

Подготовка к Тантре

Курс основан на Лам Рим

«Источник всех добродетелей – мольба к горе благословений»

Включен в курс АСІ 3

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 щедростью 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 ближними; 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 Манджушри (Manjushri – мягкий голос – являющийся воплощением всей мудрости, всех просветленных личностей, в одном образе ангела), и есть те, кто говорит, что он сам был Манджушри, что он был воплощением Манджушри.
- 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, называемом «Раджанг», и туда пришел Чже Цонкапа 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 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 Риме 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 подходящих 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 духовному 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.

lame jesung dang salam toppay munlam

lame Jesung, означает находиться под покровительством Ламы.

Dang и **Salam**, это в сущности два слова. **Sa** это уровень, и **lam**, 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 обучают Тантре.

Обычно, обучают Сутре – то есть, то, что мы изучаем на наших курсах ACI. Они обучают пяти великим книгам (мы их перечисляли на одном из курсов). В монастырях, не очень обучают 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, зубрежки, 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, удостоиваются 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 удостоиваются 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 обучают 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)

Подготовка к Тантре
Курс основан на Лам Рим
«Источник всех добродетелей – мольба к горе благословений»
Включен в курс АСІ 3
На основе учения Геше Майкла Роуча
Перевод, редакция, и подача
Ламы Дворы-ла
Поселение Харут, март 2007
Урок 1 – Тантрическое просветление

Начнем с молитв. У вас есть листы с молитвами, и на них, у вас это есть, также и на тибетском. Мы читаем обычно молитвы, только на иврите, но может быть настало время читать и так, и так, чтобы:

1. Отдать дань уважения нашему наследию, через которое мы получаем эти чудесные материалы.
2. И эти слова, произносимые тысячами святыми практикующими, несут в себе много святости, и поэтому в них есть большое благословение.

Начнем с мандалы. Присоединяйтесь ко мне:

Mandel

Sashi pukyi jukshing metok tram

Rirab lingshi nyinde gyenpa di,

Sangye shingdu mikte ulwar gyi,

Drokun namdak shingle chupar shok.

Idam guru ratna mandalakam niryatayami.

Подношение мандалы

(Молитва прибежища)

До своего прихода к просветлению

Приму прибежище

В Будде, Дхарме, и Сангхе.

Ведите меня благодаря

Моим хорошим действиям

К полному просветлению

Ради всех существ.

И сделаем это, один раз на тибетском.

Kyabdro semkye

Sangye chudang tsokyi choknam la

Langchub bardu dakni kyabsu chi,

Dakki jinsok gyipay sunam ky,

Drola penchir sangye druppar shok.

Текст, и его авторы, бесконечно смелы

Сейчас, мы начинаем изучать практику «Источник всех добродетелей». Я говорила с вами о молитве, как она связана с «Радренг», со скалой с видом на долину, и там пещера. И оттуда выходит Чже Цонгкапа, и молится Ламам, и видит в небе перед собой, как появляются все Ламы, и составляет эту молитву.

Как я уже говорила, эта молитва очень коротка, она требует комментариев, и комментарий который мы будем использовать, это комментарий Пабонки Ринпоче, жившего в 20 веке. Он умер в 1941 году. Был большим тибетским мудрецом, и как любой выдающийся человек, в любом месте и культуре, он удостоивался критики. Так любой пророк, любой большой человек, потому, что большой человек приходит, и бросает вызов статус кво. Люди натываются на различного рода стереотипы и верования. Это идет от какой-то причины, но потом это окаменевают, и люди уже не помнят, откуда это пришло, и это их блокирует.

Итак, Пабонка Ринпоче, к примеру – находился в окружении монахов, не обучавших Дхарме людей, не являвшихся монахами. Они не достаточно хороши, или кошерны, или чисты. И верно, что монахи, из-за своего образа жизни, занимаются только Дхармой. Верно, что их шансы продвинуться в Дхарме, намного более велики. Все это верно, потому, что они не занимаются накоплением имущества, цеплянием за имущество, выращиванием семьи, и так далее. Ясно, что их сознание, свободнее для Дхармы. В этом нет никаких сомнений, но это еще не значит, что другие не могут изучать Дхарму, и продвигаться в ней, и в особенности в Тантре.

Тантра – Будда обучал Тантре короля. Король пришел, и сказал: «Научи меня, но я занят. Мне нужно управлять королевством», и тогда Будда обучил его Тантре. Поэтому, неверно то, что тот кто не является монахом, не может изучать Дхарму, и продвигаться в ней, и Пабонка Ринпоче начал обучать людей не являвшихся монахами. На буддистском сленге, их называют «имеющие дома». Они Householders. Имеющие дома, даже если они не имеют дома, и ипотечной ссуды. Они называются Householders, потому, что живут в домах, с семьями, в противоположность монастырю. Он начал их обучать, и они приходили в больших количествах. Они жаждали Дхармы, и это пробудило гнев и критику других в его адрес, и он много страдал от их критики.

И так любой великий Лама. Даже Кен Ринпоче. Кен Ринпоче (мой Лама, который умер), он был великим Ламой, и он был главой монастыря, и очень придерживался всех обычаев, и он также удостоился критики со стороны учреждения. Почему? Потому, что когда он пришел на запад, и ученики пришли у него обучаться, пришли и мужчины, и женщины, и он обучал и мужчин и женщин в равной степени, без всякой дискриминации. Он обучал тех, кто хотел обучаться Дхарме, и был серьезен в обучении. И мне рассказывали люди посещавшие монастырь, что и по сей день, там есть старцы говорящие, что Кен Ринпоче ушел в мир иной потому, что обучал женщин. ☺

Кен Ринпоче, был удивительным, в своем равностном отношении – не только в отношении мужчин и женщин, но и вообще, ко всем существам. Животные были важны в той же степени, что и люди. В нашей Сангхе, была женщина с легкой умственной отсталостью, и он относился к ней точно также. Разумеется, он обучал в соответствии с уровнем каждого существа. Так он обучал, но один не являлся важнее другого. Он был совершенной любовью, и равностно относился ко всем

сущностям. Итак, это такое примечание.

Комментарий Пабонки Ринпоче. Он дается как учение аудитории, примерно в 20000 человек, в Лхасе. Видимо, это было незадолго до его смерти, за несколько лет, до нее.

