Подготовка к Тантре

Курс основан на Лам Рим

«Источник всех добродетелей»

Встроен в курс ACI 3

На основе учения Геше Майкла Роуча

Перевод, редакция, и подача

Ламы Дворы ла

Поселение Харут, март 2007

Урок 4

Широкое мировоззрение

(Мандала)

(Молитва прибежища)

Мы немного продолжим с нашей шестиугольной комнатой, а завтра вернемся к ней снова, рассмотрев ее под другим углом.

Комната совершенств

Итак, мы сказали, что шестиугольная комната, символизирует практику обетов Бодхисаттвы. Правильная практика обетов, превращает нас в подходящий инструмент для Тантры. И мы сказали, что шестьдесят четыре обета Бодхисаттвы, к которым в сущности прилагаются различные дополнения, и на самом деле их намного больше, они в сущности покрывают шесть Парамит – шесть совершенств, и их практика равноценна практике шести совершенств. И мы начали говорить о шести, и сказали, что из-за этого комната шестиугольная.

Множество текстов отделяют два последних совершенства, от первых четырех, и наш текст их также разделяет.

Это разделение, немного похоже на разделение в Абхидхарме Коше. Мы говорили о главах в Абхидхарме Коше (в других курсах, не здесь), и мы говорили, что:

- Первые главы описывают самсару, все ее аспекты.
- Потом, последние главы описывают, как выйти; это переходит в медитацию, и потом это начинает описывать чистый мир. Медитация, это переход к чистоте, а мудрость, это уже сама чистота.

Поэтому, в этой шестиугольной комнате, еще есть все остальные совершенства, представленные там, и мы сказали, что концентрация представлена микроскопом, и это будет в дальнем углу этой комнаты, который переводит уже нас в комнату Мандалы – в комнату Тантрического обучения. Поэтому, в конце комнаты, который ближе к Мандале, с одной стороны будет микроскоп, а с другой стороны мудрость. Мудрость слева, микроскоп справа.

Четыре первых совершенства

Сейчас, мы возвращаемся в угол комнаты, который ближе к входу в здание (смотрите приложенный рисунок), и сейчас, к нам ближе другие совершенства.

Тантрическое просветление

Тантрическая практика: этап завершения

Тантрическая практика: этап создания

Познакомиться, и хорошо соблюдать тантрические обеты

Тантрическое обучение

Быть подходящим сосудом

Практика шести совершенств

Практика совершенства мудрости, и правильного мировоззрения

Практика совершенства концентрации

Практика первых четырех совершенств

1. **Даяние**

Итак, первое совершенство – даяние. Даяние мы там представим каким-то красивым, упакованным подарком. Есть четыре вида даяния, я должна была сказать, четыре основных вида даяния. Всегда на площадке дебатов, когда они цитируют всех авторов, которых выучили наизусть, если они не уверены, или не хотят запутаться в дебате, они говорят: «в целом». ☺

В целом, есть четыре вида даяния: какое первое?

1. Даяние вещей, и материальных вещей.

2. Второй вид даяния – даяние защиты, прибежища. Помочь кому-то, кто чего-то боится,

сделать так, чтобы он не боялся. Это даяние защиты.

3. Даяние третье – даяние любви. Давать любовь, внимание, свое время.

4. И четвертый вид даяния, и он высший, это даяние Дхармы, потому, что в тот момент, когда вы даете кому-то Дхарму, и они ее учат, и понимают, их потребности в любом случае удовлетворятся, если они начнут соблюдать обеты, и так далее, поэтому они будут уже уметь помогать себе сами в материальных вещах, и так далее.

Это не освобождает нас, от других вещей.

Это не говорит о том, что тот, кто обучает Дхарме, освобождается от даяния материальных вещей, и так далее, потому, что тогда это не попадает в цель. Нет! Вы продолжаете делать и все остальное, но вы не отказываетесь от даяния Дхармы, и в момент, когда вы можете, давайте учение. Нет пути быстрее, для накопления добродетели, и чтобы прийти к просветлению, нужно накопить много добродетели. Иначе, будут подниматься препятствия на пути, которые нас остановят. Необходимо море сострадания.

Итак, мы входим. С левой стороны – будет даяние – это сверток, подарок, представляющий все четыре вида даяния.

2. Мораль

С правой стороны, нам нужно что-то, представляющее второе совершенство – и это моральное поведение – этика.

Давайте прочтем абзац, который находится, над осознанием и спокойствием.

Пожалуйста, благослови меня также, чтобы я увидел правильно

Что не достаточно развития только одного стремления.

Я не смогу завершить свой путь к просветлению

Без глубокой тренировки троицы морали.

Пожалуйста, придай моему сердцу решительное стремление –

Образоваться путями детей победителей.

Кто такие дети победителей? Это Бодхисаттвы, да? Победители, это Будды. Кого они победили? Духовные омрачения, в своем сознании, да? Они победили это, и их дети, это Бодхисаттвы, потому, что они на пути стать Буддами. Они маленькие Будды. Они уже шагают по пути, и когда они вырастут, они станут Буддами, поэтому это дети победителей. В абзаце до него, к которому мы еще не подошли, мы развиваем стремление к просветлению, и в этом абзаце, он начинает с того, что говорит: «Не достаточно развить стремление к просветлению», решить: я хочу быть просветленным. Это необходимо, без этого, я разумеется не смогу прийти к просветлению. Это необходимо, но этого не достаточно. Чтобы я действительно смогла осуществить этот путь, я должна «просвещаться путями детей победителей». Чтобы превратиться в Будду, мне нужно тренироваться в том, что делают Бодхисаттвы, и это совершенства. Путь совершенств. И здесь написано:

Пожалуйста, придай решительность моему сердцу –

Просвещаться путями детей победителей.

