом? Ведь все ламы оставляют свое тело, будда оставил свое тело» - кто свидетельствует о том, что лама оставил свое тело? Я, я вижу это так. Я видела своего ламу оставляющим свое тело. Говорит ли это о том, что это то, что видел он? Я не имею понятия, что он видел! Если она сейчас прошла

несколько ступеней духовной эволюции она может переживать совершенно другой мир чем я вижу, что она переживает потому, что моя карма вынуждает меня видеть определенную проекцию.

И мы говорили об этом. В этой комнате одновременно есть столько же миров сколько и людей в этой комнате. Верно? Но все они близки. Если вы все такие какими вы кажетесь то вы все близки, вы все здесь в человеческом разделе. Но сюда может прийти собака или муравей, или голодный дух, или существо ада. Одновременно они именно здесь будут переживать совершенно разные миры. Или сюда может прийти будда и он будет каждое мгновение переживать высшее наслаждение когда он смотрит на этот предмет он переживает высшее наслаждение. Одновременно.

И это вкус пустоты. Это вкус пустоты. Я надеюсь, что это ответ. Да.

Из зала: есть этот путь который нам нужно пройти, и есть законы кармы, и понимание просветления. Но я спрашиваю, почему? То есть, почему нужно проходить этот путь? Или почему были созданы эти законы? Для чего эта игра, зачем она существует? Почему это было создано изначально?

Учительница: единственный кто может ответить на этот вопрос это ты потому, что нет чего-то вне тебя в этом мире. Ты создал свой мир, ты создал себя смотрящим на свой мир, и переживающим свой мир.

Так почему ты создал себе страдания?

И просветленные личности проделавшие этот путь ясно своими глазами мудрости видят как мы каждый момент создаем свою карму. Все, что я могу тебе сказать: «Вот это законы которые заставляют тебя находиться в этой ситуации». Почему? Это знаешь только ты потому, что ты мистер карма. Это твое.

Абсолютны ли законы кармы? Всегда ли это так работает?

И ответ да. Несмотря на то, что он не объективен, карма также пуста, законы кармы также пусты. Но все существа в мире проецируют эти законы одинаково.

Сансаре нет исправления...

И мы говорим здесь о трех мирах:

- Мир желаний это нижний слой,
- Потом мир форм,
- И потом мир без форм.

Кстати, в мире без форм у существ нет формы, так где их место? Они находятся там где проходили.

Как туда приходят? Ариэ описывал, от такой все усиливающейся медитации одноточечной концентрации сознание все утончается и утончается и это ощущается очень приятным. И иногда человек в этой медитации оставляет свое тело, и он находится просто «там» в мире без форм потому, что у этого мира нет формы.

И поворот (отречение) приходит в точке, когда человек понимает, что этот мир поломан. Я не знаю сколько вам лет, тридцать, сорок, пятьдесят, шестьдесят – и у большинства из вас, если не у

всех есть хорошая жизнь. Я хочу сказать вам всем о хорошей жизни в мире желаний. И все мы уже накопили много вещей, и сделали много вещей и продвинулись в жизни, и вот мы здесь. И мы пытаемся найти счастье, мы пытаемся улучшить свою жизнь. Мы может быть пытаемся получить больше денег, или более хорошую еду, или более хороший тренажерный зал, или более хорошие отношения.

И наступает этап когда вы уже попробовали все эти вещи и вы все еще далеки от счастья, и вы это понимаете. Вы понимаете, что этот мир сломан.

Можно сказать, что на сто процентов если мы не будем предпринимать кардинальные меры в этой радикальной практике которую нам предлагает буддизм - это останется таким как есть, это продолжит быть таким как есть, как это было тридцать, сорок, пятьдесят лет, и до сих пор. Само это не изменится. Чем больше я пытаюсь это улучшить – тем больше это не меняется. **Это останется сломанным.** Я может быть почию в одном месте – придет из другого места. **Потому, что все является плодами кармы, а карма это волны которые поднимаются, спадают, и исчезают.** И мы все время в таком настроении исправления.

Мы пытаемся немного исправить, улучшить здесь, уточнить здесь, сбалансировать здесь – но это безнадежно. Форму этого существования нельзя исправить, из нее можно только выйти. Можно трансформировать наше сознание и выйти из нее.

Нет никакого исправления; нет никаких тренажерных залов, витаминов, и тому подобного, и даже медитации. Сама по себе она не починит этот мир.

Нам нужен радикальный путь чтобы изменить наше сознание и перейти в другую форму существования.

И это как мы сказали не географическое изменение. Это не переход в другое место. Потому, что это может произойти здесь. Прямо здесь. Также как здесь на данный момент есть двести разных сознаний воспринимающих разный мир, также и наша трансформация может произойти прямо здесь. И может быть часть нас уже там.

...И также это не вопрос правильного отношения...

«Ок, вещи происходят так как происходят, мне нужно только научиться правильно к ним относиться и тогда все будет хорошо». Нет, мне нечего делать. Вещи появляются, навязываются кармой, и я могу играть в эту игру правильного отношения, но я не могу в ней победить.

Я как-то несколько лет тому назад проводила лекцию о колесе жизни. И там сидел человек который принимал нас в гости. Вся лекция было в его доме. Он выделил комнату в доме который он построил и украсил, и позволял там проводить лекции такого типа которого собиралась провести я. Он был очень щедрый и духовный человек, ему уже было семьдесят пять или восемьдесят лет. И он сильно со мной спорил. Он сказал, что в его жизни нет страданий. В его жизни нет никаких страданий. Он все ест правильно, избавился от своих очков. В его жизни нет никаких страданий. Но рядом с ним сидела его жена и она сказала: «А, что с твоей головной болью?»

Было отрицание. Нет головной боли, нет, нет страданий, я не должен слушать эти вещи, все хорошо. На завтра в шесть утра он звонит: «Я хочу сказать тебе спасибо. Я отрицал всю мою жизнь». Выяснилось, что этот человек как-то упал с лестницы, и упал на голову, что-то

повредилось, и он страдал от **ужасной** боли. Но он все время был в отрицании потому, что он думал, что если проделать достаточно работы, если прилагать достаточно усилий и его отношение изменится то, что для него ужасные боли, не будет больше ужасными болями. Он уже решил проблему зрения, и скоро он решит проблему слуха, проблему старости, и скоро...

Это не происходит через изменение отношения. Нужно намного более глубокие средства. Нужны средства которые затрагивают причины, которые привели к нам головную боль. Это не то, что «я может быть только научусь держать голову под определенным углом, и тогда это не будет болеть». Мне нужно понять, что до тех пор пока карма действует это обязано появляться в моем мире; у меня сейчас нет выбора в отношении того, что созревает в моем мире. Это уже произошло, эта карма уже посеяна. Притворство, что этого не происходит – не освободит меня от страданий. И этот человек осознанно встал в шесть утра. Он сказал: «В первый раз в своей жизни я это увидел».

...Потому, что если трансформация сознания происходит через глубинную практику

Дело не в изменении отношения. **Дело в привнесении глубинных изменений в накапливаемую нами карму через понимание того как мы ее накапливаем** – через понимание морали и так далее, и скоро мы об этом поговорим – и тогда головная боль не появится. **Я не буду вынуждена справляться с головной болью – не будет головной боли, чтобы с ней справляться.**

И без этого – бесполезно протяжении месяцев или лет сидеть в медитации на ретрите. Потому, что человек который мешает мне больше всего пойдет со мной на ретрит, да? ☺ Я от нее не смогу избавиться.

Итак, я обязана понять откуда приходят вещи, и на ретрите мы будем вынуждены справляться со всеми этими вещами. Ретрит, это не легкая работа, вообще не легкая.

Итак, большое спасибо за ваше потрясающее терпение. Вы потрясающая аудитория, и для меня большое удовольствие и большая привилегия делиться с вами этим материалом, большое спасибо. *(Аплодисменты)*.

Спасибо всем людям сделавшим возможным это событие, и я знаю, что они посвящали этому много часов. Большое спасибо Лирану. Без Лирана ничего бы не произошло. *(Аплодисменты)*. Я даже не могу перечислить все те вещи, которые делает Лиран. Разумеется, он делает их не один. Есть целая команда, преданная, потрясающая, чудесная которая делает возможной всю эту работу. Большое спасибо, большое спасибо. *(Аплодисменты)*. Давайте расставаться.

(Мандала)

(Посвящение)

Курс АСІ 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

(Мандала)

(Прибежище)

Издательство «Сердце Дхармы»

Лама Двора-ла: ко мне на перерыве подошло несколько человек которые купили книгу **«Тайна силы йоги»** которые жадно ее прочитали и не могли от нее оторваться. Большое спасибо Илану который работал днями и ночами чтобы перевести эту книгу. (Аплодисменты). И он также помог нам в организации материалов для чтения здесь, и это много часов работы.

Эта книга была написана геше Майклом Роучем и ламой Кристи. Она опирается на абзацы **Йоги Сутры** мастера Патанджели, вместе с осознаниями мастеров о том как можно использовать эту древнюю мудрость чтобы трансформировать всю свою жизнь и уничтожить все страдания – телесные, душевные, ментальные. Потрясающая книга, очень читабельная, она написана в виде истории. Почитайте ее, и дайте почитать каждому кого вы любите. Чудесная книга! Мы перевели ее с молниеносной скоростью, работали дни и ночи, ламы перенесли свой визит с июня на апрель, и нужно было ее издать.

И Дорит пришла и сказала: «Я позабочусь о том, чтобы это произошло. Мы создадим книжное издательство, я позабочусь о том чтобы это вышло в свет. Я позабочусь о том, чтобы это вышло в свет вовремя». Она проделала это в рекордные сроки, за шесть недель. В **«Ограничнике алмаза»** мы думали, что побили все рекорды – она побила этот рекорд. (Аплодисменты).

И не только эта книга. Она издала также **«Основные идеи буддизма»** и это несколько лет работы большой команды. Потрясающая книга от великого тибетского мудреца **Чже Цонгкапы** и комментариев **Пабонки Ринпоче**, который можно сказать является величайшим из тибетских мудрецов двадцатого столетия, вместе с обработкой **Кен Ринпоче**, нашего и геше Майкла ламы. Это чудесная книга расстилающая основы духовного пути в ясной льющей форме. В ней есть вещи которые тяжело найти даже в других местах. Несмотря на то, что она такая сжатая, глава о правильном мировоззрении от Пабонки Ринпоче абсолютно редка. Я приглашаю вас ее приобрести. Она маленькая, она быстро читается, она удивительно глубока, она удивительна. В полном смысле этого слова можно сказать, что в этом содержится очень много.

И они не сделали это одни, им помогали многие люди: в переводе, в редакции, в графике, во многих-многих деталях, много-много работы со стороны многих людей. И многие люди помогали пожертвованиями, и я хочу поблагодарить вас за широту ваших сердец – это то, что позволяет издавать эти книги. Мы не ожидаем, что эти книги нас обогатят, нам нужно

на данный момент вкладываться чтобы они вышли. Издательство которое основала Дорит со своим мужем, издательство Сердце Дхармы в сущности не коммерческое, перед ними стоит вызов, я знаю, и они вкладывают деньги из своих средств.

И мы хотим продолжить издавать книги – невзирая на то приносят они прибыль или нет мы хотим продолжить, мы думаем, что это очень важно издавать эти книги на иврите и позволить аудитории в Израиле проделывать эту работу.

Она также издает диски. И это продолжает приходить. Каждый мой визит есть еще диск. Потрясающе. Дорит, большое спасибо. Большое спасибо. (Аплодисменты). И это к примеру та область которая приносит дхарму большому количеству людей. И вы не знаете куда они понесут это дальше. Когда вы таким образом жертвуете распространению дхармы это потрясающая карма, и вы приглашены присоединиться.

И разумеется Дорит не знала во, что она вошла и мы хотим пригласить ее вкратце об этом рассказать, и предложить вам возможности участвовать.

Дорит: итак, действительно я не знала во, что я вошла, но я очень рада, ☺ и прежде всего большое спасибо ламе Дворе. И издательство «Сердце дхармы» это издательство которое действительно было основано за один момент, но **это чудесная возможность позволить всем, кто немного понял это учение с этого момента и далее дать возможность стать действующим участником в распространении дхармы тем или иным образом, и это в сущности благодаря издательству в свет.**

Мы определили цель и произнесем ее вкратце; это в сущности принести это учение каждому человеку заинтересованному в раскрытии духовному пути. Если хотите потом, во каждой из книг в конце есть очень подробное описание всей нашей цели, и если хотите можете почитать. Итак, мы сделаем это кратко, но в целом это цель издательства в свет.

И, что мы делаем в издательстве в свет, что мы делаем и сегодня, и, что будет в будущем?

- И прежде всего – **издательство аудио дисков ламы Дворы-ла.** Мы хотим продолжить и издать еще много-много дисков. Люди сообщают как это помогло им в обучении слушать это учение снова и снова, делать медитации потому, что не всем нам это легко, отсюда это началось.
- Второе – это **издательство книг в свет.** Скоро я покажу вам список книг, и вы посмотрите с чем вы можете соединиться.
- **Магазин «Сердце дхармы».** Я говорю «магазин» но это в кавычках «магазин». Он все еще маленький. Вы конечно же видели чудесную группу под руководством Яэли. Это чудесная возможность для всех сказать спасибо Яэли (Аплодисменты) и команде ангелов которая ее поддерживает, которая при каждом визите, при каждом событии приносят книги, они делают все, что нужно, они дают информацию, они продают, и нам нужны там добровольцы.

Учительница: Дорит, кто эти люди?

Дорит: это Далия, и Яэли, и Мири, и Реут.

Реут наш бухгалтер, а Реут не только бухгалтер. Если кто-то не знает, за кулисами тихо-тихо она там считает и распределяет все квитанции, чтобы все было исправно и

упорядочено, и чтобы мы накопили правильную карму, и это потрясающая возможность сказать Реут спасибо. (Аплодисменты). И это не только в магазине. Она делает это также всей нашей организации, поэтому спасибо вдвойне, и еще во много раз. (Аплодисменты).

И немного о нашей **цели** в будущем, и вы знаете, что будущее это очень близкая вещь как вы уже поняли, и:

- **Фильмы DVD** – у нас есть много учений которые мы снимаем. Есть Юваль и команда видеосъемки которая снимает много фильмов, и мы издадим это также в фильмах DVD.
- **И словари.** Скоро уже выйдет один словарь тибетский-английский-иврит ACI, но это уже будет в Берлине, и я говорю это не просто так.
- **И поддержка проектов ACIP** – потому, что если уже есть тибетский и есть учения то мы хотим также поддержать проект ACIP. Сейчас нет времени чтобы рассказать об этом чудесном проекте но вы можете изучить об этом.

Итак, чем вы можете нам помочь?

1. **Первое – это действиями в профессиональной сфере.** Скоро мы увидим, что нам нужно.
2. **Второе – это ведение проекта.** Все книги, все диски, в сущности это от начала и до конца проекта. У нас на данный момент есть около пятидесяти наших **pipe line** (источников информации). И если кто-то готов взять на себя ведение проекта от начала до конца я его научу, я буду его направлять, но это означает взять ведение проекта.
3. Разумеется **денежные пожертвования** потому, что как вы понимаете наша организация не коммерческая. Все наши продажи это деньги которые немедленно вкладываются обратно в издательство в свет, и предназначены для издательства новых дисков и книг. Вместе с этим каждое издание стоит очень много денег. И нам также нужны пожертвования, чем больше вы будете жертвовать тем больше будет книг.
4. **Интернет сайт** – мы хотим основать интернет сайт, где будет не только информация но который также будет и виртуальным магазином где люди смогут покупать. Я не знаю или вы знаете, но есть люди из Канады которые обращаются ко мне и я посылаю им материалы, и нельзя знать куда эта дхарма приведет.
5. **И продажа и распространение.**
6. **И в области издательства в свет – это профессиональный перевод** и мы говорим о профессиональном переводе, иначе это просто много-много работы для ламы Дворыла. Если вы знаете таких людей то направьте их к нам также.
7. **Редактирование и корректировка, разбиение на страницы печати, графика,**

приведение к печати, сама печать.

8. Издание дисков – есть другой проект о котором скажет Реут о редакции аудио файлов которые в конечном итоге пойдут в диск, но прежде всего нужно их отредактировать.

Вы понимаете, что этот список не конечный потому, что вчера я уже поняла, что у меня есть здесь в списке еще две книги, ☺ о которых сказала лама Двора но этот список самый обновленный на вчерашний день, и разумеется завтра он изменится. ☺ Но это список книг которые мы хотим издать в свет в ближайшее время. Часть их находится на тех или иных этапах перевода, издания, редакции, и у нас есть много работы.

И было несколько людей которые меня спросили: «А, что с этой и этой книгой»? Потому, что они на английском. Это ваша возможность прийти, проделать действия, или пожертвовать деньги предназначенные для специфической книги, и тогда также как мы сделали с «**Тайной силы йог**» и с «**Основными идеями буддизма**» мы собираем деньги для определенной книги и это позволяет нам издать ее в свет.

Итак, это список. Если ваше сердце привлекает какая-то книга вы приглашены проделать все эти действия в отношении нее. Все, и большое спасибо. (Аплодисменты).

Учительница: большое спасибо.

И это только немного, это только вершина айсберга. Есть огромное количество литературы которое нужно издать. И мы будем рады если вы поможете нам в этом, если у вас есть возможность пожертвовать, и если вас привлекает участвовать в этих усилиях принесения дхармы израильской аудитории это чудесная карма. И если у вас есть возможность обратитесь к Дорит, нам нужны ваши пожертвования. Итак, большое спасибо.

Разные виды питания

Сейчас мы говорим о мирах желаний. И в «**Абхидхарме Коше**» задается вопрос: **что здесь в мире желаний дает нам существовать?**

В мире желаний есть несколько видов пищи: здесь мы говорим о вещах которые поддерживают в жизни, которые являются не только едой, не только воздухом, и так далее.

1. Твердая еда

И первый из них – произнесите:

Kamse

И это твердая еда, такая к которой мы привыкли. Твердая еда.

Но есть еще три вида вещей которые они перечисляют которые питают нас в мире желаний которые мы можем быть не назовем едой, но все же они нас питают.

2. Нечистое соприкосновение (с объектами органов чувств)

Итак, вторая вещь, произнесите:

Sakche rekpa

Sakche – означает нечистый, запятнанный.

И **rekpa** – это **прикосновение**.

Итак, **Sakche rekpa** – это **нечистое соприкосновение**.

Что такое нечистое соприкосновение? Это к примеру соприкосновение в котором есть мой глаз и объект который я вижу. Или соприкосновение между ухом и звуком который он слышит, и так далее. Это **соприкосновение между органами чувств и объектами которые они воспринимают**.

В сущности когда я вижу предмет, то есть:

1. **Предмет** который я вижу.
2. Есть видящий **глаз**, орган чувств.
3. И есть **осознанность связанная со зрением** которая расшифровывает происходящее.

Итак, **есть такая тройная встреча между объектом, органом чувств, и осознанностью связанной с этим органом чувств. Это мы называем нечистым соприкосновением.**

Почему оно не чистое? Потому, что речь идет о человеке который все еще не просветлен, у него все еще есть непонимание своей реальности, он все еще видит вещи существующими там снаружи, со своей стороны, видит их имеющими собственную природу, его осознанность все еще не чиста и поэтому нечиста и вся интеракция, все соприкосновения.

И мы говорим, что это нечистое соприкосновение – и это все соприкосновения с объектами органов чувств которые у нас есть – дает нам существование, оно **поддерживает** наше существование. Чтобы существовать нам нужны эти соприкосновения с объектами. Чтобы **находиться** в мире желаний. И это второй вид.

3. Нечистая мысль

Третий вид – произнесите:

Sakche sempa

И **Sakche** – это снова **нечистая**.

И **sempa** – это **мысль**.

Итак, **Sakche sempa** – это **нечистая мысль**, или это **нечистое движение сознания**; под мыслью здесь подразумевается движение сознания.

Почему это вид пищи? Пример который приводят это к примеру если есть человек который голодает, он умирает с голоду, он не ел уже долгое время, и он видит издалека еду, и у него есть надежда, что он сумеет прийти к этой еде. Он уже может быть вот-вот умрет, но он не умрет в пути к этой еде потому, что до тех пор пока у него есть надежда получить еду - эта мысль сможет удерживать его в жизни. И с этой точки зрения это что-то, что поддерживает нашу жизнь здесь.

4. Нечистая осознанность

И еще аспект здесь это то, что называется:

Sakche namshe

И **Sakche namshe** это **нечистая осознанность**.

Есть люди которые являются продвинутыми практикующими и предположим делают много медитаций, они могут существовать употребляя очень мало еды, или почти ничего. Сам факт медитации их питает. Итак, сама медитация является чем-то питающим.

И это было одной темой.

Ад

И сейчас мы подходим к теме ада, форм существования в аду. Ад представлен здесь в этом разделе колеса жизни, вы видите это достаточно большой раздел потому, что есть много видов ада. Разделов ада.

И здесь в этой стороне вы видите есть восемь клеток если вы посмотрите ближе. Это горячий ад, а этот здесь называется холодным адом. Также здесь есть восемь клеток и потом есть еще такие которые называются частичным адом, которые вокруг.

- Страдания там ужасны, и все они являются проекцией кармы.

Они не реальнее наших кошмаров, они реальны в **точности** также как наши кошмары. Когда мы находимся на пике кошмара - это ощущается для нас кошмаром. Для людей находящихся там это ощущается полностью как ад. Это реально для них в точности также как для меня реальна эта комната, она не более реальна чем ад, и ад не менее реален чем эта комната. И то и другое реально потому, что человек их проецирует, и в том и в другом нет никакого существования кроме того которое спроецировано, в точности также как и у этой комнаты, в точности также как и у кошмара который у меня есть во сне, это то же самое. Но люди проходят через этот спектр кошмаров которые называются адом.

Когда вы говорите с другими людьми – я бы в обучении не начинала с этого. Потому, что без какого-то обучения о пустоте, о кармических проекциях и так далее люди вас не поймут и испугаются, вы покажетесь им странными. И также нет смысла во всем этом обсуждении без того, что мы понимаем, что все является плодом нашей проекции и проекция может быть приятной, может быть менее приятной, может быть ужасной, и может быть приносящей много наслаждения. Все в соответствии с кармой.

- И есть намного более широкий спектр чем то к чему мы привыкли в человеческой жизни.

Когда была трагедия в башнях близнецах в Нью-Йорке, самолеты врезались в башни там были люди на верхних этажах, которые сгорели в пылающем бензине горящих самолетов, и эта трагедия была ужасна, и мы были недалеко оттуда. И через короткое время после этого Кен Ринпоче собрал нас в Авеле, и это в расстоянии часа езды от башен близнецов. И пришли люди, мы провели там особенную церемонию, и он сказал: «Это самые крайние страдания в человеческом мире. Это может быть самые крайние страдания которые есть в человеческом мире», он сказал: «Но это ничто в сравнении с тем как страдают несчастные существа там. И они даже не могут там умереть, они так мучаются и даже не могут там умереть».

И:

Важно понять, что эти места существуют. Где? Их не вырыли под землей. Если это ваша карма они там, где вы находитесь.

- И все, что нужно это движение сознания.

В точности также как человек который был там на сто пятом этаже башен близнецов за секунды нашел себя объатым пламенем от бензина самолетов. Маленькое движение кармы. Если мы не проделываем практики - это может произойти в любой момент.

- И мы все были во всех этих местах.

Все мы проходили все эти вещи бесконечное количество раз потому, что мы перевоплощались уже бесконечное количество раз, несмотря на то, что мы от перевоплощения к перевоплощению забываем то, что было в предыдущем перевоплощении. И счастье, что это так потому, что подумайте какой бы это было травмой если бы нам нужно было жить с этой памятью – мы не сумели бы функционировать.

И в нашем осознанном сознании мы забываем но у нас есть неосознанная часть, которая не забывает и поэтому мы так боремся за свою жизнь, поэтому мы так защищаем свою жизнь когда кто-то пытается ей угрожать потому, что мы помним как это. В каком-то месте мы помним как это. Мы помним также и смерть.

У нас это есть в курсе 8 со всеми деталями. Это не приятно.

- И важно этому обучать.

Но я рекомендую вам не начинать с этого как с учения если вы приходите обучать этим вещам. С другой стороны когда вы уже **да** говорите о пустоте и люди **да** понимают о чем вы говорите когда вы говорите о проекциях - важно чтобы вы знали эту тему. Прослушайте курс 8, попросите чтобы вас обучили курсу 8, важно чтобы вы сумели обучать этому других.

Важно чтобы вы изучали эти темы потому, что если мы не будем проделывать практики мы туда не придем. Потому, что большинство семян которые мы носим с собой такие.

- Будда когда его спросили каковы шансы человека продолжить быть человеком, каковы шансы у того кто на сегодняшний день является человеком продолжить в следующем перевоплощении быть человеком:

Взял немного пепла из под кончика его ногтей и сказал: «Соотношение между количеством песчинок пепла здесь и количеством песчинок пепла по всей земле, это наши шансы продолжить быть человеком, если мы люди сейчас».

Почему так? Потому, что большинство наших карм такие. Потому, что мы были там так много раз. Мы даже видим, что делают животные, за исключением немногочисленных домашних животных, что делают животные? Уже не говоря об аде – там нет ни одного мгновения чистой мысли, мысли о помощи другим. Такое очень редко, почти невозможно, они сходят с ума от большого количества страданий.

Итак, у нас есть много-много таких семян, и их даже не нужно. Даже в этой жизни когда мы в грубой форме нарушаем десять действий это бросает нас туда.

Итак, люди должны знать, что это то, что их ожидает если они не проделывают эту работу. Важно это до них донести, но не в первую очередь.

Учение о страдающих вселенных подталкивает нас на пути

И часть вас здесь может быть новенькие, я не хочу вас пугать, но это важно. Я долгое время воздерживалась от прохождения этого курса именно по этим причинам. Это не очень приятно слушать и «я была не очень уверена, что это верно», «у меня были сомнения». Я долгое время воздерживалась от прохождения этого курса. Но когда я наконец-то услышала этот курс, это серьезно подняло меня на этот путь. Потому, что:

Я поняла, что если все пусто и если все проекция очень может быть, что если я не буду следить за тем, что происходит я с легкостью туда упаду. И у меня есть все условия туда упасть. И они есть у каждого из нас.

Хорошая сторона это то, что хорошая практика выводит вас из всех шансов туда упасть. Это чудесная вещь, что через практику вы можете искоренить все эти отрицательные семена.

Вы не можете их стереть потому, что то, что было – было, то, что мы сделали – сделали. Но мы можем нейтрализовать их силу чтобы они никогда не сумели быть активированными и спроецировать нас в страдающее перевоплощение.

И чем больше я проделываю практики, тем больше происходит противоположная вещь. Да? Появляется наслаждение в теле, появляется наслаждение в сознании, мое окружение меняется. Вы начинаете находиться в другом мире: в любящем мире, в более здоровом, более молодом теле, и так далее. И ваше наслаждение растет от уровня к уровню.

И чем больше вы продвигаетесь на пути тем больше ускоряется этот процесс. Он начинается медленно... движение очень медленное, вы не чувствуете его. На продвинутых этапах практики особенно если вы в тантрической практике и вам удастся прийти к продвинутым этапам – это продвигается очень быстро. Изменения очень быстрые, ощутимые, потрясающие, и все, что вам остается - это ожидать наслаждения от процесса.

Это не только то, что цель приятная и потрясающая но и то, что этот процесс становится очень-очень приятным и потрясающим.

И люди иногда говорят: у меня было переживание **near death experience** (*околосмертное переживание*), и это было очень приятным, я там порхала и слышала пение ангелов», и так далее.

Первые этапы смерти могут быть такими. Позже приходит постоянный набор **очень тяжелых** галлюцинаций, очень тяжелых кошмаров, у каждого кто не является продвинутым практикующим. И до тех пор пока по-настоящему не умирают, а не тогда когда есть «**near death experience**» - мы не знакомы с этими переживаниями, мы не знаем. И мы находимся в месте, где тело умрет, мы состаримся и умрем, и наше сознание полно ментальных омрачений которые создали причины для падения в эти ужасные места, и все это основано на нашем эгоизме потому, что мы так эгоистичны и поэтому мы создаем все ментальные омрачения и накапливаем все эти кармы.

Путь бодхисатвы выводит нас из этой тюрьмы, выводит нас из этого колеса сансары, и он может привести в место в котором каждый из нас увидит себя совершенным, и увидит свой мир совершенным. И человек может прийти в это место и это ментальное изменение, и для него мир уже другой, а другие вокруг него еще не видят это так.

И таким образом люди вынуждены видеть своего ламу уходящим из мира, оставляющим свое тело в то время когда лама переживает совершенно другое, совершенно другое.

И в буддизме есть много разговоров и учений о смерти, и о подготовке к смерти. И фактически вся моя практика и жизнь измеряются критерием смерти и тем насколько я делаю это связанным с мирскими целями, и насколько я вообще это делаю когда понимаю, что эта жизнь лишь одна малая точка в огромной последовательности сознания которое не началось этой жизнью и не закончится этой жизнью, но тем временем страдания постоянны.

И это понимание начинает влиять на мои приоритеты и на мои выборы. И это очень важная тема. Это очень важная тема о которой мы говорим, о формах существования.

Бардо – промежуточный мир

Одна из форм существования описываемых в колесе, вы видите здесь есть это кольцо в котором есть черная и белая часть – это существа в промежуточном состоянии, это существа которые переходят от одного перевоплощения в другое. Это люди которые умерли, существа которые умерли, и они ищут свое будущее рождение.

Есть буддистские практики предназначенные для того чтобы влиять на то куда пойдет сознание в момент смерти. Они называются, произнесите:

Powa

В других традициях их называют **Chod**.

Произнесите: **Chod** (чо).

Иногда произносят как **Chod** (чод).

В буддистской литературе есть различные описания того, что происходит когда человек переходит в бардо, разноцветный свет приходит и уходит. Это описано так будто это какое-то представление, но это нет!

Можно ли повлиять на то куда пойдет сознание во время смерти? Да! Легко ли это? Совсем нет. Потому, что подумайте, вы усаживаетесь делать медитацию, насколько вы способны управлять своим сознанием? А когда наступает смерть? Что будет во время смерти когда мозг начинает поджариваться? Когда все электрические потоки запутываются? Когда тело более или менее прекращает функционировать? Вы будете тогда управлять сознанием? Тогда вы будете его направлять? В особенности когда оно в любом случае управляется кармой.

И есть такие практики, но для того чтобы они работали вам нужно быть особенно исключительными практикующими, вам нужно практиковать эти практики всю свою жизнь, и тогда тоже шансы не велики, поэтому мы не подчеркиваем эти практики.

Развитие осознания смерти

Потому, что мы говорим, что если вы будете практиковать осознание смерти в данный момент то как красиво сказала Яэли: **«Если ты будешь практиковать так будто ты собираешься умереть, тебе завтра умирать не понадобится»**. Идея в этом.

Медитация которую мы хотим развить это медитация осознания смерти, это медитация которая позволяет смерти быть нашим жизненным учителем. Если мы учимся проживать жизнь так будто завтра умрем, то когда наступит завтра нам не понадобится умирать. И идея в этом.

И этого не произойдет если мы не будем развивать осознание смерти сейчас.

Если мы не научимся жить с осознанием того, что **если все останется таким как есть сейчас, то смерть гарантирована**. Это та реальность, которую я проецирую сейчас. Я не могу лгать себе в отношении этого потому, что это мне не поможет. Это моя карма на данный момент. В этой реальности я переживаю себя в смертном теле. Я вижу, что оно старится, я вижу, что оно иссякает, что оно идет к смерти. Смерть **неизбежна в этой форме существования**. На данный момент. **В сансаре смерть обязательна**.

И:

Эта осознанность это то, что мы обязаны развить чтобы мы сумели исчерпать эту жизнь. Чтобы мы хорошо сумели использовать то, что есть в этой жизни.

Чтобы не настал день и мы не сказали: «Ой, минутку, минутку, я не успела, мне еще нужно проделать эту работу». **Эти приоритеты будут диктовать насколько мы развиваем это осознание смерти.**

- Есть особенная боль, связанная со временем смерти.

Во время смерти есть особенная боль связанная со смертью, которую проходит каждый из нас, каждый кто умирает. И эта боль исключительно для смерти. Она хуже любой боли, которая у нас есть в этой жизни.

Предположим у кого-то есть какое-то домашнее животное, какая-то собака или кошка которых вы любите, и за которыми вы много ухаживаете, посвящаете им много времени, заботитесь о них, и так далее. И когда это существо уходит из этого мира и оставляет вас - это очень больно, есть много горя расставания. Откуда приходит это горе расставания? От того, что вы заботились о других. Они были частью вашей жизни. Вы заботились о них. Сейчас подумайте, какую часть времени вы заботитесь об этой вещи? (*Лама указывает на свое тело*). Мы все время занимаемся этим телом. Мы все время заботимся о себе, мы так вкладываемся кармически в это тело, что когда уже наступает момент и его забирают у нас - мы сходим с ума от горя.

Подумайте, если кто-то приходит и решает отрубить вам палец как вы себя будете чувствовать? Вы будете сражаться за палец. Сейчас если хотят отрубить не два или три пальца – а все, что у вас есть. Глаза, уши – **все** отнимается одним разом! Из-за того, что карма вложенная туда огромна, и мы ухаживали за ним каждый день, каждое мгновение нашей жизни - боль этого ужасна. Мы не можем ясно думать, сознание в это время распадается.

- И совет - не ждать последнего момента.

Совет начать уже сейчас развивать осознание смерти, делать особенную практику которая не является практикой для создания паники от смерти потому, что это никому не помогает, в состоянии паники мы ничего не можем сделать. Но мы можем **развить осознанность, чтобы смерть сейчас диктовала мне мою жизнь, мои приоритеты сейчас, чтобы когда наступит момент смерти я знала, что все сделала отлично**. Что я больше никому ничем не обязана. Что у этой жизни есть смысл, и каждый момент я делала то, что нужно было бы сделать в последний момент жизни.

Идея хорошей медитации на смерть это заботиться о вещах сейчас. Не тогда когда наступает смерть, и тогда вы выполните какие-то особенные, волшебные практики которые забросят

сознание туда куда вы хотите потому, что большие шансы на то, что вы во время смерти вообще не будете помнить, что есть такие практики. **Обязаны до этого делать медитацию на смерть, обязаны до этого делать медитацию на осознание смерти.**

Преимущества развития осознания смерти

- Осознание смерти проясняет приоритеты

Многие люди приходят ко мне посоветоваться со многими вопросами, и спрашивают: «Что мне нужно делать». Почти на все вопросы я хочу ответить: «Иди делай медитацию на осознание смерти, ты не должен меня спрашивать». **Вы** знаете ответы, **вы** знаете, что важно в вашей жизни, **вы** знаете, что существенно в вашей жизни, вам не нужно спрашивать меня. Эти вопросы свидетельствуют о том, что вы не делали этой медитации.

И это требует **рассмотрения**: что такое ваша жизнь, и является ли это тем, чего я хочу? Могу ли я отсюда уйти? Готова ли я уйти сейчас? Если сегодня придут чтобы меня забрать, готова ли я уйти?

Сделала ли я все, что была должна, и готова ли я уйти? И если ответ нет, то мне нужно делать медитацию на осознание смерти.

- И парадоксальным образом это очень освобождает!

И люди иногда говорят: «Ой, почему все время смерть, эта буддистская смерть такая пессимистичная». **Далай Лама** слышит эти вещи и всегда посмеивается и говорит: «Это очень освобождает».

Потому, что мы знаем, что будем вынуждены умереть, мы только закрываем на это глаза, мы отрицаем это.

Когда вы прекращаете отрицать и начинаете жить из этого это очень освобождает; вы наконец-то делаете вещи которые действительно хотите делать.

Потому, что сегодня вечером придут вас забрать.

Поэтому вы наконец-то начинаете это делать.

- И день или два этого делать недостаточно.

Это нужно делать несколько месяцев, практиковать эту медитацию на осознание смерти которую скоро нам опишет Ариэ. И если это делают несколько месяцев:

- Постепенно жизнь становится полной радости, полной смысла.

Вы становитесь легкими как перышко. Вы освобождаетесь от большинства вещей которые вам не нужны, от большинства занятий которые вам не нужны, и от большинства отношений которые вам не нужны, и может быть от всех. И вы становитесь свободными. Вы становитесь свободными для того чтобы делать то, что действительно важно в вашей жизни.

И поначалу когда кто-то думает: «Может быть это последний день», есть такие истории о госпоже которая идет купить фиолетовую шляпку когда думает, что это ее последний день. Ок, вы пойдете купить фиолетовую шляпку, если это то, что важно. Если вы продолжаете делать эту медитацию на смерть вы выходите за пределы фиолетовых шляпок. Потому, что вы купите фиолетовые шляпки,

на мгновение может быть порадуется шляпке, но потом вы все еще не счастливы. И постепенно в вашей жизни становится все больше смысла:

Ваша жизнь превращается в песню, в песню с большим смыслом, песню радости, песню жизни.

Если это последнее мгновение, если это последний день то, что я буду делать?

Если это последний день, если я понимаю это, то я немедленно перевожу свое внимание на то, что особенно важно в моей жизни на данный момент.

- И даже если вы уже практикуете.

Если вы уже практикуете – есть много практик. Даже мы здесь обучали длинному ряду практик все которые никто не может выполнить. Среди них также есть уровни практик.

И если это последний день то:

Какую практику я буду выполнять если это последний день? Я буду выполнять самую высокую, самую важную практику. Ту которая важнее всего когда я уже близка.