Его учеником, был Триджанг Ринпоче, и Триджанг Ринпоче сидел, и записывал.

(Kyabje Trijang Rinpoche (1901 – 1981) – знаменитый ученик Пабонки Ринпоче, и младший наставник нынешнего Далай Ламы. Он был коренным учителем Кен Ринпоче, коренного учителя Ламы Дворы-ла).

Сейчас, вы должны знать, Триджанг Ринпоче был учеником Пабонки Ринпоче. Он стал наставником нынешнего Далай Ламы. Самые лучшие учителя, становились наставниками Далай Ламы, и он был наставником Далай Ламы. Он также был Ламой Кен Ринпоче, моего Ламы. Это значит, я его духовная внучка, несмотря на то, что никогда его не встречала. Он умер в 1981 году, в Индии.

Только посмотрите на отношение к Ламе. Триджанг Ринпоче, урок «Источник всех добродетелей» уже изучал много раз. И все же, когда он сидел у Пабонки Ринпоче – своего Ламы, он записывал каждое слово, потому, что каждое слово Ламы несет с собой семена просветления. Оно является святым.

Итак, он с большой преданностью записывал эти записи, и этот комментарий каким-то образом исчез, и были другие ученики Пабонки Ринпоче, собравшие после его смерти все его труды, все его учение, и это не вошло в собрание. Это каким-то образом потерялось, и когда Геше Майкл был в монастыре «Сера Мэй», он встретил перевоплощение Пабонки Ринпоче, второе его перевоплощение. Первое его перевоплощение умерло в очень раннем возрасте, ребенком, и тогда пришло второе перевоплощение, называющееся «Пабонка Ринпоче третий». В общем, Геше Майкл его встретил, и он отдал ему этот труд, и тогда Геше Майкл отредактировал его, и то, что здесь переведено на иврит, это то, что Геше Майкл отредактировал из того, что Пабонка Ринпоче третий ему дал, на основе записей Триджанга Ринпоче. Это значит, что он спас эту рукопись. Поэтому, поймите, что линия очень подлинная, и чистая, и это редкость.

Беспрецедентный завод Геше Майкла, по сохранению, и компьютеризации древних рукописей

Геше Майкл посвятил тридцать лет своей жизни спасению тибетских рукописей. Когда он пришел в Sera Mey (Кен Ринпоче послал его обучаться в Сера Мэй), они были беженцами, они бежали с Тибета. С большим трудом, осели в Индии, и они были несчастными нищими. У них не было ничего. Не было книг, потому, что книги остались позади, или сгорели (при захвате китайцами). Он говорит: Ламы, ведь вызывают все тексты наизусть, поэтому Ламы помнящие тексты, записали их, и у них даже не было бумаги. Они записали на какой-то туалетной бумаге. Это было записано на клочке бумаги, и все ученики учились читать задом наперед, потому, что они сидели вокруг, как в комнате. Даже те, что нашлись и записаны, они также записаны на бумаге, разрушившейся в каких-то местах, и не получающей должного ухода, и должного отношения к ней.

И Геше Майкл, в своем высшем переживании, увидел эту огромную опасность уничтожения, потому, что если мы опираемся на память этих Лам, это уйдет из мира, потому, что молодое поколение, это уже что-то другое, в Индии, это уже не те же самые условия. И он посвятил значительную часть своей жизни, объединению рукописей, и их сохранению. И он компьютеризировал все это, и обучил людей; обучил в основном тибетских женщин беженцев, которые ничего не имели, и не имели дохода, и он собрал деньги, и проделал много lobbying, чтобы достать денег.

Он действовал, ради сохранения рукописей, для их компьютеризации. Они сейчас переводят их в компьютер, и там это сохраняется. Переводят их в римских буквах, не в тибетских. (У каждой тибетской буквы, есть перевод, как ее писать римскими буквами), и тогда можно потом искать в базе данных. Искать то, что написано в рукописях о Чупра (подношение), и ты можешь перевести Чупра, и найти то, что написано. Может в той части рукописи, или в этой, и это чудесно. Итак:

1. Он дал доход, множеству беженцев.
2. Спас рукописи.
3. Те, кто спонсировал этот завод, накопили чудесную карму.
4. Сейчас, можно искать это, можно это переводить, можно давать целое учение, чего нельзя было сделать до этого.

Даже самые великие Ламы, так или иначе помнили рукописи, но существует тысячи рукописей. И сейчас, когда он обучает нас, к примеру Тантре, за секунды, он может найти все эти рукописи. И к примеру, мы получили курс о тантрических обетах, которого не существует в мире. Учение, которое мы там получаем, просто не из мира сего. Это все добродетель человека, вставшего, и увидевшего важность этого. И сегодня, John Brady, являющийся одним из учеников Геше Майкла, большой Бодхисаттва, продолжает это дело. Он продал свой Пентхауз в Нью Йорке, и из этого, спонсирует все эти вещи. Чудесная работа. Сейчас, они пошли также в Ладак.

Сейчас, уже есть некоторый доступ к Тибету, Санкт Петербургу, где есть музей, в котором есть много тибетских рукописей, которых нет в других местах. Послали людей в Монголию. Хороший друг, Ритеш, индийский парень, оставил свою работу аналитика в Вол Стрит, чтобы сделать это, за свой счет.

Нашли рукописи в Монголии, которых нет в других местах, и это был большой сюрприз. Целая серия удивительных вещей, и на них основано следующее учение Геше Майкла. Невозможно описать, какие удивительные вещи происходят, в результате этого сострадания, когда человек встает, и понимает, что этот ключ к спасению жизни может исчезнуть из мира, и он посвящает этому свою жизнь. Геше Майкл работал пятнадцать лет у Офера и Ийи, и все его деньги пошли на восстановление монастыря Сера Мэй, и основания этого завода; на приобретение компьютеров, и квалификация людей, и так далее.

И этому заводу, все время требуются деньги, потому, что мы продолжаем. Еще не закончили с тибетским, продолжаем, и параллельно, распространяемся на йогу, что также является древней, почти уничтоженной традицией. Различные люди, начинающие знакомиться с этим заводом, обращаются за помощью, потому, что здесь приобретается такое знание, как это делать.