Это значит, я хочу прийти к просветлению, и сейчас я решаю, что сделаю то, что нужно, чтобы прийти к просветлению. Стремления не достаточно, и это было раньше, в тексте, который мы еще не читали, но сейчас я собираюсь также сделать и то, что нужно.

Мы говорили о стремлении к просветлению – существует два вида:

1. Есть стремления просветления – когда человек создает намерение прийти к просветлению, и это необходимо, но недостаточно.

2. **Стремление в действии** – и второе, это: сейчас человек решает сделать то, что нужно, чтобы прийти к просветлению. Он берет на себя, личную ответственность, привести себя к просветлению, и это то, что так хорошо характеризует путь Махаяны.

На пути Махаяны, фокус на ближних. Фокус на всех существах, на их страданиях, и на своей личной ответственности, вывести их из страданий, которую я на себя беру.

Это то, что отличает путь Бодхисаттвы от путей Хинаяны, потому, что они также хотят, чтобы все существа не страдали. На пути Хинаяны, все они также, все время говорят: «Пусть все существа, больше не знают страданий», и так далее. Это чудесно. Эта молитва чудесна. Сейчас, Бодхисаттва говорит: «Я сам сделаю так, чтобы это произошло», и это то, что отличает этот путь, и тогда его практика будет совершенно другой. Поэтому, он не уйдет навсегда, сидеть в хижине в лесу. Может быть на определенный период, он это сделает, но он выйдет оттуда. Он не останется там навечно.

Он начнет действовать, ради всех существ. Он начнет действовать в мире. Ему нужно развить даяние. Чтобы развить даяние, ему нужно быть среди людей, потому, что часть морали относится к межличностным отношениям. Ему нужно развить терпение. Ему нужны люди, которые будут его сердить. ☺ Он молится о том, чтобы они пришли. Это уже, практика Бодхисаттвы.

Я не смогу завершить пути к просветлению

Без глубокой практики троицы морали.

Три вида обетов

Что такое «троица морали»? Ранее мы говорили о трех видах обетов, и это было:

1. Обеты Пратимокши, обеты свободы – и это: 1. Не убивать, 2. Не воровать, 3. Чистое сексуальное поведение, 4. Не лгать. 5. Не использовать разделяющую речь, отдаляющую людей друг от друга. 7. Не использовать пустую речь, или пустые действия, или просто не растранжиривать время на пустые разговоры, и это включает в себя, если вы посмотрите, очень много времени, в течении дня ☺, почти все. Все, что не ведет нас к просветлению; это и все спортивные игры, и различные разговоры, и так далее.

   Запрещены ли развлечения? Нет. Иногда, необходима пауза, но в тот момент, когда закончили отдыхать, необходимо вернуться. Поэтому, иногда хорошо пойти развлечься, но не превращать это в навязчивое занятие, искать это, еще, и еще. «Что? Какое еще

представление? Что сегодня еще вышло, и куда мы завтра пойдем?» Не так. Это значит, не на этом наш фокус. Это только пауза.

И, что у нас еще там есть? У нас есть три правила морали сознания, и это: 8. Не желать чего-то страстно. 9. Не посылать злой посыл. Злой посыл, это например, радоваться, когда с кем-то происходит несчастье, или например не поощрять кого-то, достигшего чего-то хорошего. Это пример, или просто, быть злым. 10. И основное среди них, разумеется – это правильное мировоззрение. Развивать правильное мировоззрение – мировоззрение понимающее карму, понимающее пустоту, понимающее продолжение сознания, и выполнение соответствующих действий. Это основное, и это тяжело.

1. **Это обеты Пратимокши. Это первый вид обетов.**
2. **Вторым видом обетов, были – обеты Бодхисаттвы.**
3. **И третьим видом обетов, были – тайные тантрические обеты.**

В целом, обеты **Пратимокши**, их flavor, это не вредить ближним. Не вредить; не убивать, не воровать, не вести неподобающий сексуальный образ жизни, и так далее, поэтому их flavor, это воздерживаться от вреда. Это первый уровень морали. Воздерживаться от вреда.

Второй уровень морали – обеты **Бодхисаттвы** – как быть хорошим для ближних. Ты учишься, как быть хорошим, по отношению к другим. Ты практикуешь быть хорошим по отношению к другим, на различных уровнях, и в различных формах. Ты проходишь шесть совершенств. В них также, есть немного, из отношения к Ламе. Там есть, не в самих обетах, но в приложениях к ним. Они уже приводят к Тантре. Как уже говорилось, если их выполняют хорошо, это приглашает к нам Тантру, и тантрических учителей.

Тантрические обеты, раньше мы говорили, что они делают то же самое, только быстро. Это значит, намерение их снова, помочь всем существам, но только как это сделать быстро. Как к этому прийти быстро, к способности помогать.

Троица морали

Троица морали – это не именно три вида обетов, и может быть, вы увидите это представленным в в различных источниках, различных формах. Итак, интерпретацию, которую мы будем здесь использовать, это:

1. Первый вид морали – мораль обуздания себя, от совершения плохих действий.