И если вы в тантре это будет **тантрической практикой**, или чем-то, что близко к этому, к примеру **Гуру Йогой**. Самые сильные вещи которые вы можете делать потому, что вас завтра собираются забрать. Это не может быть. Медитация на смерть это: «Это мой последний день, что сейчас?»

- И это добродетельное действие которое вы прежде всего делаете в отношении себя.

Потому, что у вас есть ограниченное время жизни в такой форме существования. Оно очень ограничено. Каждый из нас кто болел тяжелой болезнью и вдруг увидел, что то, что он воспринимал как само собой разумеющееся уже не очень само собой разумеется, может быть это будет отобрано у нас, он понимает, что должен считаться с собой. Вам нужно быть хорошими по отношению к себе потому, что у вас в мире нет всего времени, вам нужно использовать как следует то время которое у вас есть.

И то, что позволит вашей медитации стать хорошей это если вы будете проверять мотивацию с которой вы приходите.

Арие: когда вы начинаете делать медитацию на смерть нет плохого в том чтобы пытаться реализовать свои мечты, которые вы всегда пытались воплотить. Пойти делать серфинг, ходить на спектакли, ходить на море, пытаться найти счастье в этом мире.

Нет плохого в том, что вы говорите: «Да, у меня есть мечта, я не хочу умереть не попытавшись реализовать эту мечту». Так попытайтесь реализовать эту мечту. Попробуйте и увидите, что будет, и некоторое время это даже может приносить счастье. Но **через некоторое время ты видишь, что это не принесет тебе счастья и тогда ты видишь, что духовный путь это единственная вещь которая определяет все.** И это приводит нас к медитации на смерть.

Три принципа медитации на смерть

1. Смерть несомненна

Самая важная часть медитации на смерть убежденность, что – «со мной это может произойти». В нас есть очень-очень глубокая вера, что я другая. Я не как все, другие может быть умрут, это

кажется логичным, но со мной этого не произойдет, верно? Это в нас есть.

2. Дата смерти неизвестна

3. На этой планете (подразумевается континент Джамболинг, один из четырех континентов окружающих гору Меру в мифологическом мире описанном в Абхидхарме Коше. В соответствии с этой традицией мы живем на этом континенте, который самый южный из этих четырех. Среди четырех континентов есть такие на которых продолжительность жизни жителей определена, и это очень вредит развитию поворота (отречения) которое появляется благодаря медитации на осознание смерти, и поэтому не позволяет проделать путь к свободе и просветлению) **люди иногда умирают старыми, а иногда молодыми.** Иногда младенцами. Нет никакой уверенности в том когда мы умрем.

- **Вещей которые могут привести нас к смерти бесконечное количество.** Есть микробы, есть дорожные аварии, и много других возможностей умереть.

- **И нет того, что нас охраняет.** Одежда будет нас охранять? Что нас будет охранять? Что защитит нас от дорожных аварий? Немногие вещи могут пообещать нам жизнь, верно? В сущности мы полностью беззащитны.

- **Наше тело очень хрупкое. Очень-очень хрупкое.** Ты получаешь серьезный удар и... В фильмах по карате вы видите кого-то дающего удары, и второй сгибается и умирает. **Это тело не что-то крепкое, что может много вынести; тяжелая болезнь, рак, что-то другое, и мы умираем.**

И смерть стоит за стеной и поджидает нас.

4. Когда приходит смерть только дхарма может помочь

И если мы уверены, что мы можем завтра умереть то, что нам нужно делать? Мы говорим, что:

- **Материальные вещи мы с собой не берем.**

- **Даже своих близких мы с собой не берем.**

Единственная вещь которую мы берем с собой это понимания, осознания, и эти вещи мы приобретаем только на духовном пути.

Только через действия ради достижения осознаний, мудрости. И разумеется хорошая карма которую мы накопили в прошлом сопровождает нас в будущее перевоплощение.

Выводы в следствии развития осознания смерти

Так, что я буду делать? Если я уже пришел к осознанию, что я завтра могу умереть, что я буду делать? Брошу ли я все, и пойду делать медитацию в пустыне?

И:

Мы не рекомендуем снимать с себя ответственность. Когда мы заботимся о других это путь на котором мы создаем хорошую карму которая принесет нам мудрость.

И это мы можем сделать также и на месте работы, даже если мы не любим эту работу. Даже если эта работа скучна и заключается в том, чтобы отвечать на телефон, спрашивать «кого вам нужно?», и переводить в нужный отдел, или любая другая работа которую мы будем делать.

Не очень важно, что мы делаем, важно с каким намерением мы делаем то, что мы делаем.

Духовная практика не говорит уходить именно в пустыню. **Духовная практика говорит развивать намерение развиваться с духовной точки зрения.** Развивать намерение помогать другим. Развивать намерение приобретать мудрость. И особенно приносить благо другим. Это то, что мы хотим практиковать, и это то, что приносит нам все остальные вещи.

Что такое просветление?

Возникает вопрос, куда мы вообще хотим прийти. Что такое это **просветление** которое мы упоминали.

И прежде всего, что такое не просветление, что такое обычная жизнь?

- Обычная жизнь это вставать утром с болью в спине.
- Обычная жизнь это когда я поднимаюсь на автобус, и кто-то вдруг начинает на меня кричать.
- Обычная жизнь это когда я вкладываю деньги, и деньги вдруг пропадают.
- Обычная жизнь это физическая и ментальная боль.

Чем отличаются просветленные существа?

И у просветленных существ также есть тело, также есть ветра, и также есть сознание.

- **Их тело** да физическое, но оно является **телом света. Телом не страдающим от болей, и вместе с этим оно все время в экстазе.** Это что-то чего мы просто не можем себе представить.

- И у него также есть **способность создавать много своих копий.** Для чего ему нужны эти копии? Потому, что их работа это помогать всем существам, всем. И хорошим и плохим, и красивым и не красивым, всем. И для этого они могут создавать столько копий сколько нужно, прийти к каждому и помочь ему. Поэтому, если вы еще не умеете читать мысли очень может быть так, что тот кто находится рядом с вами является одним из тех, кто может быть пришел вас рассердить для того чтобы ускорить ваш подъем в духовной практике.

- **Что такое сознание просветленного существа?** Это сознание **всезнания.**

Всезнание это прежде всего выполнение их работы, приведение всех нас к просветлению.

Верно? Это их работа. В частности они знают, что делать чтобы подталкивать нас к просветлению. Подталкивать нас сзади, чтобы мы поднялись на правильный путь. И они знают, что у нас было в прошлом, что нам нужно сказать для того чтобы подтолкнуть нас в правильном направлении, и как привлечь нас морковкой чтобы мы захотели прийти в правильное место.

Всезнание это также и знать все вещи, прошлое, настоящее, и будущее, но в основном это приводить других к просветлению.

- И важнее всего то, что они знают пустоту, **они переживают пустоту все время.** Они все время с прямым видением пустоты. **И только у просветленных существ это есть, что они видят пустоту и одновременно с этим видят обычную реальность.** Они также видят и форму и цвет,

и то, что я думаю, и, что я чувствую, но они также видят и то, что то как я для них выгляжу приходит от них, это не приходит от меня.

- И последняя вещь это то, что **они видят, что мы нераздельны**, как нераздельны мать и ее ребенок. Вся эта идея разделения – это идея на которую мы покупаемся из-за различных причин. Из-за того, что нам кажется, что я заканчиваюсь там где заканчивается моя рука или нога. И мы думаем: «Мне нужно позаботиться о себе потому, что это я, и если я не позабочусь, то кто обо мне позаботится». Даже если мы идем добровольцами или работаем ради других час в день, то двадцать три часа в день я забочусь о себе, верно? Из-за того, что я думаю, что «я» это только «это».

Просветленные существа не такие, они не заботятся о себе и из-за этого они все время переживают экстаз.

Сколько времени требуется, чтобы прийти к просветлению?

У Будды Шакьямуни после того как поднялся на духовный путь (*поднялся на духовный путь – здесь в смысле достижения бодхичитты и поднятия на путь махаяны*) это взяло три больших эпохи. Большая эпоха это восемьдесят маленьких эпох, это время которое берет, чтобы мир был создан и разрушен. Мы говорим, что такой мир как наш уже был создан и разрушен, создан и разрушен бесконечное количество раз. Есть большой взрыв, есть мир, потом мир существует, потом мир уничтожается; есть какая-то эпоха отдыха без ничего; потом снова большой взрыв. И это называется большой эпохой. Продолжительность жизни которая потребовалась Будде Шакьямуни чтобы прийти к просветлению это три такие бесконечно большие эпохи, и бесконечность это название для специфической цифры - 10, в 59 степени. Потому, что она такая большая ее назвали «бесконечностью».

И, что мы можем сделать на эту тему?

Если мы идем обычным путем воина духа то это то, сколько это берет. Единственный способ ускорить этот процесс кардинальным образом это через **тантру**. Через продвинутую практику которая **концентрируется на изменении наших мыслей, и быстро приводит нас к просветлению. Но на этом пути даже тяжелее. То есть мы готовы принять жизнь которая может быть более тяжелой в этом перевоплощении для того чтобы прийти к полному просветлению в этом перевоплощении чтобы мы суметь помочь всем существам быстро уничтожить их страдания.**

Результаты хорошей медитации на смерть

Каковы результаты медитации на смерть?

Результаты медитации на смерть это:

Мы видим, что нам нужно сделать нашу жизнь проще.

Потому, что мы хотим посвящать время практике. И да основное это намерение, да мы можем практиковать также и на работе, но нам нужны «**метод и мудрость**», верно? И нужно развивать мудрость, нужно слушать и размышлять, делать медитации, и так далее. И нам нужно упростить свою жизнь.

Что такое упростить свою жизнь.

- Это прежде всего **освободиться от вещей**. Все вещи которые у нас есть занимают какую-то малую часть нашего сознания и поэтому если мы хотим освободить сознание для просветления - нам нужно освободиться от вещей.

- Во вторых мы хотим **освободиться от обязательств**. Если у нас есть долги - мы хотим уничтожить долги. И если это означает переезд в более маленький дом то надо переехать в более маленький дом. И уничтожить долги чтобы мы сумели также сделать ретрит, обучаться и приносить благо другим потому, что на моей работе даже если я намереваюсь приносить благо другим у меня не всегда есть возможность это делать и я хочу чего-то более мощного.

- И в особенности это **наша духовная практика**. Даже нашу духовную практику нам нужно выполнять исходя из мысли, что конец неизвестен, и когда он придет неизвестно. То есть нам нужно прилагать усилия и каждый раз нам нужно радоваться чтобы мы выполняли духовную практику. Потому, что это дает нам возможность сделать что-то существенное в жизни.

Потому, что если вы думаете, что когда мы перед смертью смотрим назад на свою жизнь, если вы будете радоваться тому, что купили сиреневую шляпку... ☺ Может быть. Но:

Обычно люди чувствуют чувство упущения, чувствуют, что они не успели сделать что-то существенное в жизни.

Для того чтобы сделать что-то существенное в жизни нам нужно делать это сегодня, **чтобы перед смертью мы смогли посмотреть назад и с легким сердцем перейти в следующее перевоплощение.**

Вы никогда не раскаетесь, что практиковали осознание смерти

Лама Двора: большое спасибо.

Как сказал Арие в конце – осознание смерти будет подталкивать нас к духовной практике и заставит нас отказаться от тех приоритетов которые есть у нас на сегодняшний день, от дел, имущества, вещей, и так далее. И это нам может быть кажется: «Ой, мне нужно будет отказаться от любимых мною вещей», и так далее.

У того кто выполняет эту практику некоторое время создается в жизни так много радости и смысла, и жизнь становится такой текучей, приятной, и приносящей наслаждение, что вы никогда не раскаетесь об этом решении.

Может быть будет переходный период изменений – но вы никогда не раскаетесь об этом решении. И тогда вы действительно сумеете прийти к смерти и умереть хорошо - если смерть придет. И мы пойдем еще дальше и скажем: это единственные люди умирающие хорошо.

Единственные люди которые умирают хорошо это те, которые практиковали осознание смерти когда нужно было это практиковать.

И результатом разумеется будет то, что мы трансформируем свой мир.

Для других мы может быть будем казаться странными, но мы трансформируем свой мир.

- И для других мы выглядим как те кто отказывается от жизненных удовольствий,

- Мы на них посмотрим и подумаем: «Какие несчастные ,они все еще связаны всеми этими

оковами».

Это очень хорошая медитация.

Медитация для момента смерти – Powa

Есть особенная медитация на смерть которую я хочу упомянуть вкратце из **«Ло джонга семи основных»** (смотрите курс *Ло Джонг 2*) которая связана с тем, что мы описывали до сих пор и она переходит к этой теме **как умереть хорошо**: когда приходит смерть, как умереть хорошо.

На нашем сайте в курсе медитации на смерть есть перечисление которое дал наш лама Кен Ринпоче в ответах на вопросы связанных со смертью, и со смертью близких нам людей. Как себя с ними вести. Я здесь это проходить не буду, это есть там и вы можете это послушать и почитать.

Но как мы сказали во время смерти есть специфическая боль смерти которую все мы проходили. И если наступает смерть и мы еще не освободились мы хотим сделать так чтобы в следующей жизни мы смогли выполнять практику которую начали сейчас, и продолжать ее может быть из еще лучшего места, из места которое лучше позволяет нам войти в суть происходящего и позволит нам стать благословением для других еще больше. И это практика **Powa** которой мы да обучаем. Мы да обучаем этой проекции (проекция здесь в смысле спроецировать сознание в будущее существование) и это из Ло Джонга.

И это – когда приходит эта боль смерти, когда она приходит использовать ее как средство для трансформации моего сознания. Это вид такой молитвы:

***«Пусть сейчас когда я страдаю от боли смерти,
Это будет искуплением для всех страдающих людей в моем мире.
Благодаря тому, что я сейчас страдаю и мне больно,
И я вынуждена расстаться со всем, что мне дорого и со своим телом
И благодаря тому, что я прохожу все эти ужасные страдания,
Пусть никто в моем мире больше не будет вынужден страдать.
Я искупление; я сейчас этой болью,
Беру на себя боль всего мира».***

Беру ли я действительно на себя боль всего мира? Мы не говорим этого. Но эта мысль, это намерение очень важно в определении того, куда мы перейдем. Она критическая в определении того куда мы перейдем. Кто способен умереть с этой мыслью...

Есть история о геше Чекаве, который обучал этим вещам. Всю жизнь он обучал своих учеников как развить сострадание и любовь к ближним, и когда он на смертном одре и собирается уйти из мира он сообщает им о том, что он сейчас делает, о чем он сейчас думает, что с ним сейчас происходит. И он из последних сил пытается с ними говорить, и говорит: «Сейчас я пытаюсь забрать страдания всех существ». Молчит. «Сейчас я пытаюсь пойти в ад помочь там существам». Молчит. «Это не получается, это не получается, это не получается». У него не получается спуститься в ад помочь там существам. Он говорит: «Я все время вижу ангелов, я вижу только ангелов».

Это то, что приводит нас к ангелам - это большое сострадание, это потрясающее желание быть искуплением для других и благодаря тому, что мне сейчас больно, пусть никому другому больно

не будет – это именно та мысль которая продвигает нас на огромное расстояние по направлению к нашей цели - просветленному сознанию, просветленному телу будды.

Как у нас получится сделать это во время смерти? Это вопрос. Как у нас получится создать эту чистую мысль, когда мы так одержимы телом, и это тело отбирается и сейчас есть боль, и наше сознание уже жарится, и наш мозг жарится, как у нас это получится?

У нас это не получится, если мы не будем практиковать сейчас. И важная часть практики это:

Когда с нами сейчас происходит что-то не приятное,
Когда у нас сейчас есть какая-то болезнь,
Когда у нас сейчас есть потеря,
Когда у нас сейчас есть грустное расставание,
Или разбитое сердце,
Или мы видим у кого-то другого ужасную боль,

Если я могу сказать: «Сейчас, когда это так больно, когда эта боль появляется в моем мире, я приму это на себя...»

Вы и так страдаете, у вас и так есть болезнь, которая к вам пришла без вашего приглашения. Сейчас когда вы страдаете от болезни вы говорите: «Я буду ее использовать, я трансформирую эту ситуацию, это будет искуплением для всех существ. Из-за того что у меня сейчас есть эта болезнь, благодаря этому пусть никто другой больше не испытывает боли. Из-за того, что я сейчас потеряла своего любимого - пусть никто другой не будет вынужден терять любимого человека, и так далее.

И когда вы так на протяжении жизни практикуете с любым несчастьем, с любой болезнью которые сваливаются на вас в любой области, эмоциональной, душевной, экономической, физической – не важно – эта практика Ло Джонга развивает сострадание и позволяет вам умереть действительно хорошо. Когда смерть придет.

И если вы доведете эту практику до своей потрясающей вершины до которой ее можно довести, развить это сострадание до потрясающих уровней когда оно сочетается с мудростью – может быть момент смерти не наступит вообще. Может быть смерть не придет.

Можно практиковать это когда идут спать, и:

Намерение это сделать - это карма созревание которой одно из самых быстрых.

Это намерение забрать боль всех существ себе и быть той кто ее испытывает – когда уже и так больно. **Вы не можете создать боль карма которой еще не пришла** – но карма уже созрела, вам уже больно. И сейчас этим намерением приносить благословение всем существам вы трансформируете. Это как описывает нам геше Чекава «**немедленная карма**». Он так старается пойти в ад, и он поднимается в рай; против своей воли он попадает в рай.

(Мандала)

(Посвящение)

Курс АСІ 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 7

(Мандала)

(Прибежище)

Интернет сайт

Лиран: есть еще несколько проектов о которых мы хотим вам рассказать, которые делает наша организация.

Один из них связан со всей темой распространения дхармы через средства массовой информации в интернете. Мы знаем, что это стало очень популярным в последние годы.

И несколько лет тому назад лама Двора-ла в на пути к своей большой цели распространения дхармы для всех в сущности одна начала загружать материалы на интернет сайт. После того как были уроки, учения, и записи - она их проверила, и загрузила на интернет сайт. И постепенно-постепенно этот сайт начал расти и постепенно-постепенно к этому кругу стали присоединяться еще и еще люди.

И скоро мы поговорим о том, о чем это говорит и с чем это связано.

И сегодня я только хочу поставить вас в известность. **У нас на нашем сайте есть статистики двухмесячной давности, и я могу рассказать, что на наш сайт заходят с девятнадцати стран мира, в среднем 150 посетителей в день. И есть также статистика того сколько времени они проводят на сайте, и речь не идет о коротком времени, но в среднем о нескольких минутах. Это говорит о том, что люди заходят, читают эти материалы, скачивают файлы, слушают их, и мы получаем письма благодарности со многих стран мира. Вы знаете, что израильтяне говорящие на иврите есть во всем мире, и все жаждут этих знаний, которые как вы видите, являются знаниями дающими существенные инструменты для серьезных изменений в жизни.**

И часть работы это в сущности загрузить аудиофайлы, и часть отредактировать их, и это два отдельных проекта. И за аудиофайлы ответственна Реут, и она сейчас скажет несколько слов на эту тему. Если вас интересует тема распространение дхармы таким образом вы можете присоединиться к этому проекту.

- Редактирование аудиофайлов

Реут: как упомянул Лиран к нашему счастью сейчас есть относительно большая команда людей которая помогает нам в загрузке аудиофайлов на сайт, и мы в сущности предлагаем

присоединяться к нам. И как отметил Лиран эти файлы скачивают много людей, и в сущности здесь идет речь об очень большой добродетели потому, что от одного раза когда вы редактируете файл, или транскрибируете его и он загружается на сайт, каждый человек нажимающий на эту ссылку получает это, и вы накапливаете эту добродетель.

И действительно:

- Это каждый человек который был на учениях и хочет прослушать их еще шесть тысяч девятьсот девяносто девять раз для того чтобы их понять.
- И человек, который не был на уроке и хочет его пройти.
- Учителя которые обучают этому курсу и подготавливаются к своему уроку используют файлы, которые мы загружаем на сайт.
- Их ученики которые хотят выполнить домашние задания используют потом загруженные туда сайты.

Поэтому, как сказала лама Двора действительно это добродетель методом мультимаркетинга.

И это не сложно. И я объясню, что нужно для редакции аудио, а Яэли объяснит, что нужно для транскрибции.

- И в тот момент, когда урок записан мы передаем это для первичной редакции, и то, что для этого нужно - это много терпения потому, что это берет время. Это требует время.

- Нужен доступ к компьютеру. Это должен быть человек находящийся в корректных отношениях со своим компьютером, не сильно больше этого.

- Мы к вам приходим, мы **приставляем к вам наставника**, и он сидит с вами; он скачивает вам программу. Это бесплатная программа, и он объясняет вам как с ней работать. Мы используем достаточно простые функции «вырезать\скопировать\приклеить», усилить\уменьшить, и он в сущности проходит это с вами и показывает вам как редактируют.

Я расскажу очень вкратце, мы убираем не актуальные отрывки; к примеру с того момента как началась запись и до тех пор как начинается учение, или с момента как учение завершилось и до момента когда отключили запись, и отрывки которые мы назовем «мертвыми» в кавычках когда пишут на доске. Вещи, которые нужно усилить усиливают. Вещи, которые нужно сделать тише, делают тише. Мы вырезаем шумы, разговоры не связанные с уроком такие как: «Минутку! Подождите микрофона», такого рода вещи.

И руководство очень простое, есть очень ясный файл; вы получаете сначала десять минут, вы посылаете это обратно своему наставнику, и он дает вам обратную связь. Это происходит несколько раз, до тех пор пока вы не получаете целый файл. И я думаю, что это кайф. Я люблю это, и здесь в аудитории сидят люди которые редактируют, верно? Поднимите руки. Много людей. Вы любите это? Это вам в кайф?

Вчера я слышала кого-то кто говорит: «Вчера я транскрибировала это, это, и это». **Это люди которые снова проходят материал и дхарма входит к ним в сердце. Конвенционально – потому, что они редактировали и транскрибировали, но на более глубоком уровне это потому, что они сделали доступной дхарму другим людям, поэтому дхарма приходит в их**

сердца.

И вы приглашены. Если у кого-то есть склонность к этому, и он хочет изучить что-то новое и помочь нам - он приглашен обратиться ко мне. И после того как мы редактируем этот файл мы переводим его команде тех кто транскрибирует, и Яэли объяснит, что это значит. (Аплодисменты).

- Транскрибция аудиофайлов

Яэли: я могу сказать, что карма встретить этот сайт у нас уже созрела, поэтому будьте осторожными! ☺ И сейчас нам нужно посеять семена чтобы он сохранился, и чтобы он был еще у многих людей.

В отношении транскрибции – все, что нужно знать - это как печатать, одевать наушники, и входить в медитацию с ламой, ☺ и действительно нет чудеснее этого. То есть: «Мне есть, что делать, или нет?» Есть! Всегда! Что! Делать! ☺ Нужно транскрибировать, ☺ всегда.

И это связано с коммуникацией со мной. Если я приятна на ваш взгляд это хорошо, а если нет, я готова поработать над этим, а все остальное просто дело навыка. И из этого, из этой работы входит много дхармы. И вы приглашены обратиться ко мне, и большое спасибо. (Аплодисменты).

- Процесс загрузки на сайт аудиофайла и транскрибции

Лиран: я только хочу сказать еще несколько слов в отношении этого проекта редакции и транскрибции.

Вы увидите, что это да требует вложения времени, но это время проходит быстро, с кайфом, в наслаждении, и с большой добродетелью.

- Итак, мы **записываем** здесь этот урок.
- И мы после этого **проверяем этот файл** в очень-очень простой форме, только **для того чтобы подготовить его к состоянию в котором его можно редактировать.**
- **И тогда его получает редактор.** Из нашего опыта у нового все еще не опытного редактора урок, предположим в один час берет отредактировать от четырех до пяти часов.
- **После того как это отредактировали в первый раз мы передаем это для транскрибции.** Время транскрибирующего тоже примерно такое же, еще четыре-пять часов работы над часовым файлом. Это зависит от скорости его печатания, но здесь речь идет о нескольких часах.
- И после того как это проходит тот кто транскрибирует, **обычно есть также редактор который проверяет после этого текст**, и это еще несколько часов. У нас есть форматы, мы загружаем файл на сайт в ясной форме, с подчеркиваниями, с заголовками, с параграфами, чтобы было легко и удобно это читать, и легко и удобно это понимать.

- **После того как мы все это сделали мы передаем этот отредактированный аудиофайл и транскрипцию ламе Дворе-ла, и она сейчас также это проверяет еще много-много часов. Очень много работы чтобы в конечном итоге принести то, что загружается на сайт в подлинной, самой точной, самой ясной, самой понятной из всех возможных для всех практикующих дхарму форме.**

Очень важно чтобы это было загружено самым точным образом из всех возможных, и это то почему и редактирование, и транскрипции делаются людьми, которые понимают важность там точности и ясной передачи дхармы.

- **Итак, после того как это лама Дворе-ла проверяла еще много-много часов файл загружается на сайт.**

И речь о **десятках часах работы над часовой аудиозаписью которая загружается на сайт**, со многими руками\ушами которые работают над этим файлом.

Но посмотрите на это так;

Интернет – мы видим, что это что-то, что сейчас в расцвете, это что-то, что в соответствии со всеми прогнозами продержится десятки и сотни лет.

И это дхарма на языке иврит для следующих поколений. Это будет служить не только нам, нашим друзьям, и нашим детям, но это выходит за пределы этого, намного выходит за пределы.

Сегодня что-то около двадцати пяти – тридцати людей занимаются редакцией и транскрипцией, загружают дхарму на сайт, и приносят дхарму другим людям с помощью этой информации – **это потрясающая добродетель, и горячо рекомендуется всем у кого есть свободное время, и разумеется желание.** Большое спасибо.

(Аплодисменты).

Учение о дисциплине

Урок 7, курса 17 начинает обсуждение того, что было изначально на десятом курсе. Курс 9 занимается **Vinaya**. Произнесите:

Vinaya

И тибетское слово, произнесите:

Dulwa

Dulwa – означает дисциплина.

И может быть немного вступления. Вы помните, что мы говорили о пяти великих книгах?

Prajna Paramita – совершенство мудрости изучают в монастыре двенадцать лет. Мы пока покрыли это на курсе номер 2, и немного на курсе номер 6 – они учатся двенадцать лет, и у нас есть еще чему учиться. Мадхьямику там изучают четыре года. Абхидхарму два года. То, что мы завершили сейчас, большей своей частью было Абхидхармой. **Vinaya**, то, что мы изучаем сейчас – это два года. Потом долго изучают буддистскую логику, и Лам Рим, который является

неофициальным учением. В монастыре официальным образом не изучают Лам Рим, и мы да изучаем. И намного позже приходит тантра.

Vinaya – это учение об обетах свободы, и это одна из областей учения которому традиционным образом не обучают тех кто не является монахами, такова традиция несмотря на то, что почти половина **Vinaya** предназначена для тех кто не является монахами, но эта традиция создавалась потому, что в прошлом тот кто не был монахом почти не практиковал дхарму. Но мы находимся в другом мире. И на западе видимо большая часть дхармы будет передаваться людьми не являющимися монахами. И это видимо так и будет продолжаться на западе. И несмотря на то, что традиционным образом **Vinaya** не принято обучать тех кто не является монахами, мы немного поговорим о Винайе.

Мы будем использовать подведение итога **Vinaya** которое написал:

Je Tsongkapa

Великий Чже Цонгкапа, и этому подведению итога да можно нас обучать, мы будем его использовать, и оно коротко, и также покрывает все области **Vinaya**.

Будда на протяжении может быть пятидесяти лет жил на земле, и половина его учения было **Vinaya**. Поэтому это очень-очень-очень важное учение в буддизме. Мы немного покрываем его только на этом курсе.

Чже Цонгкапа на четырех страницах подводит итог важным принципам **Vinaya**. И это то, что мы будем использовать, и даже не пройдем здесь все, только часть этого.

Название его произведения: **суть океана Vinaya**.

Вещь приводящая нас к свободе

И на иврит мы это переводим «**дисциплина**». Значение слова **dulwa** – это дисциплина, как «слушать», как «дрессировать». Это практика через которую мы хотим выдрессировать свое сознание.

Наше сознание дикое. Люди которые сидящие в медитации знают это. Сознание дикое, сознание идет туда куда хочет. Иногда говорят, что оно как дикий слон, как дикая обезьяна.

Цель всех этих законов Винайи, всех правил и обетов - выдрессировать наше сознание.

И писание Чже Цонгкапы начинается с вопроса **какая вещь возьмет нас к свободе?** Какая чудесная вещь возьмет нас к свободе? Он говорит:

Суть учения Будды, Винайи - это вещь которая возьмет нас к свободе. Дисциплина это то, что возьмет нас к свободе.

Люди иногда переводят **dulwa** как «монашеские обеты». Это не хороший перевод потому, что как было сказано половина видов обетов не предназначены для монахов.

Что мы пытаемся дисциплинировать?

Так, что именно я пытаюсь дисциплинировать? И это важно понять. Что я пытаюсь выдрессировать? Что это за дикая лошадь, которую я пытаюсь приручить? Или дикий слон, или

дикая обезьяна которых я пытаюсь выдрессировать?

Две вещи, которые я пытаюсь выдрессировать и приручить:

1. Первая это **мои ментальные омрачения**. Мое сознание переполнено ментальными омрачениями, гордыней, эгоизмом, завистью, ненавистью, гневом, злорадством – всем этим. Мое сознание переполнено ими. И прежде всего нужно их приручить, обуздать потому, что они мной управляют. И первый этап прежде чем я смогу **преуспеть в какой бы то ни было медитативной практике** - это обуздать эту компанию.
2. И вторая вещь которую мы пытаемся выдрессировать и приручить в этой практике это - наше **влечение к объектам органов чувств** которое также нами управляет.

Я сажусь делать медитацию и, что происходит?

- Ко мне или приходит мысль «что он мне сказал» и «почему она мне это сказала» и гнев, и ментальные омрачения.

- Или я вспоминаю, что мне нужно сделать, что мне нужно получить чтобы чувствовать себя хорошо. Это влечение к объектам органов чувств.

Итак, из-за наших влечений и ментальных омрачений у нас есть излишнее влечение к объектам органов чувств: еде, музыке. Все это будет отвлекать наше внимание.

Есть ли что-то плохое в еде и музыке? В них со своей стороны нет ничего плохого. Проблема в том, что если у нас есть излишнее влечение к этим вещам они будут мешать нашей практике. **Они не позволят сделать практику успешной, и если не будет успешной практики то все чудесные цели о которых мы говорим не реализуются, не сумеют произойти.**

Для чего вообще нужны обеты?

Итак, **dulwa** это обуздание позволяющее уменьшить силу.

Dulwa на этом этапе не уничтожит ментальные омрачения, но снизит их силу достаточно для того чтобы мы сумели выполнять практику по окончании которой мы сможем уничтожить их полностью.

И это наша задача, уменьшить их до уровня который уже не мешает, который позволяет сидеть на ретрите. И это требует немного работы. Это практика **dulwa**.

И каждого из нас кто пытается проделать этот путь и встречается с трудностями, я приглашаю войти в этот потрясающий чудесный мир Vinaya, мир дисциплины, соблюдения буддистской морали.

Для того чтобы дисциплинировать наше сознание, выдрессировать его нам нужны внешние средства, и это задача разных обетов морали Винайи. **Это то, почему мы переводим Винайя как дисциплина**. И наша задача изучить, что это за обеты и практиковать их для того чтобы достигнуть наших целей. И нам нужно изучить их хорошо и стать специалистами в этих обетах.

Обеты освобождают нас от тирании нашего сознания...

Сейчас, когда мы произносим слово обеты - у нас возникает ассоциация с чем-то

ограничивающим, с чем-то связывающим нас, с чем-то, что сделает менее радостной нашу жизнь. В особенности если вы обращаетесь к христианской или католической аудитории. Для них обеты ассоциируются с какими-то хмурыми монахинями не умеющими радоваться, и наказывающих детей за каждую глупость. Или девушки беременеющие до замужества в те дни вдруг принимали обеты, у них забирали ребенка, и они были в монастыре, и стирали вещи для людей которые не беременели до брака.

И это часто коннотация чего-то ограничивающего, кого-то кто не умеет радоваться, кого-то у кого забрали или ограничили радость жизни.

Нет более противоположного смыслу буддистских обетов.

В буддизме обеты служат для чего-то освобождающего нас, что приносит нам много радости. **Если радость не велика – вы делаете это не правильно.** Это обеты которые создают свободу в нашем сознании.

Вместо того чтобы влечения и ментальные омрачения управляли нами, я начинаю управлять ими.

Есть правила которые я сейчас ставлю как ограничение, как поводок для этого дикого слона.

...И усиливают эти хорошие склонности с которыми мы пришли

И есть большая разница между тем чтобы быть хорошим человеком и быть человеком принявшим обеты. Между этими двумя вещами есть очень большая разница. Потому, что в случае если у меня есть желание или склонность быть хорошей – и у всех вас она есть, иначе вас бы здесь не было – это не случайно – но это не моя природа быть такой. Мы в буддизме говорим, что нет такой вещи как собственная природа, ни у кого нет природы быть таким или другим. Есть очень глубокая привычка с которой вы пришли из других перевоплощений, и люди приходят некоторые лучше, некоторые хуже, но это не то, что у одних есть такая природа, а у других такая. Это кажется нам таким.

Это приходит от того, что мы практиковали уже много перевоплощений, и у нас сейчас, предположим, есть склонность быть хорошими. Если мы не стараемся ее развить, сохранить, углубить и поднять на следующий уровень – она угаснет. Она угаснет сама собой потому, что наши инстинкты и ментальные омрачения заставят ее ослабеть.

Поэтому если кто-то серьезен на пути, если кто-то серьезен на пути накопления добродетели для того чтобы пробиться через эту стену сансары - обязан подчеркивать принятие обетов, практиковать и хранить их для того чтобы не деградировать, чтобы эта добродетель которая у нас есть не исчезла, и мы не продолжили бесцельно там крутиться.

Арие: когда я был в школе мы изучали Иуду Леви, и он говорил там: «Раб божий полностью свободен»? И это в точности та же самая идея. В тот момент, когда мы принимаем обеты - мы освобождаем себя от тирании нашего сознания, от наших мыслей.

Обеты личной свободы

Относительно обетов воина духа в сравнении с обетами личной свободы – обеты личной свободы однозначно являются частью обетов воина духа. Если вы помните, у обетов есть три части:

- Первый это соблюдение дисциплины. Не вредить никому другому.
- И вторая часть развивать себя в умении помогать другим,
- Чтобы мы в третьей части действительно сумели помочь другим эффективным образом.

Эти обеты на которых мы фокусируемся сейчас называются **обетами личной свободы**.

Почему они называются обетами личной свободы? Потому, что если мы будем их практиковать, и соблюдать мы придем к личной свободе, то есть к нирване.

А если мы не будем их практиковать то нет никаких шансов на то, что мы придем к личной свободе, они совершенно необходимы для того чтобы мы пришли к личной свободе.

Обеты личной свободы на санскрите называются:

Pratimoksha

Prati – это **личные**. На тибетском это:

so sor

и

Moksha

Или на тибетском:

Tarpa

Это **освобождение**.

И это **личное освобождение** или **личная свобода**.

Лама Двора-ла: кстати, тибетцы добавили два слова **sosor** и **tarpa** к:

Sotar

И это то как они называют обеты личной свободы.

Мотивация обетов личной свободы это поворот (*отречение*)

Арие: какова суть обетов личной свободы? Суть это - не вредить другим.

По какой причине нам нужно это делать также входит в обеты личной свободы.

- Если мы не вредим другим для того чтобы обо мне хорошо говорили в обществе,

- Если мы не вредим другим для того чтобы получить какое-то вознаграждение в этом мире –

То мы не соблюдаем обеты личной свободы. Мы можем не вредить другим и это хорошо, но у нас в действительности нет обетов личной свободы.

Обеты личной свободы обязаны приходить из места поворота (*отречения*). Из места, в котором

я хочу освободиться от колеса страданий.

Я уже не надеюсь, что здесь в колесе страданий мне будет хорошо. Может быть мне будет хорошо, может быть мне не будет хорошо, но я знаю, что даже если мне будет хорошо - это завершится плохо. И я больше этого не хочу. Я хочу другое место, я хочу полностью прекратить эти страдания.

Лама Двора-ла: и мы сказали, что мы здесь находимся из-за наших ментальных омрачений, из-за нашего влечения, плохих действий, и того что следует за ним. И эти омрачения и из-за непонимания влечение делать плохое - это как какой-то приговор для нас, какой-то такой приговор пожизненного заключения в неработающей форме существования.

И идея в том, что мы не можем упорядочить эти дела снаружи. Мы находимся в болезненной форме жизни, в форме жизни в которой мы теряем вещи. Но мы не можем изменить это через манипуляцию нашей реальностью. Мы пытались, и мы пытаемся:

Мы ходим в тренажерный зал
И мы ходим в органический магазин
И мы пытаемся учиться профессии
И получить звание
И найти партнера.

Мы все время пытаемся **организовать** нашу жизнь, но все дело в том, что все эти внешние вещи – являющиеся нашим обычным мировоззрением – не могут решить эти проблемы.

Эти проблемы не решатся всеми этими занятиями. Мы можем изменить нашу реальность только изнутри через работу на кармическом уровне, на уровне того какие кармические семена я сею в своем сознании, и когда они прорастут моя реальность изменится.

Потому, что все внешние манипуляции не работают, не могут работать. Даже если вы приходите сюда и берете эти курсы, и даже если вы делаете уроки – и вы должны их делать, это внешняя работа – но если параллельно с этим не продлевается внутренняя работа – внутреннее соблюдение морали с пониманием того для чего мне нужно соблюдать мораль – это не работает. Потому, что это единственная вещь, которая изменит мою жизнь потому, что это единственная вещь которая начнет изменять виды кармы которую я сею, виды записей которые я сею в своем сознании – если я параллельно с этим не продлеваю этой работы – не важно на сколько курсов вы будете приходить и слушать их, они не будут работать.

