

Подготовка к Тантре

Курс основан на Лам Рим

«Источник всех добродетелей – мольба к горе благословений»

Включен в курс АСI З

На основе учения Геше Майкла Роуча

Перевод, редакция, и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Херут, март 2007

Введение в Лам Рим

Я хочу начать, и прежде всего, я хочу сказать большое спасибо Ицику. Сейчас, когда я вижу, как скромно это место, большая щедрость с его стороны, являлось предоставить это место для большого количества людей. Большое спасибо! И я прошу вас быть внимательными, и следить за домом, чтобы вернуть его еще в лучшем состоянии, чем он был до того, как мы сюда пришли.

Шарон задала вопрос, почему ретрит проходит в молчании?

1. Эти вещи, не обязательно проделывать в молчании, но от проделывания этого в молчании, есть большое благословение, потому, что ретрит для того, чтобы обучить вас практике. Это не является условиями, для серьезной практики. Нас здесь много людей, в маленьком, тесном месте, и мы учим заново эти вещи. Цель здесь в том, чтобы обучить вас практике, чтобы потом вы взяли ее домой, и начали практиковать. И позже я объясню, как это делают. Вместе с этим, практика, которой я собираюсь вас обучить, это практика медитации. В большей или меньшей степени, это последняя часть третьего курса, и это тема медитации, и это тема Лам Рима. Цель в том, чтобы вы изучили эти медитации, и тишина помогает усвоить, и абсорбировать этот материал. Поэтому, можно сказать, что это общее повторение, в предверии более серьезного ретрита, который вы проделаете позже, и вы в этом убедитесь.

Здесь, это как бы первая итерция (происходит от слова Iteration, что значит повторение, или вращение). Если вы действительно будете хранить молчание, вы увидите, что это повлияет на вас. В молчании, заключается большое благословение, огромная сила. Я проделала уже много ретритов. Начала с десятидневных ретритов Випассаны, они были моими первыми ретритами. И потом, перешла к ретритам в месяц, и в три месяца.

На разговор, у нас уходит очень-очень много энергии. Много энергии. Если мы прекращаем говорить, эта энергия накапливается в нас, и можно ее использовать на духовные цели, и в конечном итоге, для развития осознаний. Поэтому, ретрит достойный называться ретритом, всегда проходит в молчании. Существуют исключения. Существуют ретриты с различными целями, но ретрит цель которого трансформация сознания, всегда в молчании. Это первое.

2. Когда мы говорим, наша речь, в основном не чиста. Наше сознание не чисто, и поэтому, наша речь не чиста. Наша речь полна нарушения обетов, осознаем мы это, или нет. Мы используем слова, чтобы немного себя приукрасить, чтобы представить какую-то картину, которую хотим представить перед близкими; поэтому, есть немного деталей, которые мы тут и там скрываем, или преувеличиваем, или тут и там, мы немного сплетничаем, или говорим впустую. Мы часто используем речь, в не благовидных целях, не осознавая это, и некоторые из нас, это осознают. Цель в том, чтобы развить осознание этого, и изменить

это. Когда мы молчим определенный период, то в течении нескольких дней, мы вдруг прекращаем накапливать эти отрицательные кармы, и это приносит много благословения.

Люди, проходящие такой ретрит, могут подтвердить – выходят с чудесным ощущением, которое быстро исчезает, потому, что возвращаются к разговору, но это имеет очень благоприятное влияние на сознание. Если вы пройдете в длительные ретриты – вы ощутите чудесную ценность этого. Тот, кто ощущает этот вкус, скучает по тишине, ищет эту тишину. Мы еще поговорим об этом позже.

Общие инструкции

В отношении расписания – мы сделали здесь расписание, но мы не будем к нему очень привязаны. Посмотрим, как будет идти.

Для тех, кто ведет дневник, я хочу, чтобы вы продолжали вести дневник на протяжении этого ретрита, и заполняли его шесть раз в день. Мы поговорим о нем в продолжении. Для тех, кто ведет дневник, сейчас хорошее время начать с него, поэтому возьмите одну-две минуты, чтобы заполнить следующий ваш обет.

Для новеньких – материалы о Дхарме, мы не кладем прямо на пол, под ними что-то должно быть. Положите под них шарф, подушку, или что-то еще, просто из уважения к Дхарме, и я думаю, что это все.

Итак, давайте начнем с благословений.