   На тибетском он называется:

   Nyechu dompay tsultrim

   Nye chu – плохие действия.

   Dompa – здесь, в смысле обуздания.

   Tsultrim – мораль.

   Итак, **первая этика** – это этика воздержания от плохих действий, в основном –

воздержание от вреда ближним. Эта этика необходима, для того, чтобы в конечном итоге прийти к Нирване, а до тех пор, пока мы не придем, тем временем, это поведение предотвращает наше падение в страдательное существование, поэтому, она в сущности предназначена для того, чтобы оберегать нас от падения в «низшие области». (Имеются ввиду, три самых страдательных мира, в колесе жизни: существа ада, голодные духи, и животные).

2. Второй вид морального кодекса – это мораль накопления добродетели.

   Geway chu dupay tsultrim

   Gewa - это добродетель.

   Chu – это вещи.

   Dupa – накопление.

   Tsultrim – мораль.

   Это, **мораль накопления добродетели**.

   Нам нужно накопить огромные накопления добродетели, и мудрости, чтобы прийти к просветлению, и эта мораль сфокусирована на накоплении этих накоплений. И это в сущности то, что приводит нас к просветлению.

3. И третий вид – это **мораль помощи всем существам**.

Semchen dunje kyi tsultrim

Semchen – существа. Перевод в сущности: имеющие сознание.

Dun – ради.

Je – делание.

Kyi – слово принадлежности.

Tsultrim – мораль.

Итак, это мораль действия, ради ближних.

Это в основном относится к двум предыдущим видам морали, но этот вид морали от предыдущих, отличает мотивация: здесь мотивация Бодхисаттвы, стремящегося прийти к просветлению, как можно быстрее. И это в сущности то, что приводит нас к просветлению быстро.

Это немного похоже на разделение на три, которое мы проделывали ранее, это похоже, но это не одно и то же.

Итак, мы представили даяние, каким-то красивым, упакованным подарком. Что мы положим здесь, с правой стороны? Как только заходят в комнату, сразу же, необходима эта троица морали

– моральное поведение. Вы можете поставить дерево, с тремя корнями, и оно будет символизировать просветление. Как вы поставите дерево в комнате? Поставьте маленькое дерево. Карликовое, или дерево в горшке, с тремя корнями, и это корни троицы морали. Это корни, из которых растет просветление. Если вы в теме йоги, это «яма нияма».

3.Терпение

Потом, нам нужно, чтобы у нас там было совершенство терпения, и что такое терпение? Когда наступает время рассердиться, мы не сердимся! Это терпение. В ситуации, в которой мы обычно отреагировали бы гневом, или чем-то подобным – мы не реагируем гневом. Мы воздерживаемся. Мы развиваем способность не терять равновесие, и иногда это тяжело. Поначалу, это очень тяжело, особенно, если привычки глубоки, и из всех существующих, это одна из самых тяжелых практик. Из-за этого, когда мы с вами делали предыдущие (имеются ввиду, предыдущие этапы медитации, смотрите курс 3, урок 2, часть 2), и говорили: «Примем прибежище», мы приводили в пример принятие прибежища; когда наступает время рассердиться, я не сержусь.

Но, что, если я еще не умею быть приятной, вместо того, чтобы рассердиться? Мне еще тяжело. Я все еще думаю, что он действительно идиот, и то, что он говорит, действительно непереносимо? Что, мне делать тогда? И если я еще не умею переходить на другую сторону, и принимать это с терпением, и пониманием, откуда это приходит, и что эта картинка, это мое собственное отражение в прошлом – эхо, вернувшееся ко мне из того, что я сделала? Но, это происходит быстро. Это нападает на меня быстро: «Этот идиот, снова болтает». Так, что мне тогда делать?

Мастер Шантидева говорит: «Застыть как деревянный чурбан», (Из «Руководства для Воина Духа», часть 5, 48-53 абзацы. Смотрите в чтениях к курсу 10). Он говорит: «**Застынь, как деревянный чурбан». Если ты пока не можешь переходить на другую сторону, и все еще сердишься, хотя бы замолчи. Не вреди еще больше»**, О.К? В прошлом, ты кричала на других. Сейчас, пришли, кричат на тебя. Сейчас замолчи. Не продолжай этот круговорот. Снова, и снова, он говорит: «Застынь, как деревянный чурбан». Поэтому, поставьте там деревянное полено. Это будет символизировать терпение.

4. Радостное усилие

И сейчас, у нас есть совершенство радостного усилия. Оно последнее, которое мы еще не внесли в комнату. Номер четыре. Что такое, радостное усилие? Это когда, мы рады совершать хорошие дела. Мы прилагаем огромные усилия, чтобы прийти к просветлению, мы это делаем радостно. Мы не жалуемся. Лама говорит что-то напечатать, в 3.00 ночи, и назавтра в 6.00 утра мы радостны. Радостное усилие. Поэтому, поставьте там что-то радостное, какую-то игрушку – клоуна выпрыгивающего из коробки, или что-то радостное, может быть окно, и играющих за ним детей, или что-то другое, радостное-радостное. Как Мастер Шантидева описывает, каким должно быть радостное усилие? Кроме прочего, у него есть это качества ребенка, погруженного в свою игру – качества ребенка, играющего в такую интересную игру.

(Смотрите абзац 62, часть о радостном усилии:

Как, когда ищут наслаждения в своих играх,

Так извлекут они наслаждение от своих действий;

С наслаждением, ненасытно, обратятся они к своим занятиям,

Которые, выполняют с радостью.