Церемония принятия обетов

Есть церемония принятия обетов. Верно, вам нужно пройти курс и обзаться, но определяет работают обеты или нет не то была ли у вас церемония и вы сказали: «Да, я хочу»; определяет ваша мотивация. И мотивацией должно быть прийти к освобождению, прийти к нирване, выйти из колеса страданий.

Для этого все колесо страданий. Кстати, его оформил Будда. Будда сказал, как его нарисовать. Это есть в Винае, это колесо висит у входа в каждый монастырь.

Вся цель соблюдения обетов - это освободиться от лап властелина смерти. В этом вся их цель. И когда принимают обеты - эта мотивация должна присутствовать.

Литература Винайи очень обширна со многими комментариями и пояснениями. **Там написано: на протяжении хотя бы тридцати секунд без перерыва обязано быть такое чистое намерение.**

Не важно, что еще вы делаете на церемонии. На этой церемонии хотя бы тридцать секунд нужно быть с чистым намерением: «Я сейчас принимаю на себя эти правила поведения для того чтобы суметь очистить свой мир и выйти из сансары, из этой страдающей формы существования». Должно быть такое настоящее и сильное желание пройти эту духовную эволюцию с пониманием того, что этот мир не работает. Этот мир принесет еще только морщины, потерю органов чувств, старость, и смерть. Это то, что будет если мы не сделаем этот путь. Докажите, что это иначе!

С приятной квартиры которая у вас сейчас есть,
Дайте этому еще десять, двадцать, тридцать лет, и вы переедете в дом престарелых с поддержкой,
Потом переезжают в дом престарелых с уходом за больными,
Потом в дом престарелых для совсем слабых
И потом в хоспис.

Это то куда ведет этот путь. Это если не произошла авария или тяжелая болезнь, которая вообще не позволит произойти всем этим этапам. Ок?

И это понимание является мотивацией для того чтобы принять эти обеты и не потому, что кто-то вам сказал, что это хорошо, и не потому, что их приняли все ваши друзья. Нет! Это понимание является началом изменения этой ситуации.

Разные виды обетов личной свободы

Арие-ла: обеты личной свободы включают в себя десять плохих действий. Если вы помните десять плохих действий и десять хороших действий, то десять плохих действий представляют обеты личной свободы – не вредить другим. А десять хороших действий – как приносить другим благо.

Есть восемь видов обетов личной свободы.

1. Есть обеты на один день,

И один день это ограниченный период. К примеру в Таиланде принято если ты из хорошей семьи и у тебя есть деньги - ты идешь и принимаешь обеты на ограниченный период. Такие обеты это обеты на один день, но один день и еще один день, так день за днем и это может быть три года. Но в конечном итоге это один день помноженный на какую-то цифру.

Следующий вид обетов это **обеты на одну жизнь**. Они называются обетами на одну жизнь – до тех пор, пока я не умру, не важно сколько времени это возьмет. И это **обеты для тех, кто не является монахом**.

Есть несколько видов обетов на одну жизнь. И это может быть:

2. Обетами на одну жизнь для тех кто не является монахом – для мужчины,

3. И обетами на одну жизнь для тех кто не является монахом – для женщины.

Это делится на мужское и женское, и также для мужчины есть быть:

4. Начинающим монахом или

5. Полным монахом.

И для женщины есть три вида, для женщины есть:

6. Начинаящая монахиня,

7. Промежуточная монахиня

8. И полная монахиня.

Монахиня – два года до того как она становится полной монахиней будет промежуточной монахиней и тогда она может принять обеты полной монахини.

Сейчас кроме этой группы есть еще что-то, что называется:

rab jung

rab jung – это кто-то кто обязался отказаться от мирской жизни. И они одевают рясу, они также пытаются выполнять обеты начинающего монаха, но они еще не приняли обетов начинающего монаха.

Кто может принимать обеты свободы?

Сейчас, есть различные условия для принятия обетов. Это не для каждого кому хочется принять эти обеты.

Каковы необходимые условия для принятия обетов?

Итак, тот кто не является монахом также может принять обеты личной свободы. Мы говорим, что если они выполняют их так как нужно - это будет действовать на них, и приведет их в то же самое место куда приводят и монашеские обеты.

Что это за место? Куда приведут нас обеты?

Они прежде всего в следующем перевоплощении приводят нас к рождению в одном из верхних миров. А в долгосрочной перспективе, если мы будем продолжать их соблюдать они приведут нас к нирване.

Как кто-то теряет обеты?

И разумеется, под потерей обетов подразумеваются только обеты на всю жизнь. Обеты на один день теряют после того как завершается этот день. Да? Наступает утро завтрашнего дня, день прошел, и ты потерял обеты на один день. Но как теряют обеты на всю жизнь?

1. Первое, это **если умирают**, в тот момент когда ты умер эти обеты уже не действуют. Произнесите:

Shi pu

И **Shi pu** – это **смерть**. И это первый способ потерять эти обеты.

2. Второй способ, произнесите:

Lappa pul

Lappa pul – это **вернуть обеты**. Это формальным образом проделать церемонию и сказать: «Я возвращаю эти обеты, я больше не соблюдаю их».

3. Третий способ, и интересно, что он упоминается уже в древних писаниях, **если ты изменил свой пол три раза**. То есть с мужчины – на женщину, это одно изменение, с женщины на мужчину – это второе изменение, с мужчины – на женщину это третье изменение – и таким образом ты потерял обеты.

Дело в том, что для того чтобы дать нам какую-то устойчивость мышления требуется сексуальная энергия, и без этой сексуальной энергии мы просто не сумеем сохранить обеты. И тем, что мы изменяем пол три раза мы автоматически теряем эти обеты.

4. Дополнительная причина также связана с полом. **Если у кого-то есть два половых органа**, то есть и мужской и женский вместе, то у него нет ясной половой идентификации, и тогда обеты также теряются.

5. Дополнительная причина, это если ты думал, что тебе уже двадцать лет, принял эти обеты, и вдруг приходит твоя мать и говорит тебе: «Ты знаешь, в сущности была ошибка в дате твоего рождения, и тебе было только девятнадцать лет». И тогда ты автоматически теряешь обеты».

6. И последний случай, произнесите:

Ge-tsa che

Ок, **Ge-tsa che** – это **обрубить корень добродетели**.

Gewa – это **добродетель**.

И **tsa wa** – это **корень**.

И **Che** – это **обрубить**.

Обрубить корень добродетели это решить верить в то, что карма не работает. Я вдруг изменил свое мнение: нет кармы, или законы кармы действуют не по-настоящему. И если я создаю крепкую веру, уверенность в том, что они не работают и придерживаюсь ее какое-то время - я теряю эти обеты.

Превратиться в мастеров по соблюдению обетов

Лама Двора-ла: итак

Список обетов это список, который дал нам лорд Будда чтобы позволить нам начать дисциплинировать свое дикое сознание, которым движут влечения и ментальные омрачения и которое держит нас в тюрьме.

Нам нужно их изучить, нам нужно их изучить и ясно их понимать. На курсе 9, на 7 или 8 уроке мы входим в сами правила обетов свободы, в десять правил свободы. Вы приглашены пойти и послушать там.

И нужно быть большими специалистами, а не только прослушать их один раз. Вам нужно слушать их, и понимать то, что сказано на уроке, выполнять домашние задания, начать следить за обетами

в дневнике, начать понимать их исключения потому, что есть исключения. Вам нужно понимать мотивацию заставляющую их нарушать, как нарушают обеты. Как соблюдают обеты. Стать **специалистами** по обетам.

Если мы серьезны в отношении изменения ситуации нашего страдающего существования - мы обязаны быть большими специалистами в обетах, а не просто «соблюдать обеты». Это все равно как когда спрашивают: какая у тебя профессия? Адвокат. **А какая у тебя профессия?**

Соблюдающий обеты.

Вы соблюдающие обеты, это ваша профессия. Вы специалисты по соблюдению обетов, меньше этого не будет работать, меньше этого не дисциплинирует достаточно наше сознание, чтобы позволить нам перейти на более глубокий уровень медитации, чтобы мы сумели отсюда выйти. Это будет просто не возможно.

Что делать, когда происходят конфликты? Что можно сделать когда кажется, что между обетами свободы и тантрическими обетами есть конфликт?

Тогда, нужно хорошо с ними познакомиться, и соблюдение обетов в нашем дневнике это то, что позволяет создать все эти желанные изменения. Только от слушания ничего не произойдет. Только от их цитирования— есть те кто изучает их наизусть, и это хорошо, это хороший вспомогательный инструмент, но этого тоже не достаточно. Этого тоже не достаточно. Нужно каждый день открывать дневник и проверять, что проходило в нашем сознании, проверять, что я делал, исправлять, направлять к совершенству в обетах, быть большим специалистом по обетам.

И тогда мы начинаем проходить этот процесс очищения, процесс этого очищения сознания, и в конечном итоге через какое-то время начинаются изменения внутри.

У кармических семян берет время созреть. И когда вы сеете семена поначалу снаружи ничего не видно. Это как семя которое вы зарыли в земле и еще не видно, что оно там. Проходит время и они начинают накапливать силу и созревать, начинают происходить изменения.

И изменения проявляются в мире вокруг вас. Мир начинает изменяться, ваш мир постепенно- постепенно начинает меняться.

И люди приходят ко мне и задают вопросы, и я говорю: до тех пор, пока вы не начнете проделывать этот процесс мне вам больше нечего сказать. Это учение. Это учение. Вы понимаете, что вещи пусты, вы понимаете, что вещи управляются кармой, сейчас идите, посейте карму. Без этого ничего не произойдет. Это учение.

После того как человек какое-то время работает с дневником и с обетами - можно говорить о вопросах, тогда можно это направлять, тогда можно быть более точными. Но если вы этого не делаете – мне вам нечего добавить, ок? Кроме этого мне вам нечего добавить.

Перед нами потрясающие миры

И нужно помнить, что это не происходит за один день. Освобождение не придет за один день. С ним нужно быть терпеливыми. **И некоторое время пока вы не увидите результатов нужно продолжать сеять и ухаживать за посеянными семенами.**

И если вы не будете пытаться - вы никогда не узнаете, что вы упустили и так и умрете не зная этого. И большинство людей умирает не зная. Они не имеют понятия, что они упустили в этой

жизни.

Есть потрясающие миры, потрясающие миры. И может быть, часть людей находящихся здесь уже находятся в них. Вы не можете знать, что происходит в сознании кого-то другого. Есть потрясающие миры в которые вы можете попасть, и с которыми вы не познакомитесь, не узнаете каковы они до тех пор пока глубоко не войдете в соблюдение обетов и очищение головы которое они делают возможным.

И для того чтобы перейти на эти высокие уровни бодхисатвы и тантры у нас обязаны быть эти базовые обеты. Обеты личной свободы составляют основу для остальных обетов. По крайней мере то, что мы называем десятью правилами свободы. Десятью правилами, которые мы упоминали на прошлой неделе:

- Три относящиеся к телу: не убивать, не воровать, не прелюбодействовать.
- Четыре относящиеся к речи: да, мы о них говорили, не лгать, не вести разделяющие разговоры, воздерживаться от грубой речи, от пустых разговоров.

Эти семь предназначены для воздержания от нанесения вреда другим. Верно? Это первый уровень морали. Они в десяти правилах свободы.

- Есть еще три, которые относятся к самому сознанию. Мы сказали, что это не завидовать, воздерживаться от злорадства, и ошибочное мировоззрение... Ок, отлично, вы помните! Замечательно 😊, замечательно.

Зачем есть три других? Три последних двигают всеми семью остальными.

И в десяти правилах свободы есть не только делай и не делай, но также и как думать, и как не думать. В части из этого.

И даже если вы принимаете обеты для мужчины или женщины которые не являются монахами, если вы их принимаете и начинаете хорошо их соблюдать, вы можете даже в этой жизни только от этих обетов если вы тщательно и с пониманием их соблюдаете прийти к просветлению. И если мы не придерживаемся соблюдения обетов - мы автоматически их потеряем. Потому, что наши привычки, наши склонности будут тянуть нас к их потере.

И в сравнении с этим я также рассказывала вам как я на протяжении нескольких десятков лет соблюдала один обет сохранения жизни и я даже не знала, что я соблюдаю обет, и это привело меня к потрясающим учителям. И если вы принимаете не один, а предположим эти десять обетов и осознанным образом принимаете обязательство их соблюдать, следите за ними в дневнике, и тщательно соблюдаете их определенный отрезок времени – не нужно ждать тридцать лет. За несколько месяцев, за год вы начнете видеть потрясающие изменения в своей жизни.

И как сказал Арие, тот кто соблюдает обеты свободы создает свободу, а тот кто не соблюдает обеты свободы – нет! Очень просто. Это то, почему они называются обетами свободы.

Различные категории в сути океана Винайи

Чже Цонгкапа в своей книге ***Суть океана Винайи*** подводит итог всей обширной литературе Винайи в четырех страницах, и я для ясности хочу повторить эти различные категории часть которых в сущности перечислил Арие.

1. **Первая категория это суть обетов.** Что это за обеты. В чем суть Пратимокши? Не вредить. Не вредить другим существам. И это то, что мы делаем, это мысль стоящая за тем, что мы делаем. Это обеты свободы. В сравнении с ними обеты бодхисатвы это не только то, как не вредить, но и как делать хорошее. И тантрические обеты – как все это делать быстро. В этой жизни.
2. **Вторая категория** в книге Чже Цонгкапы была **категорией различных обетов.**

Обеты для людей не являющимися монахами, для мужчин и женщин - это одни и те же обеты но делят на мужчин и женщин,

Обеты на один день – сегодня не очень принято их давать. Почти нигде уже не дают их на один день.

Мы даем **обеты махаяны на один день**, мотивация которых немного другая. Это что-то другое.

Это в сущности те же самые обеты. Пять обетов, которые мы упоминали, основные обеты и алкоголь, и там есть еще три. Те же самые обеты, но с совершенно другой мотивацией. Мотивацией махаяны, мотивацией: «Что я сегодня принимаю обеты и соблюдаю их на протяжении всего дня до завтра» - или если хотят можно принять их также и на более длительный период, Арие говорит до двух недель – «И я посвящаю добродетель от соблюдения этих обетов всем существам». И у нас есть церемония, и она есть также и на сайте, это делают утром на восходе солнца. В первый раз вам нужно получить это от ламы, и после того как один раз вы получили эти обеты потом вы уже можете принимать их сами.

- Пять обетов для мужчины который не является монахом, или для женщины которая не является монахиней, и мы их перечисляли. Это было:

- Не убивать человека или человеческий плод
- Не воровать ценные вещи
- Не лгать в отношении духовных достижений
- Не прелюбодействовать

Это были четыре, и есть еще один дополнительный и это:

- Воздерживаться от опьяняющих веществ.

И это пять. Это самый базовый уровень соблюдения обетов личной свободы. И это может каждый.

На тему алкоголя – оставьте обеты. **Вы не можете считаться даже буддистом, если вы употребляете алкоголь.** Так сказал Будда.

- Потом у нас есть обеты для начинающего монаха и начинающей монахини, промежуточной монахини, и полных монаха и монахини.

- И Rab jung – это тот, кто оставил мирскую жизнь. Это как к примеру маленькие монахи в монастыре, они приходят в монастырь в семь-восемь лет, они бегают в красных рясах, но они еще не совсем монахи. Они Rab jung. Они те, кто оставил мирскую жизнь и взвешивает принять или нет монашеские обеты.

В Винайе есть требование, чтобы человек был взрослым и понимал, что он делает прежде чем он

примет обеты. Это можно сделать в возрасте 20 лет.

3. Сейчас следующая категория в книге Чже Цонгкапы, это общее описание видов разных обетов.

У начинающих монаха или монахини есть тридцать шесть обетов, и вы увидите, что вы и так уже соблюдаете значительную их часть. Вы и так уже так живете. В это здесь мы входить не будем.

4. Четвертая категория у Чже Цонгкапы была: кому можно принимать обеты и об этом говорил Арие: это дело возраста, дело сексуальной энергии.

5. Пятая это как теряют обеты, и об этом он говорил также. Это пятая категория.

И здесь есть обычные пути, и особенные пути. И об обычных он сказал, к примеру если кто-то умирает. Если кто-то умер – он потерял эти обеты; эти обеты на одну жизнь. Обеты свободы только на эту жизнь. Не как обеты бодхисатвы или тантрические обеты которые если вы хорошо соблюдаете – они продолжаются с вами. Эти завершаются тогда, когда завершается жизнь.

Кто-то может решить отказаться от обетов, снять рясу, и это дело смены пола и всего того о чем он говорил, все это в рамках нормальных путей.

Потом есть специфические способы для определенных систем обетов, и это также включено в пятую категорию.

6. И потом в шестой категории у Чже Цонгкапы он говорит о пользе от соблюдения обетов.
И об этом мы уже много говорили. Если мы начинаем принимать обеты, начинаем соблюдать их - начинают происходить эти различные потрясающие изменения в нашей жизни, и вся жизнь превращается в такой вид приятного сна. Очень значимого, очень приятного.

Чудесно принимать эти обеты

Когда вы начинаете переживать изменения в вашей жизни и начинаете понимать, что вы на пути к намного более глубоким и всеобъемлющим изменениям, если вы постоянны в этом пути то аппетит приходит во время еды, и чем лучше и больше вы их соблюдаете, тем больше вы хотите еще.

И вы приходите и просите еще обеты, и вы хотите изучать еще обеты, и вы хотите получить следующий уровень обетов, и так далее. Это то, что втягивает вас внутрь. И среди вас здесь есть те кто уже проделывает так путь, и это чудесно и потрясающе видеть. Это очень приятно видеть.

Поэтому, каждый из вас приглашен принять, по крайней мере первый уровень обетов для тех кто не является монахом, для мужчин или для женщин.

Прежде чем принять эти обеты, нужно получить обеты прибежища. Нужно немного послушать об обетах прибежища. Вы можете спросить учителей, или послушать их в записях.

Для всех нас важно познакомиться с учением об обетах

На сегодняшний день большинство людей которые принимают обеты монаха или монахини и на западе и на востоке не слышали никакого объяснения о них. Это очень грустно. Они принимают и даже не знают, что они принимают. Они видят рясу, они видят обриту голову, и они знают, что

нет секса. И это более менее то, что они знают.

Очень много, что есть знать об обетах. У них есть огромная глубина и мудрость.

Будда сказал – обеты это я. Будда сказал – сангха это я.

Сангха здесь это не драгоценность сангхи. Это те, кто носят рясы.

И есть много глубины, много знаний, это то, что представляет этот путь выхода из этого колеса.

И очень важно изучать обеты. И даже если у вас нет намерения стать монахами очень-очень полезно увидеть логику стоящую за этими обетами, почему они давались, куда они могут привести, и чистоту которую они могут создать потому, что может быть вы хотите так себя вести даже если вы не монахи.

На западе монахам не легко. У них нет поддерживающих рамок которые есть в Азии, часто они живут дома, у них нет материальной поддержки, у них нет поддержки похожей на них группы, и многие из них принимают обеты и потом через какое-то непродолжительное время оставляют их. Очень мало кто на западе с успехом продолжает больше десяти лет.

Говорят, что у монаха или монахини чтобы стабилизироваться берет десять лет. Единицам удается стабилизировать себя на западе. Нам нужно создать для них условия. Разумеется, здесь в Израиле вообще нет условий чтобы это сделать, для тех кто готов и хочет это сделать. И это очень-очень красивый путь.

Обязателен ли он для того чтобы произвести эту потрясающую трансформацию о которой мы говорим? Нет. Монахом или монахиней быть не обязаны. Обязаны принять обеты на этом уровне; для того чтобы продолжить дальше обязаны принять обеты свободы, но не обязаны быть монахом или монахиней. Но это хорошее место чтобы с него начинать. Если кто-то тянется к этому - это чудесное место чтобы с него начать. Но это не обязательно. Можно проделать весь путь без принятия обетов монаха или монахини.

Нам даже если мы не являемся монахом или монахиней как я сказала важно понять мысль будды стоящую за обетами. И это не только будда, это также и поколения комментаторов, потрясающих духовных мыслителей которые добавляли из своих знаний.

Многие из обетов именно полных монаха и монахини **связаны с тем как монахи живут как группа**, и мы даже не пришли к этому потому, что у нас даже нет одиночек, как же у нас будет группа? Но мы да начинаем развивать сангхи. **У нас есть группы учеников вместе изучающие дхарму**, вместе начинающие шагать по пути, и может быть они вместе пойдут на ретриты. И мы да начинаем развивать какой-то образ жизни людей, которые не являются монахами, но вместе как группа шагают по пути дхармы. И у нас есть очень много чему есть учиться из Винайи о том как делать это правильно. Как делать это так, чтобы через поколение или два это не распалось, не потерялось, не исказилось, не превратилось в еще одну какую-то не работающую государственную машину, из которой исчезла духовность, когда это просто традиция которую нужно выполнять и уже не знают почему ее нужно выполнять.

Для того чтобы это предотвратить, для того чтобы обеспечить себе успешное продолжение пребывания в поддерживающей группе сангхи нам **да** нужно изучать как делать это в группе. И многие из этих обетов родились в результате того, что монахи жили в группе, ходили со своим учителем и как и в любой группе – возникали конфликты и проблемы, и они их решали.

И для нас очень-очень интересно изучать, какие решения они создали. Для нас жизненно важно понять этот путь, и этих знаний почти нет. Как я говорила, даже люди принимающие обеты не знают, что они приняли. Это жизненно важно для удачного продолжения нашего пути как тех, кто не являются монахами.

Арие: люди думают, что основное в жизни монахов это воздержание от секса, обривать голову, и одевать рясу. Это то, что мы видим. Но это не то, что думал Будда, что является главным. Будда думал, что суть, основа монашеской жизни - это не иметь никакого имущества потому, что как мы сказали ранее - имущество тебя порабощает. И в тот момент, когда ты отказываешься от имущества - у тебя есть намного больше свободы для совершения поворота (*отречения*). И есть простой жизни без имущества, в сохранении гармонии. Без конфликтов.

И важно идти в ногу со временем

И последняя вещь это приспособить эти правила к реальности. Эти правила Винайи да определены, но там есть одно дополнительное правило, что эти правила нужно всегда приспосабливать к реальности. То есть если условия изменились - ты должен быть гибким и действовать соответственно, так чтобы это могло продолжать существовать, не окаменевать.

Важно сохранять намерение обетов, и будем надеяться, что такая система будет развиваться на западе и сможет помочь нам в достижении нашей цели - прихода к просветлению.

Итак, мы сейчас расстанемся с этим быстрым обзором о Винайе который мы сейчас сделали, и это половина учения Будды. Нельзя сказать, что мы прошли этот предмет, но мы дали немного, чтобы дать ощутить вкус этого. Шесть категорий Чже Цонгкапы которые мы перечислили исследуют, что есть в этом море Винайи, и это океан писаний. И сейчас у вас есть немного представления о том какие виды обетов есть, кто их принимает, и так далее.

(Мандала)

(Посвящение)

Курс АСІ 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

Рамат-Ган, апрель 2009

Урок 8, часть 1

(Мандала)

(Прибежище)

Декларация принципов АСІ – продолжение

Арие-ла: одно из наиболее важных совершенств это **совершенство радостного усилия**. Чем больше мы начинаем слушать эти вещи, тем больше они нас затрагивают и мы хотим начать участвовать и делать вещи и прежде чем мы успеем сказать «Джек Робинзон» нас уже увлекает внутрь и мы начинаем носиться.

И никогда нет достаточно людей чтобы сделать все дела, которые хотят сделать. И выходит так, что мы всегда позади, нам всегда нужно бежать, и мы всегда с трудом успеваем сделать то, что нужно и мы в напряжении, и у нас не очень есть возможность практиковать. Потому, что всегда есть что-то, что нужно успеть сделать сегодня или завтра. И тогда мы прилагаем усилия, прилагаем усилия, отказываемся от сна, отказываемся от других вещей, каким-то образом успеваем но назавтра – уже есть новые сроки.

И наши учителя говорят, что личная практика не менее важна, она не менее важна чем другие вещи.

То как это делают геше Майкл и лама Кристи, до 13.00 они заняты своей личной практикой, а с 13.00 до ранних часов ночи они посвящают время своим ученикам: переводят, читают лекции, делают все другие вещи, встречаются с людьми. Но у них есть часы личной практики и это нерушимый закон. Кроме того в среду они также целый день посвящают личной практике. И то же самое рекомендуется и нам.

Ни за, что не отказываться от личной практики. И это говорит о том, что у каждого должна быть какая-то личная практика, да? И часть личной практики это дневник, а другая часть это – прежде чем мы встаем утром с кровати, ☺ есть целый список упражнений которые мы можем делать, направлять наше продвижение, создавать намерение для продолжения дня, и потом целый день мы гонимся за хорошими действиями.

Часть времени нам нужно оставить для медитации – не гнаться за хорошими действиями так быстро, что мы потеряемся и перестанем обращать внимание на то, что нами происходит. Часть времени мы обязаны следить за тем, чтобы выполнять вещи немного медленно, больше контролировать – чтобы продвинуть нашу личную практику, наше личное развитие. Это чудесно, накапливать добродетель это чудесно, чудесно-чудесно! Но не отказываться от личной практики.

Каждый может взять для себя какую-то личную практику, может быть *Ganden hla gyeta* (молитва **тысяча ангелов на небесах блаженства**) с мантрами Чже Цонгкапы, может быть есть другая практика которая вам нравится, может быть делать медитацию *Тонг-Лен*. Делать какую-то практику, и сделать ее священной.

Ничего не заставит меня отказаться от личной практики. Даже если мне нужно выполнять другие важные вещи для блага других – это чудесно! Но не отказываться от личной практики.

Важность преподавания дхармы

Это первое, и второе это **преподавание**. Здесь есть группа людей которые уже обучают.

Как это обучать?

Всегда, прежде чем ты начинаешь обучать - ты чувствуешь себя не готовым. Всегда ты чувствуешь: «Еще не пришло мое время».

Когда мы чему-то обучаем мы это изучаем намного глубже чем раньше. Мы сначала слушаем, даже выполняем домашние задания, это совершенно другой уровень.

- Когда мы обучаем этому материалу это входит намного глубже – приходит к нам намного больше.

- Кроме того, это накопление огромной добродетели. Это – когда вы начинаете крутить это колесо, и от вас это услышат ваши ученики, и потом они будут крутить это дальше. И это также такая добродетель: круги которые расширяются, расширяются, и создают добродетель.

- Кроме этого **это ужасный кайф** помогать другим людям. Ужасный-ужасный кайф! И когда у вас есть какая-то возможность обучать даже индивидуальным образом, и также если вы чувствуете, что уже созрели для преподавания в группе свяжитесь с нами и мы посмотрим, что можно сделать, потому, что всегда есть группы которые создаются, и всегда есть возможности совершить это большое служение.

- И это то, что может изменить эту страну. Это может принести намного большие результаты чем мы сейчас можем представить. Это распространяется и приносит благо. Один человек, и еще один, и еще один человек, и прежде чем вы почувствуете - эта страна уже будет на та же самая страна.

Группы обучения

Амит: я могу сказать из своего опыта, что нельзя сравнивать практику этого пути к примеру без недельной поддержки, когда есть перерывы, с практикой когда есть эта поддержка, с моей точки зрения это всегда: я выхожу с урока, моя практика здесь (вверху) и потом в сущности до следующей встречи она спадает, спадает, спадает, спадает, следующая встреча - и поднимается. И когда продолжительное время я не практикую в группе - это продолжает спадать потому, что это настолько, настолько противоположно нашим привычкам.

Я вас очень приглашаю присоединиться к этим группам, и на сайте в разделе: «Группы обучения» вы сможете найти все данные, дни и часы. Я очень рекомендую подойти к разным учителям которые недалеко от вас живут, я очень рекомендую присоединиться к такой

группе. Это в сущности то, что на мой взгляд самым существенным образом поддерживает практику.

В дополнение если вы хотите открыть группу или принимать группу у себя дома, в вашем районе и в вашем районе нет группы – я также приглашаю вас мне об этом сказать. Если вы захотите открыть группу – я вас приглашаю. Если вы предлагаете принимать группу у себя – мы приложим усилия для того чтобы найти кого-то кто будет обучать, и вы сможете сделать там у себя сангху. Просто нужно помнить, что нужно принять обязательство по крайней мере на три месяца потому, что курс проходят раз в неделю, и обычно он продолжается три месяца, и это чтобы получилось так, что начали и потом посередине нужно прекратить. И нужно это учитывать. И даже если вы не можете принимать у себя, но хотели бы открыть группу в своем районе, также скажите мне и мы приложим усилия, чтобы это произошло. Все, большое спасибо!

Лама Двора-ла: большое спасибо. Если это учение вас притягивает, если вы хотите углубиться, быть постоянными, продолжить, и привести его к созреванию – вы приглашены присоединиться. Все эти встречи бесплатны.

Краткий Лам Рим

Мы переходим к другой части, которая содержится изначально в курсе 9, в его последних уроках, и это то, что называется, произнесите:

Lam rim dudon

Lam – это путь.

Rim – это этапы.

Когда говорят **Lam rim** – подразумевают **этапы пути** и также **специфический этап пути**. Используют то же самое выражение – **Lam rim**.

Сейчас, **Dudon** – это **сокращенный смысл** или **сжатый смысл**, мы называем его **кратким лам римом**, или **сокращенным лам римом**.

И он был написан нашим великим учителем, произнесите:

Je Tsongkapa

Это тибетский великий учитель и годы его жизни 1357 – 1419 на Тибете. Это величайший, бесподобный духовный гигант.

Если вы хотите порадовать геше Майкла спросите его о Чже Цонгкапе. ☺ Он десятки лет своей жизни посвятил редакции книги о жизни Чже Цонгкапы. Чудесной книги, книги в большом формате, она весит пять килограмм. Можно заказать ее по почте. Это чудесная книга. Он работал над ней двадцать лет, по рисункам которые были нарисованы тибетскими художниками в соответствии с биографией Чже Цонгкапы, которые писались биографами. Это захватывающая, потрясающая история. Этот человек был громадным духовным человеком. Он написал огромное количество материала которое человеку на протяжении одной жизни почти невозможно осилить. Много из нашего учения основано на его комментариях и трактатах.

И он написал три или больше лам римов, писаний лам рим.

Лам Рим – проверенный и полный духовный путь

Лам Рим это собрание «этапов пути к просветлению» или мы иногда говорим **«поэтапный путь к просветлению»**. Это как **рецепт**: сначала сделайте первое, потом сделайте второе, потом сделайте третье, путь который как было сказано был развит у тибетцев.

Его отличает то, что в нем есть все этапы пути к просветлению. Все этапы пути к просветлению и в правильном порядке. И такое очень-очень редко когда мы смотрим на какие-то духовные пути предлагаемые нам в нашем мире. Есть много духовных путей, много духовных учителей, много вещей которые нам подмигивают, много вещей которые привлекают наше сердце, кажутся нам красивыми. И мы тянемся к ним и хотим практиковать эти вещи или идти за этими учителями, и это чудесно.

Но, что? **Откуда нам знать, что путь целостен?** То есть, может быть, он чудесно обучает морали, даянию, или разным аспектам пути. И многие пути предлагают чудесные описания различных аспектов пути. Но как нам знать, что этот путь целостен? **Что этот путь да приведет нас к этому желанному результату прорыва из тюрьмы этого колеса?** Как нам это знать?

И это большой вызов потому, что как мы сказали - **эта жизнь коротка, и с другой стороны она очень редка, человеческая жизнь редка.** Мы сказали, что наши шансы на продолжение в качестве людей не хороши если мы не будем проделывать настоящей практики, если мы не будем очищать сознание. И вместе с этим, если мы проделываем практику - они отличные. Только не отчаиваться. Они не хороши если не проделывают практику потому, что наши импульсы и привычки – плохие, и у нас все время есть ошибочное мировоззрение.

Вместе с этим, **если мы хорошо проделываем путь и начинаем очищать сознание через соблюдение обетов и понимание пустоты, продвижение очень быстрое.** И также если этот путь не завершают на протяжении этой жизни - мы **прокладываем путь просто через посев правильных семян для все более и более хорошего будущего, и все более и более хороших условий для продолжения практики в будущем.**

Что важно чтобы было в стоящем пути

Но жизнь коротка и мы не знаем или успеем достаточно очиститься для того чтобы не упасть в следующем перевоплощении. И нам **нужны какие-то средства, какие-то критерии которые помогут нам выбрать между всем бесконечным количеством духовных путей которые нам предлагаются.** И здесь нам на помощь пришли тибетские мудрецы и среди них Чже Цонгкапа – Чже это почтительный титул, это как ваше величество, или ваше первосвященство, или мой господин – и они говорят о том **какие вещи нам нужно искать в духовном пути.**

В другом Лам Риме который он написал который называется **«Три основные пути»** Чже Цонгкапа говорит: **есть три пути** – и снова, когда мы говорим пути - мы подразумеваем аспекты или этапы **которые обязаны быть в духовном пути чтобы он сумел привести нас к цели, и если даже один отсутствует – это не целый путь.**

И там он говорит о трех основных аспектах:

1. Первый из них это поворот.

Это **отвращение, которое развивает человек когда начинает понимать, что из этой жизни мы не выйдем живыми.** Он начинает это понимать. Он начинает понимать, что мы в месте страданий.

Даже хорошие вещи являются страданиями потому, что рано или поздно они будут вырваны у нас силой. У кого-то это происходит быстро, у кого-то понять это берет время, и не всегда ясно кто больший счастливчик. Потому, кто когда это происходит быстро - это дает нам шанс проснуться, а когда это начинают понимать когда мы уже слишком стары – мы не сможем практиковать.

Итак, человек развивает понимание, что нужно встать на духовный путь и прекратить как сумасшедшие бежать за вещами которые мы однозначно будем вынуждены потерять. Это первый этап.

2. Второй этап это то, что в пути обязано быть это **раскрытие сердца, развитие сострадания.**

Развитие сострадания это условие, которое сможет развить мудрость. Может быть вы слышали об Аме? Индийской учительнице. Индийской гуру, да. Она обучает пути Бхакти, преданности, прилежности, преданности учителю или богу.

Она обучает этому очень красиво, и она говорит: эта преданность раскрывает наши сердца и тогда внутри автоматически входит мудрость. И наоборот, без раскрытия сердца мудрость не придет, она не сумеет прийти.

Итак, роль сострадания и преданности - раскрыть наши сердца из двух разных углов, с целью сделать возможной мудрость. И без мудрости мы не сумеем прорваться через эту тюрьму потому, что природа этой тюрьмы - невежество. Это не физическая тюрьма, это тюрьма в нашем сознании, и ее суть - невежество. Ее суть это то, что мы не понимаем как в нашем мире происходят вещи. И это второй путь.

3. Третий путь который обязан содержать любой стоящий путь, третий аспект это **аспект мудрости.**

Если вы проверите многие духовные пути, этого аспекта в них или вообще не будет, или он будет, но очень частично. **То как мы здесь встречаем это подробное объяснение можно встретить очень редко, эту связь между причиной и следствием, эти законы кармы, этот способ через который создаются семена.** Как это, что эта вещь появляется в моей жизни? И почему та вещь которую я хочу не появляется в моей жизни? Все это расстилается в ясной и потрясающей форме на этом пути и это то, что в нем потрясает потому, что **это то, что позволяет завершить этот путь.**

Без этого аспекта не важно сколько пожертвований вы сделаете. Очень важно давать пожертвования, нельзя без даяния пожертвований, нельзя без этого раскрытия сердца. **Но не важно сколько пожертвований вы сделаете. Если это не сопровождается мудростью которая понимает как работает этот мир нельзя вырваться из этой тюрьмы.** *Marigpa (невежество на тибетском)* или на санскрите *Avidya (невежество на санскрите)* остается там: мы не понимаем, мы не видим, мы не можем прийти к освобождению, к *Jivanmukti* того кто победил смерть еще в этой жизни.

Убить смерть

В йоге сутре есть выражение которое использует мастер Патанджели, произнесите:

Kaladanda.

Danda – это убить.

И Kala – это время.

Он говорит **убить время**.

Время связано со смертью потому, что у нас как бы есть время жизни и потом приходит смерть. Вся тема ощущения времени связана со смертью.

Эта практика если довести ее до совершенства - позволяет убить смерть.

И те же самые идеи есть в древних книгах по йоге и также в тибетском буддизме. В сущности они впитаны из одного и того же источника.

И это три пути которые появляются в коротком Лам Риме Чже Цонгкапы «*Три основные пути*» и это учение курса 1. Это желтая книга которую мы издали. Большим наслаждением было ее издавать. Потому, что это большая мудрость. И там есть аспекты которые очень хорошо и кратко объясняются в особенности то, что связано с правильным мировоззрением.

Есть Лам Рим и есть Лам Рим...

И Чже Цонгкапа написал также и большой Лам Рим «**Большую книгу поэтапного пути к просветлению**». Он называется:

Lam rim chenmo

Произнесите: **Lam rim chenmo**.

И там разумеется он говорит в больших подробностях об этапах, со многими примерами из буддистской литературы которая ему предшествовала. Потрясающая книга. Есть ее перевод на английский в трех томах. Если вы ищете материалы для чтения это чудесный материал.

Итак, есть очень короткие лам римы которые он написал. И есть большой лам рим который он написал.