(Молитва Мандалы)

(Молитва Прибежища)

Текст, и автор

Мы будем здесь работать с текстом «Источник всех добродетелей» - который является Лам Римом, содержащим все этапы на пути к просветлению, и мы еще много будем об этом говорить.

Вчера, я рассказала вам о Чже Цонгкапе, который был тем ученым, чудесным мудрецом, на Тибете, приблизительно в 14 веке:

- Он многое написал.
- Он был чудесным Ламой.
- С шестилетнего возраста, у него было прямое взаимодействие с Манджушири (Manjushri – мягкий голос – являющийся воплощением всей мудрости, всех просветленных личностей, в одном образе ангела), и есть те, кто говорит, что он сам был Манджушири, что он был воплощением Манджушири.
- Он очень-очень много времени, провел в ретритах в пещерах на Тибете, много времени своей жизни.
- Он обладал невероятной продуктивностью, и в общественной деятельности, и в области преподавания, в Сутре, в Тантре, в любой области Дхармы, и половину своей жизни, он провел в ретритах.
- Основным занятием его в ретритах, были молитвы, и призыв Лам, что показывает нам, насколько эти вещи важны.

Молитвы и призывы, создают карму, чтобы к нам пришли осознания.

- И есть удивительные рассказы о том, как этот Лама родился, и пришел в этот мир. Когда он родился, он уже был очень особенным, и все же, он провел половину своей жизни в молитвах и призывах, что говорит о том, насколько это важно.

И есть рассказ, когда он пошел в место, под названием Radreng, которое на Тибете являлось местом, где жил и молился до него Лама Атиша, приблизительно пятьсот лет тому назад. Лама Атиша, был великим индийским Ламой, являющийся одним из первопроходцев Буддизма на Тибете. Он был приглашен Тибетцами приехать, и обучать их Дхарме, и он был большим Мастером. Он пришел на Тибет в пожилом возрасте, наверное в возрасте шестидесяти лет. В те дни, шестьдесят, это были хорошие года. Он основал монастырь в месте, называющемся «Раджанг», и туда пришел Чже Цонгкапа совершать ретриты, и молиться, потому, что там находилось большое благословение Ламы Атиши.

И рассказывается, что на определенном этапе, он вошел в своего рода транс, в котором оставался на протяжении тридцати дней, все это время, он находился в прямом соприкосновении с небесными личностями, и рассказывается, что в определенный момент, перед ним появились в небе все Ламы линии передачи. Вдруг, он увидел их, и они дали ему учение напрямую. Итак, он был в таком состоянии небесного благословения месяц, и в следствии этого месяца, он сел, и написал этот Лам Рим Чен Мо – «Большая книга этапов на пути к просветлению».

Когда потом люди приняли вещи написанные им, то увидели, что внутри спрятана молитва, и эта молитва – ее также составил он, и в ней есть призыв к благословению. Каждая строка начинается с «благослови меня», и «молю тебя», и он просит благословения.

Благословения, и призывы

Тибетское слово для благословения, это –

Jin Lab

Jin Lab – это благословение.

Или

Sol`n` Dep

Sol`n` Dep – это мольба.

В учении Дхармы, у слова «благословение», есть особый смысл.

Выражение «благослови меня», появляющееся на протяжении всего текста, в сущности подразумевает: «Помоги мне изменить мои духовные способности». Это начинается с моей способности изучать, и практиковать Дхарму, и распространяется на все обретенные на пути духовные осознания и достижения, такие вещи, как настоящее отречение, любящее и сострадающее сердце, Бодхичитта, мудрость, понимание пустоты, способность помогать, и еще многое. Итак, текст который перед нами, включает в себя длинный список благословений, которые мы просим получить.

Малое, включает в себя многое

Эта молитва, каждая строка такая, и это «источник всех добродетелей», то, что вы получили в переводе на иврит. Когда смотрят, что в ней есть, то в видят, что там есть все этапы Лам Рим, но сформулированы они в форме молитвы.

Все этапы, которые человек должен пройти на пути к просветлению, находятся в этой короткой молитве, в которой всего 14 абзацев.

И это удивительный шедевр, с той точки зрения, что он содержит в ореховой кожуре, то есть, в малом, все. Разумеется не в подробностях, но все этапы там.