Бодхичитта

Итак, это совершенства, которые мы поставим вдоль стен этой комнаты, а посередине, мы поставим символ, для предшествующего им абзаца, и давайте его прочитаем:

Я споткнулся, и упал в море страданий

Жизни в страданиях. Благослови меня увидеть

Что все остальные существа, все мои матери,

Как и я, упали в страдания, и несчастья.

Умоляю, позволь мне практиковать высшее стремление:

Найти просветление, ради всех существ.

Итак, этот абзац, если бы мы начинали сначала, через **Luk Jung**, начинает большой путь. Он начинает Махаяну. Он начинает практику, в которой мой фокус на всех существах, не только на себе.

В этом абзаце, после других абзацев, о которых мы поговорим завтра, практикующий понял величину трагедию самсары, и величину страданий – а понять это, берет время – он понимает, что он упал в это море страданий, и колесо страдательного существования, и он просит Ламу, чтобы благословил его увидеть, что все в одной и той же лодке. Все существа в мире, в одной и той же лодке, и все они страдают. Все упали в страдания, и несчастья, страдают ли они в этот момент, или еще немного начнут страдать, но все они в одной и той же лодке, все люди, все существа – либо они страдают в этот момент, либо они будут страдать в будущем, либо в данный момент они переносят острые страдания, либо на данный момент с ними все хорошо, но еще немного, это произойдет. Нет другого.

Поэтому, он просит:

1. Развить, эту эмпатию к другим. Это понимание, что все в одной и той же лодке.

2. Чтобы у него была способность «практиковать, ради них, высшее из стремлений, найти просветление, ради всех существ» - и это является желанием Бодхичитты, которое стремится прийти к просветлению. Это желание. Следующий абзац, выражает стремление в действии, когда мы берем на себя ответственность, практиковать лично, чтобы вывести их из страданий.

Бодхичитта – это то самое удивительное духовное достижение, в котором человек развивает сострадание и любовь ко всем существам, которое настолько велико по своим размерам, что нет ничего, чего бы человек не был готов сделать, чтобы вывести всех из страданий.

И у этого, есть чудесные преимущества.

Все действия человека, развившего в своем сердце настоящую Бодхичитту, мотивированы тем, чтобы привести себя к просветлению

Потому, что он понимает, что нет другого пути, которым он может по-настоящему, помочь всем существам.

Может быть, он может облегчить мимолетные страдания, но не по-настоящему вывести их из всех этих условий существования страдательной жизни. Для этого, ему нужно выйти из страданий, поэтому Бодхисаттва, достигший Бодхичитты, уже на пути к просветлению, потому, что он делает только это. Он практикует, только это, поэтому, ему гарантировано, что он придет. Он больше не может упасть.

Преимущества Бодхичитты

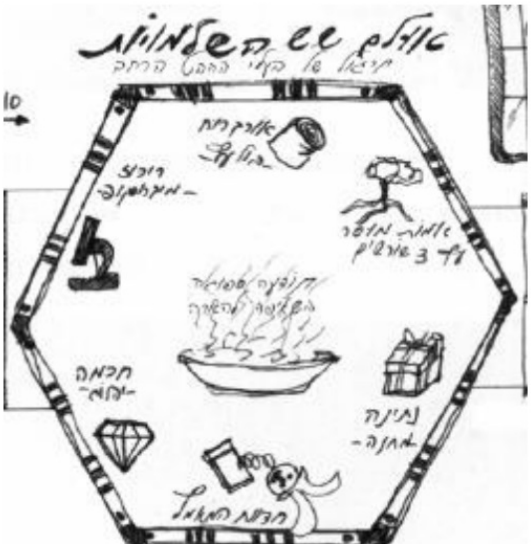
Есть чудесные главы, от Мастера Шантидевы, в которых он прославляет нам Бодхичитту. (Смотрите главу первую, в «Руководстве, для Воина Духа», 6 – 14 абзацы, в материалах для чтения, курса 10).

- Прежде всего, говорит нам Мастер Шантидева: «Все его беды, немедленно пройдут», быстро, потому, что добродетель этого стремления настолько велика, потому, что оно связано со всеми существами, с бесконечным количеством существ. Добродетель этого желания помочь всем существам, настолько велика, что любая беда, страдание, болезнь, или что бы там еще ни было, у этого Бодхисаттвы, пройдут очень быстро.
- И он придет к просветлению, он придет к телу света,
- И он любим Буддами,
- И любим всеми ангелами, потому, что они смотрят на него с любовью, как на своего сына, или дочь,
- И другие Бодхисаттвы, развившие стремление к просветлению, еще до него, смотрят на него, как на своего брата, или сестру.

Если вы посмотрите например сюда, на изображение Манджушри, который является Бодхисаттвой, на нем есть различные украшения. У него здесь, на голове, есть какое-то украшение, и на груди, и на нем серьги – и все эти украшения, символизируют его Бодхичитту; его добродетельные действия, его огромную добродетель, с которой он пришел.

Когда появляются эти существа, для тех, кто их способен увидеть, они всегда предстают такими красивыми, с украшениями, и это их добродетель. Не только ее. Это выражает и их физическую красоту; они не обязаны быть с тибетскими глазами, да? ☺ И не того, или иного пола. Это выражается не только в их чудесной красоте, но там есть также приятный запах. Это, что-то другое.