Этот (*короткий Лам Рим, который обсуждается на этом уроке*) лам рим называется «короткий» но он намного длиннее к примеру «*Источника всей моей добродетели*» который также является лам римом, или трех основных путей. Он в двадцать пять, или в двадцать шесть абзацев – в зависимости от того как считают.

Три основные пути он написал как письмо ученику, ученику которого он очень любил. Он послал его на восток Тибета построить там сто восемь монастырей, и сказал ему возвращаться когда он закончит. И этот парень это сделал. Он пошел, построил сто восемь монастырей, и вернулся. Но на пути он очень скучал по своему учителю и между ними были очень близкие отношения, и учитель пишет ему это письмо и расстилает в нем этот путь.

«Я, йог, я так практиковал...»

Здесь этот Лам Рим он называет «**Песнь моей духовной жизни**». То есть он пишет это с очень личной точки зрения, как хороший совет другу.

У него там в Лам Риме есть повторяющийся мотив в конце каждого абзаца:

**Я йог, я так практиковал,
Такой была моя тренировка.**

**Если твое сердце жаждет свободы,
Приходи и также шагай по моему пути.**

И он каждый раз дает нам отрывок Лам Рима, дает нам этап, и тогда он завешает: «Так я делал, вот посмотрите я... неплохо преуспел, не плохо. Если хотите, идемте за мной, делайте также». И это очень красиво, он как бы **пишет это нам с большой любовью**.

Разумеется, у нас нет времени проходить их все. Мы также не прошли его целиком на курсе 9. Но в материалах для чтения курса 17 у вас есть перевод которого не было на курсе 9, и сейчас мы это перевели.

Отсутствовал еще абзац в конце, тибетского которого у меня не было и мы дополним вам этот абзац, но сейчас более менее есть весь Лам Рим, и это очень меня радует.

В этом Лам Риме разумеется есть все этапы.

У него есть **две части**:

- Есть начало (абзацы 1-10)
- И потом, начиная с абзаца одиннадцать из скажем двадцати шести.

До десятого абзаца это один стиль, а потом это начинается Лам Рим с этим повторяющимся мотивом, это начинается с абзаца одиннадцать.

Начало – почтительное преклонение

Скоро лама Арие расскажет нам об абзаце одиннадцать, но до этого я только хочу сказать в общем несколько слов о том как он начинается. И он начинает этот Лам Рим преклонением. Он начинает с почтительного преклонения.

И в каждом стоящем буддистском произведении учитель всегда занимает скромную, смиренную позицию. Автор всегда говорит: «Все это учение которое я вам передаю сейчас только благодаря Будде, моим учителям, или иногда состраданию. И я надеюсь преданно передать его вам, но **прежде всего я с благодарностью преклоняюсь им потому, что вся мудрость приходит от них, и все мои достижения приходят от них, все мое счастье приходит от них**». И эту литературу очень отличает смирение. Автор который часто является большим ламой говорит: «Все мои знания приходят от моих учителей, и им я преклоняюсь».

То есть, нет желания что-то обновить.

Будда уже дал то, что нужно. Он был совершенен, он имел всезнание. Он знал в точности, что нужно каждому из нас каждое мгновение.

Поэтому нечего улучшать, это совершенно.

То, что остается делать - это представлять это путями подходящими разной аудитории, аудитории определенного времени или определенной культуры.

И это задача учителей.

Задача учителей это превратить себя в чистый инструмент для дхармы. Принять ее полностью, не исказить ее, быть с чистой мотивацией и передавать ее дальше чтобы другие сумели прийти

к просветлению.

Они как труба. И вся эта линия передачи как телескопическая труба соединяющая будду и нас. Такая пустая труба, **когда каждый учитель является пустой частью этой трубы передающим эти знания как можно чище.**

Важность подлинной линии передачи

Итак, он начинает с этого преклонения, он начинает с преклонения своим учителям. И он делает его длинным. Он начинает перечислять эту линию передачи: «Вот это началось с Будды и потом Майтрейя, и потом Асанга, и потом Нагараджуна...». Он начинает перечислять великих мудрецов линии передачи, во первых – чтобы дать нам **дополнительный аспект который очень-очень важен на духовном пути, и это - его подлинность.**

Потому, что один из вопросов с которых я начала это: «Как нам понять, что этот путь да преуспеет? Я посвящаю время своей короткой и драгоценной жизни пути – но как я знаю, что он работает, что он правильный?» Итак:

- Во первых – он начинает с этого преклонения, с почтительного преклонения;

- И во вторых – он упоминает линию передачи.

Он говорит: «Смотрите, это приходит от просветленных личностей, одной за другой. Каждая из них просветлена, и каждая внесла свои знания и мудрость, и все это содержится здесь, в этом Лам Риме».

И важность благодарности учителям

И это дает нам направление на нашем пути.

Если мы хотим, чтобы наш путь удался, чтобы практика которую мы выполняем удалась - мы обязаны начать с благодарности.

И мы так начинаем каждый урок – с мандалы. Мы обязаны начать с выражения благодарности учителям которые передают и благодарности линии передачи.

Если мы в своем сердце не создаем места для уважения учителей - мы не придаем этому учению достаточно веса в своем сердце. И если у него нет веса, если оно вторично по своей важности в сравнении с другими вещами оно не будет работать. Оно не может работать.

Потому, что это такой радикальный и глубинный путь, меняющий наше сознание от начала и до конца. Для того чтобы сделать возможным это изменение нам нужно придавать большой вес этим вещам.

Это говорит о том, что нам нужно придать этому огромную важность и отдать учителям дань уважения. То есть, это не как еще учитель. Это должно быть самой важной вещью в моей жизни, иначе у этого нет веса. Это должно иметь максимальный вес.

Слово на санскрите для духовного учителя это гуру, верно? **Гуру означает тяжелый. Он значимый для ученика, у него есть этот потрясающий вес в глазах ученика. Потому, что мне нужен этот большой вес для того чтобы погрузить его в свое сознание потому, что тяжело пробиться сквозь стены невежества окутывающие мое сознание.**

Четыре преимущества Лам Рима

Да. И после того как мы поговорили о том, что должно быть в духовном пути сейчас мы поговорим о преимуществах Лам Рима. Это очень известное учение и оно называется **«Четыре великие качества Лам Рима»**.

И как было сказано Лам Рим это путь который был развит на Тибете для обучения буддизму. Буддизм это море писаний, огромное море, огромный океан писаний. Как было сказано - Будда ничего не писал, записали потом его ученики, ученики учеников, и иногда проходили многие поколения и они записывали в разных местах. Люди имеющие разные способности и разные осознания.

И кажется когда смотрят на весь этот океан, когда в буддизме смотрят как он практикуется в одном месте в сравнении с тем как он практикуется в другом месте нам покажется, что это якобы разные вещи, что между вещами якобы есть противоречие.

1. Один трактат чистый от искажений

Первое преимущество которое есть у Лам Рима это то, что **все эти разные учения Будды** так как они были сохранены в разных местах и так как они даже были произнесены самим Буддой при различных обстоятельствах **представляются так будто между ними нет противоречий**.

И это чудесно. Чудесная вещь которую достигли авторы Лам Рима и Чже Цонгкапа самый великий среди них это то, что вещи упорядочиваются в один гармоничный ряд. Что есть смысл, есть причина того почему вещи были произнесены таким образом здесь, и другим образом здесь, и одно ведет к другому, и **Лам Рим выстраивает нам логику, развивает наше понимание и наши осознания в практике**.

И это один аспект, и он очень важен.

Во времена Чже Цонгкапы на Тибете были разные течения буддизма, они дискутировали между собой и выглядело так будто между ними есть противоречия. **И величие его в том, что он всех их привел к одному трактату чистому от противоречий и конфликтов**.

И он приводит цитату из сутры которая называется **«Сутрой Лотоса»** и там сказано: «Все писания будды обучают путям как стать буддой и это или прямые или не прямые учения».

Что это значит? Что **нет ни одной вещи которой обучал Будда которая не для того чтобы привести людей к просветлению**. То есть, нет ни одной лишней вещи, нет ни одного противоречия, **нет ни одного конфликта**. Если нам это кажется конфликтом - это наша проблема, и поэтому нужны великие комментаторы и великие учителя такие как Чже Цонгкапа чтобы уничтожить эти противоречия.

И вывод из этого то, что если я вижу какой-то отрывок в учении в отношении которого мне кажется: «О, это не для меня», мне нужно быть очень осторожной.

Мну нужно быть очень осторожной когда я начинаю судить или критиковать части учения потому, что Будда не говорил ничего, что не было предназначено для того чтобы привести людей к просветлению.

Если на данный момент мне так не кажется, если на определенном этапе мне так не кажется, мне

нужно быть очень осторожной с отрицанием этого.

Я могу сказать: «Я не понимаю это на данный момент», «Это не складывается у меня на данный момент». Это нормально. «У меня есть сомнения в отношении этого на данный момент». Это нормально. Положите это на полочку, дайте себе время, проверьте эти вещи, помедитируйте на эти вещи, для того чтобы прояснить сомнения сходите послушать еще уроки, но **не стойте в этом месте где вы отрицаете вещи которые сказала такая всезнающая личность как Будда.**

Да?

Вопрос из зала: короткий вопрос. В самом буддизме также есть несколько учений, то есть, есть тибетский буддизм, в Шри-Ланке есть другой буддизм, и так далее.

Учительница: он спрашивает: «В Шри-Ланке практикующие буддизма не такие как на Тибете, упорядочивается ли это?» И ответ да! Все это учение через Лам Рим упорядочивается в один гармоничный чудесный трактат. Я не говорю, что все содержится в Лам Риме – не все сотни томов – но содержание и смысл да, все упорядочилось вместе.

2. Личное руководство для каждого из нас

Второе преимущество этого учения – **когда человек понимает Лам Рим и раскрывает свое сердце ему и учителям - все вещи слышатся нам как личное руководство.**

И кстати слово «руководство» на тибетском можно перевести как «руководство», и можно перевести как «совет». И «личный совет» и «личное руководство», это одно и то же.

Итак, все вещи слышатся как личное руководство. И у этого есть очень красивое созревание.

Если вы раскрываете свое сердце учению и вашему учителю, учителю который вас обучает, если вы делаете это как нужно наступает момент когда в результате добродетели от вашей практики и в результате качества ваших отношений с учителем - то, что говорит учитель слышится для вас как: «Это в точности то, что мне сегодня нужно было услышать», «Ты обращался ко мне» \ «Ты обращалась ко мне». Люди создают это переживание, что: «Аа! как ты знаешь? Это в точности то, что мне беспокоило!»

Это результат правильного отношения к учению и учителю. Это приходит само, это происходит само. Потому, что о Будде сказано, что он говорит на санскрите, и каждый слышит это на своем языке. И вы можете сказать – **Будда произносит это учение и к каждому оно приходит на том уровне на котором оно ему нужно, и в том месте в котором оно ему нужно.** И чем больше мы идем и продвигаемся на пути тем больше урок становится таким. Этот урок превращается в ваш личный урок и не важно сколько людей здесь есть.

3. Лам Рим проясняет намерение Будды

Третье преимущество этого учения – это то, что **оно ясно и четко предоставляет понимание того, что именно нам нужно делать.**

Лам Рим позволяет нам легко воспринять истинное намерение Будды то, что именно подразумевал Будда. Один из аспектов это то, что нам ясны наши приоритеты, нам совершенно ясно, что нужно делать.

4. Лам Рим защищает нас предотвращая пренебрежение учением Будды

Четвертое преимущество – последнее – Лам Рим предотвращает наше падение в большую пропасть плохих действий, так там сказано. **Он защищает нас от падения в эту большую пропасть плохих действий.**

И, что это за пропасть? Эта пропасть это мысль: «О! Эта часть учения мне близка, а эта часть учения мне не близка, она не для меня, она не...».

Когда появляется пренебрежение к определенным частям учения, это пренебрежение создает в нашем сознании препятствие к продвижению по пути.

И это препятствие очень тонкое, мы не обязательно можем его заметить.

Мы может быть придем но не будем понимать части даваемого учения, и мы просто не будем их понимать, не будем с ними соединяться.

И причина того, что это препятствие создано в том, что **Будда не тратил слов впустую, и не говорил ничего, что бы не продвигало нас на пути к просветлению.** Поэтому в результате этого пренебрежения мы создаем себе препятствие на пути и тогда мы не можем завершить этот путь.

Пример: мы слышим учение о пустоте но из-за препятствия которое у нас есть в нас возникает какое-то определенное сопротивление части того чему обучал Будда. Мы даже не видим как это семя созревает, и не понимаем хорошо пустоту, или понимаем ее ошибочным образом, мы падаем в нигилизм, и это большая трагедия.

И это типичный пример препятствий, которые могут возникнуть. И Лам Рим защищает нас от этой большой беды потому, что **когда это происходит мы не можем завершить путь потому, что нам нужны все части пути и в правильной последовательности.**

И здесь я прервусь с преимуществами Лам Рима и позволю следующую часть пройти Арие.

Самый важный объект: духовный учитель

Арие: все понимание этого пути и то, что мы делаем основано на карме и пустоте, и в частности это тема духовного учителя.

- Пустота нам говорит, что каждая вещь пуста от собственной природы, природы не исходящей из нас.
- И карма – вкратце, в подведение итога, это – **мы хотим изучить как действовать в самой эффективной форме чтобы достигнуть цели, но в особенности это наши духовные цели.** Как мы будем действовать так, чтобы не сбиться с пути и прийти прямо к просветлению. Да?

И какие последствия от этого в отношении духовного учителя?

Первая вещь это то, что **духовный учитель не большой и не маленький, не мудрый, и не красивый сам по себе.** Все эти ярлыки приходят откуда? Они приходят из нас, верно? И естественно задать вопрос: если я решаю, что он духовный учитель, а завтра мне так не кажется, то он прекращает быть для меня духовным учителем? Вы знаете – день да, день нет.

Почему мы говорим, что это не хорошо? **Если вы хотите продвинуться на пути, прийти к просветлению в этой жизни – самая основная вещь, самая важная это отношения с**

духовным учителем. Почему? Что здесь такого важного?

И причина в карме. Если мы хотим быстрых результатов то нам нужны сильные кармы. Если вы помните курс 5 (*курс ACI 5 – как работает карма*), одна из самых важных вещей определяющих силу кармы - это кармический объект. Для **того чтобы создать сильные кармы нам нужен сильный объект.**

Какой объект для будет меня самым сильным?

И **для кого-то это начинается прямо с пути** трех драгоценностей, мы говорим, что это: будда, дхарма, и сангха. Это очень сильные объекты. Есть много историй об их силе. Но **для тех кто уже встал на духовный путь объект будет еще сильнее.** И, что это за еще более сильный объект? Это **учитель.**

Почему учитель является еще более сильным объектом?

- **Учитель также представляет будду,** верно? С одной стороны он передает мне учение будды, как эта пустая труба, и **он также делает это для меня.** Будда Шакьямуни был совершенным буддой, но факт, что я все еще не пришел к просветлению, верно?

Тот кто толкает и тянет меня, и тот кто помогает мне продвигаться на пути – это мой учитель. И для меня он еще более сильный объект чем все будды потому, что он заботится обо мне лично.

Встреча с духовным учителем

Как это идет с духовным учителем?

Мы начинаем совершать добродетель. Каким-то образом, какая удача – мы развили хорошие склонности, и мы начинаем накапливать добродетель. **После того как мы накопили достаточно добродетели и это значит, что карма достаточно велика и хороша - мы встречаем какого-то духовного учителя,** да? Иногда это встреча на пути.

Мы говорим, что духовные учителя преследуют нас уже долгое время. Также как мы стараемся их поймать на крючок, также и духовные учителя пытаются поймать нас на крючок и притянуть нас. Но не получается! Почему не получается? Потому, что у нас нет кармы.

Но если нам уже удалось достигнуть какой-то исключительной кармы - мы встречаем духовного учителя. И он может быть вашей матерью, он может быть вашим ребенком, он может быть вашим соседом.

Итак, там есть этот духовный учитель который прячется рядом с нами и **мы создали хорошую карму и вдруг видим его на мгновение в качестве духовного учителя.** Что произойдет сейчас? Что произойдет в следующий момент? **В следующий момент карма изменится, и мы уже потеряем то, что он наш духовный учитель,** он снова превратится в обычного человека, да? Из-за того, что...? Из-за того, что моя карма видеть его в качестве духовного учителя завершилась.

Сила духовного учителя

Итак, что мы можем сделать, когда в первый раз я восприняла и увидела его как духовного учителя? **Нам нужно это сохранить, нам нужно за это бороться.**

Как нам за это бороться?

1. Первая вещь: **нам нужно просить его стать нашим учителем.**
2. Вторая вещь: **нам нужно следить изо всех сил за свои мыслями, за тем как я о нем думаю.**
3. И нам нужно **провести какую-то линию.** Мы говорим: **все отрицательные мысли, вся критика – не входят!** Сюда нет входа! Потому, что если я думаю критикующие мысли о своем духовном учителе я преуменьшаю его силу мне помочь.

Сила духовного учителя мне помочь – не приходит от духовного учителя. Сила духовного учителя мне помочь – приходит из меня.

Она приходит из меня, я дал ему эту силу. **И после того как я дал ему эту силу он начинает давать мне импульсы, тянуть меня, подталкивать меня, вести меня вверх.** Но если я не даю ему этой силы не о чем говорить.

К Кен Ринпоче приходили различные люди поговорить и посоветоваться с ним, и многие из них не были его учениками. И он на все, что они говорили говорил им: «Да, да», «Очень хорошо», «Как хорошо» - и ничего не происходило. И на деле они обычно выходили с хорошим ощущением: «Он такой приятный», но в их жизни не было никакого эффекта от этого. В сравнении с этим близких учеников он заставлял ☺ танцевать, качаться на веревке, видеть проблемы, вводил их в конфликт.

Потому, что мы говорим, что это как наждачная бумага: это тебя трет чтобы ты превратился в алмаз, да? Без того, что тебя очистят ты не станешь чистым. Потому, что мы сами, давайте посмотрим на себя: чист ли я уже? Чист ли я уже? Являюсь ли я уже буддой?

Редчайшая и драгоценная возможность

И ценность духовного учителя для меня это самая большая ценность в сравнении с другими вещами в моей жизни.

Это моя возможность накопить карму, которая может запустить меня вверх. И останется он или нет моим духовным учителем? **Это очень дорогая карма быть с духовным учителем.** Мы сказали, что даже для того чтобы встретить духовного учителя, нужно накопить большую добродетель, и также остаться с духовным учителем.

Нужно продолжать создавать большую добродетель или что-то произойдет: или я прекращу видеть его своим духовным учителем, или он уйдет, или он умрет, или я буду вынужден уехать. Что-то произойдет. **Для того чтобы я сумел продолжать использовать духовного учителя нужно накопить хорошую карму, поэтому нужно прилагать усилия.**

И из-за этого на предварительных этапах медитации мы просим духовного учителя оставаться с нами и обучать нас, и нам нужно относиться к духовному учителю в соответствии с «пятью абзацами о ламе», и вкратце это в мыслях и в действиях продолжать развивать его в себе. **Если мы не будем относиться к нему с уважением - это приведет к тому, что мы потеряем карму видеть его в качестве духовного учителя.**

Итак, я думаю это важные вещи которые я хотел сказать.

Важно тщательно выбирать духовного учителя

Сейчас в литературе есть десять качеств, **список желательных качеств, для духовного учителя**. Зачем нужен этот список если мы сами определяем эти качества, если они приходят из нас?

Они нам нужны потому, что **после того как мы решим, что он или она наш духовный учитель – карма изменится, возникнут трудности, появится критика**. Вдруг мы увидим, что он в сущности ходит немного криво, что он не так хорошо говорит, и разные другие вещи. **И нам нужно вспомнить, что мы думали на эту тему раньше, как мы проверяли его и решили, что он наш духовный учитель**.

Это доходит до того, что о лорде Атише рассказывается, что он уже был очень продвинутым тантрическим практикующим и поехал получить линию передачи бодхичитты к духовному учителю жившему в Java. И когда он прибыл туда после тяжелого путешествия в целый год, но он не пошел сразу к учителю и не сказал: «Будь моим учителем». Двенадцать лет он жил рядом с ним и проверял его, и только тогда он пошел к нему и сказал: «Будь моим учителем».

Это в качестве примера для нас, что нам не нужно прыгать на учителя! Кто-то красиво говорит и я на мгновение воодушевляюсь, иду и говорю: «Ты мой учитель». Нет! Нужно его проверить, нужно смотреть. И если после того как я посмотрел и проверил я решаю, что он или она мой духовный учитель, или моя духовная учительница - то когда появится критика то мне будет на, что опереться, я посвящал время и проверял для того, чтобы мог сказать: «Ок, я видел, я уже проверил, я видел. В нем есть основа». И сейчас, да! Возникает критика, появляются вещи, но у меня что-то есть. **Я могу сопротивляться поднимающимся во мне вещам с хорошими мыслями, с оценкой того, что я раньше создал**. И у меня есть какая-то **основа, которая мне поможет сохранить хорошее отношение к учителю**.

Самая важная вещь это переживание того, что мой учитель меня любит. Что это то, что раскрывает меня моему учителю и позволяет ему меня активировать, позволяет ему подталкивать меня, позволяет ему подталкивать меня на пути к просветлению.

Лама Двора-ла: большое спасибо, большое спасибо.

Мы слышим много учителей и многие учителя может быть нам нравятся, или нам кажется, что в том, что они говорят есть смысл и мы идем и учимся у них. Но **отношения между учителем и учеником на духовном пути это настолько важные отношения**, что мы обязаны уделять им много внимания. Мы не можем прыгнуть в них с легкостью потому, что мы говорим, что это больше чем свадьба, больше чем католическая свадьба потому, что католическая свадьба это на эту жизнь.

Отношения с духовным учителем больше чем на эту жизнь потому, что мы в сущности вкладываем в их руки наш дух не только на это перевоплощение.

Потому, что наш дух остается и тогда когда это тело завершается.

И очень важно чтобы этот учитель выбирался тщательно, чтобы он мог дать нам правильное направление. И позже:

Степень тщательности которую мы вложили в проверку духовного учителя напрямую поможет нашей способности доверять учителю.

И без доверия учителю мы не сумеем по-настоящему продвинуться на пути; может быть мы сделаем короткий путь. Придет время, и придут экзамены.

В любом стоящем духовном пути настанет час экзамена, настанет час конфликта, настанет час

выбора, настанет час трудностей. И так как мы идем в неизвестную страну, мы не знаем куда нам нужно идти, у нас даже нет карты пути, мы там никогда не были в этих разделах за пределами колеса жизни, и **нам нужно позволить учителю себя вести.**

Сейчас, если **настанет день и учитель скажет что-то, нам это не понравится, и мы не выполним это указание - мы не сумеем продвинуться.** Мы не только не сумеем продвинуться, но мы записываем в своем сознании запись: «Я встретил учителя и не последовал его совету». **Это потом усложнит мне отношения с этим учителем, и также и с другими учителями если я потом их встречу.**

Учитель достойный этого звания не даст вам совета который вы не можете выполнить. Иногда он вас проверяет, и он ожидает, что вы скажете: «Извини, это противоречит тому, чему ты меня обучал». Иногда также есть и такие ситуации. Но за исключением таких ситуаций:

Учителя будут давать нам вещи подталкивающие нас вперед, и это будет именно теми вещами которые нам неудобно делать потому, что то, что нам удобно мы уже делаем и вот мы все еще здесь.

И ясно, что этот путь, который радикален и глубок потребует от нас изменений. Он будет требовать делать вещи которые мы делать не привыкли, которые мы еще не очень понимаем. И наша перспектива не такая как у учителя, и нам нужно быть готовыми сделать этот переход.

Для этого мы обязаны чтобы у нас было максимальное доверие к этому учителю, чтобы мы были готовы вложить себя в его руки и этого не произойдет если мы раньше не проверили как это сделал лама Атиша, как раньше описал нам Арие. И мы не говорим, что обязаны это делать двенадцать лет, но мы обязаны дать себе время проверить, чтобы дать себе шанс преуспеть на этом пути.

И это очень важный процесс. Чже Цонгкапа очень красиво перечисляет, что искать. Что я должна искать в учителе? Что мне нужно найти в учителе? И это очень красиво.

Мы должны предаться нашим учителям, мы должны прилепиться к нашим учителям как описывает Ама, и **это описано во всем буддистском пути, и также в не буддистских путях.** Но **мы не можем делать это вслепую.** Потому, что это может привести к неудачам или в один из дней мы обнаружим: «Минутку, минутку, извините, извините, я перепутал, ты изменился, ты уже не то, что я о тебе думал». Это духовная трагедия. Итак, **нам нужно дать себе хороший шанс чтобы уверенно подняться по духовному пути и это требует этой проверки.**

Итак, мы вас поблагодарим, большое спасибо, и мы встретимся завтра.

(Мандала)

(Посвящение)

(Молитва для продления дней ламы)

Курс АСІ 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 8, часть 2

(Мандала)

(Прибежище)

Арие: добрый день.

Давайте на мгновение закроем глаза и создадим в сердце намерение. Чтобы этот день изменил наши жизни для нас и для других людей. Чтобы этот день принес благо миру. Чтобы мы стали источником добродетели в мире, добродетели и мудрости. Чтобы мы сумели передать это дальше всем с кем мы соприкасаемся. И в отношении практики, выберите кого-то особенного для кого вы сегодня здесь, для кого вы будете слушать, для кого вы будете обучаться чтобы в его жизни произошли значимые изменения в его страданиях, и в степени его счастья.

(Медитация)

Вы можете открыть глаза.

Хороший друг, сердечный учитель

Лама Двора: мы собираемся начать обсуждение качеств учителя и того как проверять своих учителей.

Есть разные уровни учителей.

- Есть учителя к которым приходят, слушают урок, говорят спасибо и уходят.
- Есть учителя которые обучают вас может быть определенным аспектам практики,
- И есть то, что называется **сердечный (коренной) учитель**.

Сердечный учитель или **сердечная учительница**, и это люди которым после того как вы их проверили вы выбираете позволить стать вашими наставниками, теми кто за руку приведет вас к просветлению.

На тибетском их называют, произнесите:

Gewe Shenyen

Shenyen – это друг.

И **Gewe** – это имеющий **большую добродетель**, или хороший.

Хороший друг. Это название духовного учителя или духовной учительницы которых мы выбираем и в их руки вкладываем свое сознание, чтобы они взяли его и выдрессировали, и натренировали его, и вывели из ментального состояния мира желаний который является страданием. Человек который нам помогает, наставляет нас, которому мы позволяем наставлять нас на пути - это **Gewe shenyen**, это хороший друг.

И учение обучает, что **этот учитель является основой пути**. Что в сущности путь начинается с нахождения учителя, продолжается преданностью этому учителю, и созданием с ними правильных отношений, и это целая наука. Очень большая и важная наука на буддистском пути махаяны.

И это так было всегда. Во всех поколениях, каждый кто когда-нибудь приходил, кто продвигался на духовном пути делал это через учителя, через опору на учителя.

Мы сказали, что это выбор, это в сущности самый важный выбор в нашей жизни потому, что мы здесь определяем не только эту жизнь но также и то куда пойдет наше сознание дальше. И нужно с осторожностью подходить к этому выбору, не легкомысленно. Не когда вам кто-то нравится, выглядит харизматично, или красиво, или он красиво говорит, это не достаточно хорошо. Это очень серьезный выбор в жизни. Итак, нужно проверить этого учителя.

Мы слышим много историй о том, что люди легкомысленно идут за различными гуру и различными лжепророками, и потом в разделах New Age полно грустных рассказов об этом.

Обязаны иметь гуру. Обязаны иметь ламу, обязаны иметь учителя. Это единственный путь прийти к просветлению, но обязаны тщательно их выбирать.

Арие сейчас войдет в тему того как их проверять.

Арие: во первых начнем с абзаца 11 из **Lam Rim Du Dun**. И этот абзац говорит:

**И сейчас увидь, что основа всего хорошего
В твоей жизни здесь, и также будущих жизнях,
Это святой духовный учитель,
Который направляет тебя на пути.**

**Прилагай усилия чтобы относиться к нему как должно
И в своих действиях и в своем сердце;
И даже если в твоей жизни что-то произойдет
Никогда не отказывайся!
Радуй его сердце и подноси ему подношение
Совершенного выполнения всех его указаний!**

**Я йог, я так практиковал,
Такой была моя практика.
Если твое сердце жаждет свободы -
Идем, шагай и ты также моим путем!**

Карма близости и служения ламе

Если мы смотрим с кармической точки зрения, как мы достигаем большую карму? И большой кармы достигнуть тяжело. Особенно тяжело достигнуть чистой кармы которая приведет нас к просветлению, в отличии от мирской хорошей кармы которая принесет нам только колесо страданий в котором страданий немного меньше. Но если мы находим духовного учителя то наша проблема решена потому, что сейчас у нас есть возможность создать хорошую карму, большую, огромную которая может подбросить нас, и ускорить на пути к просветлению.

На Тибете говорили, что духовный учитель должен быть в следующей долине. Да, это между горами, поэтому долина, долина, долина, и лучше всего когда он в следующей долине. Почему в следующей долине? Потому, что если он тебе близок, что происходит? Ты притираешься с духовным учителем. Духовный учитель все время ставит перед тобой вызовы. И если твоя жизнь хороша рядом с духовным учителем, то что-то не работает хорошо. Обычно рядом с духовным учителем тяжело. Обычно всегда будут трудности. Или у тебя и так есть трудности, или если у тебя трудностей нет духовный учитель создаст трудности для того чтобы стимулировать тебя на пути.

Потому, что мы не знаем когда придет смерть и поэтому мы не можем идти медленно, мы не можем ждать, нам нужно бежать, и бег часто также означает оставаться на том же самом месте. Подумайте о своих мыслях, сколько вы думаете хороших мыслей, и сколько вы думаете мыслей которые вы привыкли думать. И вы увидите, что естественным образом мы идем назад. И если нам кажется, что мы бежим часто это просто большие усилия только для того чтобы оставаться на том же самом месте. И для того чтобы действительно продвинуться нужно много усилий. Если духовный учитель находится дальше - нам легче.

Поэтому они сказали в следующей долине. Но:

Если мы хотим прийти к просветлению - нам нужно чтобы он был рядом с нами. Нужно приблизиться к учителю.

И мы видели это у людей в Даймонд Маунтаин которые более менее посвящали свои жизни служению своим учителям. Это люди с которым мы знакомы уже десять лет и они начинали иногда со среднего, иногда не очень хорошего, иногда более хорошего места. Но благодаря тому, что они посвятили жизни служению своим учителям – через какое-то время что-то происходит. И это нечто более-менее необъяснимое. Вдруг они начинают прорываться вперед.

Что они делают? Они служат учителю. Делают проект, варят учителю, посвящают свои жизни учителю.

Но, что? Они приготовили еду, и еще раз приготовили еду – почему это должно привести к духовному прорыву? Верно? Это само собой не разумеется, что от зажигания газа или покупки продуктов в нашем сознании что-то произойдет, но это происходит, и это потрясюще и поучающее. И это наше средство для того чтобы создать хорошую карму. Это наши средства для того чтобы ускорить себя на пути к просветлению. И это в отношении отношения ученика к учителю.

Опытный учитель

Сейчас мы немного поговорим о самом учителе. Мы сказали, что мы хотим различные особенные качества в учителе. И почему мы этого хотим? Для того, чтобы когда придут трудности и мы будем думать действительно ли это учитель или это была ошибка чтобы мы остались, удержались, не отказывались от учителя. Если каждый раз когда будут появляться трудности ты будешь убегать от

трудностей ты не сумеешь продвинуться по-настоящему.

Есть две причины, почему мы говорим о ламе.

- Первая причина это то, что мы хотим **ускорить свое продвижение по духовному** пути и это очень-очень важная причина.

- Есть еще причина, и, что это за вторая причина? Вторая причина в том, что это курс для учителей, это курс для лам. **Каждый из нас, в сущности, хочет быть ламой других.** Хочет жертвовать другим. Хочет помогать другим прийти к просветлению.

Когда вы слушаете обо всех этих качествах, вы будете слушать и также смотреть есть во мне эти качества, или нет? И если их у меня нет – то, как я могу их усилить.

Потому, что это две вещи. Для того чтобы прийти к просветлению нам нужно ускорить себя, но помнить, что мы ускоряем себя для того чтобы помочь другим, для того чтобы улучшить этот мир. И сразу уже намеревайтесь, сейте эти семена в своем сознании: «Как я сумею помочь другим». Вот здесь мне дали этот рецепт, что мне нужно обрести, чтобы я сумел стать хорошим учителем. И слушайте эти вещи с целью усвоить их чтобы стать самыми лучшими учителями для своих учеников какими вы можете быть.

И вместе с этим предположим, вы смотрите и видите: «Аа, я еще не там, я еще далек от этого, у меня этого нет, здесь мне нужно улучшение» - не пугайтесь. **Самая важная вещь в ваших отношениях с учениками это намерение им помочь. Намерение им служить, намерение делать то, что хорошо для них.** И не пугайтесь если есть вещи которые желательно улучшить. Хорошо, что мы это заметили. Хорошо. Мы будем пытаться улучшать, посвящать этому энергию. Но вместе с этим это не должно не позволять нам помогать другим уже сейчас. Обучать других уже сейчас.

Почему? Потому, что также как нам нужен учитель чтобы накопить хорошую карму, обучение других также является потрясающей кармой; это также карма которая может забросить нас вверх. Поэтому ищите возможность. Это не должно быть формальным образом, это может начинаться с малого. Не нужно подталкивать людей к тому, чего они хотят. Но если есть люди у которых есть любопытство, у которых есть интерес – используйте эту возможность потому, что обучать других это также потрясающая карма, и это приносит много-много удовлетворения.

Дополнительная вещь – ученик который заинтересован продвигаться на пути и прилагает ради этого усилия будет продвигаться даже если у учителя нет всех этих рекомендуемых качеств.

И вот список рекомендуемых качеств:

1. Учитель натренировал свое сознание через соблюдение морали

Итак, каково первое качество учителя? Первое качество это то, что учитель:

Dulwa

Да, вы помните мы вчера говорили о **Vinaya Dulwa**? Здесь **Dulwa** в отношении учителя это то, что учитель **дисциплинировал**.

Кого он дисциплинировал? Себя. Да. Меня он дисциплинирует и так, если я к нему приду. Но кроме этого он дисциплинирует также и себя.

Что такое дисциплинировать себя? Дисциплинировать себя это соблюдать обеты и смирять ментальные омрачения. Ментальные омрачения мы делим на три категории: большие, средние, и маленькие. И он дисциплинировал по крайней мере большие.

Соблюдение обетов

Я расскажу вам о том, что я видел у Кен Ринпоче. Все года когда мы были рядом с ним ни одного раза мы не видели его «взорвавшимся». Ни одного раза мы не видели его сердящимся. Мы поговорим о ментальных омрачениях. Мы не видели у него ни одного случая ментальных омрачений. Говорят, что есть 84000 омрачений, и у него не было ни одного из 84000. Абсолютно совершенный контроль. Это не то, что во мне поднимается какая-то мысль и взрывается, или подстрекает меня в то или иное место. Совершенный контроль, абсолютно совершенный.

К этому тяжело прийти, но это идеал: когда мы соблюдаем все обеты без исключений, и не позволяем над нами возобладать ментальным омрачениям. Мы особенно подчеркиваем десять хороших действий, или воздержание от десяти плохих действий. Это относится к категории не вредить обетов свободы. И также к поведению воина духа.

Иногда кажется будто учитель вредит ученику

Нужно об этом что-то сказать. Потому, что суть обетов личной свободы это, вы помните, не вредить. Иногда кажется, что духовный учитель мне вредит, да? Это что-то, что требует объяснения. О том, что такое не вредить, и вместе с этим если кажется, что духовный учитель мне вредит.

Он может говорить мне различные вещи: ты глупый. Это вредит или не вредит? Мне это вредит. Так как я могу сказать, что учитель духовен, что у него нет ни одного из ментальных омрачений, если он говорит людям, что они глупые? Как это сочетается? Он сказал это не из-за своих ментальных омрачений. Он сказал это потому, что видел, что тому кому он это говорит это будет полезно.

Мы все слепы ко многим вещам в нас, в особенности к нашим ментальным омрачениям. Если у людей спросить: «Какие у тебя ментальные омрачения?» они всегда будут приводить второе, третье омрачение. Первое они пропустят. Не потому, что они лжецы, а потому, что они сами его не видят. И иногда нужно их колоть. Иногда нужно говорить им такие слова, которые их подбросят. И это часть задачи ламы.

И находиться рядом с ламой это все равно, что находиться рядом с чем-то, что все время муштрует тебя и доставляет тебе трудности. Потому, что лама все время дает тебе возможности увидеть где ты застрял и выйти за пределы этого. И это не легко.

Часто у вас естественным образом будут возникать суждения. И тогда вы знаете: моя задача сопротивляться этим суждениям. Отталкивать их потому, что иначе у меня не будет ламы.

Лама должен вас колоть и говорить вам слова которые подбросят вас для того чтобы позволить подняться вашим ментальным омрачениям чтобы вы сумели увидеть их и сделать что-то в отношении них. Итак, *Dulwa* не говорит о том, что ваш учитель не будет вас обижать, я не буду вам об этом рассказывать.

Лама Двора-ла: я хочу сказать, что это не обязано происходить чтобы учитель дразнил ученика чтобы пробудить ментальные омрачения. И если это происходит это происходит только после того

как ученик принял обязательство в этом учителе. Это не произойдет до того как принято обязательство. **Учитель не создает таких отношений с учеником прежде чем ученик создал близкую связь с этим учителем и прежде чем тот обязался** потому, что тогда он только его отдалит. Ученику который еще не обязался – это не поможет. Но с того момента как ученик обязался и учитель это видит он будет с ним работать с ним, чтобы быстро его продвинуть.