Для тех, кто хочет, я принесла с собой несколько СД. Часть семестра, который я провела в Даймонд Маунтейн, в дополнение к курсам которые я брала, и которым обучала, в дополнение к редактированию ваших вещей, и так далее, мы занимались изданием этого СД, этого выпуска. Сейчас, есть также переводы и на английский. Итак, это есть здесь, и буду рада это дать тем, кто заинтересован. Это бесплатно, и все это учение у вас под руками. Это что-то чудесное, и редкое настолько, что даже не верится.

Следующий этап, это нанять специалистов по тибетскому тексту, чтобы очистили ошибки, и сейчас они могут это сделать, потому, что это в компьютере.

Итак, это наш комментарий. (Книга «Подготовка к Тантре», переведенная группой учеников Буддистской Классики в Израиле, под редакцией Доктора Ламы Дворы Цвиели – Ламы Дворы-ла).

От конца, к началу

В молитве «Источник всех Добродетелей», есть 14 четверостиший. Обычно, обучают от начала, к концу. Начинают с начала, и продвигаются к концу. Это называется - **Lun Jung**. Произнесите:

Lun Jung

В сущности, здесь написано **Лук Жунг**, но но говорят **Лун Жунг**.

Luk – это способ, или порядок.

И это передний порядок. Это начинать с «а», и заканчивать «я».

Сейчас, есть традиционный способ, когда обучают от конца, к началу, и он называется:

Lun Dok

Итак, **Lun Dok** – это идти от конца к началу, в обратном порядке.

Это более сильный метод, и мы «Источник всех добродетелей», проделаем в **Lun Dok**. Будем продвигаться от конца, к началу.

Есть несколько вещей, которые по традиции делают от конца, к началу. Это одна из них. «Колесу жизни» - часто обучают от конца к началу. Это сильнее, потому, что мы начинаем с конца, а что такое конец? Это просветление, верно? Мы начинаем с просветления, поэтому, если вдруг с вами происходит что-то через полчаса, у вас есть семена просветления.

И хорошо изучать это и так, и так, но когда я буду обучать, я буду обучать от конца, к началу.

Обратный порядок – объясняет, как мы путаемся, как мы причиняем страдания.

Когда идут от конца к началу – ударение, в сущности, на том, как выйти из страданий, и это еще одно достоинство этого.

Что такое Лам Рим?

Когда говорят: Лам Рим.

Lam – мы говорили, что это путь.

Rim – это этап.

Lam Rim – это этапы на пути к просветлению.

Слово «Лам Рим» - пришла с Сутры Праджна Парамита, которую произнес Будда. Праджна Парамита – это «Совершенство Мудрости», и практически, существует серия таких Сутр. Название пришло оттуда.

Лам Рим, в сущности, основывается на всем, чему обучают в монастыре, но упаковывает это в другую упаковку.

Великие книги, которым обучают в монастыре:

1. Итак, обучают Праджна Парамите (**Prajnaparamita**) – это Сутра, о совершенстве Мудрости; (Смотрите в курсах 2, и 6).
2. Мадхьямику (**Madhyamika**) – обучают учению срединного пути; (Курсы 10, 11, 12).
3. Винайя (**Vinaya**) – это все этические коды монашества; (Смотрите курс 9).
4. Обучают Абхидхармакоше (**Abhidharma**) – о которой мы проделали два курса; (Смотрите курсы 5, и 8).
5. И обучают Прамане (**Pramana**) – и это курсы по логике; (Смотрите курсы 4, и 13).

Это пять больших наук, которым обучают в монастыре. Какие из пяти текстов, содержатся в Лам Риме? Все.

Итак, каждое произведение, это Лам Рим, но Тибетцы на каждый этап, также скажут Лам Рим, они используют одно и то же слово, в двух смыслах. Итак, сейчас, мы делаем последний Лам Рим.

Последний Лам Рим – тантрическое просветление

Итак, мы начнем с последнего абзаца самого Лам Рима. Он (абзац), последний с конца. Два последние, это не часть этапов, это просто благословение, окончание, и посвящение.

Давайте прочитаем вместе третий абзац с конца:

Благослови меня воспринять основные точки,

Эссенцию скрытых путей,

В точности, и на двух уровнях.

Умоляю действовать, как советуют святые

Посвятить всю энергию, и никогда не покидать

Путь четырех времен,

Высших, всеми путями.

Итак, здесь, в этом четверостишии, мы в Тантре. И как было сказано, Тантра секретна, и я не могу обучать Тантре до тех пор, пока мы не в Тантре, но я скажу несколько слов, об этом четверостишии. Также, здесь есть только упоминание о Тантре.

Кстати, если ваш Лама женщина, то поменяйте «благослови меня», на «благослови меня» (на иврите, это разные слова).

Тантра, это короткий, быстрый, и приятный путь к просветлению.

Иногда, есть тантрические рукописи, называющиеся «Быстрый путь, к большому наслаждению», или что-то в этом роде, и это волшебный, удивительный путь, вообще не из этого мира. Он чудесен, но чтобы он работал, требуется подготовка.

Будда, в «Сутре алмазного сердца», говорит об исчезновении Дхармы в мире. Будда предсказывает, когда Дхарма исчезнет из мира. Дхарма пойдет этапами, и через 2500 лет ее не станет, потому, что мы живем во времена вырождения (смотрите курс асі 6). Есть эпохи, есть поднимающиеся периоды, и опускающиеся (смотрите курс асі 8). Мы в сильно опускающемся периоде; и Дхарма исчезнет через 2500 лет. Поэтому, мы живем в вырождающиеся времена, и наша жизнь, относительно коротка. В прошлом, в начале эпохи, жизнь людей была намного длиннее.

Поэтому, у нас есть немного времени. Наша жизнь коротка, и мы вырождаемся, с духовной точки зрения. Наши духовные возможности, не похожи на те, которые были во времена Будды, например. Тогда, люди один раз слушали Сутру, и запоминали ее наизусть. У нас нет таких способностей, поэтому мы в беде. В наши времена, тяжело прийти к просветлению, очень тяжело.

Нам необходима Тантра. Нам необходимо подняться на короткий путь,

И мы обязаны хорошо для этого себя подготовить.

И в Тантре, существует четыре раздела

И потому, что времена вырождающиеся, в наши дни, только самая высокая группа, может привести людей к просветлению. В прошлом, предыдущие группы также, могли привести к просветлению. На сегодняшний день, необходима самая сильная сила, из-за нашего духовного вырождения. Это называется «**Anuttara Yoga Tantra**».