Итак, стремление желания, мы представим в центре, нашей шестиугольной комнаты. Эту добродетель Бодхичитты, мы обозначим в центре комнаты – будет какая-то красивая подставка, и на ней, большая чаша, для раскуривания ладана, красивая, и украшенная, и внутри много ладана, белый дым ладана, окутывающий всю комнату, благоухающим запахом. Итак, это будет нашим символом.



Шестиугольная комната, всех совершенств, ведет в комнату мандалы – в прозрачную, чудесную, кристальную комнату.

Хранение обетов Бодхисаттвы, приводит к Тантре

Человек приходящий получить тантрическое обучение, как его, получает тантрические обеты, и также обеты Бодхисаттвы, Just in case (в любом случае), если он не получил их раньше. Ламы это обычно делают быстро, на тибетском, и человек даже не знает, что их получил. Разумеется, мы говорим: «Этого не достаточно. Необходимо изучать их, и хранить, чтобы притянуть к себе настоящую и мощную initiation (инициацию, обучение)». Для этого, их нужно изучать.

Еще недавно, на западе им почти не обучали. Я думаю, Геше Майкл был одним из первых, если не первым, кто создал этот курс (курс 7, об обетах Бодхисаттвы), но основе тибетских писаний, об обетах Бодхисаттвы. Он ничего не выдумал. Он просто отредактировал вещи, существовавшие на тибетском, для курса, предназначенного для западных людей. Много Лам, когда увидели это, очень поощрили то, что он сделал, и потом уже другие, начали делать это также. Это чудесный курс, многое из него, основано на Чже Цонгкапе – на особом писании, которое он написал об обетах – Бодхисаттвы, и также Тантрических – и часть об обетах Бодхисаттвы, включена в курс.

Итак, как было сказано, тот кто хорошо выполняет обеты Бодхисаттвы, притягивает к себе, и служит магнитом, для Тантрических Лам. Таким образом, он заставляет их прийти. Так, он их встречает.

Не легко удержать Лам, тантрическими достижениями

Важно помнить, что потому, что Тантра настолько высока, и настолько быстро приводит к просветлению, она требует очень-очень-очень хорошей кармы.

Поначалу, когда встречают тантрического Ламу, часто их бывает сложно сохранить. Они ускользают. Ускользают из рук.

Это происходит снова, и снова. У людей появляется немного кармы, чтобы встретить их, но у них нет достаточно кармы, чтобы оставаться с ними рядом, и это происходит в различных формах: или Лама уходит, или умирает, или переезжает жить в другую страну, или он далеко живет, или же практикующий, теряет интерес к Ламе, прекращает видеть в нем высшие качества.

Эту карму, тяжело сохранить. Мы встретили их, и они ускользнули от нас, и потом необходимо еще несколько лет хорошего соблюдения обетов, чтобы вернуть их к себе. Они могут вернуться в той же самой форме, или в другой. Это может приходить в различных формах. Часто, первое соприкосновение с ними, мы даже не замечаем. Может быть, у нас есть соприкосновение, но у нас нет достаточно кармы, чтобы заметить, что это оно.

То же самое происходит и в **Kye Rim** – этапе создания, на первом этапе Тантры, когда вы уже в Тантре. Мы сказали, что на этом этапе – наш мир, и мы сами, проходят трансформацию:

- Мир превращается, в более, и более небесный,
- Существа в нем становятся, все более, и более небесными,
- И мы сами также, становимся все более и более небесными, постепенно-постепенно.

Там также, необходима чудесная карма, чтобы это удержать. Необходима огромная добродетель, и часто случается, что у практикующих нет достаточно добродетели, тогда они могут встретить какую-то личность, и ощутить притяжение к ней, и что может быть, это ангел, но потом, это ощущение у них исчезает. Они это теряют. Они запутываются. Они говорят: «Минутку, минутку! Что я думал, что это? Какие глупости. Я ошибся. Это была бредовая идея».

Это происходит снова, и снова. Это так. Не нужно отчаиваться, потому, что это просто знак того, что мы еще не накопили достаточно кармы, и необходимо продолжить накапливать ее, и когда мы продолжим путь, это придет. И так происходит поначалу, почти у всех, потому, что нет еще достаточно добродетели. У нас есть на несколько секунд, на несколько дней, или несколько недель, и потом это уходит, и также и поэтому, нужно делать Лам Рим, о котором он нам тут рассказывает, в правильной последовательности. Это именно то, как мы постепенно-постепенно, создаем условия, чтобы это произошло.

Медитация: комната совершенств

Итак, давайте сейчас сделаем очень короткую медитацию, только на шестиугольную комнату, чтобы завершить для себя картину.

Итак, сядьте в удобную позу. Закройте глаза. Попытайтесь не двигаться, и сфокусируйтесь на дыхании.

Постарайтесь отсчитать десять дыханий. Дыхание всегда начинается с выдоха. Сначала выдох, потом вдох.

Сейчас, увидьте себя входящими в шестиугольную комнату.

Слева от себя, вы видите упакованный подарок, и этот подарок символизирует совершенство вашего даяния. Если хотите, можете положить там четыре подарка, которые будут символизировать четыре вида даяния; и это даяние материальных вещей, и денег; даяние защиты людям, предотвращение страха; даяние любви; и даяние Дхармы.

Возьмите себе немного времени, и посмотрите, где вы находитесь, по отношению этих четырех видов даяний?