И эти вещи происходят спонтанным образом. Это не то, что учитель идет и подсчитывает, что ему нужно сказать.

Обязательством созданным учеником ученик дает учителю силу.

И тогда эти вещи между ними происходят:

Благодаря силе обязательства, благодаря стремлению ученика быстро прийти к просветлению из-за которого он вообще создал это обязательство. Эта карма настолько сильна, и настолько хороша, что начнет приводит к быстрым изменениям. И ученик возьмет у учителя то, что ему нужно.

Сила всегда у ученика. Это только кажется иначе. Ученик притянет от учителя то, что ему нужно для продвижения.

2. Учитель натренировал свой ум с помощью медитации

Арие-ла: второе качество называется, произнесите:

Shiwa

Shiwa – это **медитативное спокойствие**.

Медитативное спокойствие означает прежде всего делать медитацию каждый день.

Относительно Кен Ринпоче - он мог не только читать мысли, он также мог сажать мысли. Я ходил навещать Кен Ринпоче каждые две недели, и его комната была на втором этаже. Уже когда я был на первом этаже - все ментальные омрачения из меня исчезали. Не важно с чем я туда входил, все исчезало и появлялось такое полное спокойствие, спокойствие без всяких помех, без ментальных омрачений. И ясно, что для того чтобы это произошло нужно было чтобы у него самого было это спокойствие чтобы он передать это мне.

Лама Двора-ла: мы говорим о чудесной способности будды и о том, что будда всезнающ. Но мы также говорим, что будда не всемогущ. Будда не может забрать у меня мою отрицательную карму. Если бы он мог он бы уже давно из-за своего сострадания это сделал.

Наш лама будда. Лама которого я выбираю чтобы он меня вел - для меня будда потому, что он мой наставник в приходе к просветлению. И мы говорим, что он не все может; он все знает, но не все может. Он может наставлять нас и обучать нас тому, что нам нужно делать чтобы уничтожить плохую карму. Если Арие стоит там внизу и в нем воцаряется потрясающее спокойствие, откуда это приходит?

Из зала: из кармы.

Лама Двора-ла: разумеется из кармы, благодаря силе преданности своему ламе он начинает отражать ламу и это не то, что у ламы есть какая-то волшебная палочка чтобы посадить это в нас.

Это благодаря силе его любви и преданности ламе в нем начинают создаваться хорошие качества.

3. Учитель натренировал свое сознание с помощью мудрости

Арие-ла: третье качество называется:

Nyer shiwa

Nyer shiwa – это **глубокое спокойствие**.

Почему глубокое спокойствие? Глубокое спокойствие потому, что я действительно понимаю карму и пустоту.

Кен Ринпоче приехал в США в возрасте пятидесяти лет без ничего. У него была только одежда которая была на нем. Просто одежда на нем и это все. Он не испугался. Почему он не испугался? Он не испугался потому, что полагался на то, что то, что он делает - это хорошая карма и к нему придет ее результат. Для тех у кого есть уверенность карма работает, и он уже не боялся. И вещи иногда происходят, но у нас есть определенная уверенность.

Если мы уже убедились, что карма работает - у нас есть ключ, путь который приведет нас к счастью. И сейчас нужно еще проделать работу, но мы знаем, что это придет. Поэтому нам в сущности не о чем волноваться. Мы уверенно продвигаемся.

Как мы достигаем **Nyer shiwa**? Как мы достигаем этой уверенности? Первое это слушать и слышать еще раз о ручке, еще раз о пустоте, и еще раз о карме. Сто раз, тысячи раз. Поначалу геше Майкл говорил, что лекции нужно слушать тысячу часов, потом он поднял это до двух тысяч часов, потом до четырех тысячи часов, и потом до семи тысячи часов. ☺ И нужно слушать, слушать.

Даже если мы понимаем – этого не достаточно это должно дойти до сердца. Это должно достигнуть очень глубокого места... До тех пор пока мы не попробовали там всегда будет какая-то тень сомнения. Но если мы готовы действовать в соответствии с принципами кармы, если мы готовы не отвечать злом на зло, если мы готовы давать другим, если мы готовы заботиться о других...

Ты идешь купить пончик и видишь, что такой пончик как ты любишь есть только один, и вот пожилая женщина там идет и говорит: «Я надеюсь, что у них есть такой пончик, я его так люблю», и она идет медленно. Это тот вид пончика, который ты любишь. Так пойдешь ли ты быстро возьмешь и купишь этот последний пончик или ты дашь ей возможность купить пончик который она любит с пониманием, что тем, что ты даешь купить ей пончик к тебе потом вернутся десять пончиков? Да? Итак, это готовность отказываться потому, что ты знаешь, что за один к тебе придет около семидесяти семи.

4. Учитель имеет духовные качества превосходящие духовные качества ученика

Четвертое качество, произнесите:

Yunten hla kpa

Yunten hla kpa – это **высшие духовные качества**.

Вы не пойдете и не возьмете себе в духовные учителя кого-то в ком нет ничего высшего. Верно? Обычно вы так не сделаете. Но... от кого приходят духовные качества? Они приходят от учителя

или они от меня? От меня. Да.

Часто мы их не видим. Обычно когда мы начинаем этот процесс нам намного легче если мы уже видим в ком-то высшие качества. Если мы уже видим набор воодушевляющих нас качеств которые у них есть это позволит нам когда в нас возникнут трудности и суждения сказать: «Ок, я провожу здесь линию – вы за пределами линии. Вы уходите, вы мне не нужны потому, что вы мне вредите. Вы вредите моему духовному развитию».

Из зала: если я не вижу этих высших качеств, то как я приму его как учителя?

Арие: вопрос был: «Если я не вижу этих качеств учителя как мне принять его как учителя? Основывается ли это на вере?»

Намного лучше если ты видишь какое-то высшее качество в учителе. И для того чтобы ты был способен это сделать тебе нужно накопить добродетель. С этого это начинается. Всегда этот процесс начинается с какого-то накопления сконцентрированной, сильной добродетели. Это дает тебе возможность видеть высшие качества в нем.

Лама Двора: я хочу добавить одно слово.

Yunten: это хорошие духовные качества.

И Нлакпа это то, что они выходят за пределы.

То есть, **качества учителя превосходят качества ученика**. И идея в том, что вы не пойдете обучаться у кого-то в ком вы не находите высших качеств. Вы идете к кому-то кому вы чувствуете есть чему вас обучить. Если вы не видите в них никаких особенных качеств вы изначально не пойдете у них обучаться. Это само собой разумеется, что когда вы ищете учителя вы ищете чтобы у него было чему научиться.

Арие: отлично.

Я хочу использовать возможность и для меня это также большая привилегия провозгласить перед вами несколько чудесных качеств ламы Дворы-ла так, как я их вижу.

- Первое, у нее есть глубочайшее понимание дхармы, основанное на обучении и личной практике.
- Она имеет мудрость, сострадание, любовь, чистоту и исключительную личную целостность.
- У нее есть редчайшая способность объяснять другим дхарму в упорядоченной и ясной форме, чтобы ее легко поняли и увидели истину в словах.
- У нее есть хорошее знание тибетского и редчайшая способность к переводу – и это большая привилегия для учеников в Израиле наслаждаться ее потрясающими своей красотой переводами.
- У нее есть знания чтобы провести учеников по всем этапам пути в сутре и в тантре.
- У нее есть бесконечная любовь к своим ученикам и к дхарме, от всего сердца.
- Такую щедрость посвящения внимания и времени как у нее сложно найти.
- Большая заботливость.
- И понимание и мастерство в том как действовать и говорить так чтобы это изменило жизни других.

И это не исчерпывающий список, но уже здесь ясно, что речь идет об исключительной учительнице, раскрывающей перед вами громадные возможности. Ее видение глубоко и обширно, и нет сомнений, что ее деятельность и преданность прокрутили колесо дхармы в

Израиле. Такую большую чудесная сангху которая вокруг нее в Израиле собралась за считанные годы когда она действовала в Израиле тяжело найти даже в целом мире, и я думаю, что ее ученики удостоились редчайшей и самой замечательной учительницы, и также – вы можете использовать это себе на пользу, ведь такая чудесная учительница является проекцией чудесной кармы ученика.

5. Учитель наделен усилием в радости

Арие: следующее качество называется:

Tsun che

Tsun che – это **прилагающий усилия**. Это кто-то кто **прилагает усилия**.

Прилагает усилия в чем?

И прежде всего он **не прилагает усилия в отношении вещей в этой жизни**. И вы видите, он не пытается накопить имущество, 84 кадиллака или что-то в этом роде. Он не пытается прославиться. Его внимание на пути к просветлению. Да? И в особенности на моем пути к просветлению. В особенности он готов помогать мне прийти к просветлению, он прилагает усилия в этом. Он идет и подготавливает уроки.

Чему он посвящает свое время? Где его внимание?

Если кто-то тяжело работает, предположим носит большие тяжести. Считается ли это приложением усилий? Нет. Мы говорим, что все усилия не связанные с дхармой – не считаются. И да физически это может быть усилием, но усилием в ошибочную сторону. Усилие здесь - это усилие чтобы прийти к просветлению, чтобы помочь другим, и это усилие которое засчитывается. И иначе даже если я работаю двадцать часов в день я все еще считаюсь лентяем.

И здесь я могу добавить – я не знаю или вы знаете, но лама Двора-ла в сущности каждое мгновение своего времени посвящает тому чтобы принести это учение вам.

6. Учитель знает много писаний

Следующее качество, произнесите:

Lung gyi chuk

Lung gyi chuk – это **знает писания**.

Наш учитель нам рассказывал: есть уровень геше и есть уровень хларампы геше, и это такой геше с отличием. Потом есть уровень отличия среди отличившихся, и это там где он был. Но для проверки хларампы геше к нему пришли вечером за день до его финального экзамена, дали ему книгу в тридцать страниц и сказали: «Завтра утром ты должен продекламировать наизусть все эти тридцать страниц без ошибок». Да. И он это сделал. Феноменальная память.

Кроме того, как он учится? Есть учение в классе, потом есть дебаты, и потом ты учишься вечером. Ты уже устал, да? Уже прошел весь день. Он сидит, привязывает себя ремнями (*чтобы не уснуть*), рядом с ним свеча, и он учится, и потом ночью спит час или два. День за днем, день за днем, день за днем все для нас. Все для того чтобы он сумел нам помочь так как нужно.

7. У учителя есть хорошее понимание пустоты

Седьмое качество это **хорошее понимание пустоты**. Произнесите:

Denyi rabtu tokpa

Токпа – это **осознание**,

Denyi – это **пустота**,

И **Rabtu** – это **очень хорошее**.

И у нас уже было раньше понимание пустоты, верно? Так почему здесь есть еще раз очень хорошее понимание пустоты?

И раньше понимание пустоты было с точки зрения личной практики. Он уже настолько убедился в карме и пустоте, что благодаря этому достиг глубокого спокойствия. Он уже уверен, да, у меня уже есть ключ и сейчас все, что мне нужно, это делать хорошее и получать результаты.

Здесь это осознание на более конвенциональном уровне, и он отлично понимает карму и пустоту.

И как знают или кто-то отлично понимает карму и пустоту? **В общем можно проверить посмотрев связывает ли он вместе карму и пустоту.** Кто-то может говорить о пустоте до конца скончания мира, но если он не будет связывать это с кармой - это ничего не изменит в нашей жизни.

Пустота это то, что ни у чего нет собственной природы, верно? Качества приходят из меня. Но каков вывод из этого? Вывод в том, что если я хочу уничтожить страдания и свои и других мне нужно действовать в соответствии с законами кармы, верно? Это тот путь который принесет мне желанные результаты. И тот кто об этом не говорит, тот кто не говорит о соблюдении законов морали – не понимает. Это кто-то у кого нет глубокого понимания пустоты.

8. Учитель переполнен отличной способностью обучать

Восьмое качество называется:

Make den

Ма – это **говорить**. **Ма** это и **слово**, и **говорить**.

И **Den** – это **имеет**.

И **Ke** – это **специалист**, это сокращение слова.

Специалист в учении.

Обычно когда люди говорят, я могу завершить их предложение. Почти всегда это верно, по крайней мере, на девяносто процентов. Когда Кен Ринпоче говорил, я не мог этого сделать. Я завершал предложение и потом должен был стирать то, что написал потому, что он говорил что-то другое.

Хороший учитель может нас воодушевить. Хороший учитель может привести нас к дхарме. И очень-очень важно чтобы он был хорошим учителем.

Лично я думаю, что нет лучшей учительницы, чем лама Двора-ла, но вы можете судить сами.

9. Учитель является воплощением любви

И качество которое для меня важнее всего это:

Tseway daknyi

Tseway daknyi – это воплощение любви.

Tseway daknyi – это кто-то кто все время тебя любит. И он не только тебя любит. Он любит одинаково всех. У него нет предпочтений, он от всего сердца любит всех, и ты это видишь. Ты видишь это в миллионе мелких вещей. В том как он смотрит на людей, в его улыбке, в его тепле. Ты видишь, что он любит, любит всех. Обычно у людей есть предпочтения, и если у кого-то есть предпочтение, ты говоришь: «Ок, меня он может быть любит, а его нет, но что ему завтра не позволит это изменить?» Но если кто-то любит всех, ты уверен, да? Завтра он также будет любить всех, нет никого кто находится за пределами его любви.

Любовь, которая дает нам уверенность это любовь места прибежища. Это любовь которая притягивает нас к дхарме потому, что здесь есть любовь. Вы это знаете. Когда вы чувствуете, что кто-то вас любит он обладает наибольшей властью над вами потому, что это то чего мы все хотим.

И я думаю, что это также секрет силы ламы Дворы-ла.

10. Учитель не устает от учеников

Десятое качество:

Kyowa pang

Kyowa pang – означает, что у него нет отвращения.

Он полностью пренебрег отвращением. Отвращение к чему? Отвращением к возвращению в сотый раз к тем же самым вещам. Отвращением к тому, что он обращается к ученикам и говорит им делать что-то, и потом они говорят «да, да» и не делают этого. Отвращением к тому, что ученики не находятся на его уровне. Это нормально, он знает это. Мы там где мы есть, это нормально, и оттуда он пытается привести нас вверх.

Будда обучал шести версиям пустоты. Почему он это делал? Потому, что он любил учеников, потому, что он сказал: «Где ты находишься, оттуда я буду тянуть тебя вверх» верно? И для этого ему не обязательно нужно было давать конечную и самую тяжелую для понимания версию. Он будет тянуть нас с того места где мы находимся. Он будет по несколько раз повторять то, что нам нужно.

Лама Двора-ла:

Большое спасибо. Вы получили презентацию под очень личным углом. У нас была большая удача встретить Кен Ринпоче который может быть был одним биллиона с совершенствами которые он развил в своей жизни.

И он начинал как и мы. Он начинал полностью как и мы. В желтой книге (*Основные идеи буддизма*) там есть описание которое он написал о том как когда он был ребенком он проказничал там, и клал кнопки чтобы босые учителя на них наступали. Он так начинал, как сорванец. Намного позже он понял эти дела о колесе. В возрасте восемнадцати лет он встретил

Пабонку Ринпоче и понял, что у него есть возможность использовать эту жизнь чтобы выйти отсюда, и потом вы слышали описание о его постоянстве в учении и о его серьезности которые были потрясающие. Иногда мне тяжело поверить, что мы встретили такого человека.

Хороший учитель отражает нам нашу добродетель

И сейчас, что мы делаем когда встречаем наших учителей? Ключ разумеется у нас потому, что – во первых – факт, что у вещей нет собственной природы, у ручки нет природы быть ручкой.

У моего ламы нет собственной природы, чтобы у него были высшие качества со своей стороны.

И это может быть понять важнее всего. Чтобы я вообще встретила ламу у которого будут качества которые покажутся мне преимуществами или высшими качествами которые я может быть захочу развить в себе. Для этого я уже сама должна быть очень продвинутой потому, что я могу спроецировать только ту карму, которая действует во мне, карму которая у меня созревает. И:

Факт этой встречи уже свидетельствует о том, где я нахожусь. Я не буду в ком-то замечать эти качества, если у меня их нет.

Есть известная история о будде. В эпоху будды у него был ученик Лекпар, ученик который служил лично ему, заботился о нем. Двенадцать лет он о нем заботился, все время был близок к нему. Не в другой долине – все время рядом с ним. И потом его спросили, почему ты так приклеен к этому учителю, что ты в нем вообще находишь? И он сказал: «Я не нахожу в нем ничего особенного, он абсолютно такой же как и мы, просто вокруг его головы есть ореол». ☺

Арие: в конце концов через двенадцать лет будда его заменил.

Лама Двора-ла: вы видите, это было концом. В конце его заменили, он потерял привилегию быть личным слугой будды.

Очень может быть, что мы находимся рядом с кем-то имеющим высшие качества и совсем их не замечаем потому, что мы еще не накопили достаточно добродетели.

Так о чем говорит вся эта история, как находят учителя? Нам нужно совершать много добродетели.

Сказано, что когда мы совершаем добродетель эта добродетель используется как мед притягивающий к нам пчелу, и это учитель. Но, что значит, притягивает к нам учителя? Это значит, мы начинаем замечать учителя.

Это не то, что его там не было. Они там были, только мы их не замечали потому, что у нас еще не было достаточно добродетели. Когда у нас есть достаточно добродетели - это начинает нам отражать внешний мир.

И это одна вещь, их можно найти накопив много добродетели.

Как сохранить учителя?

Вторая вещь – как их сохранить. В литературе махаяны есть целые главы о том как найти учителя, как проверять учителей, как с ними быть, как себя с ними вести чтобы их не потерять, и чтобы позволить им делать свою работу чтобы они взяли нас наверх.

Когда мы встречаем духовного учителя - это дает нам шанс прийти к просветлению. Без учителя мы не можем. Нельзя, никто еще не проделал этот путь. И это дает нам шанс. И это потрясающая карма которая у нас сейчас созрела. Мы находим учителя. «О! Я сейчас пойду за тобой, я буду делать то, что ты говоришь, возьми меня к просветлению». Это потрясающая карма когда кто-то встречает человека и чувствует себя уверенно вкладывая себя в руки этого человека и позволяя ему себя вести. И мы изучали, что очень тяжело накопить хорошие кармы, и в сущности эта встреча сожгла много хорошей кармы. Сейчас нам нужно бежать намного быстрее. Сейчас шансы велики, но велика также и опасность потому, что сейчас мы сожгли эту карму.

Как идти намного быстрее? Начать совершать добродетель с этим учителем. Сейчас начинают служить этому учителю потому, что этот появившийся учитель не со своей стороны святой, мудрый, имеющий хорошие качества, или Yuntен hlakpa. Это я их так проецирую.

Учитель который появился - это самая чистая карма которая у меня там появляется. Сейчас я вижу их там. И сейчас я насколько способен хочу это усилить.

Самый минимум

Итак, мы перечислили десять качеств, Арие перечислил десять качеств и это основано на **Lam Rim Chenmo**, на Чже Цонгкапе, он перечисляет эти качества в своем произведении.

И если вы смотрите на все десять качеств не всегда в одном человеке легко найти все эти десять качеств. Фактически очень-очень-очень редко можно встретить все эти десять качеств в одном человеке. И почему так редко можно встретить в одном человеке все эти десять качеств? Потому, что у нас нет достаточно хорошей кармы потому, что они наша проекция.

Если мы обнаруживаем, что нам тяжело найти таких потрясающих людей в своей жизни это свидетельствует о том кто мы, это не свидетельствует о том, кто люди вокруг нас.

Но мы с этим работаем. Это то сознание которое у меня есть, что делать, я не замечаю.

И Чже Цонгкапа делает нам скидку. Он говорит: «Ок, это очень-очень-очень тяжело найти, даже на Тибете это очень тяжело найти», так по крайней мере эти пять качеств. И он перечисляет пять качеств. Но их также очень тяжело найти. Итак, по крайней мере эти пять, но они быть обязаны.

1. Учитель большую свою часть времени посвящает дхарме

Вы смотрите: как этот потенциальный учитель проводит свое время, чему он посвящает свое основное время? Важно чтобы их основное время было посвящено деятельности дхармы, по сравнению с мирскими занятиями. Чтобы основное время было посвящено деятельности дхармы. Это первый критерий.

2. Основные усилия посвящены не этой жизни

Второй критерий: когда смотрят на то на чем они сфокусированы, что их занимает видят, что это меньше эта жизнь и намного больше то, что после этой жизни. То есть мир за пределами сансары. Видят, что усилия направлены туда.

3. Они заботятся о других, прежде чем они заботятся о себе

О ком в основном заботится лама? О себе или о других? Это третий критерий.

Качество любить учеников очень важно. Нужно любить учеников и хотеть обучать их, чтобы они сумели научиться у такого учителя.

4. Учитель обуздал свое сознание, речь, и действия

Четвертый критерий: **лама осторожен в своем поведении, в своих проявлениях, в своих мыслях.** Он не безрассудный, он не делает глупости. Нам нужно видеть, что они применяют то о чем говорят.

5. Учитель не ведет учеников по ошибочному пути

И 5, и это очень важно, он не обучает учеников ошибочному пути. Не дает ученику ошибочного пути. Они или видели пустоту напрямую или должно быть ясно, что они понимают мировоззрение кармы и пустоты и живут в соответствии с ним. Это не малое дело.

Он говорит, что это минимум из минимума. Без этого не идите к этому человеку. Это то, что он говорит.

И на этом наш восьмой урок завершается.

(Мандала)

(Посвящение)

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 9, часть 1

Лиран: я хочу поговорить о двух вещах в контексте деятельности нашей организации через которые можно помочь.

Постоянный центр для нашей организации

И первая вещь это то, что мы бы хотели в качестве организации, в качестве группы в сущности основать постоянный центр в Израиле который будет удовлетворять потребности всей организации.

Как вы заметили во время мероприятий мы снимаем помещения, но у нас нет постоянного места начиная от склада для наших вещей и снаряжения и также для проведения там обучающей деятельности на протяжении недели, мероприятий по йоге на протяжении недели, также где можно сделать библиотеку с материалами для обучения для людей которые может быть хотят приходить на протяжении недели читать эти материалы и выполнять домашние задания, и также если у нас будет такое место мы сумеем сделать постоянное время когда можно там проводить дебаты и это часть домашних заданий, это важная часть учения, это помогает понять это учение.

И то чего бы мы хотели это основать постоянный центр в Израиле, и нам нужна помощь в этом. Разумеется, у этого есть финансовая сторона, но также есть необходимость в помощи в нахождении такого места, и скорее всего будет необходимость его отремонтировать. И если у вас есть идеи, направления, или способы которыми вы можете помочь во всей этой теме, я буду рад если вы обратитесь ко мне.

Какой величины будет этот центр? Это зависит от того, что мы найдем. Поэтому на данный момент мы не знаем какой он будет величины, и в соответствии с величиной мы посмотрим сколько мы сможем там сделать, может быть он будет использоваться только в качестве студии для йоги, и а может быть мы сумеем сделать там как мы сказали библиотеку, и сможем проводить также учения. Если у вас есть идеи и предложения подойдите ко мне и мы рассмотрим каждое предложение и посмотрим как можно это продвинуть.

В отношении расположения этого, желательно чтобы это было местом доступным для большого количества людей, поэтому желательно чтобы это место также было близко к автобусной остановке, или чтобы там была парковка, это желательно. Если у вас идеи и предложения подойдите ко мне, и мы их обсудим.

Место для учителей

Вторая вещь связанная с темой постоянного центра. Тот кто с нами знаком долгое время и тот кто новенький также конечно же уже обратили внимание на то, что наши учителя не находятся с нами в стране. В сущности наша карма не созрела для того чтобы у нас было это учение на протяжении всего года. Мы получаем его на период в несколько месяцев, что-то около трех раз в год. И мы бы очень хотели, чтобы наши учителя жили здесь близко к нам. И это будет означать, что это чудесное учение которое мы сейчас получаем только несколько раз в год мы сумеем получать на протяжении всего года. Мы сумеем проводить лекции и учения на протяжении всего года, и разумеется также и ретриты и курсы, и это сделает возможным давать учение намного больше и сделает возможной более близкую связь с ламой, что является частью этого учения и этого пути, и об этом также нам нужно подумать, как нам это сделать, и для этого нужны решения, в сущности нужно найти место или квартиру для них, чтобы мы захотели привезти их в Израиль. Потому, что в общем они живут там за границей, но мы предполагаем, что если мы подготовим для них здесь какую-то квартиру или построим здесь какой-то центр, или здание для них то мы сумеем убедить их приехать, и они в сущности будут в Израиле.

И лама Арие говорил о учителе и о важности учителя, и я не знаю или все знают значение слова лама на тибетском, но слово лама на тибетском когда его переводят на иврит означает: нет выше его, и подразумевается действительно то, что нам нужно относиться к нашим учителям так будто они находятся над нами, и мы те кто хочет попросить их дать нам учение и получить его, и это в сущности во всех аспектах. Не только в том, что мы приходим в класс, сидим в качестве учеников и даем учителю силу нас обучать, но также и в повседневных аспектах когда мы заботимся о наших учителях.

И если вы посмотрите, тот кто знаком с другими учителями и с другими ламами в мире, как они живут и где они находятся то в сущности увидите, что у них есть их постоянные места и люди которые заботятся о них и которые им помогают чтобы они сумели принести это учение.

И это не то, что ламе это нужно, как мы знаем лама в сущности уже является просветленной личностью, он будда, ему не по-настоящему нужна наша помощь, но это в интересах учеников принести это ламе для того чтобы приблизиться к ламе. Потому, что как мы изучали, как объяснил лама Арие учителя приходят из нас, их качества приходят из нас, это учение и эта мудрость приходят из нас, и мы те кто хочет приблизить ее к себе.

И эту тему в качестве организации мы бы хотели также. Уже много лет происходит так, что мы приглашаем учителей на очень-очень короткие периоды, и они возвращаются в США, но так быть не обязано, можно это изменить. Можно изменить эту карму и можно создать себе чудесную карму учителей которые находятся рядом с нами на протяжении всего года, которые делают возможным для нас это учение на протяжении всего года, и это может продолжаться еще во многих направлениях.

И если в отношении того как мы можем сделать возможной такую ситуацию у вас также есть идеи, как дать все самое лучшее нашим учителям, дать им опцию быть здесь в постоянном месте и дать им все, что им нужно чтобы они сумели принести нам это учение. Потому, что в итоге то, что они делают в своей жизни, для тех из вас кто может быть не знает, вся их жизнь для того чтобы принести сюда это учение. Они занимаются только этим, 24 часа в сутки они практикуют это учение, они переводят это учение на иврит – лама Двора-

ла вкладывает очень много часов в перевод на иврит. И также и на английский с тибетского, и с санскрита. Чтобы принести это в подлинной форме, в форму которую мы сможем принять и применить это в своей жизни. И в сущности то, чего бы мы хотели - это позволить всему этому региону получать это как можно больше на протяжении всего года, не только раз в несколько месяцев в дозах по три недели.

И это также еще одна тема, которую мы бы хотели продвинуть в нашей организации, и если у вас есть идеи или пути, или вы бы хотели помочь в отношении этих двух тем которые я упомянул, я буду рад если вы ко мне обратитесь.

(Мандала)

(Посвящение)

Лама Двора-ла: мы перейдем к уроку 9. Это будет относиться к тому, что в свое время было на курсе 10, и мы приведем из него только отрывки.

Руководство для воина духа

Полное название книги которую мы будем изучать, произнесите:

Jangchub sempay chupa la jukpa

Руководство для воина духа

И это длинное название. Короткое название это, произнесите:

Chunjuk

И здесь взяли два слова **Chu** и **Juk**, и вместе это **Chunjuk**.

Chu – в этом написании означает **действия, деятельность**.

И **Juk** – означает **быть занятым, заниматься**.

Chunjuk – это быть занятым. Деятельностью кого? **Jangchub sempa**.

Jangchub sempa – это **бодхисатва**.

И мы перевели это название на иврит как **руководство для воина духа**.

Бодхисатва это тот человек который является воином духа. Мы слово бодхисатва переводим как воин духа потому, что он воюет с ментальными омрачениями чтобы привести себя к совершенству.

Это тот человек который посвящает свою жизнь приходу к просветлению ради других. Кто не может видеть других в мире страданий. Ему это настолько отвратительно, что он не может вынести мысли, что люди продолжают в мире страдать, и он хочет им помочь. Он не только хочет им помочь но также хочет помочь им в самой высокой форме из всех возможных. В самой абсолютной форме и это значит - освободить их от всех страданий. Освободить всех существ от всех страданий.

И это не малая вещь. Для этого не достаточно дать им поесть, дать им ночлег, или дать им

пожертвование. Для этого нужно обучать их дхарме, обучать их пути выхода из страданий. Для этого нужно самим знать дхарму и самим знать путь выхода из страданий. И он посвящает всю свою жизнь этим целям.

И пришел мастер Шантидева и написал книгу «Руководство для бодхисатвы», **руководство для воина духа**. Этой книге обучают ламы, но это не часть упорядоченной программы обучения в монастырях. Мы на курсах ACI этой теме посвящаем три курса потому, что это одна из самых великих книг которые когда-либо были написаны.

Она была написана, произнесите:

Lopun Shiwa Hla

Мастер Шанитедва

И **Lopun** – на тибетском это **мастер**.

И **Shiwa** означает – **мир или спокойствие**.

И **Hla** – означает **ангел**.

Итак, **ангел мира**, и на санскрите:

Shantideva

Это было его именем.

Далай Лама часто обучает этой книге. У нас как-то была большая привилегия присутствовать на таком учении в Дхармасале. В книге есть десять глав.

Учение о сострадании и мудрости

Если мы думаем о том, что такое бодхисатва, кто такой бодхисатва, это человек который развивает свое сострадание до максимальных размеров, до потрясающих размеров. И представление которое приходит в голову - это человек имеющий огромное сострадание. И кажется, что мастер Шантидева написал произведение **о том, как развивают это огромное сострадание**. О том как быть сострадающим человеком. Но когда смотрят в книге как она развивается то видят, что **в сущности это учение о мудрости**. И она в девятой главе доходит до крещендо. Как было сказано, там есть десять глав.

Девятая глава книги целиком о мудрости, и мы ее изучали в курсе 12, и это потрясающая глава. Это одно из самых глубоких представлений о мудрости которые есть, и она цитируется величайшими мудрецами пути махаяны, пути совершенства мудрости. Чже Цонкапа и не только он в своих самых глубоких книгах много цитирует мастера Шантидеву. Другие которых он цитирует также цитируют мастера Шантидеву, и виден такой вид иерархии. И основная причина для изучения дхармы, для изучения буддизма это мировоззрение представляющее главу девять, это мировоззрение к которому мы возвращаемся снова и снова, и вернемся к нему также и сегодня.

Идея в том, что нынешнее мировоззрение которое мы впитали с детства из нашей культуры и нашего окружения – не работает. Оно не работает потому, что все хорошие вещи которые нам да удается найти в этой жизни мы вынуждены потерять. Рано или поздно мы вынуждены с ними

расстаться. И это не важно или мы любящие, интеллигентные, образованные, искренние, честные люди с большим пылом, с большим желанием, с большим энтузиазмом. Не важно или у вас есть все эти качества – если вы не научитесь правильно относиться к миру, понимать как этот мир работает – мы будем вынуждены страдать даже если у нас есть все эти чудесные качества. Потому, что мировоззрение которым мы живем, в котором мы плаваем поломано, оно ущербное, оно не может привести нас к счастью.

И человек который видел пустоту напрямую возвращается, смотрит на свой мир и его сердце автоматически наполняется состраданием потому, что он видит, что все люди вокруг него все время бегут за вещами которые они вынуждены потерять, которые они не смогут сохранить. Они все время ищут счастья, и все время не понимают, что создает счастье, и они все время гонятся за не правильными вещами.

И он понимает, что это безнадежный забег. Иногда это сравнивают с малыми детьми которые играют с ножницами. Это то, что мы делаем. Ищем счастья и все время вредим себе потому, что мы не понимаем, что создает счастье.

И буддизм понимает, что мы вредим себе сами больше, чем нам вредит кто-то другой. Мы дети которые играют с ножницами и мы можем навредить себе потому, что мы не понимаем, у нас нет хорошего мировоззрения.

Мастер Шантидева

Мастер Шантидева – у нас на сайте есть история его жизни. Он был сыном короля, и он отказался от королевства, как и в большинстве историй. Большинство великих учителей были такими. Они рождались в хороших или в королевских семьях и их не привлекали материальные блага. И он оставил королевский двор и стал монахом. Пришел в монастырь «Наланда» который был в ту эпоху большим монастырем. Это было в ту эпоху как Гарвард. Монастыри поддерживались людьми которые совершали пожертвования чтобы прокормить монахов, чтобы те могли обучаться, медитировать, и так далее.

И он не впечатлил руководство монастыря. Он выглядел как не хороший ученик, как ученик лентяй. Выглядело так, будто он все свои дни проводил на кровати и интересовался только тем когда подавали еду, и потом интересовался тем, где туалет. И он получил оскорбительное прозвище. Его называли **Busuku**.

Произнесите: **Busuku**.

И это можно перевести как «**имеющий три мысли**». Три мысли: поесть, поспать, и сходить в туалет. Произнесите:

Du she sum pawa

Sum – это **три**.

Du she – это **мысли**.

Итак, **имеющий три мысли**. Это перевод с тибетского слова *Busuku*.

И так как задачей глав монастыря было заботиться о хорошем имени монастыря, таких учеников они держать не хотели. Но монаха нельзя выставить из монастыря, есть определенные законы.

Нельзя кому-то сказать «уходи», нужна хорошая причина. В общем, они придумали какой-то способ его смутить. И там был обычай, что каждый человек должен был раз в какое-то время читать речь перед монахами, и пришли и спросили его: «Ты хочешь произнести речь? Пришла твоя очередь», и он сказал «Хорошо».

И там было принято, что того кто произносил речь ставили на трибуну чтобы возвысить дхарму, чтобы проявить уважение к дхарме и к тому кто обучает дхарме. И построили трибуну, но построили очень высокую трибуну и без ступенек с целью его смутить. И история рассказывает, что настал день, и он подошел к этой трибуне, а ступенек нет. И он кладет на нее руку и сразу же оказывается сидящим там наверху. И тогда он сидит на трибуне и спрашивает их: «Вы хотите чтобы я обучал чему-то оригинальному, что написал я или чему-то из существующих писаний?» И так как они все еще хотели его смутить и не верили в его способности они сказали: «Чему-то оригинальному». И тогда он начал цитировать по памяти на санскрите – и это разговорный язык – абзацы **Bodhisattva Charya Avatara**, и это название нашей книги на санскрите.

Произнесите: **Bodhisattva Charya Avatara**

Они разумеется убеждаются в собственной ошибке потому, что эти абзацы потрясающи и эта книга потрясающий шедевр. Когда он продвигается в книге и когда он доходит до главы девять – глава девять выходит за пределы восприятия большинства монахов сидящих в зале. Итак, мудрость высшая, и он начинает возвышаться. И на определенном этапе он летит себе вверх и исчезает за горизонтом. И монахи имеющие сверхъестественные способности и хорошую способность к концентрации входят в медитацию одноточечной концентрации и части удается слышать его издали. А другие у кого есть еще лучшая способность к концентрации продолжают слышать его в то время когда первые его уже не слышат, и тогда там возникают споры сколько глав есть в книге, есть те кто слышал восемь глав, есть те кто слышал девять, и есть те кто слышал десять.

Позже он приземлился где-то далеко от монастыря. И разумеется они потом пошли его искать, просили у него прощения, приглашали его вернуться и он сказал: «Нет, спасибо». Он продолжал совершать много хороших вещей в мире и эту книгу в написанной версии он оставил им между черепиц в своей комнате.

И может быть первая вещь которую мы изучаем еще до того как входим в саму книгу – в этой истории есть очень важная для нас мораль. И дело в том, что когда человек доходит до определенного высокого духовного уровня, может быть очень высокого - ему уже не очень важно, что о нем думают другие. Они уже не очень заинтересованы в уважении и внешних знаках, и они полностью готовы и рады появиться там как неизвестные, и не обязательно производящие впечатление.

И это говорит нам о том, что мы не можем никого судить. Мы не можем сказать: «Это хороший ученик дхармы, а это не хороший ученик дхармы». У нас нет критериев, и может быть особенно те которые не кажутся такими блестящими - могут быть такими Busuku. Мы не знаем, кто есть кто. И это верно в отношении нас всех, в отношении каждого здесь. И опасайтесь суждений. Это одна из первых частей этой истории.

Обзор глав в Руководстве для воина духа

Итак, мы сейчас перейдем к главам этой книги и немного их обсудим. Как было сказано в книге

есть десять глав.

Первая глава – преимущества развития стремления к просветлению

Начнем с первой. Первая называется:

Jangchub kyi sem kyi penyun

Сокращенно скажем **Penyun**.

Penyun означает **преимущества**.

Jang chub kyi sem – это **бодхичитта**.

И здесь у нас есть большой святой мастер Шантидева который приходит обучить людей как жить жизнью бодхисатвы которая приведет их к максимальному счастью. Он приходит обучить людей как освободиться от страданий и привести себя к максимальному счастью, и как привести других к максимальному счастью. Но он должен привлечь наше внимание, короче – сначала он должен заинтересовать нас этой книгой.

И это задача каждого большого учителя. Каждый большой учитель должен научиться приходить к ученикам, должен научиться покупать их сердца, и не с целями связанными с эго, с саморекламой, с какой-то материальной выгодой, или из-за желания уважения, но из-за любви к ученикам. И он начинает с первой главы **Penyun**, он начинает говорить нам о преимуществах **Jang chub kyi sem, бодхичитты**; это сознание просветления, сознание просветления – бодхичитта.