Уникальность «источника всей добродетели»

Лам Рим писали и до Чже Цонгкапы. Лам Рим, это жанр произведений, содержащих в себе этапы на пути к просветлению. Лорд Атиша написал один из них, за четыреста до Чже Цонгкапы. Очевидно, он был первым. Потом, были еще известные Лам Римы. Этот наверное, самый известный из всех, «Источник всех добродетелей». И что есть особенного в этой молитве, в «Источнике всех добродетелей»:

1. То, что это Молитва.
2. И то, что отличает его от других, это то, что он содержит в себе несколько тантрических четверостиший. Он разумеется не обучает Тантре, потому, что Тантре обучают тайно, поэтому во многих Лам Римах Тантра вообще не упоминается. Лама Цонгкапа выбрал вставить эти четверостишия. Он их не пропустил.
3. Путь, который он расстилает перед нами в этой молитве, это целый путь, и он совершенен. В нем есть все, что нужно, в нем ничего не отсутствует, и он в совершенной последовательности.
4. И нам, тем, у кого нет перспективы видения, тяжело оценить, насколько велик его вклад. Потому, что до него, все различные этапы появляющиеся в Лам Риме представляли как отдельное учение. Здесь учили о карме, здесь о непостоянстве, здесь изучали это, а здесь это, и были споры – этому да обучал Будда, а этому не обучал, это поняли, это не поняли, это нужно сделать сначала, это потом, это нужно, это не нужно. Это противоречит этому – было много неразберихи. Это было через тысячи лет после того, как Будда дал учение, и появилось много непонимания. И пришел Чже Цонгкапа, и упорядочил все в той форме, в которой нет никаких противоречий.
5. То, что якобы кажется противоречием, не противоречие. Это просто разные этапы, которые должны приходить в разных местах, в практике человека. Они все необходимы, и нужно о них знать, это приводит к этому, а это к этому. И он просто расстелил путь, и эта его гениальность, приведения к интеграции, ясности, и целостности, в представлении вещей, удивила даже его учителей.
6. Его учителя, превратились в его учеников, и в результате этого, люди начали практиковать пути, которым он обучал. Он был настолько чудесным, что многие пришли к осознаниям, и достижениям, что до этого было очень редким. И тогда, в результате этого, возникло течение Гелукпы, потому, что этот Лам Рим настолько подробный, и ясный, дающий нам рецепты, что нужно делать на пути к просветлению, и такого не существовало ранее.

Поэтапный путь к просветлению

И эти рецепты, в форме Лам Римов, характерны для тибетского Буддизма. Их не очень то можно найти, вне тибетского Буддизма. Это значит, Будда в этой форме не обучал. Будда обучал в течении пятидесяти лет, давал Сутры, свое учение, и они давались в различных формах, и направлениях, на различных языках, в разных местах в Азии, и пришли Тибетцы, и упорядочили их в такого рода целостность. И Чже Цонгкапа, может быть, был один из самых великих из них, и после него, позже, пришли еще, дополнительные, гениальные Лам Римы. Самый известный из

них, это Лам Рим под названием «Де Лам», первого Панчен Ламы (Lobsang Chukyi Gyaltsen – 1314-1442 - написал кроме прочего, также и книгу «Де Лам», или на русском «Путь к наслаждения». Я надеюсь, что в будущем, мы также изучим и его.

Это событие, о котором я вам рассказала, когда он сидит там в трансе, и все Ламы предстают перед ним, это задокументировано как что-то, произошедшее в 1406 году, когда он был уже в возрасте 46 лет. Он умер в 1419. Это пришло в сущности, в конце его жизни.

Четыре основные части Источника всех добродетелей

У Лам Рима «Источник всех добродетелей» есть четыре основные части, и это подразделение повторяется два раза, также и в других Лам Римах.

1. Корень пути: нахождение духовного учителя, и создание с ним или с ней подобающих отношений.

Первая часть Лам Рима, сфокусирована на духовном учителе: решающая важность духовного учителя или учительницы на нашем пути, и отсюда большая важность того, как мы к ним относимся в делах, речи, или мыслях. Эта тема на тибетском называется:

lam gyi tsawa she-nyen ten tsul

lam – это путь.

Tsawa – корень.

lam gyi tsawa – корень пути.

she-nyen – хороший друг, и это на тибетском слово для обозначения духовного учителя.

ten tsul – слово **ten** или **tenpa** означает опираться, и **tsul**, это способ.

Форма, в которой мы относимся к духовому учителю, это корень пути, и на следующих уроках, мы побеседуем подробно о важном смысле этой части.

2. Как практиковать, и очистить сознание, после того как мы нашли духовного учителя.