Справа от вас, есть большой и красивый цветочный горшок, и в нем посажено дерево. Очень красивое дерево, прекрасное, потрясающее по своей красоте. Это дерево вашей моральности, и у этого дерева, есть три корня, и это троица морали; три вида морали. ***Первый корень****, это*

те самые обеты, которые не позволяют нам упасть в страдательное существование, и в основном, по своей сути, это воздержание от нанесения вреда ближним, любого вида вреда, т любым ближним.

***Второй корень** – это развитие способности Бодхисаттвы; учиться, как быть хорошим по отношению к другим, и как привести себя к просветлению, ради них, **и третий корень** – это тот самый моральный код, который приведет меня туда быстро, может быть даже, в этой жизни. Возьмите себе минуту, и создайте для себя это дерево.*

И когда вы продвигаетесь в направлении центра комнаты, слева, есть деревянное полено, положенное возле стены, и оно символизирует совершенство терпения, когда вы не срываетесь. Вы не возвращаете. Кто-то сердится, вы не возвращаете гневом. Кто-то обижает, вы не возвращаете обидой. Кто-то вас критикует, вы не возвращаете критикой. Кто-то вас судит, вы не возвращаете судом, и до тех пор, пока вы не сможете делать наоборот, пока эти вещи с вами происходят, вы просто застываете.

Справа, от центральной линии, у вас есть символ радостного усилия, это совершенство делать всю практику Бодхисаттвы; это и даяние, и моральность, и терпение, и медитация, и анализ, все включено в радостное усилие. Вы прикладываете большие усилия в своей практике, и все с радостью, вы не останавливаетесь перед трудностями. Когда поднимаются препятствия, вы не падаете духом. Вы продолжаете с радостью, и чтобы символизировать это совершенство, поставим такого клоуна на пружинке, выскакивающего из коробочки, и смеющегося.

И каждый раз, когда вы представляете эти символы, проверяйте свое сознание. Где вы, относительно каждого совершенства. Насколько вы близки, или далеки, по отношению к этому совершенству.

Вы продолжаете, в направлении дальнего угла комнаты, и там с правой стороны находится микроскоп, и он символизирует вашу чудесную медитативную способность, Шине, Шамату, медитативное спокойствие, в котором вы можете сфокусироваться на своем объекте, и оставаться сфокусированными на нем в совершенной, одноточечной концентрации, неподвижно, на протяжении многих часов, без перемещения оттуда сознания, без передвижения тела, с отключением от органов чувств, и большим наслаждением от медитации.

И проверьте, насколько вы близки, или далеки от этой цели. Когда вы проверяете, важно, чтобы не было осуждения. Не осуждать, и не хвалить себя. Просто наблюдать.

С другой стороны, слева, на красивой подставке, в красивой коробочке, находится сверкающий алмаз, символизирующий мудрость, Випашьяну, прямое видение пустоты, эту чудесную вещь, которую если мы переживем, даже, на протяжении нескольких минут в медитации, это гарантирует нам победу над всеми страданиями, и нашими, и других.

Сейчас, вы обращаетесь лицом в центр комнаты, и там на красивой подставке, на царственном столе, стоит большая чаша для ладана. Вы можете подумать, о какой-то древней, красиво украшенной чаше, и в ней есть пепел, может быть сосновая кора, или что-то, что распространяет запах, и ладан, с благоухающим запахом, окутывающим комнату. Белый дым приятного ладана, благоухающего, и это символизирует стремление к просветлению,

стремление в образе желания. Эта мысль – «Я хочу прийти к просветлению, чтобы суметь помочь всем существам». И здесь также, проверьте, где вы находитесь относительно этой цели.

Итак, медленно-медленно, открывайте глаза.

Кто такой Бодхисаттва

Я хочу добавить здесь, относительно Бодхисаттвы, кто такой Бодхисаттва?

Итак, мы говорили, что Бодхисаттва – это человек, стремящийся прийти к просветлению, из-за своего большого сострадания, ко всем существам. Он понимает, что они все находятся в беде, как и он сам, и он понимает, что выведения из страданий себя самого, на самом деле не достаточно. Необходимо вывести всех. Будет ли он в результате этого, хорошим человеком? Разумеется, да, но существует распространенная ошибка. Есть много людей, которые видят кого-то совершающего что-то хорошее, и говорящих: «О! Это настоящий Бодхисаттва!» Не каждый совершающий хорошие дела, является Бодхисаттвой. Это не одно и то же, несмотря на то, что Бодхисаттвы разумеется, совершают хорошие дела в мире, но это не то же самое, что и обычное благотворительное действие, потому, что:

То, что характеризует Бодхисаттву, это одержимость – навязчивое желание привести себя к просветлению, потому, что это абсолютный путь, помочь всем существам.

И иногда наступает время уйти в ретрит, и оставить ненадолго мир. На некоторое время уйти из мира, для того, чтобы развить совершенства; к примеру, совершенство медитации, и увидеть пустоту, потому, что Бодхисаттва понимает, что иногда это быстрый путь. Иногда, время быть в мире, иногда, время его оставить, и это не то же самое, что всех кормить, и предоставлять всем ночлег, несмотря на то, что Бодхисаттвы, в разные периоды, делают эти вещи также, в разные времена, разными способами.

Но то, что их характеризует, так это стремление прийти к просветлению, ради других. Стремление создать условия для того, чтобы другие смогли прийти к просветлению: сохранять рукописи, обучать Дхарме, переводить рукописи.