Разные виды бодхичитты

Итак, давайте сначала немного поговорим о разных видах бодхичитты.

1. Первый вид, начало бодхичитты, это то, что называется **бодхичиттой сахарного тростника**. Почему сахарного тростника? Потому, что **он да сладкий, но он пустой**. То есть в противоположность твердому стволу предположим дуба это пустой ствол. То есть это сладкое, но все еще не сильное, это слабое. И это начинается у людей когда они слышат такое учение и может быть еще до того как пришли на учение. Видимо еще до того как пришли на учение, иначе они бы они на учение не пришли.

Это когда есть первичное ощущение, есть эмпатия в отношении других, есть желание помочь другим. Есть доброе сердце, есть симпатия к другим. Есть доля сострадания, есть доля любви, есть доля заботы. Это первые этапы. Это еще не бодхичитта. Бодхичитта это что-то намного-намного более развитое, но это основа на которой можно вырастить бодхичитту. И это бодхичитта сахарного тростника.

2. На уровне над этим, скажем первичная бодхичитта. Первичная бодхичитта это в сущности вид поворота (отречения). Это в сущности понимание, что вселенная в которой мы живем на данный момент поломанная, она испорченная, она поврежденная. И это определение ситуации такой какая она есть. Когда человек видит величину несчастья. Человек признает грандиозность катастрофы. И он понимает, что в этом мире нет чего-то, что я могу сделать, что может помочь мне или другим, не по-настоящему, не по-настоящему.

Мы пытаемся все время. Мы все время пытаемся чинить и улучшать. Мы все время пытаемся упорядочивать наш мир или организовывать нам жизнь чтобы было лучше, и мы думаем:

«Если я только научусь есть умеренно то все будет в порядке», или «Если мне удастся спать достаточно то все будет в порядке», «Если мне только удастся избавиться от этого человека, в моей жизни все будет в порядке», или все эти вещи которые мы надеемся достигнуть в этой жизни чтобы они устроили нашу жизнь.

И предположим нам удаются эти вещи – придут следующие страдания. Придут следующие страдания. Обязаны прийти потому, что все задействуется кармой и кармы иссякают поэтому даже если мы освободимся от того человека который нас раздражает, если мы не изменили карму внутри, если мы не проделали внутри работу - придет кто-то другой кто нас рассердит. Нечего исправлять сансару, нечего исправлять сансару. И когда человек это понимает - это первичная бодхичитта. Здесь нет никаких шансов, это безнадежно.

И человек это понимает. Понимает, что он находится в этом месте, что он находится во вселенной где нет шансов, и что нужно делать что-то в отношении этого и, что обычные вещи которые мы склонны делать не работают, абсолютно не работают. И в то время когда он это понимает в отношении себя - он также понимает, что все другие находятся в том же самом месте.

И это поворот который человек делает сам. Он развивает отвращение к этой форме существования и ищет способы из нее выйти потому, что ее исправить нельзя, из нее можно только выйти. И он начинает искать и понимает, что другие также находятся в том же самом месте. Он еще не чувствует их боли близко но логикой он понимает, что другие также находятся в том же месте. И это первичная бодхичитта основанная на понимании. На личном отвращении, на личном повороте, и на логике понимающей, что другие также находятся там.

3. Есть совершенно другой уровень бодхичитты который является **настоящей бодхичиттой** и он происходит обычно только после того как человек находится на пути махаяны, на пути сострадания и который видел пустоту напрямую. Это иногда может произойти также и до этого но обычно это тогда когда он происходит, и он происходит у Арии. Человек который практикует путь махаяны и приходит в прямому видению пустоты, когда он становится арией, то есть видел пустоту напрямую - он также становится и бодхисатвой. Становится настоящим бодхисатвой.

И кстати, в руководстве для жизни бодхисатвы мастер Шантидева о нас говорит. И он делает нам скидку, он готов называть нас «бодхисатвами» но это не то, что мы бодхисатвы. Мы по-настоящему становимся бодхисатвами только после того как увидели пустоту напрямую.

Прямое переживание бодхичитты

У Арии в следствии потрясающего переживания видения пустоты напрямую есть прямое переживание – не логическое, не через понимание – прямое, очень мощное переживание любви и сострадания. Сердце раскрывается всем существам. Это уже не только мысль которая понимает, что происходит со всеми существами. **Это прямое переживание страданий всех существ.**

Это физическое переживание. У бодхисатвы есть ощущение физического изменения, будто сердце раскрывается и есть прозрачный невидимый луч света, который вырывается из него с огромной силой и затрагивает каждое существо во всей вселенной. Есть физическое изменение в энергетических каналах этого бодхисатвы, в энергии этого бодхисатвы. Есть

знания, есть видение. Он понимает, что это первый момент настоящей любви ко всем существам. Что пробиты стены закрывавшие сердце. И в следствии этого ты превращаешься в настоящего бодхисатву.

После этого переживания бодхичитты и это истинное переживание бодхичитты - есть настоящая бодхичитта. Человек понимает, что все, что остается сделать, единственная вещь которую есть смысл сделать - это накопить потрясающую карму чтобы можно было освободить всех существ от страданий и вся его жизнь будет посвящена глубокому занятию дхармой. Он всю свою жизнь будет посвящать дхарме и служить всем существам. Вся его жизнь будет посвящена этому.

Будущее уже определено, уже написано.

И с этого момента и далее каждое мгновение в его этой жизни и в перевоплощениях которые еще остались, и самое большее мы сказали это семь - это сладкое и наполненное смыслом мгновение.

Человек знает, что он делает самую значимую вещь которую можно сделать. Он действует чтобы освободить всех существ от всех страданий и он делает это каждый момент, каждый момент, каждый момент. И каждый момент сладкий, каждый момент потрясающий. Это потрясающая форма существования.

И это если мы хотим «продать» вам бодхичитту. Каждое мгновение потрясающее, исключительное. Нам иногда тяжело представить это ощущение когда вы знаете, что **каждое мгновение вашей жизни будет потрясающим** и не будет ни одного мгновения меньше этого.

Это то место где находится ария бодхисатва. Ты знаешь, что у тебя есть что-то очень важное сделать, что ты можешь это сделать, и ты это собираешься делать каждое мгновение в своей жизни. И это самый священный, самый потрясающий, самый красивый путь который ты можешь проделать на протяжении остатка своей жизни.

Бодхичитта придает смысл нашей жизни

Мы все время тяжело работаем чтобы быть счастливыми или чтобы получить те вещи которые мы хотим получить.

Бодхисатва понимает, что все эти занятия бесполезны, что все без исключений чего мы хотим в сансарном мире для себя мы будем вынуждены потерять, включая самих себя. И поэтому они бессмысленны. Это не важно, что мы делаем в этом мире – эти вещи будут у нас отобраны. Без мотивации бодхичитты они бесполезны, они как лист несущийся на ветру.

Иногда, когда мы на мгновение задумываемся о смысле жизни - мы иногда это понимаем, и это настолько больно понимать, что мы убегаем от этого и находим себе много занятий. Мы очень занятые люди. Очень-очень занятые, чтобы не видеть этой истины. И я думаю, что каждый ...Может быть вы окончили среднюю школу, или армию, и нужно было решить, что сейчас делать.

И часто встречают родителей и спрашивают их: «Что, как дела у сына?» «Как дела у дочери?» «Они ищут себя, не знают куда идти». Себя искать не малое дело потому, что те вещи которые предлагает нам это существование - бессмысленны. Мне нужно что-то выбрать – но, что бы я

не выбрала не будет хорошим, это не может быть хорошим. Не важно какого успеха я в этом добиваюсь, какие оценки у меня есть, и какую репутацию я получаю.

И большинство людей такие. Большинство людей очень тяжело работают чтобы не встречаться с этим фактом, что все сансарные занятия бессмысленны. И это распространяется и на успешных людей, не только на тех кто не успешен. Успешен в кавычках, да? В критериях нашего общества. Это распространяется на талантливых художников, это распространяется на талантливых кинорежиссеров, это распространяется на талантливых бизнесменов, на талантливых торговцев иностранной валютой. Это распространяется на всех талантливых и удачливых людей в нашей культуре. Когда они смотрят, глубже они могут увидеть – если у них будет мужество, и это требует много мужества – увидеть, что эти вещи бессмысленны.

В тот момент когда наступает момент бодхичитты вы впервые знаете, что вы проводите свою драгоценную полученную вами жизнь которая настолько дорога и редка существенным образом. Каждый момент - каждый момент когда вы бодрствуете, каждый момент когда вы спите, каждый момент когда вы в туалете – каждый момент посвящен этой одной единственной мысли: как я могу принести максимальное благословение максимальному количеству существ за самое короткое время. И это стремление к просветлению, это бодхичитта.

И это не помогать им тем, что «я изобрету более быстрый тостер». Это не давать людям еще поесть. Это освободить их из всех страданий.

И вся моя жизнь, каждое мгновение – есть одна сладкая мысль. Каждое мгновение полно сладости, полно смысла. Каждое мгновение обучать людей как не умирать, обучать людей как привести себя к раю, как выйти из сансары и прийти в рай. Очень тяжело представить как это ощущается. Как ощущается себя человек приобретший это осознание, сердце которого раскрывается миру, и который живет таким образом. Их счастье потрясюще. Счастье человека обретшего бодхичитту потрясюще, оно за пределами любого сансарного счастья которое мы можем достигнуть благодаря поездке в Турцию.

Это *Penyun*.

И эта книга, это руководство для людей которые хотят так жить, которые хотят прийти к бодхичитте и потом действовать так ради всех существ.

Поначалу подделывать нормально

И я хочу сказать: не нужно отчаиваться если у нас еще нет этого состояния, это нормально подделывать его. Мы в сущности обучаем начинать подделывать. Мы начинаем с притворства, мы ведем себя так будто мы бодхисатва даже если у нас еще нет настоящей бодхичитты. Эта практика приведет нас к настоящей бодхичитте. Она посеет кармические семена они будут усиливаться, аппетит приходит с едой. Вы делаете что-то, что приносит другим благословение, и ваше сердце поет. Это как когда вы сделали что-то хорошее, вы возвращаетесь домой, и как вы себя тогда чувствуете? А сейчас каждое мгновение становится таким, каждое мгновение становится таким. Когда вы выходите из дому это так, когда вы возвращаетесь домой это так, и между этим это тоже так.

О пути бодхисатвы говорят, что его цель потрясощее наслаждение рая будды, но путь также приносит наслаждение. Если вы встаете на путь стремления к просветлению - каждый момент

приносит наслаждение, и наслаждение все усиливается. И человек понимает, что любая вещь меньше этого скучна и не удовлетворяющая, не может удовлетворить. Все время действовать существенным для других образом, все время действовать спасая людей от страданий. Все время действовать в форме которая приносит людям потрясающее счастье, и так целый день.

Можно быть бодхисатвой в любом месте и в любой ситуации

Из зала: я хотел спросить: предположим мы поняли, что самая важная вещь это обучать дхарме, изучать дхарму, прийти к просветлению, и привести к нему других, но нам все еще нужно где-то жить, что-то есть, и так далее. Я в любом случае хочу работать и зарабатывать деньги чтобы предположим суметь обучать дхарме, и помогать людям которые будут строить дома. То есть я не думаю, что кто-то кто строит дома менее важен этому миру, чем тот кто обучает дхарме, так как...

Учительница: да, большое спасибо, большое спасибо за вопрос. Ты нас опередил, но хорошо.

Нужно ли мне сейчас оставить свои обычные занятия и заниматься только дхармой, и я на пути к просветлению, и... Но мне все еще нужен дом, и мне все еще нужна еда...

Это зависит от того на каком этапе ты находишься. Каждому из нас нужно место где жить, нужны средства для существования, и так далее.

Ты можешь встать на путь и быть бодхисатвой в точности в том месте где ты находишься.

Ты не обязан менять семью, страну, или дом.

С чем ты приходишь к тому, что ты делаешь? С каким сознанием ты приходишь к тем занятиям которые ты уже делаешь? Вся разница в этом.

Ты можешь быть как **busuku** там в монастыре, который лежит на кровати и спасает всех существ когда он лежит на кровати. Ты можешь спасать всех существ на своей работе, занимаясь своими занятиями, занимаясь своими детьми. Все зависит от того с каким сознанием я к этому подхожу. И мы поговорим об этом позже.

Фактически бодхисатва если он раньше сидел в медитации – на определенном этапе выходит из медитации, приходит в мир и служит миру, и он живет в мире и применяет принципы бодхисатвы в этом мире и это то, как он продолжает трансформировать себя и свой мир.

Геше Майкл к примеру является чудесным примером. Геше Майкл пошел по наставлению своего ламы в офис на Манхетене работать в бизнесе, в такой же фирме как и все другие, и там применил принципы бодхисатвы, и оттуда появился весь курс «Огранщика алмаза». Все это его опыт, его реализация на деле, на месте принципов бодхисатвы, его бодхичитты. И большое спасибо за вопрос.

Вы можете уже услышать это поющее чувство того, что такое подняться на путь который приведет вас в это место.

Цель обетов бодхисатвы это привести нас в это место бодхичитты, этой потрясающей жизни человека которая полна смысла и счастья каждое мгновение.

И сразу же когда их принимают, мы радуемся. И мы делаем вечеринку.

Мастер Шантидева о преимуществах бодхичитты

В продолжение чудесных описаний *Penyun*, преимуществ достижения бодхичитты. И я хотела зачитать вам то, что говорит нам **мастер Шантидева**. Он говорит:

**Даже если они угнетены и все еще заключены в колесе,
Те кто развил в своем сердце стремление к просветлению,
Для просветленных сразу же превращаются в детей,
Достойных преклонения мира, его жителей, и всех его ангелов.**

- **Людей которые развили стремление к просветлению в своих сердцах это ставит на намного более высокую ступень чем большинство людей**, чем почти все люди. Это ставит их в место где они посвящают свои жизни приведению других к максимальному счастью.

- И он говорит, **для будд они превращаются в детей**.

На церемонии обетов бодхисатвы по окончании церемонии мы радуемся, и в этой радости есть эта тема: «О, сейчас я присоединилась к семье будд. Сейчас я дочь будд». И это опирается на мастера Шантидеву, на это описание. Что он говорит насколько эти люди дороги в этом мире,

- Он говорит: **достойны преклонений мира, его жителей, и всех ангелов**.

Он говорит:

Хорошо храни в своем сердце эту машину «стремления к просветлению»,

То есть бодхичитту,

Как священный волшебный эликсир все превращающий в золото,

Как когда алхимик превращает железо в золото, он говорит, как этот эликсир,

**Превратит это тело, тело природа которого заражена,
В высшее тело будды с которым ничто не может сравниться.**

То есть:

- Это **стремление** освободить всех существ от всех страданий **само создаст карму которая выведет нас из страдающего существования**.

Он сказал:

**Хорошо храни в своем сердце стремление к просветлению,
Одного капитана мудрость которого бесконечна,**

И кто это? Это будда, да?

Хорошо всмотришься и увидь, что

- **Велика его ценность для тех кто хочет освободиться от заблуждений**. Заблуждение это заблуждение в колесе.

И потом, если мы смотрим на добродетель стремления к просветлению по сравнению с другой добродетелью которую мы можем совершить в мире, все остальные добродетели:

**Все остальные добродетели как банановые деревья,
Дающие плоды и увядающие.**

Банановое дерево это такой вид дерева которое цветет раз в год, оно дает плоды и увядает.

А стремление к просветлению он сравнивает с:

**...Вечно зеленым деревом,
Дающим свои плоды и не увядающим,
Наоборот – оно все растет.**

- Добродетель стремления к просветлению только увеличивается.

Потому, что вы приносите дхарму группе людей, и они понесут ее дальше. Вы на курсе учителей. Вы получаете линию передачи, вы получаете это учение, вы будете передавать его дальше. И благословение которое вы приносите когда этому обучаете потом передают ваши ученики – и эта добродетель никогда не завершается, она только усиливается. Она только усиливается.

Вторая глава – очищение плохих действий

Вторая глава книги. Произнесите: **Shakra**

Dikpa shakra

Dikpa – это плохие действия.

Shakra – особенное слово на тибетском. Его дословное значение это **рассекать ствол дерева**. И, что это за дерево которое мы рассекаем. Это наше сердце. Сердце полное грехов которые мы храним, когда прячем те вещи которые совершили. **Shakra** – это **исповедание**. Это то, что подразумевается под словом *Shakra*.

И как это относится к **руководству для жизни бодхисатвы?**

И мы хотим развить это стремление к просветлению в наших сердцах, эту бодхичитту потому, что она настолько потрясающая, и она даст потрясающий вкус нашей жизни, и она является той вещью которая освобождает нас от страданий. Но у нас будут препятствия на пути.

Причина того, что у нас еще нет бодхичитты и того, что мы еще не просветлены в том, что у нас есть препятствия к этому. И эти препятствия созданы в результате отрицательной кармы и накопленных нами ментальных омрачений.

И они составляют препятствия для видения, мы не видим. У нас есть шторы на глазах то, что одевают лошади на глаза чтобы она не смотрела по сторонам и шла прямо. Мы не видим. **Мы не видим наших препятствий**, мы не видим, что преграждает наш путь. Мы хотим хорошего, но мы его не получаем. К примеру, мы раньше сказали, что наше сознание отказывается признать тот факт, что наши обычные сансарные занятия какими бы успешными и талантливыми они ни были - бесполезны. Они бессмысленны, они потеряются.

Я когда-то занималась математикой. Мне повезло, мне выпала ужасно интересная проблема и я проделывала работу которая была очень захватывающей, и год я сидела в потрясающей концентрации. И я видела вещи которые другие не видели, и я изо всех сил пыталась их сформулировать, чтобы другие сумели понять то, что я видела, и так далее. Ну и, что? Может быть это прочитало десять людей, и один может быть понял. ☺ И, что?

Это требует мужества сказать, что это очень ограничено по своей пользе которую это может принести. Разумеется, это не освободило меня от страданий. Потом я пошла искать еще: еще степени, еще должности, еще исследования, еще, еще, еще. Это сознание которое хочет еще. Потому, что то, что я думала создает счастье не создает счастье потому, что в нем этого нет.

Итак, одна из вещей **Shakpa** это к примеру видеть такие вещи. И **все отрицательные кармы которые мы накопили и в которых мы не исповедовались, не открылись в них, и не очистили их будут составлять такие шоры на глазах.** По этой мы причине не сумеем видеть, что справа и слева от нас, мы не сумеем увидеть, что имеет смысл а, что нет. **Shakpa** это этот процесс очищения потока нашего сознания, очищение его от этих темных осадков наших плохих действий.

Этот процесс Shakpa очищает и позволяет нам потом да увидеть и понять, что намного-намного-намного больший смысл к примеру имеет заботиться о других, чем заботиться о себе.

Как-то мой отец пригласил меня провести лекцию в клубе для престарелых. И они были очень старыми. Часть из них просто сидела там и сидела под воздействием лекарств. И были две женщины сидевшие в первом ряду и они были с бдительными полными жизни глазами, и они все время служили другим, все время вскакивали и смотрели кому еще что-то нужно, и они были полны жизни. И это было настолько поучительно видеть, что люди которые служили другим, обращали внимание на других и заботились о других являются теми кто бодр и молод.

Эти женщины были потрясающи. Я говорила, и меня почти никто не слушал – но одна из них подошла ко мне в конце лекции и сказала: «Ты говорила вещи которые я всегда чувствовала. Это ужасно скучно все время заниматься собой». И она так жила, и она так выглядела. И эта забота о себе в любом случае безнадежна, в любом случае мы будем вынуждены это потерять.

Другая история. Много лет тому назад был период когда я торговала на бирже. На определенном этапе мне удалось сделать много денег. И часть их я пожертвовала, а часть оставила себе. Позже я потеряла все те деньги, которые оставила себе. Единственная вещь которая осталась это то, что я пожертвовала. Это то, что остается. Это был урок на всю жизнь.

И мы никогда не сумеем прийти к этой бодхичитте, к этому большому состраданию если не научимся очищать отрицательную карму.

Мы не придем к этим осознаниям, и не будем идти путем который нас туда приведет если не научимся делать **Shakpa**.

Это вторая глава.

Третья глава – достижение стремления к просветлению

Третья глава – произнесите:

Jangchub kyi sem sungwa

Так, что такое – **Jangchub kyi sem**? – **Бодхичитта**. Очень хорошо.

Sungwa – означает **достигать**.

Итак, достигать бодхичитту. **Достижение бодхичитты**.

И глава три противоположна главе два.

Вторая глава говорит, что для того чтобы вообще встать на этот путь, чтобы он меня заинтересовал, и чтобы начать по нему идти я обязана очистить препятствия. Я обязана очистить много отрицательных карм. И он в этой главе описывает как это делают. И мы обучаем этому на наших курсах. Это очень важное учение, как очищать. Но это только половина уравнения. Половина уравнения это очищение отрицательных действий, и осадков которые они оставляют в наших сердцах, и это семена, это отрицательные кармические записи.

Вторая половина - это накапливать много добродетели. Иногда мы описываем, что весь буддистский путь в сущности это только две вещи.

- Очищать плохую карму,

- И накапливать хорошую карму.

Вы сделали две эти вещи, вы снаружи. ☺ Вы завершили этот путь. Если вы достаточно его проделали.

И это третья глава. Третья глава **Jangchub sungwa**, то есть как достигнуть стремления к просветлению, как накопить добродетель, как накопить эту положительную энергию. Когда проходят эту главу видят, что она очень-очень-очень красива.

И здесь мастер Шантидева в сущности нам описывает все этапы **Ganden Hla Gyema, тысячи ангелов небесах блаженства. Семь этапов там, с которых мы начинаем медитации.**

Мы говорим начинать с них каждую медитацию. Они предваряют медитацию, и они сами по себе являются потрясающей медитацией которая накапливает нам много положительной энергии чтобы мы преуспели на своем пути, и она необходима чтобы мы преуспели в медитации. Если люди много лет пытаются делать медитацию но не очень продвигаются это может быть потому, что они не получили этого учения, и это учение предваряет медитацию и помогает нам очистить то, что мешает и накопить необходимую добродетель чтобы усилить медитацию.

И все вещи такие как:

- **Ментальный поклон** –

Мы прежде всего приглашаем учителя. Почему мы на медитацию приглашаем учителя? Потому, что это объект для накопления с ним добродетели. Духовный учитель который показывает нам путь как освободиться от страданий это наша самая чистая карма которая

появилась там. И эту кармы мы хотим усилить и **чем больше мы приближаемся к этому учителю, чем больше служим этому учителю - тем больше мы накапливаем добродетели.** Усиливаем эту карму. Мы собираем все, что у нас есть – тело, речь, мысли чтобы увеличить эти семена. Мы преклоняемся ментальным поклоном. Раньше мы преклонялись телом.

Что такое ментальный поклон? Смотрим в их **Yunten hlakpa**, помните? **Yunten hlakpa**? Это их высшие качества, их хорошие качества, их духовные преимущества, и мы преклоняемся им в своих сердцах. Мы смотрим на большую мудрость нашего учителя, на их большое сострадание которое они развили в своих сердцах, на их большую любовь, которая у них есть. Все, что вы можете представить себе в ваших учителях. **Чем больше я могу это вспоминать и восхищаться этим в своем сердце тем больше я отпечатываю эти записи у себя чтобы самой достигнуть этих качеств.** Итак, я на учителе ловлю тремп чтобы усилить эти записи у себя. И это к примеру дело ментального поклона.

- Подношение подношения

Потом у него там есть очень красивая глава о **подношении**. Мы подносим им подношение, мы подносим и ментально и физически. Любым возможным путем. Вы подносите все, что красиво, что является вашим и не вашим. В подношении в своем воображении вы можете поднести также и то, что не является вашим. Да. Вы можете поднести им закат. Поднести им красивый пейзаж. Вы видели как ребенок подносит другому ребенку игрушку? Вы можете поднести это им также. Вы можете поднести любую красивую вещь.

- Радость

Вы можете поднести им хорошие вещи которые вы делаете в жизни, и это вообще вид удвоенной радости. Потому, что вы и даете подношение, и вспоминаете что-то хорошее, что делали и радуетесь этому. Эта радость это еще одна вещь добавляющая нам энергии.

И эта глава полна восхитительными описаниями всех этих средств накопления подношения, накопления добродетели.

1. Включая воззвание к **ламе продолжать меня обучать,**

2. **И воззвание к ламе оставаться со мной.**

Это то, что накапливает карму чтобы они да меня обучали и оставались со мной.

И к примеру вот, здесь есть подношение подношения. Он говорит

Чистое тело имеющих добродетель, (то есть учителей)

Чистое и сияющее как золото, без конца,

Переполненное радостью, благоухающее возвышенными запахами,

Заполняющее все тысячи тысяч тысяч миров.

Имеющим добродетель, высшим получающим подношения,

Поднеси как подношение каждый красивый хорошо пахнущий цветок,

Красный и синий лотос, и райские цветы,

Поднеси и в красивых букетах и россыпью.

И так это продолжается, я немного перепрыгиваю,

**Поднеси им нектар богов
В золотых кубках лотоса,
Свечи отделанные драгоценными камнями,
Землю наполненную благовониями
И украшенную поражающими воображение цветами.**

Тем, чья природа является священным состраданием,

И это будды, бодхисатвы, наши учителя

**Подай также чудесные восхваляющие песни,
Много способностей украшающих несметными
Сияющими и яркими жемчужинами
Все небо.**

И так он продолжает:

**(Поднеси также изобилие других подношений:)
Мелодии пустыни радующие слух,
Каждая как облако приходящее и рассеивающее
Всю боль в сердцах всех существ.**

**Ливни цветов, драгоценных камней и тому подобное,
Пусть падают без остановки...**

Так он продолжает давать. Позже он продолжает с этим. Потом он делает им душ в роскошной благоухающей бане.

И здесь нельзя преувеличить, нельзя преувеличить. На самом деле есть люди которые развили это искусство подношений. Самантабхадра это бодхисатва известный в буддистской литературе как тот кто подносил обильные подношения. Вы не подносите цветок или один букет цветов, но небо полное цветов где из букетов появляются еще букеты цветов. Как фейерверк. Заполняете небо. Чем больше, тем больше вы накапливаете добродетель.

И вы увидите, что вы предположим сидите в медитации, и предположим вы обучались этим вещам, и вы хотите начать это делать – и у нас есть сложность это делать. У нас есть сложность. Даже в медитации, когда нам это ничего не стоит, где вы представляете только в воображении - мы не хотим давать слишком много. ☺ Это наше сознание. Из-за этого мы здесь.

(Мандала)

Курс АСІ 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 9, часть 2

(Мандала)

Глава 4 – вести себя осторожно

Руководство для жизни бодхисатвы это та книга, которую мы обсуждаем. Следующая глава книги это глава четыре. Произнесите:

Bak-yu tenpa

Тенпа – слово Тенпа это **глава**.

Вакма – это древнее тибетское слово для **невесты**. В Индии невеста переезжает в дом своего мужа и превращается в рабыню семьи. И особенно своей свекрови которая в свою очередь раньше была рабыней своей свекрови и... ☺. И она ждет рабыню. И невеста в Азии очень скромна, она старается незаметно себя вести чтобы ее оставили в покое.

И под **Вакуу** – подразумевается **осторожность**. Тот кто уже приобрел части стремления к просветлению, сейчас – как это сохранить, как это не потерять. Как это не потерять. И это учение о том как уберечь этот молодой росток от того чтобы он не поломался с того момента когда мы уже достигли стремления. И это **глава четыре, это учение об осторожности. Об осознанности, о том как сохранить наше сознание чтобы не потерять основное.**

Арие-ла: одно из качеств бодхисатвы это то, что не действует безрассудно. Он не кидается даже на хорошие действия. **Бодхисатва должен хорошо осознавать то, что вокруг него происходит.** Даже по ошибке не вредить другим людям. Потому, что если он навредит другим людям, потом они не будут ему доверять и не будут готовы слушать то, что он может сказать, и тогда он не сумеет им помочь. И для того чтобы он сумел им помочь он должен быть очень осторожным во всем, что он делает.

И также, если вы помните, одно из свойств кармы которое ее усиливает это то, что **карма совершаемая с намерением сильнее чем спонтанная карма**. Поэтому, когда к вам приходит идея совершить хорошее действие - подумайте об этом немного.

Кен Ринпоче тратил очень мало денег, получал пожертвования, и деньги копились. И было не ясно, что происходит с этими деньгами.

Лама Двора-ла: и его заподозрили в жадности.

Арие-ла: да. ☺ И его заподозрили в жадности. И тогда в один из дней он сказал, давайте пойдем в

банк, и послал чек Далай-Ламе в котором видел одного из своих учителей суммой в половину своих денег как пожертвование.

Итак, нужно намереваться, сохранять намерение, и не увлекаться, но все время быть в состоянии бдительности: «Что со мной происходит, есть ли у меня ментальные омрачения?» Потому, что время которое у нас есть чтобы позаботиться о ментальных омрачениях это когда они еще малы. Когда они достаточно выросли они уже побеждают нас, у нас уже тогда нет способности им сопротивляться. А если я замечаю их когда они маленькие я еще могу что-то сделать. И это также одно из мест в котором нам все время нужно быть внимательными в том, что с нами происходит. Что происходит внутри и снаружи.

Лама Двора-ла: большое спасибо.

Глава пять – развитие бдительности и осознанности

Да. И это переводит нас к следующей главе. Итак, произнесите:

Sheshin

Sheshin – это вы можете сказать **осознанность или бдительность**. Мы используем слово бдительность. И это то куда Арие начал нас переводить. Это осознать то, что происходит в моем сознании. Если я хочу развивать сознание даяния, сострадания и служения всем существам мне нужно начать обращать внимание на то, что действительно происходит в моем сознании в сравнении с тем, что я хочу, чтобы происходило в моем сознании.

И *Sheshin* помогает мне достигнуть этого **внимания**.

- *Sheshin* это как такой сторожевой пес

Который начинает лаять когда я начинаю думать эгоистические мысли, или когда я во власти ментальных омрачений. И чем больше развит *Sheshin*, чем больше развита бдительность тем больше я пресекаю в своем зародыше отрицательные мысли и ментальные омрачения, все быстрее и быстрее.

- И очень может быть, что в начале пути у меня не будет получаться их пресекать,

Мысль будет мной овладевать, омрачение будет мной овладевать, и я буду говорить вещи о которых я потом раскаюсь. И назавтра я замечу: «Ой, ой, что я сделал. Это не моя цель, это вредит моей цели». И если я замечаю только назавтра то *Sheshin* очень слаб. **Чем больше вы его практикуете тем больше он усиливается, он все усиливается и наступает время когда вы начинаете быстро перехватывать ментальные омрачения.**

- В сущности эта глава, глава пять о *Sheshin* в сущности глава о соблюдении морали.

Потому, что для того чтобы мы сумели соблюдать мораль нам нужно замечать, что происходит в нашем сознании, нам нужно замечать, что мы делаем. И этот *Sheshin* нам помогает, эта бдительность является тем, что помогает нам соблюдать мораль. **И это одна из причин по которой мы практикуем мораль.** Потому, что если я принимаю обеты морали или систему обетов мне сейчас нужно ее соблюдать потому, иначе они не будут для меня работать. Для того чтобы их соблюдать мне нужно обращать внимание потому, что они обычно отличаются от того, что я привыкла делать. Они приходят для того чтобы выдрессировать мое сознание, выдрессировать

сознание там где оно не привыкло что-то делать. И мне нужно обращать внимание на то, что происходит в сознании.

И в тот момент когда я обязалась соблюдать определенную систему обетов или определенные правила поведения чтобы это сохранить мне нужно развить Sheshin.

- Бдительность необходима также в практике медитации

Это *Sheshin* который я развиваю в повседневной жизни через соблюдение морали, через соблюдение системы обетов которые я приняла потом сопровождает меня в моей медитации. Для того чтобы преуспеть в медитации я постепенно обязана развивать бдительность до очень высоких уровней.

Я получила объект для медитации, учитель мне сказал на, что делать медитацию. Я сажусь делать медитацию и, что происходит с сознанием? Оно идет, оно идет туда куда хочет. Чтобы я сумела в медитации сфокусироваться и оставить сознание на объекте мне каждый раз нужно замечать или сознание убегает.

Итак, поначалу *Sheshin* слабый и он убегает, и через десять минут я просыпаюсь и говорю: «Где я и где медитация». Десять минут это хорошо. Поначалу. ☺ Мысли меня увлекают. Я вспомнила: что мне сказали, что мне сделали, чего я не планировала, и так далее. Чем больше я практикую *Sheshin* тем больше сокращается время между отвлечением внимания и мгновением когда я это отвлечение замечаю. Это *Sheshin*.

И это *Sheshin* в медитации,

- Чтобы он получился в медитации я обязана практиковать его вне медитации.

Я обязана практиковать его в повседневной жизни. Это соблюдение морали, это соблюдение системы обетов. Соответствует ли то, что я сейчас делаю и думаю моей провозглашенной цели стать бодхисаттвой, развить бодхичитту, и прийти к просветлению ради всех существ?

- *Sheshin* в жизни и соблюдение обетов развивает во мне эту способность, и тогда в медитации я буду ловить себя быстрее.
- И наоборот, когда я сижу, практикую медитацию и практикую оставлять сознание на объекте, и когда оно убегает возвращаю его на объект - я таким образом практикую *Sheshin* и тогда в моей повседневной когда я дойду до соблюдения обетов эта бдительность будет намного более развитой, и есть намного больше шансов чтобы я соблюдала мораль вне медитации, в повседневной жизни. И одно питает другое.

- Фактически бодхисатва практикует все время,

И это соединяется с заданным вопросом; вы всегда практикуете, в медитации и вне медитации. **Там где вы находитесь - вы практикуете, все время.**

И это *Sheshin*; основная составная для соблюдения морали это *Sheshin*.

И вместе с *Sheshin* приходит то, что мы называем *Drenpa*.

Произнесите:

Drenpa

Drenpa – мы переводим как **воспоминание**. Это помнить. В тот момент когда приходит *Sheshin* это как сирена, как будильник, он прозвенел. «Минутку, минутку. Что с тобой сейчас происходит? Где сейчас твое сознание?». И это *Sheshin*, он заметил, что я убежала, он заметил, что я отклонилась.

В следствии *Sheshin*, после того как я заметила, что сразу же происходит? «Аа, минутку, минутку, я должна подумать об этом объекте», или «Я должно соблюдать этот обет» - и приходит **воспоминание** о том, что мне нужно делать.

- И эти два фактора идут рука об руку.

Sheshin и *Drenpa* идут рука об руку. В медитации и вне медитации.

- И фактически когда они достигают своего максимального развития - наша медитация становится хорошей.

И медитативная практика чтобы привести к максимальному развитию *Sheshin* и *Drenpa*. И есть еще несколько шагов чтобы привести ее к совершенству, но это тогда когда она становится хорошей.

Это пятая глава.

Глава шесть – терпеливость

Шестая глава книги, произнесите:

Supa

Многие люди говорят Zopa, это не Zopa, это не **Lama Zopa**, это **Lama Supa**. Звука буквы з на тибетском нет вообще. Это другое «с». ☺ Итак, эта глава о *Supa*.

Supa – мы переводим как **терпеливость**. Иногда вы увидите на английском **Patience**, и это как терпение но *Patience* это будто «ждут автобуса». И подразумевается не это.

Supa – это **способность не выходить из себя когда наступает время выйти из себя**, когда в обычной ситуации вы бы вышли из себя. Это способность не сердиться, не взрываться. Не позволять ментальным омрачениям себя унести. Это **Supa**.

- И говорят, что это самая тяжелая практика учиться не сердиться.

- И не подразумевается сдерживать гнев.

Подразумевается не то, что вы просто не проявляете гнев, но держите его глубоко внутри. Нет. Вообще не сердиться. Вообще не сердиться.

Это не легкое дело, и мы фактически говорим, что у нас есть три секунды. Когда мы слышим что-то, что нам не нравится у нас есть три секунды чтобы включить *Sheshin* и *Drenpa*, и практиковать *Supa*, и не сердиться. В тот момент когда приходит гнев он уже овладел нами, поэтому уже слишком поздно. Прошло три секунды, если мы тогда не словили - слишком поздно. Сейчас кто знает, сколько времени это возьмет. Три дня, неделя ☺ - столько, сколько это возьмет.

- Это очень большое искусство.

Для бодхисатвы необходимо развить искусство *Supra*, эту способность не сердиться.

- Гнев уничтожает огромные количества добродетели.

Огромные, огромные количества добродетели. Фактически, если он направлен на бодхисатву говорят, что он обрубает корень добродетели, уничтожает всю накопленную добродетель. Если гнев направлен на бодхисатву мы за несколько мгновений можем закончить всю эту хорошую карму. Но мы не знаем, кто бодхисатва, верно? Мы раньше говорили о Бу-су-ко, о том, что они могут притворяться. И это очень большое искусство.

- Временные методы, и абсолютные методы

Очень интересно, в *главе о совершенстве терпения*, и в книге это глава шесть мастер Шантидева входит в очень глубокое обсуждение мировоззрений. В главе о терпении. У нас есть целый курс только об этой главе, обо всей этой главе. Мы его назвали «Убить гнев».

- Эта глава переполнена методами уничтожения гнева.

Большинство этих методов не уничтожают гнев. Большинство этих методов в главе обучают тому почему не хорошо сердиться, почему это не логично и как нам себя убедить, что сердиться нет смысла, что это только нам навредит, и все этим вещи. И все это удивительная мудрость .