Вторая, и в сущности основная часть Лам Рима, с точки зрения ее величины, рассказывает о том, как практиковать после того, как мы нашли нашего духовного учителя. Эта часть называется:

ten ne lo jitar jangway tsul

ten ne, означает: после того, как мы нашли учителя.

Lo – сознание.

Jitar – как.

Jangwa – означает, практиковать, и также очищать.

Tsul – способ.

То есть: как нам практиковать, после нахождения духовного учителя, чтобы очистить свое сознание. Мы подробно поговорим о различных пунктах в этой части.

3. Мольба о помощи в практике.

Третья часть, появляющаяся в конце Лам Рима, это мольба.

sulwan deppa

И это то, что мы уже упоминали ранее, в его сокращенной форме, **Sol'n'Dep.**

4. Мольба о встрече с духовными учителями, и о реализации целей.

Четвертая, и завершающая часть, это молитва.

Iame jesung dang salam toppay munlam

Iame Jesung, означает находиться под покровительством Ламы.

Dang и **Salam**, это в сущности два слова. **Sa** это уровень, и **Iam**, это путь; вместе: пути и уровни.

Toppa – достижение, и подразумевается духовное достижение.

Munlam – молитва.

То есть, это мольба о встрече с учителями, и о том, чтобы стать способными находиться подле них, находиться под их покровительством, и да мольба о достижении духовных реализаций и осознаний, на каждом из различных этапов и уровней пути.

Для достижения успеха в Тантре, необходима подобающая тренировка

Так как, в последних строках молитвы упоминается о Тантре, а это тайное учение, эта молитва, комментарии к ней, и учение о ней, превратились у тибетцев в средство подготовки людей к Тантре.

Потому, что чтобы преуспеть в Тантре – очень-очень важна подобающая подготовка.

И к нашему несчастью, развилась своего рода традиция, когда приходят Ламы, большие и хорошие Ламы, и с большой легкостью дают тантрическое обучение, и люди не всегда готовы, и виден большой процент неудач. Неудача в Тантре, это очень печально. Это одна из самых печальных вещей, которые когда-либо могут произойти.

Тибетская традиция обучения Тантре

Только для того, чтобы вы поняли о чем речь, в тибетских монастырях обычно не обучаются Тантре.

Обычно, обучаются Сутре – то есть, то, что мы изучаем на наших курсах АСI. Они обучаются пяти великим книгам (мы их перечисляли на одном из курсов). В монастырях, не очень обучаются Лам Риму; Лам Рим, был методом, которому больше обучали людей, не являвшихся монахами.

В монастырях, идут к источникам, к пяти великим книгам, и это программа обучения, продолжающаяся 20-25 лет. Ставится большое ударение, на вызубривании наизусть материала, и потом использовании этого материала. Они вызубривают книги, множество книг они знают наизусть. И потом, они используют вызубренные знания, для ведения дебатов, и таким образом, они проверяют, хорошо ли понимают вызубренный материал. Один бросает другому вызовы, и ставит перед сложностями. И все это логическое обсуждение, чудесно. Есть исследования, показывающие, что это пришло от греков. В сущности, это сократовское обсуждение, а они развили его до очень высокого уровня, и все стало без бумаг.

Итак, как уже было сказано, эта программа обучения, продолжается 20-25 лет, и в результате всех этих дебатов, а они проводят их каждый день, шесть дней в неделю, они приходят к очень высоким уровням дебатов, удивительным способностям в диспутах, к

удивительной логической точности. И в конце, у них есть такие устные публичные экзамены, подобные защите диссертации, или доктората, и все взрослые учителя экзаменируют молодых, и тот, кто с успехом их сдает, получает степень Геше. Это степень, которую заслуживают большим трудом, и в поте лица, в течении 20-25 лет обучения, зурбажки, публичных обсуждений, и так далее.

(Геше Майкл, был первым американцем прошедшим эту программу, и получившим степень Геше. До него, ее получил кто-то из Европы. С тех пор, конечно, появились еще Геше с Запада).

С Геше Майклом не спорят. ☺ Они настолько остры, и думают также очень быстро. Вы не можете победить Геше в споре. Это невозможно!

И все это Сутра, не Тантра.

Если в каком-то определенном монастыре, есть четыреста монахов, может быть, только 10-20 завершают все, и получают степень Геше, потому, что прийти туда, это тяжелый труд. Среди них, двое самых лучших, удостаиваются статуса «Hlarampa Geshe». Говоря нашим языком, это завершить более чем с отличием, или что-то в этом роде. Таким был Кен Ринпоче.