То, что их характеризует, это принесение возможности просветления, как можно большому количеству людей, и как можно быстрее.

И это не синоним «делать хорошо», или того, что мы обычно подразумеваем под «делать хорошо», несмотря на то, что это также включает в себя и это. Разумеется включает. Когда Бодхисаттва видит кого-то нуждающегося, его, или ее сердце, разумеется выходит к ним, и они помогут им, насколько могут, но это намного большее. Это совершение хороших действий, сопровождающееся мудростью, пониманием, что все страдания, которые я вижу, которые встречаю, я вижу потому, что еще не уничтожила эти семена внутри себя, и единственный путь, через который я могу уничтожить их в себе, это через прямое видение пустоты, и тогда с ней работать. В зависимости от того, где он находится, на каком уровне его развития – Бодхисаттва может вести себя, таким образом, что обычному, рядовому человеку, покажется, что он заботится только о себе, и нет ничего дальше от истины, чем это.

Вопрос: если Бодхисаттва не проецирует страданий, как он может видеть страдающих людей?

Ответ: о! Он все еще проецирует страдания. Он еще не Будда. Он все еще видит страдания, и он

продолжает работать. Он каждый раз видит все меньше, и меньше страданий, и страдания которые он видит, это именно то, что он должен тренировать в себе. Каждый раз он видит это на том уровне, который ему подходит.

Три уровня сострадания:

Итак, в отношении твоего вопроса: «Как я могу узнать, что я по-настоящему могу помочь ближним, или может быть, я не могу по-настоящему помочь?»

Ответ: я вижу, что кто-то голоден. Я могу попытаться его накормить. Я могу накормить его одной трапезой, но он продолжит быть голодным, если не начнет давать. На конвенциональном уровне, я не могу уничтожить его голод. Его голод приходит из его кармы. Что, я да, могу сделать? В конечном итоге, я ему помогаю тем, что голодные люди исчезают из моей жизни. Я сею семена видеть меньшее количество голодных людей, когда я кого-то кормлю. Я уничтожаю голод в своей жизни тем, что я даю.

Есть три уровня, которыми я могу помочь, и они же, в сущности, и три уровня сострадания:

1. Я могу видеть кого-то голодного, и в своем сердце ему сострадать, и дать ему кусок хлеба. Я ему якобы, на мгновение помогла. Практически, если им помогли, это не полностью их карма, потому, что может быть сейчас, у них есть карма на то, чтобы им помогли, и тогда кусок хлеба их насытит, но может быть так, что созревает другая карма, и они подавятся тем куском хлеба, который я им дала. Это полностью зависит от их кармы! Но когда я даю, и вижу себя дающей – это сеет во мне семена, чтобы в моем мире было меньше страданий. Поэтому, сострадание первого уровня – это видеть их голодными, и давать им.

2. Второй уровень – это понимать сторону кармы. Понимать, как работает карма. Понимать, что они, это карма в процессе. Что я сама, карма в процессе. Это то, чем является каждый. Ни в чем нет личности. Все пусто. Поэтому, когда я это понимаю, сострадание приходит из другого места. Я понимаю, что они в когтях этого друга (Лама Двора указывает в сторону властелина смерти – Ямы, на изображении колеса жизни), и мое большое сострадание о том, что в моем мире, все люди подвластны этим законам кармы, которая заставляет их быть голодными, или терять вещи, потому, что они не понимают кармы, и поэтому, я хочу их научить Дхарме, например, да? Вместо даяния им куска хлеба, я обучу их, как они могут создать себе столько кусков хлеба, сколько они хотят.

3. На еще более высоком уровне – я понимаю, что они пришли из меня. Они полностью пришли из меня. Если я в мире вижу страдания, это потому, что я не давала. Я не кормила других. И тогда, когда я их кормлю, результат, эффект этого, на мое сознание, совершенно другой. Для них, это тот же самый кусок хлеба. Для меня, я сейчас уничтожаю голод в мире, этим одним куском хлеба, потому, что я сейчас понимаю, что они пришли, как созревание моей кармы, то, что я сейчас вижу голодного. Сейчас, я кормлю, и говорю: «Пусть благодаря этому моему действию, я уничтожу голод в мире». И это превращает это, в действие Бодхисаттвы. Тот же самый маленький акт сострадания, в отношении несчастного, когда сопровождается этим пониманием, превращается в акт Бодхисаттвы.

Итак, я дала вам три уровня. Чже Цонкапа перечисляет их очень-очень красиво, в своей книге «**Uma Gongpa Rab Sel**», и это очень красивая книга о Мадхьямике, тяжелая.

(Книга Чже Цонгкапы (1357-1419), называется «Прояснение намерения Срединного Пути», и она в сущности является комментарием, к классической книге Мастера Чандракирти, написанной в седьмом веке, «Врата Срединного Пути» Madhyamaka Avatara. Комментарий к книге Чже Цонгкапы, написан Кедрупом Тенпа Дардже, (1493-1568), и его название «Исследование Срединного Пути». Эта книга, представляет текст стандартного обучения в тибетских монастырях, линии Гелукпа.)

Еще вопрос: какова кармическая причина депрессии?

Ответ: депрессия – с сущности, это нарушение внутренних ветров. Очень часто, или может быть даже, все духовные нарушения, это нарушения во внутренних ветрах. И потому, что **Sem Lung Jukpa Chikpa** – ветры, и мысли, идут вместе – можно упорядочить ветры также и йогой, и через правильную Пранаяму – не правильная Пранаяма, может привести к психическим болезням – и можно это сделать через мысль.