Но большинство этих методов помогают нам справиться с гневом уже после того как он появился, а мудрость это уничтожить гнев так, чтобы он не появлялся вообще. Освободиться от страданий полностью. Это намного более глубокая вещь, и в главе также есть и такие методы. Там есть смесь абсолютных методов, и временных методов абсолютно необходимых для того чтобы прийти к абсолютным методам. И нужно изучить их все.

- Абсолютные методы полностью уничтожающие гнев укоренены в понимании пустоты.

Укоренены в понимании пустоты объекта который меня раздражает. К примеру, откуда он пришел. И каждый раз когда я на кого-то или на что-то сержусь я свидетельствую о том, что я не понимаю их качеств, их сути. Я не понимаю откуда они пришли. Потому, что **никогда, ни в каких случаях там нет ничего, что сердит со своей стороны**, в точности также как никогда не было ручки существующей со своей стороны.

В точности также как никогда не было, не будет и не может быть ручки существующей со своей стороны, не приходящей из моей проекции, когда ее ручковость не приходит из меня, и:

В мире никогда не может быть никакого человека и никакой вещи в которых есть собственная природа сердить, быть не приятными или вредящими, таких нет – кроме тех которые приходят из меня, из совершенной мною кармы.

И каждый раз когда я сержусь на эту появляющуюся вещь это будто я сержусь на руку потому, что она является рукой: «Почему ты рука? Почему ты не конечность ангела?» Это то же самое. И то карма и это карма. **Каждый раз когда я сержусь на что-то - я свидетельствую о том, что мне еще нужно проделать работу. И не чувствуйте себя плохо, просто нам всем нужно проделать работу.**

- Мировоззрение

И для того чтобы продвинуть это учение в **главе о терпении** мастер Шантидева приходит чтобы помочь нам развить это мировоззрение которое начнет расшифровывать откуда приходят в мой мир сердящие меня вещи. И тогда он смотрит на мировоззрения которые были в его время и которые есть и в наши дни, они абсолютно совместимы с нашим временем, и они полностью нам подходят, как люди смотрят на то откуда приходят вещи в их мир.

- Люди объясняют свое существование научным образом,
- Или через бога, создателя мира,

И он спорит со всеми этими мнениями. И он настолько блестящий логик, что он всегда выигрывает. То есть он опровергает всех соперников по дебатам который он обсуждает в этой главе. Позже в главе девять, в главе о мудрости он возвращается к этому дебату но на более глубоком уровне.

Так, что глава шесть, **глава о терпении** уже очень глубока в своем мировоззрении.

- И фактически **до тех пор пока мы по-настоящему не поймем пустоту, до тех пор пока мы не увидим пустоту напрямую мы не сумеем по-настоящему уничтожить гнев.**

Не сумеем. Сумеем его обуздать в большой степени, сумеем развить *Drenpa* и *Sheshin* в большой степени чтобы не позволять ментальным омрачениями нами управлять, но склонности в нас все еще будут. Уничтожить склонности это другая история. Чтобы уничтожить склонность сердиться я сначала обязана увидеть пустоту напрямую и потом с ней работать.

И это было главой шесть.

Практика совершенств

И вы видите, есть последовательность. Если в главе пять мы развили *Sheshin*, что было связано с соблюдением морали, сейчас нам нужен этот *Sheshin* который развился в результате соблюдения морали для того чтобы мы сумели практиковать терпеливость.

Руководство для жизни бодхисатвы, и это книга которую мы обсуждаем описывает как практикует бодхисатва. В этой практики он расстилает перед нами то, что называется «Шестью совершенствами». И это шесть хороших качеств которые развивает бодхисатва на своем пути к просветлению.

И мы говорили о главе пять которая занимается соблюдением морали – это второе совершенство. Каким было первое? Даяние.

Где было даяние? Оно частично было раньше в предыдущей главе, когда мы давали подношения, но он не развил там это обсуждение в полной степени, он только привел это в связи с подношениями. Позже он возвращается к этому в десятой главе, скоро мы к этому подойдем.

Итак, глава пять говорит о соблюдении морали, глава шесть об этом совершенстве терпеливости, развитии терпеливости в потрясающей степени, этой способности не выходить из себя, не сердиться; сохранять добродетель потому, что иначе мы не сумеем прийти к цели, прийти к нашей цели.

Глава семь – радостное усилие

Произнесите:

Tsundru

Tsundru – дословное значение это **усилие**. И он нам в этой главе говорит прямо, что такое усилие.

Что такое усилие? Это радость от совершения хорошего.

И мы перевели это как **радостное усилие**. Усилие это радость от совершения хорошего, это все хорошие действия которые делает бодхисатва – и все дело в том, чтобы совершать их с кайфом. Это не как: «Ой, мне сейчас еще раз нужно сделать медитацию». Это: «Ого, есть возможность сделать медитацию, продвинуться к просветлению, помочь всем существам, ура».

И это радостное действие или радостное усилие.

И я обязана сказать, что вы здесь в этом чудесны. Я вижу, что здесь потрясающая сангха. Я вижу вас действующими как группа, делающими вещи, и делающими вещи с кайфом. По-настоящему. Говорят принести еду, каждый приносит лучшие свои кушанья и свою любовь, и я вижу как вы организуете наши визиты и группы которые вы обучаете. Много обоюдной помощи, каждый готов помочь. Это радостное усилие, вы учителя по радостному усилию. Очень приятно это видеть. Большое спасибо.

Это такая хорошая энергия, энергия такой радости, делать с кайфом. Это то, что делает эти семена сильными.

Глава восемь – совершенство медитации

Восьмая глава книги, произнесите:

Samten

Samten – это одно из слов на тибетском для медитации. У него есть несколько значений. Здесь это совершенство медитации.

Бодхисатва действует чтобы привести свою медитацию к совершенству. Прийти к потрясающей одноточечной концентрации которая необходима чтобы увидеть пустоту напрямую.

Потому, что прямое видение пустоты необходимо для того чтобы прорвать этот круг и так как оно невозможно без медитации - бодхисатва практикует медитацию.

И развитие совершенства терпения позволяет создать условия для развития в медитации одноточечной концентрации. Иногда люди говорят, что им тяжело войти в хорошую медитацию. Мы говорим, что им нужно пройти эти этапы:

Соблюдение мудрости,

Чтобы они сумели сохранять терпение,

Чтобы они сумели хорошо делать медитацию.

Чтобы увидеть пустоту напрямую.

- У главы есть две части

И интересно, что когда он входит в эту главу в этой главе о медитации есть **две очень ясные части**.

1. В первой части он говорит об **уходе на ретрит**. Об оставлении всего и уходе на ретрит. В жизни бодхисатвы есть такие этапы, что они оставляют все и уходят в хижину, уходят внутрь себя и делают там глубокую вспашку своего сознания. И это первая часть этой главы.
2. Потом есть вторая часть главы, где он говорит, ок, предположим ты этого уже достиг и развил потрясающую концентрацию. Что ты будешь сейчас делать с этой концентрацией? К чему ты ее применишь? Он говорит, вот, что ты должен с этим делать... И это на пути, мы уже в главе восемь, верно? Скоро глава девять и это глава о мудрости. И **в главе восемь он говорит: сейчас служи другим. Делай обмен себя на других. Делай сравнение себя с другими и обмен себя на других.**

Он говорит, все твои духовные способности должны фокусироваться на этом, на «возлюби ближних как самого себя». Он говорит, это почти самая важная вещь. Потом мы скажем также и какова самая важная вещь. Но на этом пути который он описывает вы сейчас применяете, практикуете, и может быть даже делаете это во время медитации, это будет темой медитации. «Как я могу принести благословение другим». И есть чудесная глава которую мы также полностью прошли, **сравнение себя с другими и обмен себя на других** (смотрите курс «Я и ближние»). И это вторая половина главы восемь.

Потому, что мы говорим о стремлении к просветлению, об этой желанной бодхичитте которую эта книга приходит нас научить как развить, что в сущности является этим прорывом из тюрьмы сердца, стен которые мы поставили вокруг своих сердец которые не позволяют нам прийти к высшему счастью.

И цель этой практики сравнения себя с другими и обмена себя на других помочь нам расшатать эти стены, начать отдалять эту линию которой мы себя очертили и сказали «это я, а вне линии это не я». «Этой мне нужно помогать, а этой мне не нужно помогать». «Об этой боли мне нужно заботиться, а об этой боли мне не нужно заботиться». Именно эта мысль является той, которая нас убивает. Она то, что нас убьет.

Он в этой главе говорит очень красивые вещи, к примеру он говорит:

**«Если я дам другому, что останется мне?»
Так думать о себе это путь демона.
«Если я сохранию себе, что я сумею тогда дать?»
Так думать о других это путь ангела.**

То есть он говорит, первая мысль: «Если я отдам то, что останется мне?» меня убьет. Мы это уже делали долгое время. И вот мы состарились и покрылись морщинами. Это нас убьет.

И если мы этого не делаем мы идем обычными путями и занимаемся обычными занятиями. Предположим, мы преуспеваем. О нас пишут в газете. О нас пишут на заглавной странице газеты – что потом? Потом мы перейдем на последнюю страницу газеты в траурные объявления. ☺

Из зала: в лучшем случае.

Лама Двора-ла: в лучшем случае, да.

Это максимум которого ты можешь ожидать от сансарной деятельности. Что у вас будет красивое

траурное объявление.

И сейчас мы уже подходим к мудрости.

Глава девять – совершенство мудрости

Итак, **глава девять, глава о мудрости** – произнесите:

Sherab

Sherab – это **мудрость**. Это глава бросающая вызов нашему обычному мировоззрению. Это глава в которой мастер Шантидева бросает вызов нашему обычному сознанию. Он использует всю артиллерию. Он такой блестящий логик, он берет все наши сопротивления, все, что мы слышали и не слышали, все сопротивления которые у вас появляются когда вы слышите эти вещи и еще не успели задать вопрос потому, что здесь есть большая группа.

Все это он берет, дебатировать со всеми этими сопротивлениями и уменьшает их одно за другим. Он блестящий логик и он будто бы стоит в этом дебате и уменьшает всех своих оппонентов и в конечном итоге стоять остается только он один. Потому, что все эти мировоззрения не работают, они испорчены. Они в лучшем случае только приведут к последней странице газеты.

Мировоззрения

И здесь он снова входит в обсуждение разных мировоззрений.

О чем я говорю когда я говорю о разных мировоззрениях?

И мы говорим, что в сущности есть три мировоззрения, и все остальное их вариации.

В сущности, есть три вариации мировоззрения которое у нас есть о том откуда приходят вещи. Как создается наш мир.

- Вот **первое мировоззрение**:

Первое мировоззрение это то, что на сегодняшний день немного параллельно различным **научным теориям**. Которые разумеется часто меняются, верно?

- На определенном этапе была теория большого взрыва. Не было ничего, и потом был большой взрыв. Уже здесь есть проблема. Не было ничего, как появился большой взрыв? Как вдруг из ничего появился большой взрыв? И потом действительно идет теория, что до большого взрыва был большой взрыв, что до него был еще один. И тогда разумеется была бесконечность.

- Потом есть тема броуновского движения: большой взрыв, субатомные частицы носятся, встречаются, создаются атомы, создаются атомы, постепенно-постепенно выстраиваются молекулы, живые клетки, люди, и в результате этих носящихся в космосе абсолютно хаотичным образом частиц у меня рождается милый ребенок. Это то почему я страдаю. И это то почему в моей жизни есть любовь.

И это не логично и даже ученые каждую секунду меняют эту теорию потому, что это не логично. И на каждую теорию которая есть будет еще одна.

Это одно мировоззрение.

- Второе мировоззрение:

Которого придерживаются люди, они говорят: «Кто-то должен был все это создать. Где-то, кто-то это создал». И тогда приходят к различным теориям в различных вариациях создания. И тогда есть какое-то предположение, что есть какое-то существо или личность которая каким-то образом все может. Она может создавать вещи и разрушать вещи, и каким-то образом она вне жизни. Она не живое существо, она вне этого. Она разумеется вне меня потому, что я бы не создала себе болезни. Поэтому, это разумеется это кто-то другой, и он также является милосердным и сострадательным отцом, но он создал мою болезнь. Из-за своего сострадания ко мне.

И у нас с этим есть проблемы, и многие люди когда происходят трагедии теряют веру. Потому, что с этим объяснением есть проблема потому, что если есть какой-то милосердный и сострадательный отец которые все сотворил, то почему он сотворил страдания? Почему он сотворил СПИД у младенцев? С этим есть проблема.

- И есть третье мировоззрение говорит, что нет ничего, что происходит без причины.

Абсолютно, на сто процентов у каждой вещи есть причина. Нет ничего случайного. Есть то, что кажется нам случайным потому, что мы не понимаем причины – но это не говорит о том, что причины нет.

Это мировоззрение говорит, что у каждой вещи есть точная причина которая создает эту вещь, и все эти причины коренятся в моих ментальных записях.

Есть только одна которая создала мой мир - и это я, через свои действия и записи которые эти действия оставили в моем сознании. Это кармические записи и когда они созревают - создается мой мир и появляется так как появляется.

И они накапливаются каждое мгновение шестьдесят пять за щелчок пальцами, и созревают шестьдесят пять за щелчок пальцами.

- И они с собой носят оттенок и характер совершенного мною действия. И если я совершила добродетельные действия, если я хотела сделать людям хорошее - ко мне вернется хороший мир. Если я пришла вредить людям ко мне вернутся люди которые будут мне вредить, придет мир который будет мне вредить.

И для меня нет другого мира. Для меня нет никакого другого мира. Включая всех его жителей. Этот мир и его жители в моей реальности полностью, на сто процентов определяются мной.

И это третья версия, и это версия которой мы пытаемся обучать. И она намного тяжелее в применении. Потому, что она говорит, что вся ответственность на мне, и это нам тяжело.

- И есть также четвертая версия

И когда происходит что-то хорошее мы говорим: «Да, да, я наполнила это счастьем». Но когда с нами происходит трагедия мы не хотим принимать ответственность за то, что это мы посеяли семена этой трагедии. И это: «Что делать, от неба, стихийное бедствие, это пришло снаружи». Трагедии приходят снаружи, хорошие вещи приходят изнутри. И это **четвертая версия, когда мы выносим вывод в соответствии с тем как нам удобно это сделать, но это не работает.** Мы это делаем уже давно, но это не работает.

- Вся ответственность на мне

Третий подход говорит, что я не могу искать вне меня никакой личности которая несет ответственность. Я обязана на сто процентов принять на себя ответственность за все, что происходит.

И если происходит что-то не приятное, меня обворовали, вломились ко мне в квартиру, ограбили меня, напали на меня - я не помню, что я крада, я никогда в жизни не делала таких вещей.

Очень может быть. Нам нужно понять, как работает карма. Эти семена могли быть посеяны давно. И могли быть посеяны маленькими, а результат большой.

- И нужно изучить, как работают законы кармы,

Изучить их и начать в соответствии с ними жить, и это будет не малым делом.

И это то, что мастер Шантидева делает в главе девять, он воюет с нашим мировоззрением потому, что:

Ошибочное мировоззрение которое у нас есть, которое мы впитали из нашей культуры является тем, что нас убивает. Оно никогда для нас не работало, никогда не работало, и не могло работать.

Оно в лучшем случае может привести на последнюю страницу газеты.

Так, когда все это началось?

Учительница: да, там был вопрос. Да.

Вопрос из зала: есть также проблема с последним объяснением потому, что как создалась первая причинно следственная связь?

Учительница: а, да. Мали задает вопрос, как все это началось.

Видишь, у тебя есть предположение. Ты предполагаешь, что было начало.

Если ты принимаешь это объяснение – начала не было. Не было никогда.

И также не будет конца. Если бы это было конечно, то если это не работает мы бы пустили пулю в висок и освободились от страданий. Но мы не можем освободиться от страданий потому, что сознание продолжается. Сознание продолжается и несет все семена всех моих действий, и если сейчас я выстрелила в висок то оно сейчас несет в себе и это также. Я не могу убежать, я не могу сойти с этого поезда. Но я могу трансформировать этот поезд.

Я могу трансформировать этот поезд и сделать его поездом в рай, но я никогда не могу с него сойти потому, что я никогда в него не садилась.

Я никогда в него не садилась и поэтому я не могу с него сойти.

Предположение о начале - из-за нашего ошибочного мировоззрения. Мы предполагаем, что вещи начинаются и, что они заканчиваются. Ария Нагараджуна обучает тому когда начались вещи, тому, что они никогда не начинались.

Когда началась эта ручка?

Вы можете сказать, хорошо, там сделали пластик, и сначала сделали эту часть, потом сделали это волокно, окунули его, ввели одно в другое, и потом была другая машина которая сделала эту часть, и потом была третья машина которая положила эту часть на эту часть... и тогда есть ручка? Нет, все еще есть части которые вложили одну на другую, и ручки все еще нет. Когда начинается эта ручка? Мы не можем найти когда она началась, мы не можем найти. Потому, что вещи не начинались.

Вещи являются проекцией. Они никогда не начинались, и поэтому каждый из нас может прийти к просветлению. Потому, что они никогда не начинались в них есть все, что необходимо для прихода к просветлению. Это прямо сидит в них.

Но у нас есть препятствия, у нас как мы сказали есть шоры на глазах. Что это за шоры? Это *Dikpa* – это плохие действия и эти омрачающие осадки которые они оставили в нашем сознании и которые нам нужно научиться очищать. И тогда мы будем видеть, тогда мы будем видеть.

Третье мировоззрение единственное, которое может нас освободить...

Да. Еще вопрос о главе девять?

Из зала: я не понимаю, бог в сущности не существует? Я не думаю, что бог приходит исправлять нашу карму или вмешиваться, делать нас больными или счастливыми. У него есть место, но он не вмешивается, он присутствует, но он не между... я думаю, что он...

Учительница: я оставляю тебе переварить эти вопросы и возьми кого-то кто будет с тобой дебатировать. Потому, что все эти вопросы это целая система верований которых ты придерживалась до сих пор, и где ты сегодня?

Мы будем вынуждены проверить все эти верования которые в нас сидят и проверить их эффективность. В какой действительно степени они могут освободить нас от страданий. Тезис здесь в том, что:

Каждый раз когда я не принимаю ответственность, когда я предполагаю, что есть что-то вне меня, что каким-то образом создало что-то в моем мире - я не могу освободиться.

И я никогда не освобожусь. Потому, что это уже определено, кто-то другой это сделал, мне нечего с этим делать.

Мы говорим, что:

Единственный путь через который я могу освободиться - это если я приму это мировоззрение объясняющее, что ни у чего нет собственной природы кроме той которую я проецирую. Я полностью проецирую весь свой мир, каждое мгновение, и все это полностью приходит из записей сидящих в моем сознании и созревающих каждое мгновение, это полностью приходит из посеянных мной записей.

Если я это понимаю, и если я принимаю за это ответственность, включая тяжелые вещи которые происходят в моей жизни - то только тогда я могу трансформировать свою жизнь.

И я могу посмотреть: «Это пришло в мою жизнь, мне это не приятно, что я могла сделать в прошлом, что привело к этой вещи?». Нужно много учиться, понимать законы кармы, и у нас на

сайте есть достаточно курсов. И когда ты это понимаешь, ты говоришь: сейчас я сделаю противоположное. Я полностью прекращу создавать эту карму и осознанным образом буду делать противоположное. И тем временем нужно также учиться очищать то, что уже посеяно.

«Только очищать и накапливать добродетель». 😊

И тогда ты действительно можешь трансформировать свою жизнь.

...И ответственность выяснить это для себя - только на нас

И ты говоришь: «Я еще не убедилась». **Это нормально, мы поощряем эти сомнения. Они важны. Но не использовать их для отвержения этих вещей.** Ты не убедилась? Очень хорошо. Ты должна исследовать, изучать, прояснять, и может быть ставить на себе лабораторные опыты.

Предположим это мировоззрение правильное. Ты еще не приняла его. Но предположим, давайте посмотрим, давайте проверим это.

Если это верно, то если в моей жизни есть нехватка - это может прийти только от того, что я в прошлом не практиковала даяние, или проявляла жадность. Давайте посмотрим, я сейчас буду практиковать даяние в действиях, и в мыслях, и я буду проверять это в дневнике на протяжении определенного периода, и я буду изучать все те факторы которые увеличивают это даяние, и есть, что изучать о даянии, это большое искусство. И посмотрим через несколько месяцев. Через сколько? Через год-два или есть изменения.

И это берет время. Это изменения приходят не сегодня завтра. Просветление не создают потому, что мы так решили и тогда за год будет просветление. Это глубокая вспашка сознания. И если я буду это делать и последовательно вести дневник, то через несколько месяцев или через год начинается движение, и может быть у меня появляется какое-то подтверждение, что это мировоззрение работает.

И я говорю, **не принимайте его вслепую.** Я бросаю тезис. И он не мой, он Будды, и те кто выше меня попробовали его, работали с ним и освободились. И пришли к счастью. Попробуйте.

Это предложение.

Для этого **мастер Шантидева – великий бодхисатва – пишет всю свою книгу.** Он видит существ страдающих из-за ошибочного мировоззрения, и они как дети с ножницами все время себя режут. Они все время ищут счастья, но все, что они делают сеет им страдания. Потому, что они ищут счастья для себя, и это в точности то, что причиняет им страдания. И он предлагает нам идти с этим мировоззрением, попробовать. Попробуй! И он очень тяжело работает чтобы ослабить сомнения которые у нас есть, уменьшить наши сопротивления, чтобы мы дали себе шанс попробовать. Он потрясая в добродетели которую он совершает в отношении нас, в отношении поколений практикующих.

И здесь это приглашение.

И это было главой девять, и в конце идет глава десять.

Глава десять – посвящение

Глава десять это глава о даянии. Это потрясающая, очень красивая глава посвящения. Произнесите:

Глава **посвящения**.

В этой главе пятьдесят восемь абзацев. Потрясающих.

Церемония принятия обетов махаяны на один день завершается несколькими абзацами из этой главы посвящения, и они настолько красивы, что я попросила чтобы их распечатали для того чтобы я зачитала их вам. После того как я провожу церемонию принятия обетов махаяны я говорю:

Пусть благодаря добродетели того, что я действовала,
Растворится боль всех живых существ
Или болезни тела или духа,
В огромном океане блаженства.

Пусть все живые существа,
Не знают скорби и не испытывают ничего плохого,
Пусть они не будут знать никакого страха и унижения
И никогда не будут печальны.

Пусть слепые раскроют свои глаза,
И глухие снова услышат,
И тот чье тело изнурено тяжелой работой,
Излечится и найдет покой.

Пусть каждый кто гол найдет одежду,
И тот кто голоден найдет еду,
Каждый кто испытывает жажду пусть найдет питье,
И всевозможное блаженство.

Пусть заполнится нужда нищих,
И пусть придет утешение страдающим,
Все отчаявшиеся пусть обретут надежду,
И также большое счастье и процветание.

Пусть дожди приходят вовремя
И всходят изобильные урожаи,
Пусть излечиваются от каждого лекарства,
И чистые молитвы пусть приносят свои плоды.

Пусть все больные удостоятся
Быстрого и полного излечения,
И весь вред и болезни которые есть в мире,
Немедленно прекратятся.

Пусть исчезнет страх всех кто боится,
И освободятся все порабощенные,
Те чьи силы слабы пусть обретут мужество и силу
И пусть сердце всех существ наполнится благословением.

Это глава в которой мастер Шантидева берет всю добродетель накопленную от **Руководства для жизни будхисатвы** и посвящает ее; он посылает ее обратно всем существам.

И если мы сказали, что эта книга написана чтобы развить в наших сердцах сострадание и правильное мировоззрение, и избавиться от нашего ошибочного мировоззрения причиняющего нам много страданий – когда он завершает он снова возвращается к состраданию. Он замыкает этот круг.

Все развитие сострадание - для мудрости.

Так он начинает, и кстати глава девять это глава о мудрости и он говорит: все, что было до сих пор это для мудрости. Для того чтобы мы развили мудрость. Потом когда он заканчивает главу о мудрости куда он возвращается? К даянию. К состраданию всем существам. Для чего я развиваю мудрость? Чтобы помочь всем существам.

Я делаю медитацию чтобы развить мудрость,

И потом я возвращаюсь и даю это всем существам. Накапливаю еще добродетель,

Сейчас я могу поднять медитацию на ее следующий уровень.

И тогда я снова выхожу из медитации и снова даю.

И так я очищаю себя и одновременно с этим свой мир.

(Мандала)

(Посвящение)

(Молитва для продления дней ламы Дворы-ла)

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 Арии-ла

Рамат-Ган, апрель 2009

Урок 10

(Мандала)

(Прибежище)

Борьба с ментальными омрачениями

Лама Двора-ла: итак мы сейчас переходим к уроку 10 этого курса. И мы в сущности у мастера Шантидевы, мы в четвертой главе его книги, и эта глава посвящена **войне с ментальными омрачениями**.

Что такое ментальное омрачение?

Что такое ментальные омрачения? Что такое ментальное омрачение?

И **определение ментального омрачения**, повторите за мной:

Semgyu ma-shiwar jepay semjung

Sem – это сознание.

Semgyu – это поток сознания.

Shiwa – у нас было именем мастера Шантидевы, вы помните *Shiwa*? Это мир, спокойствие, тишина.

Ma-shiwar – это то, что мешает, то, что мешает миру, что мешает спокойствию.

Jepa – это делать.

И **Semjung** – это **ментальный фактор**. Sem – это сознание, но Semjung это – фактор в сознании.

В буддизме говорят о сознании в общем, и это наше сознание в общем, нашего сознание, наша осознанность, и в нашей осознанности говорят о факторах, факторах осознанности.

И чтобы продемонстрировать это если мы скажем моя осознанность воспринимает этот предмет, и тогда Semjung будут ментальными факторами которые будут фокусироваться на определенных аспектах этого предмета. К примеру, он служит моим целям или не служит моим целям? Или нравится он мне или не нравится? Определенные аспекты. Это включает такие вещи как эмоции – эмоции это *Semjung*, это ментальные факторы.

И определение **ментального омрачения**, (на тибетском читают с конца, верно?)

И это *Semjung*, это ментальный фактор нарушающий спокойствие нашего сознания. Это то, что здесь написано.

И вкратце мы скажем – что ментальное омрачение это все, что нарушает наше душевное спокойствие.

Нирвана

Фактически нирвана определяется как состояние в котором мы уничтожили все наши ментальные омрачения и склонность к ментальным омрачениям, все семена ментальных омрачений то, что называется «препятствиями ментальных омрачений».

Препятствия ментальных омрачений это:

- Сами ментальные омрачения, это тяжелые управляющие нами эмоции,
- И склонности к этим эмоциям. То есть даже если я на данный момент не сержусь - во мне все еще есть семя гнева, меня все еще можно рассердить.

Итак, нирвана это состояние в котором мы уничтожили и омрачающие эмоции, ментальные омрачения, и также их семена, также склонность к ним. И нирвана это уничтожение этих вещей навечно. Необратимое уничтожение. Они уничтожаются, и уничтожаются навсегда.

Почему война? Война с чем? И мастер Шантидева говорит о «**войне с ментальными омрачениями**», но подразумевает ли он войну? Под подразумевает ли он слово война в полном смысле этого слова? **И ответ - да. Ответ да.**

Потому, что если есть ли что-то хорошее в ментальном омрачении? Есть ли когда-нибудь в ментальном омрачении что-то хорошее? Если оно нарушает мое спокойствие я не могу прийти к той нирване к которой я стараюсь прийти.

Прежде чем мы продолжим я хочу процитировать вам немного мастера Шантидеву.

Он начинает обсуждение этой темы, и он говорит:

(Абзац 28)

Такие враги как ненависть, вожделение, и тому подобные

Примеры ментальных омрачений. Он называет их «врагами», это его терминология во всей этой главе – есть война, и есть враги.

Такие враги как ненависть, вожделение, и так далее

**Не являются существами с руками и ногами,
И также не воинами блещущими своим умом,
Так как я превратился их покорного раба?**

Он говорит – они не такие великие воины обвешанные медалями, так как это они возобладали надо мной? Как это, что я беспомощен, когда на меня нападает мгновение гнева? Он говорит:

(Абзац 29)

Они приходят и пребывают во мне,

И получают удовлетворение когда они мне вредят.

Он использует такие слова как использовать кого-то, получать удовлетворение от использования кого-то.

**Получают удовлетворение когда они мне вредят
Терпимости в отношении них, не говоря уже об отвращении -
Терпимости нет вообще, это позор!**

Он говорит: мы не можем практиковать терпеливость, быть приятными с нашими ментальными омрачениями, и идти медленно-медленно. И не спешить. Нет! Он говорит - нет! Война! Война! Он говорит:

(Абзац 32)

**Эти мои враги, ментальные омрачения,
Были со мной долгое время без разрешения!**

Еще до того как я пришла в эту жизнь – они были. Они всегда были со мной, они всегда были со мной и сопровождали меня.

(Абзац 32)

**Нет никого среди моих разных врагов
Кто бы как они продлил свои дни.**

Нет ни одного врага из плоти и крови. Он говорит:

Абзац 34

**Эти враги долгое время бесстыдно пребывали во мне,
И только из-за них так увеличились мои страдания.
До тех пор пока они пребывают в моем сердце в безопасности
Как я освобожусь от ужаса этого колеса
И вкушу вкус радости?**

Он говорит: до тех пор пока они пребывают во мне нет шансов, нет нирваны. Он говорит:

Абзац 35

**Они стражи тюрьмы жизни в колесе,
Ада и всего остального -
Палачи подрубающие мою жизнь!**

Не больше и не меньше – палачи подрубающие мою жизнь.

**Как я сумею быть счастливым
Пока они хорошо держат
Узел влечения в сердце?**

Он говорит:

Абзац 36

**Поэтому даже на мгновение усилия не прекратятся
До тех пор пока этот враг не будет уничтожен на деле!
Разумеется я не буду спать до тех пор пока не уничтожен
Весь вред который появляется от короткого мгновения
Гнева и гордыни.**

Эти его описания (*мастера Шантидевы*) так красивы, они такие живые.

И это его введение в обсуждение. В общем – он представляет их (*ментальные омрачения*) как самых ужасных врагов которые у нас есть, которые намного больше чем враги из плоти и крови которые приходят на меня напасть в этой жизни. Потому, что эти – продолжают нападать на меня от перевоплощения к перевоплощению; они идут со мной. До тех пор пока я не научусь их уничтожать - они продолжают приходить.

Не важно сколько медитации я буду делать; если я не умею уничтожать ментальные омрачения когда завершится влияние медитации или когда спадет пик медитации – если я не уничтожила склонности к ментальным омрачениям – они вернутся.

В буддистской литературе есть много таких историй. И не только буддистской. Есть история о известном медитирующем который несколько лет сидит в пещере и делает только медитацию, и он в самадхи, он очень продвинут и его волосы тем временем становятся длинными-длинными, и в конце концов он просыпается и замечает, что пришла мышь и съела его красивые локоны, и он сердится. ☺ Все эти годы он сидел в медитации – и вся польза ушла потому, что гнев обрубает корень добродетели. И есть много таких историй.

Шесть наших основных омрачений

Итак, давайте в них (в ментальные омрачения) немного войдем, давайте перечислим: **шесть основных ментальных омрачений.**

В буддизме говорят, что у нас есть сколько ментальных омрачений? Восемьдесят четыре тысячи, это какое-то магическое число – восемьдесят четыре тысячи ментальных омрачений которые есть у нас всех.

И для того чтобы прийти к нирване нам нужно уничтожить их все, и уничтожить навсегда и их и также их семена чтобы мы не оказались в такой ситуации как медитирующий с мышью. И это не малое дело, это много работы, нужно много воевать. ☺

И выясняется, что нам не нужно следить за каждым сразу же вначале. У нас есть семь перевоплощений, верно? С того момента как видят пустоту напрямую. На протяжении этих семи нужно уничтожить их все но нужно начать с больших, с самых основных. Эта война с ментальными омрачениями начинается с войны с самыми большими омрачениями, с самыми большими врагами, и постепенно мы доходим и до самых маленьких, и они более тонки, и мы может быть на данный момент даже о них не знаем.

Мы сказали, что когда человек видит пустоту напрямую, если он на маршруте махаяны - он становится бодхисатвой. Он становится бодхисатвой первого уровня, и есть десять уровней бодхисатвы. И потом есть еще много работы, много работы, но она приятная, ок? Поэтому, не пугайтесь.

Итак, сначала начинают воевать с большими омрачениями. И у нас здесь есть список шести

основных омрачений и они удостоились войти в короткий список, во «вступительную шестерку» - это знак того, что они есть всех у нас. Это знак того, что все мы ими заражены в большой степени, и поэтому будда отметил их как место на котором нужно начать фокусироваться.

И вот этот список:

1. Влечение укорененное в невежестве

Первое – произнесите:

Duchak

Duchak, вместе можно сказать, что это – **влечение, желание, вождение**.

Что подразумевается? Есть моменты когда у нас есть большое желание чего-то – такое бывает, бывает с нами, но это не все время; у нас все время нет огромного желания чего-то. Мы можем испытывать приступ желания чего-то, к примеру мороженого, пирога, или секса.

Duchak о котором здесь идет речь включает в себя случаи большого приступа вождения, но они в сущности сопровождают нас целый день. Каждое мгновение, все время.

Мы говорим, что это один из ментальных ядов которые у нас есть, который сопровождает нас все время, и который является причиной того почему мы в мире желаний, почему этот мир называется «миром желаний». Ариэ говорил о «шести видах страданий» верно? Мы все время не удовлетворены. Мы в мире желаний.

Так, что плохого в желании? **Является ли желание чем-то плохим?**

Из зала: не со своей стороны.

Учительница: не со своей стороны.

Хочет ли будда, чтобы мы были счастливы? Да. Хочет ли он сохранить свое счастье? Да, конечно. Итак, в желании со своей стороны нет плохого.

Так как нам отличить хорошее желание от плохого желания?

Что будет критерием? Как нам отличить какое желание работает на нас, а какое причиняет нам страдания?

И критерий это то, что мы готовы делать ради того чтобы получить тот объект который хотим, что мы готовы сделать чтобы это получить. Готова ли я нарушить правила морали чтобы получить тот объект который мне нужен? Если да - это желание причинит мне страдания.

Это может быть в больших масштабах и это может быть в малых масштабах. У меня может быть определенное верование, или определенное мнение, а у человека рядом со мной другое мнение, или он не заинтересован выслушивать мое мнение, и я поднимаю голос чтобы он да меня выслушал, и не даю ему говорить, я требую чтобы меня выслушали, поверили мне, и так далее.

И я тем временем начала использовать силу, грубую речь, брать то, что нельзя потому, что они не хотят дать мне то внимание которое я хочу получить, и так далее. И я уже нарушаю несколько обетов чтобы получить свое, чтобы быть правой, чтобы мое мнение приняли. Это пример.

Итак, как было сказано то, что определяет это то, что я готова делать чтобы добиться своего.

И если мы действительно хотим прийти к просветлению и если мы понимаем как работает карма когда мы находимся в понимающем состоянии - мы никогда не предпримем действий нарушающих правила морали для того чтобы добиться своего включая и путь к просветлению.

То есть если я хочу просветления, если это то чего я хочу, если это важная вещь, если я на пути должна навредить людям о каком просветлении мы говорим? И я накапливаю карму с которой мне сейчас нужно будет справляться.

И то, что будет отличать желательное желание от не желательного - это сколько мудрости сопровождает мой путь к исполнению этого желания.

И здесь когда мы говорим о Duchak, мы говорим о желании источник которого в невежестве.

Влечении которое в сущности не понимает как получать вещи и не понимает откуда они приходят. Если появляется очень привлекающий меня объект и я очень его хочу, предположим торт, я очень хочу торт, или пончик который он описывал в своем примере (*пример который привел Арие на уроке 8*), и он последний, и это именно тот вид который я люблю, и я готова быстро побежать и догнать старушку которая тоже хочет пончик потому, что я могу идти быстрее – если это то, что я делаю - то я не понимаю откуда приходит пончик – **я делаю пончик существующим со своей стороны**, он вне меня, и мне нужно состязаться с другими за этот пончик, мне нужно побежать быстрее чтобы получить его для себя. Это делает его существующим со своей стороны.

Это влечение источник которого в невежестве – влечение, которое не понимает откуда приходят пончики или пироги в мою жизнь. Потому, что откуда приходит в мою жизнь вкусный пирог? Откуда в мою жизнь приходят вкусные пироги?

Из зала: от Разии, от Разии. ☺

Учительница:

Потому, что для меня нет желанного объекта со своей стороны – если в моей жизни появляется вещь которая мне нравится, когда это именно то, что я люблю – это потому, что я раньше давала другим то, что они любили.

И у меня есть такая запись, что я давала другим людям то, что они хотели и в результате этого ко мне приходят приятные, желанные для меня вещи.

Это уже будет другое желание. Когда я понимаю, что единственный путь как я могу получить такие вещи это через то, что я даю такие вещи, поэтому когда я вижу, что кто-то соперничает со мной за этот торт последняя вещь которую я сделаю это пойду туда быстрее потому, что именно тогда я сажаю семена больше этого не видеть.

Если я забираю это у других я создаю для них отсутствие желанной вещи, а у себя создаю семена в будущем не получать желанных мне вещей. И это желание смешанное с невежеством.

И все решает степень мудрости сопровождающая это. Все решает то сколько самосуществования я придаю той вещи которую я хочу или тому человеку которого я хочу.

Если у меня в кармане есть десять шекелей и я встречаю кого-то кому нужны десять шекелей и они просят у меня десять шекелей, и у меня есть десять шекелей, и я не даю им десять шекелей –

что я сейчас делаю? Я создаю в точности те условия в которых у меня не будет десяти шекелей в будущем когда мне понадобятся десять шекелей.