Произнесите: **Anuttara Yoga Tantra**.

Анутара Йога Тантра – означает, Тантра, которой нет выше, и она, даже сегодня может привести нас к просветлению, в течении одной жизни, если мы правильно выполняем эту практику.

Два уровня Тантры

Итак, здесь говорится о двух уровнях:

Благослови воспринять основные точки,

Эссенцию скрытых путей,

В точности, на двух уровнях.

Итак, я хочу сказать слово о двух уровнях.

Слово «эссенция», которое здесь есть «эссенция скрытых путей», на тибетском – Ньингпо.

Nying Po

Произнесите: ньингпо. Ньингпо – это сердце, и это также эссенция.

И два пути, произнесите:

Rim Nyi

Rim Nyi

Rim – это этап.

И **Nyi** – это два.

Итак, два этапа, два уровня Тантры.

1. Первый, называется:

Kye Rim

И это этап создания.

2. И второй, называется:

Dzok Rim

И это этап завершения.

Ощущение срочности.

Итак, здесь есть это ощущение испуга, срочности, что нам нужно спешить. Что мы не можем тянуть время, и медлить. Почему? Почему, это так? Я думаю, что это одна из вещей, которая часто не ясна многих новым приходящим людям. И даже люди, много обучавшиеся Дхарме с другими учителями, говорят: «А! Почему? Что срочного? Чего спешим?»

Чего спешим? Потому, что мы стареем, и теряем способность практиковать. Даже те из нас, кто молод, находится в процессе старения, и со временем мы потеряем нашу концентрацию. Моя концентрация на сегодняшний день, не та же самая, которая была двадцать лет тому назад. Мои физические способности на сегодняшний день, не те же самые, которые были у двадцать лет назад. Мы стареем, и теряем физические, и ментальные способности. Все время мы в пути, и разумеется, приобретаем осознания, и с возрастом мы становимся мудрее, итак далее, (я надеюсь), но если мы не пришли к достаточно глубокому уровню, эти вещи со смертью теряются. Если мы не пришли к достаточно глубокому уровню, мы их теряем.

Что значит «теряем»? Они не полностью теряются. Карма сохраняется от любой вещи, которую мы совершаем. Иначе, не было бы смысла вообще учиться, и практиковать, верно? Семя сохраняется, от любой вещи. Когда я говорю: «Теряются», это не значит, что они стираются из потока нашего сознания, а то, что у них нет достаточно сил, чтобы привести нас к удачному перевоплощению, в котором мы сможем продолжить это путь. Они слишком слабы.

Мы жили уже миллиарды перевоплощений, и мы носим вблизи себя, очень тяжелые кармы. Если вы не верите, посмотрите на все ужасные аварии, происходящие с чудесными, хорошими людьми, большими праведниками, к ним приходят большие страдания. Почему так? Из-за карм, которые мы носим в наших карманах, с предыдущих перевоплощений, и их носят все.

Все носят кармы Гитлера, и Мау це Тонга. У всех нас, они есть. У кого-то, это созревает сейчас, у кого-то в другой раз, и если мы не спешим, и не проделываем серьезной практики, пока у нас есть условия ее делать – и мы поговорим, о чудесном совпадении условий, которые у нас есть на данный момент – если мы не используем их как следует, велики шансы, что со смертью, мы будем увлечены в намного более страдательное существование, чем есть у нас сейчас, и из которого намного труднее выйти, потому, что там тяжело накопить хорошую карму. Поэтому, если мы не продвинулись, достаточно глубоко, шансы продолжить, и продвинуться на пути, не велики.

Нет другого выбора

- Мы не знаем, когда придет смерть. Никто из нас не знает. Молодые не знают, старые не знают. Никто не застрахован. Мы не знаем, когда придет смерть,

- Мы понимаем, что если заслуга не достаточно глубока, то она в один из дней, может быть нам поможет, но в середине пути, может быть, нам придется ужасно страдать,

- И пока, мы не можем помочь существам.

Поэтому, если сострадание велико, и я хочу привести себя в место, где смогу помочь всем существам, я обязана практиковать сейчас. У меня нет другого выбора.

Термины сострадания

Нет чего-то другого, что можно сделать с этой жизнью. Любая материальная вещь, которую я делаю, будет у меня, оторвана, вырвана. Я потеряю ее, так или иначе. Я потеряю любую красивую вещь, которая находится у меня в доме, я потеряю любого члена семьи, которого я люблю. Я потеряю свою красоту, свой ум, свое здоровье. Все это будет у меня отобрано, рано или поздно, в этой жизни, а если нет, то во время смерти. Все будет у меня отобрано. Любая материальная, земная вещь, будет у меня отобрана.

Единственная вещь, которая может меня защитить, это глубокий уровень духовных достижений, и для этого приходит Тантра.

Потому, что если мы это делаем медленно, путем открытой Сутры, это слишком медленно. Это путь, которому обучал Будда, совершенный путь, не ошибочный путь, но слишком медленный. И Будда рассказывает нам, что после того, как он уже стал Бодхисаттвой – а это уже кто-то, обладающий настоящей Бодхичиттой, и это очень продвинутый духовный этап, который кстати не теряется, который вы да забираете в следующие жизни – но даже после того, как он уже стал Бодхисаттвой, у него взяло 300000 эпох, что-то вроде этого. Много времени, после того, как он уже стал Бодхисаттвой, не говоря уже о бесконечных эпохах, до этого. Это путем Сутры.

Поэтому, путь Сутры чудесен, он чист, и работает, но если наше сострадание велико, мы говорим: «Нет! Мне нужно быстрее, потому, что существа страдают». Потому, что я люблю всех людей, своих детей, которым я дала жизнь, я не могу предотвратить их смерть. Я должна сделать это, ради всех людей, которых люблю, ради себя, но я разумеется, не могу сделать это, только ради себя.

Через тридцать секунд после того, как закрываются глаза на смертном ложе, у всех этих вещей, которыми мы заняты, пропадает всякий смысл. Мы говорим: «У меня есть эта встреча. Я не могу освободиться». Я не буду вам рассказывать, сколько людей пришли ко мне, и сказала: «У меня есть это, и это, и это». – Эти вещи потеряют всякий смысл, за секунды после того, как вы закроете свои глаза. У них нет никакого смысла. Через три-четыре поколения, у вашего имени не будет никакого смысла. Вы помните, кто был пять поколений до вас, в вашей семье? Может быть, имя где-то записано, и если оно еще где-то записано, пройдут еще поколения, и это также не будет записано. Когда мы думаем о страданиях существ, у этого нет никакого смысла.