Что является основной причиной, нашим страданиям? Ошибочное мировоззрение. Не правильное видение. Поэтому, чем больше я могу сформировать правильное мировоззрение, тем больше это помогает. Сейчас, тот кто в депрессии, очень вошел в себя, очень занят собой, и своей несчастностью. Тот, кто в депрессии, не очень-то будет сидеть, и делать медитацию.

В сущности, кармическая причина депрессии, это эгоизм, то, что я была занята собой.

Поэтому, самый действенный путь, это направить фокус на ближних. Направить внимание наружу, на ближних. Искать, кому можно помочь. У людей, занятых помощью другим, нет времени быть в депрессии. Есть слишком много людей, которым они нужны. Где бы вы ни посмотрели, есть кто-то, кому нужна помощь. Пойдите, помогите кому-то, чему-то; ребенку, старику, растению, собаке. Пойдите, кому-то помогите. Это выводит. И это на уровне сознания, работать.

Подведение краткого итога пути Махаяны

Kyebu chenpo

Kyebu – это персона, человек. Kyebu.

Bu – это сын.

И **Kye** – родился.

Это кто-то, кто родился, это **Kyebu**, это человек.

И это практикующий, обладающий широким мировоззрением, или практикующий Большого пути.

Большой Путь – это путь сострадания, путь Бодхисаттвы, действующего ради всех существ, не только ради себя.

Две части тренировки, на Большом пути

И у этого большого пути, у этой практики Бодхисаттвы, есть две части, и мы говорили о них, когда говорили о шестиугольной комнате. Бодхичитту, нужно развивать на двух уровнях:

1. **Бодхичитта, на уровне желания.**
2. **Бодхичитта, на уровне действия.**

Необходимо молиться, и жаждать, чтобы другие не страдали, и чтобы у них было все хорошо, и чтобы они пришли к высшему наслаждению, и необходимо обязаться сделать это самому. Взять выполнение этого, на себя.

И, когда я обязываюсь это сделать, я практикуюсь в действиях Бодхисаттвы: в соблюдении Парамит, соблюдении обетов. Итак, действия Бодхисаттвы, это вторая часть.

Итак, первая часть – это практиковаться в развитии мышления Бодхисаттвы,

sem kyepay tsul

Как развить сознание Бодхисаттвы.

И вторая часть – практиковаться в действиях Бодхисаттвы.

chupa la loptsul

chupa la loptsul – как практиковаться, в действиях Бодхисаттвы.

У действий Бодхисаттвы, также есть две части.

Что это, за две эти части?

1. Открытая часть.

Do

Do, означает Сутра, то есть то, что относится к открытой части учения Будды, и это включает действия Бодхисаттвы, которые делают в рамках открытой практики, и это обеты Бодхисаттвы, Парамиты: даяние, и так далее, то, о чем мы говорили, это открытое учение.

2. И есть вторая часть, которую мы будем делать в Тантре. Эта часть, называется:

Ngak

Ngak, означает Тантра, и это включает в себя действия Бодхисаттвы, совершаемые в рамках Тантрической практики.

У открытых действий, также есть две части.

У открытых действий Бодхисаттвы, относящихся к Парамитам – также есть две части. Парамиты делят на две группы: четыре первых, и две последних.

Практика шести совершенств, обычно называется:

Chupa chi la lob-tsul

Значение слова **Chupa**, означает действия, и подразумеваются действия Бодхисаттвы, которые можно классифицировать в соответствии с шестью совершенствами.

Chi – общее.

La – предлог.

Lab – тренировка, или практика.

Tsul – средство.

То есть, средство общей тренировки, в действиях Бодхисаттвы, и подразумеваются шесть совершенств в целом.

Тренировка в последних двух совершенствах, называется:

Parchin tama nyi la lab-tsul

Parchin – совершенства.

Nyi – два.

la lab tsul – как и раньше, тренировка в них.

То есть: тренировка в двух последних совершенствах.

Троица морали

Мы также говорили, о «Троице морали», то, что мы читали. Итак:

1. **Первый вид морального кода** – это воздержание от нанесения вреда. Воздержание от нанесения вреда ближним. Прекращение негативных карм, этого колеса с ножами.

2. **Второй уровень морали** – это весь моральный код, все обеты, приходящие для накопления большой добродетели. Изучать, как накапливать добродетель. Многое из этого, с ближними, но это также и с самими собой. Изучать, что создает добродетель? Например, если делают это так, как нужно, подношение Мандалы, создает большую добродетель. Служение Ламе, создает большую добродетель. И все, что накапливает добродетель, уже за Пратимокшей. Это выше, второй уровень, это изучать, как накапливать добродетель.

3. **И третий уровень морали** – это действия, ради всех существ, с мотивацией Бодхисаттвы – управляемые стремлением, как можно быстрее прийти к просветлению.

   Итак, мы говорили, что ставим там, в центре этой комнаты, Бодхичитту, в форме ладана, и это наполняет благоуханием, все наши действия. Это наполняет благоуханием, всю практику.

   Тантрическое просветление

   Тантрическая практика: этап завершения

   Тантрическая практика: этап создания

   Познакомиться, и хорошо хранить тантрические обеты.

Тантрическое обучение.

Быть достойным сосудом.

Бодхичитта в действии: практика шести совершенств.

Бодхичитта стремления.

(Мандала, на тибетском, и на иврите)