И это само невежество; не давать в ситуации когда они есть, когда им нужно и они приходят к вам и просят их – это само невежество. Это то что не понимает, что создает десять шекелей. Это придает шекелям какое-то самосуществование: они существуют там со своей стороны и поэтому мне нужно хранить их у себя.

Это не понимает откуда в мою жизнь приходят десять шекелей, откуда в мою жизнь приходят все деньги.

Все, что появляется у меня как изобилие или делает возможным изобилие приходит от того, что я сделала возможным изобилие для других. И нет другого места откуда это может приходить. Нет другого места откуда это может приходить.

Итак:

- Не даяние создаст для меня нужду
- И наоборот: даяние в таких ситуациях создаст для меня изобилие,

И это будет противоположность *Duchak* о котором здесь говорится.

И ментальное омрачение о котором здесь говорится - это влечение сопровождающееся невежеством, происходящее из невежества, которое не понимает вещи которую я хочу, придает ей самосуществование, и действует в форме в сущности уничтожающей причины для продолжения получения этой вещи в будущем.

И я как бы описываю крайние случаи, но этот *Duchak* в нашем сознание у нас есть целый день.

Каждый раз когда в моей жизни появляется что-то или кто-то кто мне нравится – это *Duchak*.

Каждый раз когда я не довольна чем-то, когда я думаю, что «это не то какими вещи должны быть», «он не в порядке», «они не в порядке» - каждый раз когда возникает такая мысль, это *Duchak*. Потому, что это делает их существующими со своей стороны, не хорошими со своей стороны, это не понимает откуда приходят эти вещи.

Для человека уничтожившего *Duchak* – и это встречают не каждый день – все в порядке, все совершенно, все отлично, все работает в соответствии с кармой. Все совершенно – больше нет чего-то, что не хорошо.

Потому, что, что такое «не хорошо»? Как будто должно было быть иначе – но иначе быть не может! **Вещи не могут быть не такие как они есть потому, что почему они такие как они есть? Потому, что это то, что диктует мне карма, поэтому вещи совершенны на сто процентов в соответствии с законами кармы. И у человек который хорошо это понимает – все отлично, его мир появляется перед ним как отличный.** Он не может повесить ярлык «не отличный» на что-то, он не видит чего-то, что меньше чем отлично.

И каждый раз когда что-то появляется и возникает мысль: «это не хорошо», «это нужно изменить» - это тонкое проявление *Duchak*, легкого *Duchak*, на его легком уровне. А на его тяжелом уровне – мы разумеется готовы совершать большие преступления чтобы получить те вещи которые мы хотим, и мы роим себе яму. Это ножницы которыми мы играемся как дети. И это первое.

2. Отвращение корнящееся в невежестве

И второе, произнесите:

Kongtro

Kongtro – противоположность первому.

И в первом был *Duchak*, и это было влечением корнящимся в невежестве, не понимающим вещи которые оно желает. *Kongtro* – это противоположность. Это **не понимающее отвращение или отторжение**.

И фактически то, что я вам раньше описывала в сущности больше можно отнести к *Kongtro*. Каждый раз когда появляется что-то не приятное и я встаю это больше *Kongtro*. Это в сущности две стороны одного и того же омрачения.

И каждый раз когда вокруг меня происходит что-то не приятное, что меня сердит, что мне не нравится, и это любая вещь – это может быть не нравящийся мне запах, не нравящийся мне цвет, не нравящаяся мне атмосфера, или эти люди мне не нравятся, или это правительство мне не нравится – каждый раз когда есть такое мнение – это *Kongtro*. У него есть:

- Его **грубая форма** когда готовы делать многое чтобы освободиться от не желательного человека в нашей жизни,

- Или **легкие формы** такие как когда я каждый раз реагирую суждением.

Идея в том, что эта компания, Duchak и Kongtro могут существовать в моем сознании, выживать в моем сознании только до тех пор пока у меня есть непонимание моего мира. До тех пор пока я не понимаю причинно следственную связь, до тех пор пока я не понимаю карму.

Есть ли у будды вещи которые он не любит? Конечно есть. Будда очень не любит, что мы страдаем. Очень не любит, что мы страдаем. Но будда понимает откуда приходят наши переживания страданий и поэтому делает все, что можно чтобы уничтожить наши страдания.

Лодка пуста

Если мы действительно поймем,

Что каждая вещь появляющаяся в нашей жизни приходит из нас и, что у нее нет никакого собственного существования,

Каждая вещь появляющаяся в моей жизни приходит из меня и у нее нет никакого самосуществования снаружи

В точности также как эта ручка приходит из меня и у нее нет никакого существования кроме существования из моей проекции которую я проецирую из своего сознания,

Так на, что мне сердиться? **Не остается на, что сердиться.** Не остается на, что сердиться.

Сравнение которое часто используют в книгах это пустая лодка. Я плыву себе по Киннерету в своей лодке, и мне навстречу плывет speedboat и она через мгновение врежется в меня, и я говорю: «Они не видят меня, что это, что сними?» И они подплывают и врезаются, я смотрю – там нет водителя; speedboat без водителя. Я все время сердилась – но не было на кого сердиться.

Мы всегда это используем. Когда мы сердимся (Лама Двора-ла, и лама Арие-ла) я напоминаю ему, он напоминает мне – «лодка пуста». Не всегда это помогает ☺, не в моменты гнева.

Но лодка пуста. Не на кого сердиться. Это все приходит из нас. Эти мгновения когда мы сердимся свидетельствуют от том, что я забыла эти знания. И это будет с нами происходить еще долгое время, когда появляется что-то, что не приятно, и это продолжит появляться. Некоторое время. До тех пор пока мы не придем к нирване, ☺ и единственная вещь которая позволит нам уничтожить эту «компанию» это прямое видение пустоты. И тогда также это не происходит немедленно, потом тоже еще есть работа.

Я и ракета падающая на меня – пришли из одного и того же кармического семени

И это **требует привыкания**. Нужно привыкнуть к этому мышлению, что то, что появляется, что каждая вещь которая появляется, в особенности не приятные вещи против которых мы восстаем – приходят из меня, лодка пуста. Нет никого кроме меня кто привел их ко мне. Это я их к себе привела.

Еще хуже – **я не только привела к себе их, я привела и себя к ним**. Это не только то, что ракеты пришли и нашли меня – я привела себя к ракетам. Я поставила себя в место где можно меня найти, и я это сделала через свою агрессию в прошлом.

Все составные переживания –

- Вещь которая мне не приятна,
- Я переживающая неприятное,
- Факт неприятного,

Это три круга. Все эти составные приходят из одного и того же кармического семени. В примере с бомбами – из моей агрессии в прошлом.

И люди которые понимают это немного глубже, когда они на нас смотрят то в них появляется такой вид грусти, грусти – как мы все время изнуряем свои силы в гневе на те вещи которые мы сами создали. И как говорит мастер Шантидева: «Прекрати создавать причины - тогда они прекратят приходить».

Любое суждение или отвращение свидетельствует о непонимании...

И не важно сколько вы слушали эти уроки, каждый раз когда возникает такое ощущение: «что-то не в порядке», «они не в порядке», «они раздражают», или «мне здесь не приятно»,

Каждый раз когда возникает такое ощущение суждения или отвращения, легкое или сильное, большое или маленькое - оно свидетельствует о непонимании. Оно свидетельствует о том, что в тот момент вы забыли, вы не понимаете.

...И каждая появляющаяся вещь - является возможностью для практики

И наоборот, можно посмотреть на это наоборот. Каждый раз когда появляется что-то не приятное, когда в моей жизни появляется боль - это возможность для того чтобы напомнить себе откуда в мою жизнь приходит боль.

Предположим появляется боль утраты, боль одиночества, боль банкротства, или что бы то ни было. Мне сейчас больно и я в своем сердце прошу, чтобы моя боль была искуплением, и чтобы

никто не был больше вынужден страдать от такой боли; **сейчас мне больно, пусть благодаря этой моей боли никто больше не будет вынужден страдать от этой определенной боли».**

Если я могу сделать это когда мне больно - я создаю именно те причины которые изменяют это состояние, уничтожают это состояние. Сейчас это создает мне возможность изменить эту ситуацию.

Этого не произойдет в это же мгновение потому, что настоящее уже определено кармой посеянной мною в прошлом, но если я понимаю как работает карма я использую каждую такую болезненную и тяжелую ситуацию чтобы ее изменить, чтобы из этой соломы вылить золото, да?

Жизнь кормит меня соломой, а я делаю из нее золото через то, что помню как работает карма и использую каждую такую вещь для развития мысли о принесении благословения всем существам.

Арие-ла: есть две вещи о гневе которые я бы хотел добавить.

Прежде всего, мой отец был очень гневливым человеком, гнев его душил. В относительно молодом возрасте, приблизительно в пятьдесят лет у него начались очень серьезные проблемы со здоровьем и в конечном итоге случилось несколько легких инфарктов и различные другие вещи. Он умер в возрасте шестидесяти трех лет. И в последние его годы я видел, что у него уже было очень мало энергии, и у него были ужасные головные боли.

Самое сильное качество которое привело ко всем проблемам со здоровьем был гнев, и ты видел как это к нему вернулось. Это не было там само по себе; когда он был молод он был очень здоров, у него было отличное состояние здоровья. Эта деградация здоровья приходит как я это вижу только от гнева.

Этот гнев нас убивает, этот гнев убивает тех, кто рядом с нами. Этот гнев самое хорошее средство для уменьшения кайфа от жизни, и вашего и тех кто рядом с вами.

Вторая вещь это то, что мы знаем, что все вещи пусты, и ментальные омрачения также пусты. В каком-то месте Далай Ламу спросили: «Что хорошего может быть в гневе?», и он сказал, что иногда мы сердимся на преступления которые совершили в отношении кого-то, мы сердимся на вещи которые в мире не работают и это может мотивировать нас к действию. Поэтому гнев также не совершенно черный. У гнева также иногда есть аспекты которые могут улучшить жизнь – и так со всеми ментальными омрачениями.

3. Гордыня

Лама Двора-ла: третье, произнесите:

Nga-gyel

Nga-gyel – это гордыня.

Nga-gyel – это самое тяжелое ментальное омрачение которое есть у всех нас. Оно есть и у всех других, да, иначе нас бы здесь не было.

Есть очень красивый комментарий великого мудреца по имени Нгульцо Дхарма Бхадра (*Ngulchu Dharma Bhadra, 1772-1851*). Он является тантрическим писателем, и в этом тантрическом комментарии он входит в обсуждение гордыни. И там он говорит о **девяти видах гордыни**.

- Есть девять видов гордыни

Мы не будем здесь перечислять их все – вот у меня здесь есть несколько из них.

Три первых вида которые я собираюсь перечислить направлены на человека появляющегося в моей жизни и я смотрю на него и думаю, что он выше меня, что у него есть то чему я могу завидовать, или я думаю, что он в чем-то лучше меня.

1. И вот первый вид гордыни – появляется кто-то, кто намного лучше меня, но я в своем сердце говорю: «Да, верно, ты лучше меня, но не намного». Это первый вид гордыни.

В моем мире есть Далай Лама. Я говорю: «Да, да, он выше меня, но я достаточно близка к его уровню». ☺

Это первый вид гордыни. Когда вы берете что-то намного большее вас и преуменьшаете ценность этого.

2. Второй вид гордыни также направлен на кого-то кто лучше меня и я знаю, что он лучше меня, и говорю: «Да, ты лучше меня, но только в этом деле». Это также вид гордыни.
3. Третий вид гордыни также когда человек может быть выше меня в каком-то аспекте и я говорю: «Все думают, что он лучше меня но в сущности мы одинаковы».

Итак, это три вида гордыни.

4. Дополнительный вид гордыни это гордыня сфокусированная на человеке который на одном уровне со мной, но я думаю, что я лучше. В отношении кого-то кто похож на меня в определенных качествах, но я думаю, что я лучше.
5. Еще один вид гордыни фокусируется на людях которые может быть немного меньше меня и я говорю: «Я бесконечно лучше».

И это он там перечисляет.

Почему это появляется в тантрической книге? Потому, что есть другая версия гордыни, тантрическая, которая очень чудесна и положительна, и она на сто восемьдесят градусов отличается от всех перечисленных нами вещей. И это причина того почему это там появляется, и когда придет время мы о ней поговорим.

В чем проблема с гордыней?

Самая большая проблема с гордыней это то, что гордого человека нельзя чему-то научить.

Гордый человек ничего не учит потому, что если он уже лучше - то ни у кого нет пути его научить. И это большое препятствие, большое препятствие на пути дхармы, на духовном пути.

Тибетцы описывают дхарму как воду от растаявших снегов спускающуюся с гор, и ученик который хочет изучать дхарму для того чтобы впитать эту чистую воду должен быть на уровне моря, он должен быть на уровне океана чтобы позволить этой воде прийти. И если мы ставим себя на гору, то, как к нам придет эта вода?

И проблема с гордыней в этом.

Что происходит если мы немного учимся преодолевать это ментальное омрачение и прекращаем о себе все время думать как о более хороших? Мы раскрываемся тем кого мы встречаем; у каждого кого мы встречаем мы можем начать учиться. Вдруг мир начинает нас обучать потому, что каждый приносит нам какие-то высшие качества, способности, и преимущества которым мы можем у них научиться.

И это чудесное место чтобы находиться в нем – это место смирения и скромности которое позволяет нам учиться. И у него также есть его очень чудесное тантрическое проявление, но – поговорим об этом тогда, когда туда придем.

4. Невежество

Арие-ла: сейчас мы поговорим о трех других ментальных омрачениях, и первое называется:

Marikpa

Marikpa – это наше невежество.

У нас есть два вида невежества: есть обычное невежество и трансцендентальное невежество.

Трансцендентальное невежество - это непонимание пустоты. Просто мы не понимаем, что вещи приходят из нас, мы думаем, что они существуют там, имеют собственную природу, и это приводит ко всем другим ментальным омрачениям, это основа на которой появляются все другие ментальные омрачения. До тех пор пока у нас это есть будут также и другие ментальные омрачения.

Второй вид невежества это невежество в отношении того как работает карма. И это очень-очень важно. Мы много этому обучаем на курсе 5 и кроме курса 5 также есть дополнительный материал. Обучают пустоте – отлично, может быть я прекращу сердиться, а может быть нет, будем надеяться, что да. Но если вы понимаете карму, то вы понимаете, что когда вы сердитесь - вы вредите себе.

И кроме того – если вы хотите прийти к просветлению, в особенности если вы хотите прийти к просветлению быстро - то вам нужно хорошее понимание кармы. И это вид невежества который мы хотим уничтожить через создание хорошего понимания.

Лама Двора-ла: в отношении перевода слова *Marikpa* – ***Marikpa* это незнание, непонимание. Avidya.**

И верно, что дословно это непонимание потому, что Ма это слово отрицания, это нет, но в действительности это не непонимание, это ошибочное понимание. Это ошибка в понимании.

Это не то, что мы просто не поняли как работает реальность; мы не правильно понимаем как работает реальность. Проблема в этом.

Это *Marikpa*. И если вы в будущем будете переводить, пожалуйста, переводите это как ошибку в понимании, как ошибочное понимание.

5. Ошибочное мировоззрение

Арие-ла: и сейчас второй вид называется, произнесите:

Tawa

Tawa – это мировоззрение.

Но какой вид мировоззрения? – **Ошибочное мировоззрение.** Написано мировоззрение, но подразумевается ошибочное мировоззрение.

Что такое ошибочное мировоззрение? И в чем разница между ошибочным мировоззрением и невежеством?

Невежество это когда я не понимаю, когда я не знаю, я не понимаю, что вещи пусты, я не понимаю как работает карма.

Ошибочное мировоззрение еще более крайнее. У меня есть противоположное мнение. К примеру: «Нет кармы вообще, карма не работает». Если мне удалось украсть и меня не поймали, я взял кредит и мне хорошо - я выиграла, победила, да? Или я соревнуюсь с кем-то в каком-то соревновании и я могу его запутать и благодаря этому выиграть в соревновании – я молодец, да.

И ошибочное мировоззрение это не только то, что я не знаю как работает карма, не только не знаю есть карма или нет, а когда я уверена, что кармы нет.

Поэтому **ошибочное мировоззрение может быть только у кого-то, у кого есть какая-то ясность мыслей**, у кого есть уверенность. Большинство из нас в категории *Marikpa*, невежества.

Большинство из нас не думают есть\нет, мы просто не понимаем и в результате этого действуем неправильным образом. Ошибочное мировоззрение может быть когда у меня есть хорошая мыслительная способность, я думала и решила: нет, такого нет. Факт, вот я вчера украла и меня не поймали, или я знаю кого-то кто ворует и он преуспевает, или еще кто-то кого я привожу в качестве доказательства и тогда я уверен – кармы нет, и если я буду заботиться о себе таким образом через аморальные действия – до тех пор пока меня не поймали это нормально.

И это *Tawa*.

6. Сомнения

Сейчас нам остается последнее ментальное омрачение, и это, произнесите:

Te-tsom

Te-tsom – это сомнения.

Что такое сомнения? Сомнения немного похожи на невежество, только это немного другое.

Сомнения это то, что я не уверен – да или нет? Да или нет? И это может быть в отношении различных вещей: есть будущие и есть прошлые жизни, или нет будущих и прошлых жизней? Есть будда или нет будды? Есть бог или нет бога? Если вы пойдете на игры «Битар» (молодежное сионистское движение) вы узнаете, что бог есть. ☺ Да, когда твоя команда забивает гол то бог есть, ☺ но если вам забивают гол - то может быть нет. И действительно, это случай сомнений, да.

- У нас у всех есть сомнения, и до тех пор пока мы не увидим пустоты напрямую мы не освободимся от сомнений.

- Сомнения сами по себе это не что-то чему буддизм сопротивляется, наоборот.

Сомнения сами по себе - это честность. Когда я не знаю то правильно говорить, что я не знаю.

Но, что я делаю? Каков следующий этап?

Когда я чего-то не знаю, я ничего не делаю. Это меня парализует и я ничего не делаю. Я не знаю идти туда или сюда? Сами по себе сомнения не отрицательны – но сомнения которые я могу прояснить, когда я могу пойти и исследовать и этого не делаю – считаются ментальным омрачением потому, что они меня парализуют.

Лорд Майтрейя, и это будущий будда сказал, что: «Если у тебя есть сомнения и ты не можешь их прояснить – отложи их в сторону; не спеши создавать мнение, когда ты не можешь его создать, когда у тебя нет основания для его принятия».

В особенности в отношении вещей написанных в священных писаниях, различных историй о чудесах, и такого рода вещах. Иногда это кажется нам совершенно невозможным. И ок, если это кажется тебе невозможным отложи это в сторону, ты не обязан верить в этот момент, но также не заявляй, не решай, что это невозможно, не решай этого. Отложи это в сторону, на полочку, и когда придет время может быть будет ситуация когда ты сможешь это прояснить, понять это прямым образом. Но пока отложим это на полочку, не будем решать.

Но в отношении того, что я да могу решить, в отношении того, что я да могу для себя прояснить нужно приложить усилие и прояснить потому, что это освобождает.

Я приведу пример из моей жизни: мы начали слушать дхарму в тибетском стиле, и нам очень понравилось, у нас была хорошая связь с дхармой и мы приходили на много лекций четыре раза в неделю. В основном мы это принимали, мы принимали это на основании того, что нам это казалось логичным и подходящим – и мы принимали.

Как это проявлялось в нашей жизни? Это не проявлялось в нашей жизни тем, что у нас прекратились ментальные омрачения. Всегда после того как ты начинаешь видеть дхарму тебе легко увидеть когда другой не ведет себя так как нужно, верно, ☺ да? И взяло много лет слушания снова, снова, и снова, и на определенном этапе ты готов сделать этот прыжок. На определенном этапе ты готов вести себя так как тебе сказали попытаться себя вести. На определенном этапе тебе нужно выяснить работает карма или нет. Через то, что ты будешь действовать так как тебя обучали и увидишь или это приносит те результаты которые ты хочешь. И это берет время, это берет время. Может быть ты начнешь действовать, но результаты придут не сразу.

Мы говорим, что:

Сам факт того, что ты сомневаешься в невежестве - уже сотрясает, ломает сансару.

Когда ты говоришь: «Может быть это не работает», этого уже достаточно чтобы сломать – потому, что на определенном этапе ты также соглашаешься действовать в соответствии с этим, и когда ты согласишься действовать в соответствии с этим - это принесет те результаты которые ты хочешь.

Лама Двора-ла: большое спасибо.

(Аплодисменты)

Большое спасибо. ☺

Я добавлю только несколько слов на **тему сомнений**.

- Очень важно не сидеть на заборе.

Если у вас есть темы которые не ясны, если вы еще не убедились – идите выяснять.

Есть темы которые мы можем выяснить с помощью своей логики, но с помощью логики мы можем выяснить не все потому, что наша логика очень ограничена нашим миром, она неадекватна, с самого начала неадекватна, наше мышление не охватывает мир, у нас нет всезнания – поэтому у нас есть проблема.

И определенные темы, определенные сомнения мы сумеем разрешить с помощью хорошего логического мышления, но при других сомнениях нам нужно опираться на просветленных личностей.

И они наверное самые большие которые у нас есть. Самые большие которые у нас есть будут на те темы которые мы силой логики прояснить для себя не можем, к примеру о том, что он говорил о работе кармы?

- Сомнения в отношении кармы.

Карма это скрытый механизм. Мы можем принять законы кармы, но специфические определенные вещи как они пришли из моей кармы я не всегда могу увидеть. Мне нужно каким-то образом опираться на то, что говорит будда, на то, что говорят просветленные личности, что все приходит из кармы.

Мне каким-то образом нужно на это опираться для того чтобы дать себе достаточно ветра в паруса чтобы я захотела это попробовать, попробовать эту работу с дневником и с пониманием кармы, и тогда в следствии этого опыта появится убежденность. Но **если изначально я не даю шанса тому, что сказала просветленная личность, если я не попробую даже вести дневник и так далее тогда я никогда не убежусь и останусь здесь потому, что ошибочное мировоззрение оставляет меня здесь.**

И это один пример специфических деталей о том как работает карма которые мне тяжело прояснить самой.

- Сомнения в отношении факта того, что наш учитель будда

И другие темы **в отношении отношения к учителю.** Будда говорит нам, что твой учитель будда. Будда сказал: «В будущем я буду появляться перед вами в образе ваших учителей».

Для того чтобы учителя сумели быть эффективными для нас нам нужно дать им силу быть эффективными. Нам нужно дать им силу дать силу нам.

Без этого они беспомощны. Они со своей стороны не могут ничего сделать **потому, что они не являются учителями сами по себе, они пусты. Учителя пусты. Если мы дадим им силу они сумеют дать силу нам.** И будда сказал, что он появляется в образе учителя.

Но мы не видим будды. Так, что нам делать?

И здесь есть проблема потому, что **кто-то меньше будды не может привести меня к просветлению.**

Что нам делать с этими сомнениями, как нам убедиться?

Мы не можем сделать это только силой логики, нам да нужно опираться на то, что сказал сам будда, и тогда переваривать это, и потом работать с этим, и думать об этом.

Пабонка Ринпоче в своей книге описывает эти медитации очень красиво. Они необходимы, они являются необходимым этапом пути потому, что:

Без того, что мы разовьем эту веру в учителя мы не сумеем идти в след за ним и тогда мы не сумеем завершить этот путь. Это будет составлять препятствие для завершения пути.

И не важно насколько мы стараемся служить учителям, любить учителей, и так далее – до тех пор пока где-то глубоко есть сомнение которое мы не разрешили, которое мы не осознали, что оно у нас есть – когда наступит час экзамена мы не пойдем туда куда нас пошлет учитель.

И очень важно, чтобы мы:

1. Были искренними и честными с собой в отношении этих сомнений, и это дело поощрения сомнений. И,
2. Очень важно их разрешать. Необходимо это делать. Будет фатальным если мы их не разрешим потому, что тогда мы останемся здесь.

Хорошие семена ламы

И несколько недель назад у Лирана появилась идея обучать теме учителя, обучать тому кто такой учитель, о важности учителя, и об отношении к учителю. И он написал комментарий, он написал потрясающий комментарий и начал обучать этим вещам и он намеревается продолжить и вы приглашены приходить на его учение. Его учение потрясающе.

(Аплодисменты)

Итак, большое спасибо.

Это супер критично и важно на пути потому, что без этого невозможно основать систему отношений с учителем, и отношения к нему; есть тема того как относиться в мыслях, как относиться в действиях, и все то, что это сопровождает. Комментаторы описывают в точности как проделывать этот процесс потому, что он очень важен.

Это как описал Арие, мы видим, что люди которые проделывают этот путь правильно с точки зрения отношения к ламе растут очень быстро. А другие которые сомневаются и не разрешают сомнений остаются на заборе и время тем временем проходит, проходят годы.

Из зала: при этой возможности я хочу поблагодарить вас и Лирана, это было потрясающе, и я рекомендую всем прийти, это просто потрясающее учение, большое спасибо.

(Аплодисменты)

Нами: все мы знаем, что лама Двора-ла высшая и потрясающая учительница. Но видимо на эту тему учителя должен произнести речь кто-то другой. И нет учения которое я пропускала и я слушала, слушала, слушала, и это не осознавалось, и когда говорил Лиран у меня спустилась «монетка», лама будда. ☺ Все. А до этого я не могла этого понять. И действительно учение из уст ученика в котором видны резкие произошедшие в нем изменения в результате этого рассмотрения и преданности делает эту работу. Очень-очень рекомендую. Большое спасибо вам

обоим.

(Аплодисменты)

Ненависть к омрачениям не является омрачением!

Последнюю вещь на тему ментальных омрачений мы свяжем с мастером Шандидевой. Мы сказали, что он выходит на войну с ментальными омрачениями и использует эти термины: «Достаточно, ты мне надоел, я тебя убью, я тебя уничтожу». У него есть все эти чудесные абзацы.

И люди спрашивают, эта ненависть к ментальным омрачениям не является ли сама ментальным омрачением? И мы используем слова «война», «ненависть», «убивать», «враги» - **является ли это само ментальным омрачением?**

Мы говорим, что нет потому, что если мы посмотрим на определение которое дали вначале о том, что такое ментальное омрачение то увидите, что это что-то что омрачает наше спокойствие, что-то, что омрачает наше спокойствие.

Но когда я иду уничтожать мои ментальные омрачения - я напрямую действую для увеличения своего спокойствия. Сознание спокойно, чисто, мысли ясные, есть понимание, что до тех пор пока я позволяю ментальному омрачению оставаться там я не смогу прийти к душевному спокойствию.

И кроме тех слов которые мы используем там нет качеств ментального омрачения – наоборот, это приводит нас к нирване, к просветлению.

Невежество порождает все остальные омрачения

И дополнительная вещь которую говорит мастер Шантидева – и мы также это сказали,

Основа на которой стоят все ментальные омрачения – это наше ошибочное понимание,

Marikpa – наше непонимание, когда мы не понимаем объект. К примеру мы не понимаем на кого мы сердимся. Не понимаем пустоты, не понимаем того, что вещи пришли из нас.

И это большая удача потому, что о чем это говорит? Это говорит о том, **что если мне удастся уничтожить *Marikpa*, это ошибочное понимание – они уйдут потому, что им больше не на чем стоять.**

Это дает нам шанс:

Если мы уничтожим ошибочное понимание - мы можем освободиться от ментальных омрачений. И это все учение, это то, что выводит нас из колеса, уничтожение невежества.

Здесь в колесе в дополнение ко всем этим разделам страдающих существ, у нас есть двенадцать звеньев вокруг показывающие как крутится карма, как она создает наши страдания и сохраняет нас в сансаре. И в других местах мы об этом немного говорим (*к примеру, смотрите курс 9, урок 2*).

Первое звено здесь, там где один час (*лама указывает на колесо жизни*) – это само невежество. Это само невежество. И это учение говорит, что в тот момент когда эти вещи в следствии невежества начинают действовать мы начинаем накапливать карму и до тех пор пока это колесо крутится из него нельзя выйти.

Единственное место где можно прорвать это колесо - это через уничтожение невежества. Если мы уничтожаем невежество - вся эта вещь складывается, вся эта вещь падает потому, что все начинается с невежества, все стоит на невежестве.

Бумажный тигр

В очень красивом абзаце который говорит мастер Шантидева он сравнивает ментальные омрачения с обычными врагами.

Он говорит: «Предположим тебе удалось изгнать из своей страны обычного врага. Он может пойти в соседнюю страну, укрепить силы, вернуться и напасть на тебя». Он говорит: «Куда пойдут ментальные омрачения пребывающие в твоём сознании если ты их оттуда изгонишь?» Я не могу передать кому-то свои ментальные омрачения, их не покупают. ☺ Я не могу этого сделать. Если я их изгнала им некуда идти.

Они являются бумажным тигром но бумажным тигром который всегда меня убивал, всегда до этого момента во всех моих перевоплощениях меня убивал, они меня убивали. И в тот момент когда я их изгнала – они исчезают. У них никогда не было самосуществования потому, что у моих ментальных омрачений нет самосуществования, они пусты. Это мои действия и ошибочное понимание дают им силу и энергию, и тогда они меня убивают. И тогда они являются настоящим опасным врагом.

И это был боевой клич мастера Шантидевы.

Благодарности.

Прежде чем мы расстанемся, я бы хотела сказать вам насколько это для нас чудесно приезжать сюда вас здесь обучать, и я говорю от своего имени и думаю от имени Арии. Какие вы чудесные. Как потрясающе видеть ваш рост и ваше улучшение. Я уже говорила о вашем радостном усилии которое все больше и больше. Оно потрясающе. Вы потрясающи.

И я хочу поблагодарить всех людей и здесь есть много людей, которые помогали организовывать эти вещи.

Есть люди которые помогали организовывать эти события, есть люди которые заботились об их рекламировании, рассылке сообщений, заботились о списках рассылки и это не малое дело которое делает Юваль (*аплодисменты*) и он делает это тихо, долгое время, за кулисами и бывает путаница, и люди приходят с жалобами. И он делает все тихо с большой любовью, и большим терпением и терпеливостью.

Многие из вас приходили рано, чтобы помочь здесь с обустройством места, и остались поздно, чтобы помочь убрать это место. Многие работали над фотографиями, над записями. Многие люди работают над стенограммами, многие люди работают над редактированием, многие люди помогали с печатью, фотографиями. Люди создавали списки событий, люди обновляли события на сайте, подвозили, и готовили еду.

Нас кормили, в этот визит мы оба набрали в весе. Вы покупали угощения для мероприятий, вы приносили свои чудесные кушанья на мероприятия, люди здесь управляли книжным магазином, продажей дисков, помогали с распространением книг и дисков.

Вы делаете многое, вы чудесны, очаровательны, я хочу поблагодарить вас всех. Я зачитаю сейчас список имен чтобы вы увидели, что помогали многие, почти все здесь:

Ави Халили, Орит Бен Бесет, Алииль Александр, Арит Пелег, Эфрат Клайш, Ариэла Орпаз, Арнон Крами, Эти Зив Ав, Батия Али, Гила Зив, Галия и Илан Кацир, Гильад Аялон, Дуду Голан, Дорон Балали, Дорит Голдман, Дина Грос. Далия Каспи, Далия Резницки, Хила Абар, Захава Бен Ами, Зоар Алиосеф, Това Варди, Юваль Галили, Янив Голд, Йорам Коэн, Яэль Орен, Яэли Шарам, Леа Аарони, леа Шарам, Леви Дорит, Лиора Аялон, Лимор Пелег, Лиран Кац, Михаль Рам, Мими Вилонски, Мири Клейдк, Малка Бен Бесет, Малка Ход, Мири Спейшер, Нама Анегби, Мароми Саар. Садия Пинхач, Скот Васек, Айна, Амит Бен Давид, Ципи Маргалит, Ревиталь Флорман, Рон Леви, Ротем Халили, Разия Ядин, Рина Анегби, Илан Ялин, Реут Атдаги, Шош Бранир, Сара Рафаэль, Том Кидер, Тамар Крами и Тамар Мэир. Большое спасибо. (Аплодисменты). Большое спасибо.

Несколько слов благословения нашим святым ламам.

***Разия:** для ламы Дворы-ла и ламы Арие-ла, тантрических ангелов, воплощения просветления. Нельзя не остановившись на мгновение и не поблагодарить вас.*

Чем мне вас благословить, чем вас еще не благословили? Ведь вы уже благославлены всеми высшими качествами. Говорят, что будду нечего исправлять и улучшать, и поэтому я только отмечу, что в вас моя святая лама есть все редчайшие качества ламы. И они ясно видны даже для нас начинающих, только вставших на путь, если вообще вставших.

Почему десять качеств?

- Первое потому, что вы идеальная будда.
- Второе потому, что вы на языке слэнга «10». Уже в Индии мы поняли этот язык, и неудивительно, будда ведь знает все.
- Третье – номер десять содержит цифры один и ноль.
 1. Один потому, что вы одна и единственная, одна и единственная.
 2. И ноль потому, что вы полностью отменили свое эго в служении всем существам, и днем и ночью действуете ради нас, живете только для того чтобы все время продвигать нас к полному просветлению через то, что обучаете нас на нашем языке, на чистом иврите, талантливейшая переводчица и гениальная поэтесса, прямо с тибетского и санскрита из комментариев и оригинальных писаний.
 3. Почему ноль? Из-за вашей прозрачности и чистоты потому, что в вас не осталось никаких пятен, в вас нет даже одного из восьмидесяти четырех тысяч ментальных омрачений. ☺
- И в вас есть также одиннадцатое качество? Каким образом? Это ваше качество выходить за пределы того, что изучается, передавать от сердца к сердцу сея осознания и достижения в наших сердцах которые будут удобрять наше сознание и

превратят его в пригодное для восприятия глубокой мудрости.

Лама Двора-ла и лама Арие-ла являются неопровержимым доказательством того, что этот путь работает. Тот кто согласен с этим высказыванием пусть встанет. ☺

Люди которые приходят раз в неделю раз за разом изучать курс 17 за счет своих других дел, на протяжении целого месяца приходят на каждое учение и часами и до него и после трудятся чтобы организовать и убрать это место являются доказательством того, что этот путь работает, тот кто согласен с этим высказыванием, пусть встанет. ☺

Люди приехали сюда издалека, из Голландии и Лондона благодаря добродетели которую накапливали на протяжении эпох, и наша лама в сущности является той кто их сюда притянула. Это доказательство того, что этот путь работает.

Лама Двора как ее имя (на иврите двора означает пчела), она как пчела которая стучится в двери наших сердец чтобы извлечь оттуда чистый нектар который в нас есть, и в то же время распылить на наше сознание противоположные семена которые принесут быстрые и мощные результаты для полного просветления, здесь и сейчас в этой редчайшей части жизни. Говорят, что когда ученик созрел учитель или учительница появляются, и это также доказательство того, что этот путь работает. Тот кто согласен, пусть встанет.

Тот кто видит Лирана и Реут в служении ламе, сангхе, и дхарме двадцать четыре часа в сутки, целый день, все время – видит, что этот путь работает. Лиран только полтора года в сангхе, сегодня он является учеником номер один ламы, который глубже всего усвоил гуру йогу и бхакти йогу. И они вместе с Реут растут на глазах как чудесные ламы. Без него у нас бы здесь ничего не было.

Тот кто видит Дорит – которая как бульдозер который сдвигает горы будто это горы из песка знает, что этот путь работает. И она делает все ради всех в любом месте.

Тот кто видит Илана Кацира который перевел «Секрет силы йоги» за три месяца путешествия по США знает, что этот путь работает.

Тот кто видит сангху которая действует как которая только и ищет как создать добродетель, которая имеет навязчивую идею давать, поддерживать, помогать, отвечать на вопросы, подвозить, подготавливать, организовывать, и все из чистой мотивации бодхисатвы знает, что этот путь работает. Тот, кто это знает, пусть встанет.

Тот кто видит здесь во всех ангелов, кто видит проявление ламы в каждой ситуации, в каждой встрече, взгляде, фразе, в плохом и в хорошем, в сложностях и вызовах знает, что этот путь работает.

Чем мы сумеем отплатить вам святая, благословенная лама? Тем, что будем выполнять ваши указания даже тогда, когда они даются как совет, и через это также мы немедленно достигнем просветления. Спасибо вам благословенная чудесная лама, и спасибо вам чудесный лама Арие-ла.

Это большая удача, освещающая наши сердца, которая светит как солнце во все десять сторон, которые параллельны десяти высшим качествам нашего сердечного учителя.

Чем мне вас благословить, чем вы не благословлены до сих пор? Пусть мы все проделываем

этот путь под вашим руководством и приносим в наш регион устойчивый рай мира и любви. Пусть мы сумеем помочь реализовать вам эту потрясающую мечту. Большое спасибо за ангельское учение будды, большое спасибо. (Аплодисменты).

Из зала: большое спасибо Разия, большое спасибо.

Лама Двора: большое спасибо Разия. Большое спасибо. Большое спасибо.

Большое спасибо вам, и увидимся. Мы сделаем мандалу, да, мы не будем делать преклонений потому, что на последнем уроке принято что-то не доделывать, чтобы у нас оставался долг. Ок, давайте сделаем мандалу.

Пошлите свою благодарность **учителям**, также и **геше Майклу** который создал эту потрясающую серию курсов благодаря которой все это вообще возможно, все знания которые приходят к вам приходят благодаря бесконечному количеству листов которые он собрал из писаний часть которых была тяжела для подачи, и бесконечного количества часов которые он проводил за переводом, подготовкой, преподаванием, и большой любовью.

(Мандала)

Давайте посвятим эту добродетель.

(Посвящение)

(Молитва для продления дней ламы)

(Песня о любви к ламе)

Дуду Голан: оставайтесь с нами, оставайтесь с нами всегда, оставайтесь с нами.