Те, кто завершили с таким отличием, и те, кто является Хларампа Геше, единичны. Они редки. Они обладают удивительными знаниями, удивительной головой. Я не знаю, как я удостоилась такого Ламы – и они представлены перед Далай Ламой, и удостаиваются больших почестей, и только они получают разрешение изучать Тантру, и тогда они идут в тантрический колледж. И только там, изучают Тантру, не изучают ее в монастыре. Это отдельный монастырь, для изучения Тантры. Поэтому, поймите только, насколько это у них редко, и сколько подготовки требуется, чтобы туда войти.

Тантра на Западе

Сейчас, пришли Ламы на запад, и начали создавать связи с учениками на западе. И как вы конечно знаете, Ламы очень любят своих учеников, и хотят дать им этот чудесный инструмент тантры, потому, что он освобождает, но ученики не готовы. Они не прошли всего этого маршрута. **Они не готовы с точки зрения своего мировоззрения, понимания пустоты, отречения, сострадания.** Они не готовы, и Тантру нельзя давать без подготовки. Без этого, она не работает. Без этого, ее давать опасно.

Поэтому, то, что они делают, это дают обучения являющиеся своего рода компромиссом. Они дают его на легком уровне. Большинство тибетских Лам приходящих на Запад, так делают. Очень редко, почти невозможно встретить полную версию, потому, что почти нет учеников готовых к ней, и позже, также существуют этапы. В Тантре есть этапы. К более продвинутым этапам, вообще приходят очень немногие, и те, кто приходят, должны быть в очень тесной связи с Ламой, на протяжении многих лет, прежде чем он вообще начинает с ними об этом говорить, и они должны пройти предварительную тантрическую тренировку, которая следует в следствии Сутрической тренировки. Это многолетняя подготовка.

Почему я вам все это рассказываю? Потому, что то, что тибетские Ламы часто делают, это берут этот текст «Источник всех добродетелей», обучают ему какой-то непродолжительный период, потом они дают такое легкое обучение, потому, что они хотят, чтобы у людей было благословение от Тантры, но они не могут выйти за пределы этого. И вместе с этим, есть много людей падающих на пути, и это самая грустная вещь, которую можно встретить.

Большая редкость получения, и практики Тантры полным образом

В традиции, которой обучаю я, мы хотим, чтобы вы завершили восемнадцать курсов, для того, чтобы как следует вас подготовить, чтобы в вашем сознании создались все условия, для успеха в практике Тантры. Потому, что Тантра может освободить вас от любой боли, от любых страданий, и победить смерть, но нужно делать это так, как следует. Итак:

- 1. Завершить эти курсы.**
- 2. Тантрическое обучение, мы также хотим дать на самом полном уровне, чтобы вы извлекли для себя, всю ценность Тантры.**

Эта встреча, и это отмечается во множестве книг, эта встреча между квалифицированным учителем, и квалифицированным учеником, очень редка.

Чтобы, у ученика было то, что нужно, чтобы он встретил учителя, и чтобы передача произошла так как нужно, это большая редкость.

Наропа был отцом большинства Тантр, которые мы практикуем на сегодняшний день в Тибетском Буддизме, и на западе, Буддистских Тантр. У него было множество учеников, и только двоих, он оценил, как готовых получить наш lineage. Только двоих учеников. Поэтому, я лишь хочу, чтобы вы оценили, насколько редко то, что вы получаете. Это кажется само собой разумеющимся, потому, что многие приходят, и обучаются на западе.

Но получить Тантру правильно, полным образом, и преуспеть на пути, это супер-супер редко. Супер редко.

Огромное благословение, и необходимость в больших мольбах

Итак, благословение, оно огромно, и поэтому мольба. Каждая ее строка начинается с «Благослови меня, и молю тебя», «Благослови меня, и молю тебя», потому, что нужно много благословения, для того, чтобы преуспеть на пути. Это то, что говорит нам Лама Цонгкапа. Необходимо множество благословения, и он обучает нас, как создать эту карму, чтобы получить это благословение, как создать условия для нашего успеха на пути.

Это, является этим учением. Это эта молитва, и я ей здесь сегодня обучаю, как медитативной практике, и цель этого в том, чтобы после того, как вы услышите это учение на этом ретрите, вы взяли это домой, и:

Практиковали это каждый день. Если вы будете это делать как полагается, как нужно, это подготовит вас, и ваш мир изменится.

(Мандала)