Нет ничего важнее, и срочнее, чем то, что мы здесь делаем,

Чем подготавливать себя, и входить в Тантру, и тогда практиковать Тантру чистым образом.

Удивительное благословение, от чистой тантрической практики

Тантра используется в любом виде жизненных энергий, которые в нас есть. Все они призваны привести нас к просветлению, включая и сексуальные энергии. И многие люди, берут этот фрагмент, и обучают Тантре, как какому-то виду прославления секса, или чего-то в этом роде.

Тантра, это не секс. Используют сексуальные энергии – но это не секс. И люди, обучают этому, очень в нечистой форме. Я настоятельно призываю вас, туда не ходить. Это очень опасно. Потому, что:

Если идут, и используют очень сильные инструменты, в нечистых целях,

Это быстро сжигает хорошую карму, и потом приводит, к очень глубокому падению.

Если заниматься Тантрой чистым образом, с чистой мотивацией, с Бодхичиттой, вы можете в течение одной жизни, прийти к реальности, совершенно отличающейся от той, где вы живете сейчас. Вы можете в течение одной жизни, стать ангелом, и жить в раю, и победить смерть. Вам больше не нужно будет умирать. Это будет, чем-то совершенно иным.

Ваша реальность, может пройти полную трансформацию, если делать это правильно, чистым образом, и под правильным руководством.

Не каждый Будда, обучает Тантре.

Будда Шакьямуни, обучал. Говорят, что в эту эпоху, в мире появятся тысяча Будд, и эта эпоха, это долгое время, это миллионы миллионов лет. Будды всегда предстают, когда поколение деградирует, потому, что когда оно поднимается, то людям хорошо, и они вообще не будут слушать учение. Чтобы захотеть учиться, людям нужно познакомиться с отвратительностью самсары, и тогда они предстают. И из тысячи, о которых говорят, что они появятся в эту эпоху, Будда Шакьямуни был четвертым. Говорят, что Чже Цонкапа, был одиннадцатым. Он обучал Тантре. Первый, я думаю, четвертый, и последний, будут обучать Тантре. Другие, не будут обучать Тантре. Только четыре из тысячи, будут ей обучать. Итак, мы живем в удивительный период, когда нам это доступно, и вот-вот, это исчезнет из мира.

Два этапа Тантры

Первый этап, **Kye Rim** – это этап, когда мы начинаем очищать свое сознание, и свой мир, и переходим в другое существование. Наша реальность становится другой. Мы находимся здесь, встречаем тех же существ, но они предстают перед нами, по-другому. Мы переживаем их, по-другому. Они не то же самое, что мы переживаем сейчас. Это происходит, если в Тантру правильно входят, и правильно ее практикуют. Постепенно-постепенно, происходит что-то удивительное. Ваше окружение меняется. Вы находитесь в обществе святых людей. Это с вами произойдет.

Это происходит с вами, хотите вы этого, или нет. Если вы практикуете правильно, это происходит автоматически. Сознание, прозрачным и постепенным образом, проходит трансформацию, и всё вокруг вас становится святым, и вы становитесь святыми.

Итак, это первый этап, **Kye Rim**. Значение **Kye Rim** – это «**этап создания**».

Второй этап - **Dzok Rim** – называется «**этапом завершения**». Есть люди, приходящие к полному просветлению, даже в **Kye Rim**. Насколько бы Тантра не была исключительной, Анутара йога Тантра еще исключительнее, и достичь успеха в **Kye Rim** еще более исключительно, все же, большинство людей к полному просветлению, в **Kye Rim** не приходят, а лишь к частичному просветлению. Чтобы прийти к полному просветлению, необходим **Dzok Rim**, и это этап завершения.

И когда правильно делают **Kye Rim**, он естественным образом перетекает в **Dzok Rim**, также, как и когда Сутру делают верно, естественным образом, это перетекает в Тантру. Вы начнете встречать учителей, которые будут говорить с вами об этих вещах, и которые способны вас им.

Kye Rim, может занять годы, но когда его делают верно, вы начинаете встречать учителей, которые обучают вас **Dzok Rim**.

Я повторяю.

- **Kye Rim** – этап создания, на котором мы создаем чистыми себя, и мир.

- Этап завершения - **Dzok Rim** – мы завершаем путь к просветлению.

- Это происходит личным, и секретным образом, между учеником, и Ламой, один на один, и это завершает этот процесс.

Итак, здесь написано «*Благослови меня усвоить основные точки*». Основные точки, на тибетском –

Ne Nam

В точности – это **Ji Shin** – на тибетском – «**в точности, и на двух уровнях**».

Есть причина, почему настолько редко можно встретить учение, **Kye Rim**, и разумеется **Dzok Rim**; из-за того, что очень сложно встретить ученика, имеющего способность получить **Dzok Rim**. Не то, чтобы учителя не хотели этому обучать. Они умирают, привести нас к просветлению. Как сказал нам как-то Кен Ринпоче: «Когда ученик готов, я сразу же его обучаю. Я не торможу ученика». Потому, что люди приходили, и настоятельно призывали его обучить их **Dzok Rim**. Он говорит: «Когда вы будете готовы, я не буду ждать ни одной секунды, но до этого, я не могу. Я не могу». Вместо пользы, это принесет вред.

Подобающая подготовка, обязательна

Как уже было сказано, нужно сделать это хорошо. У ученика должна быть подобающая подготовка.

- Много тренировок в медитации. Необходимо достичь этого Шине, о котором мы говорили. Поэтому, я настоятельно призываю вас – делайте медитацию. Делайте домашние задания, потому, что иначе нельзя продвинуться. Вы не знаете, что вы получаете. Вы получаете, намного больше, что вы думаете, что получаете. Все для того, чтобы подготовить вас к продвинутым этапам.

- Необходимо развить сострадание высокого уровня,

- Понимание пустоты, высокого уровня.

- Необходимо большое почтение, и вера в учителя, чтобы это вообще работало. Требуются подобающие, продолжительные отношения с учителем. Ученик должен познакомиться с учителем, и довериться ему. Довериться настолько, чтобы быть готовым вложить свою жизнь, в руки своего учителя, потому, что это то, что ты в сущности и делаешь. Не только в этой жизни, во всех жизнях, и учитель должен хорошо познакомиться с учеником, и увидеть, что он готов. Что он подходит. И это то, что он просит в этом четверостишии:

Благослови меня усвоить основные точки,

Эссенцию скрытых путей,

В точности, и на двух уровнях.

Это первая часть четверостишия, и как было сказано, чтобы достичь этого уровня ученика, ученик должен, прежде всего, разумеется тяжело работать, выполнять указания, в точности выполнять указания учителя. Для этого, он должен обрести веру в учителя, иначе он не выполнит его указаний. Поэтому, ему нужно проверить.

Необходимо огромное сострадание, к страданиям существ

Ученик, должен убедиться в пути, но:

То, что в основном нужно ученику – это развить в своем сердце сострадание ко всем существам, потому,

Что это двигающая сила, для чего все делать, потому, что это большая работа.

Это большая работа, поэтому и нужно это большое сострадание, которое будет стимулировать меня проделывать эту работу, и не развлекаться глупостями, которые теряются, потому, что я не могу вынести это состояние, когда все вокруг меня меняется, и умирает. Все меняется, и умирает. Даже мои маленькие, милые внуки, которые только родились, и они чудесны и очаровательны, но они уже с семенем смерти. Они с ним пришли. В самом факте их рождения, уже содержится условие для смерти.

Все вокруг меня умирает. Эти, умирают быстро в аварии, а эти умирают медленно, но все умирает. Все в процессе умирания постоянно, и человек хорошо познакомившийся с отвратительностью этого, и понимающий, что это ошибка, что так не должно быть, не будет ждать. Он не будет играть временем, и чем больше мы ждем, тем больше время работает против нас.

Тантра, обязана оставаться тайной

Еще слово, в отношении четверостишия:

Благослови меня воспринять основные точки

Их эссенцию скрытых путей.

Почему они скрытые? Почему секретные? Итак, часть этого, я вам дала.

- Это тайно потому, что важно, чтобы ученик был готов, потому, что иначе, это опасно. Это один аспект этого, и мы сказали, что когда ученик не готов, это может привести к большому вреду. Вместе с этим, когда ученик готов, это чудесная вещь, чтобы дать ученику.

- Есть дополнительная причина, почему они называются тайными, и она в том, что Тантра будет тайной для вас, если вы к ней не готовы. Если человек не готов, то вероятно, он вообще не встретит достойного своего имени тантрического учения, я подчеркиваю, достойного своего имени, тантрического учения. И если он не готов, можно дать ему тысячу учений, но он не воспримет эти вещи, потому, что он не готов их воспринять. Он не поймет их по-настоящему. Он не поймет их смысл, и люди не понимают этой практики, это начинает их утомлять, и они ее оставляют. И это очень печально.

Итак, Тантра сама будет хранить себя в тайне, до тех пор, пока вы не станете готовы. И вместе с этим, для тех кто готов, даже если он не получил тантрического обучения, тантра начинает происходить в его жизни, и здесь есть такие люди. Тот, кто уже начинает быть готовым, начинает переживать тантру без знания, «как зовут ребенка». Это такой автоматический, и прозрачный переход, который происходит сам собой.

Это в отношении скрытости – почему они тайные. И как было сказано, Ламы ничего не пытаются скрыть. Наоборот.

Подготавливающие нас ретриты

Вторая часть четверостишия:

Умоляю действовать, как советуют святые

Посвятить всю свою энергию, и никогда не оставлять

Путь четырех периодов,

Который выше всех путей.

«Путь четырех периодов» - подразумеваются тантрические ретриты. Подразумевается этот ретрит, когда мы идем примерно на месяц, или пять недель, закрываемся в комнате, проделываем все подготовки. Запираем себя, создаем подходящие условия, и практикуем тантрическую практику. Почему четыре периода? Потому, что в Анутара Йога Тантре, которую мы практикуем, есть обязательство проделать минимум четыре таких ретрита. Эти ретриты, называются –

Le Rung

Произнесите: **Le Rung**. И это сокращение от:

le su rung wa

Le – это действия. Это также и карма, то же самое слово.

Rungwa – это готов.

Итак, это что-то, что тебя подготавливает. Итак, **Le Rung**, это что-то, что тебя подготавливает. Подумайте, когда вы уже в Тантре, **Le Rung** все еще нас подготавливают. Есть много работы, которую нужно проделать.

Что значит, подготавливают нас? Со всеми молитвами, и мантрами, и медитациями, которые Ламы нам дают, **Le Rung** подготавливают нас к работе с нашими внутренними каналами, с нашим внутренним телом. Они подготавливают каналы. В конечном итоге, чтобы прийти к полному просветлению Будды, нужно проделать внутреннюю работу, с каналами, но наши каналы засорены, закупорены, сломаны, искривлены, и чего только еще с ними нет. И все, потому, что у нас есть нечистые мысли.

Произнесите:

Sem Lung Jukpa Chikpar

Sem – это сознание.

Lung – это ветер, или прана, или внутренняя энергия.

Jukpa Chikpar – идут вместе.

Мысль и прана идут вместе. Итак, прана, это спиритическая энергия протекающая в наших

внутренних каналах; в этом же внутреннем теле, которое мы не можем видеть, но оно физическое, и в медитации можно соединиться с ним, увидеть и почувствовать его, в глубокой медитации, под правильным руководством. Так, как мы не понимаем реальность, не понимаем карму, не понимаем пустоту, не понимаем, как работает мир, реагируем на вещи не верно, судим внешний мир, думаем, что вещи приходят со своей стороны – все это приводит к запутыванию нашей внутренней энергии. Это приводит к тому, что наши каналы к катастрофическому, ужасному состоянию. Это то, почему у нас есть и физические, и душевные болезни, и так далее. Все они исходят из этой запутанности. Все идет от мыслей.

И на этапе **Kye Rim**, мы подготавливаем себя медитационными способами, тем, что направляем сознание в нужном направлении, к работе с внутренними каналами.

Прежде, чем с ними действительно можно будет что-то сделать, сначала, требуется мягкая работа, подготовка, потому, что если бегут слишком быстро к **Dzok Rim**, это просто не будет работать. Это, как когда вы пытаетесь протолкнуть много воды, в забитую трубу, и тогда это выливается во все стороны, и причиняет вред; это также приносит физический, и хуже всего, ментальный вред. Поэтому, Ламы не будут этому обучать тех, кто не готов.

Самый лучший путь подготовить себя к этому, еще до того, как вы вошли в Тантру, уже сейчас – уже сейчас, относиться хорошо к ближним. «Любите ближних, как себя» - сострадание, любовь, действия ради ближних, отказаться от непрекращающейся занятости собой, снизить эгоизм, действовать ради ближних. Это самый лучший путь, потому, что **Sem Lung Jukpa Chikpa** – «Мысли и ветры идут вместе». Когда вы тренируете мысли таким образом, каналы постепенно упорядочиваются,

И условие, для того, чтобы быть пригодным к Тантре, это быть хорошим человеком.

Не хорошие люди, даже не придут сюда. Это условие. Это то, что нас подготавливает, и также, разумеется изучение пустоты. Но если нет этой хорошести, не придут изучать и пустоту. Это вас не заинтересует, или вы вообще это не проверите. Итак, это условие. Просто **Le Rung**, проделывают этот процесс намного быстрее, и в этом его функция.

Итак, как было сказано, человек который входит в Анутару йога Тантру, обязуется проделать по крайней мере четыре **Le Rung**. Это минимум. Почти никогда, этого не достаточно. Нужно, намного больше. Необходимо делать их правильно, под правильным руководством. Каждый, примерно в пять недель, это хорошо. Берет, примерно с неделю подготовить **Le Rung**, и тогда еще четыре недели, чтобы проделать это так, как нужно.

Разумеется, необходимо создать условия для этого. Необходимо создать карму, для того чтобы это было возможно; физические условия, материальные, семейные. Люди мне говорят: «У меня есть это, это, это». Если твое сострадание велико, ты создашь условия, чтобы проделать это, потому, что иначе все люди, ради которых ты бежишь что-то сделать, умрут, и ты умрешь.

Иногда, на это уходят годы, подготовить основу для этого, внешние условия в моей жизни, чтобы я могла проделать эту работу. И часто, берет много времени, чтобы вывести себя из цепляния за смерть.

Четыре периода

Итак, как было сказано, есть обязательство к четырем ретритам, но «четыре ретрита» здесь – не

имеется ввиду четыре ретрита, а то, что называется «внутри ретрита». В ретрите есть четыре сессии:

1. Одна, с ранним подъемом, это значит, еще до восхода солнца. Потом, завтракают.
2. Потом, есть еще одна, до обеда. Потом отдыхают.
3. И потом, есть еще одна, после обеда.
4. И потом, еще одна вечером.

За день ретрита, есть четыре сессии. «Через четыре периода» - это идти этим путем ретритов, когда каждый день проделывают четыре сессии. Это здесь подразумевают.

«Высший, из всех путей»

Почему, он высший, из всех путей? Потому, что он выводит из страданий быстрее всех, и очень приятен, так что еще нужно?

И так, как время коротко, призыв Лам таков: **«Есть так много духовных учений, и привлекающих наше сердце вещей. Если в них нет всех этапов, перечисленных здесь до конца, включая Тантру с ее двумя этапами, они растранижают ваше время. Они, может быть приятны, может быть что-то улучшают, может быть успокаивают, но они не освобождают, и смерть придет до того, как вы освободитесь».**

И призыв всего этого Лам Рима: «Не растранижайте свое время».

Духовное учение, которое вы встречаете, обязано быть:

- Основано на этике. Оно должно быть этическим.
- Оно должно быть основано на понимании кармы и пустоты, потому, что без этого нельзя освободиться.
- Человек, обучающий вас, должен вести этический образ жизни, сладкий. Он должен дать вам вдохновение, поощрять вас на пути.

Все, о чем вы когда-то мечтали

Если вы встречаете настоящие учения – а такое редкость – и практикуете их, это как уже было сказано, чудесно, замечательно, мило, приятно – все, о чем вы когда-нибудь мечтали, и еще много-много кроме этого.

Если действуют не правильно, и вера расшатывается, и начинают проверять эти вещи с научной, академической точки зрения, и так далее – наша реальность, наше обычное сознание, не одобрит направление в эту сторону.

Наше обычное мировоззрение другое, оно самсарное. Оно постепенно-постепенно, верно нас ведет к смерти.

Есть люди, имеющие очень сладкую самсару; приятный дом, приятную семью, приятных детей, хорошую профессию, статус, репутацию. Иногда, это самый страшный яд, потому, что это усиливает наше цепляние за самсару, и тогда они красиво идут к смерти. Наша реальность, так как мы ее проживаем, не будет поощрять нас в этом направлении. Вам нужно сделать что-то другое, и это что-то другое, приходит от отречения, и сострадания,

когда вы смотрите на существующие в мире страдания. И не то, чтобы мы так любили страдания, и любили говорить о страданиях. Мы это делаем, чтобы создать мотивацию выхода из страданий, потому, что если мы не соединимся с этим, то поедем в наши отпуска, и заграницы, и на съезды, и карьера, и репутация – и умрем, и не сможем никому помочь.

Медитации

Итак, сейчас мы начинаем медитацию «Источник всех добродетелей», и мы идем от конца, к началу. Когда вы делаете их дома, я хочу вас поощрить делать ее и сначала, и с конца. Не обязательно в одной и той же позе. Можно раз так, раз так, и не обязательно все этапы за один раз. Вы можете делать бесконечное количество вариаций. Это практика на всю жизнь, даже когда вы в Тантре. Я продолжаю практиковать это, все время. Это поддерживает Тантру. Тантра без этого не работает. Необходимо это, и также то, что мы делали вчера.

У нас в сущности, здесь будет 11 или 12 этапов, и чтобы помочь нам их запомнить, мы создаем образа. Мы создаем в голове картины, которые помогут нам переходить от одной картины, к другой, и к каждой картине, мы прикрепим принадлежности, или вещи, которые будут напоминать нам об этом этапе.

Сейчас, можно начинать, это будет не длинным.

Итак, сядьте удобно, и постарайтесь десять минут не двигаться, и держать спину прямой.

Начните с фокусировки на дыхании. Сейчас, нет необходимости дышать как-то по особенному, или слишком глубоко, или длинно. Просто наблюдать за дыханием. Это не дыхательная практика. Это просто средство, для фокусировки мыслей.

Итак, вы этот маленький часовой, стоящий на входе в нос, и смотрящий что там происходит. Какое ощущение там есть, когда воздух входит внутрь, и выходит наружу, и вы только наблюдаете.

Так, как ранее мы уже проделали предварительные шаги, сейчас мы не будем к ним возвращаться, и мы сразу переходим к последнему этапу, и это этап результата, когда вы уже просветленные, вы уже Будда.

Обычно, мы работаем с каким-то замком, или дворцом, немного похожим на тот, который мы делали в медитации на смерть. В нем есть много комнат, и вы можете подумать, что он круглый, и внутри, в центре, есть открытый внутренний двор, без навеса, очень красивый, с мозаикой на полу, или керамическим покрытием, или с каким-то фонтаном посередине, и может быть множеством красивых цветов, и синим небом над головой. Очень красивое место, освещенное солнечным светом. Может быть, вокруг есть какие-то колонны. Подумайте о таких красивых местах, которые вы видели вживую, или на открытках, или чем-то подобном.

Попытайтесь выстроить это место, со всеми его подробностями, потому, что вы будете возвращаться в него потом, снова и снова. Подумайте, какой цвет есть у пола, или какой узор, или как выглядит фонтан? Как выглядят цветы? Все детали там.

И увидите себя там в центре, и вы уже просветленная личность. У вас есть тело ангела; тело света, светящееся, лучащееся, чудесное по своей красоте. Тело, созданное триллионами добрых дел, из удивительного количества чистой, хорошей кармы. Абсолютно чистое тело, не имеющее никаких изъянов. В нашем мире, даже у самых красивых людей, у самых красивых манекенщиц, всегда есть какая-то бородавка, есть какой-то изъян. У этого ангела, нет никаких изъянов, он совершенен.

*Попробуйте подумать, как бы вы хотели выглядеть. Какой самый красивый образ, в котором вы бы хотели себя представить? И тогда, сделайте его еще красивее, и представьте себя в этом образе; какие глаза у вас есть? Какое лицо? Какие волосы? Все детали. **Потому, что это то, чем вы станете, когда придете к просветлению.** Вы будете, самым красивым, в своих глазах, и еще в миллион раз красивее.*

Попробуйте увидеть как можно больше деталей, в вашем чудесном теле света.

И сейчас, попробуйте сфокусироваться на сознании этого просветленного существа, которым вы являетесь. Каким видом сознания, оно обладает? Абсолютно совершенным сознанием, абсолютно счастливым. Нет ни одного пятна, омрачающего ваше счастье. Сознание одаренное совершенной, бесконечной, равностной любовью, ко всем существам.

Сознание, знающее все, и способное помочь всем существам.

Вы любите всех. Это не значит, что все любят вас. На Будду также пытались нападать. Нет большого Ламы, который не устаивался критики и нападений, но в вашем сознании нет даже намека на злобу, или ненависть.

И у вас есть способность одновременно появляться во всех мирах, на всех биллионах планет, и одновременно помогать всем существам во вселенной, каждому так, как ему это нужно. И вы стоите там, в центре этого внутреннего двора, и видите своих двойников, появляющихся во всех мирах, и помогающих всем существам одновременно. Вы сидите там, и наслаждаетесь плодами своих рук.

Итак, это результат тантрической работы; чудесное, совершенное тело света, способность появляться в любом месте, всезнание, бесконечная любовь, сострадание, и желание помочь всем существам.

Вы можете открыть глаза.

Что такое «Высшие тела»?

- Это тело света – физическое тело ангела.

- И ментальное тело Будды – сознание, которое знает все, любит все, понимает все, может, и делает. Это то, чего мы желаем всем существам.

Завершим мандалой. На тибетском, и потом на иврите, и также посвящение на тибетском, и потом на иврите.

(Молитва Мандалы)

(Посвящение)

Подготовка к Тантре
Курс основан на Лам Рим
«Источник всех добродетелей – мольба к горе благословений»
Встроен в курс ACI 3
На основе учения Геше Майкла Роуча
Перевод, редакция, и подача
Ламы Дворы-ла
Поселение Харут, март 2007
Урок 2, часть 2
Хранение обетов, и три пути

(Мандала)

Я хочу, еще немного задержаться на этапе обетов. Абзац, который мы читаем был о том, что: после того, как я вошел во врата сада, абзац был такой:

Благослови, чтобы я окончательно понял, что

Чистое соблюдение всех указаний

Является условием для достижения этих двух.

Если так, умоляю хранить обеты,

Как свою жизнь, как зеницу ока.

Мы говорили о двух видах достижений: открытых для практикующих Сутру, и тех которые для Тантры. Существует еще подразделения, и это можно назвать двумя названиями:

Абсолютные, и не абсолютные достижения

Другое, это абсолютные достижения, в сравнении с не абсолютными. И давайте об этом немного поговорим.

1. Абсолютные достижения

Вид абсолютных достижений – подразумеваются Нирвана и просветление, и это не одно и то же. Нирвана и просветление это не одно и то же. На курсе 2 мы много об этом говорили, поэтому я вернусь к этому вкратце.

Нирвана

Нирвана – означает окончательное, необратимое завершение, всех ментальных омрачений, и всех семян ментальных омрачений. И это благодаря тому, что человек увидел пустоту напрямую, и работал с этим. Есть окончательное, необратимое прекращение всех ментальных омрачений. На тибетском **Nyon Mong**.

До тех пор, пока не увидят пустоту напрямую, можно их подавлять. Человек развивший Шине может подавить их почти окончательно. То есть, он ловит их настолько быстро, что они вообще не поднимают головы. В тот момент, как они только чуть-чуть появились, он их сразу ловит, но он их еще не уничтожил.

И есть известная история о человеке сидящем себе в пещере и делающем много медитаций, и он развивает Шине, развивает эту медитацию абсолютного спокойствия. И он находится в Шине. Шине – это настолько глубокая концентрация, что вы отключаетесь от органов чувств. Вы очень сконцентрированы. Представьте себе такой уровень концентрации. Есть такие, у кого даже прекращается дыхание. Есть такие йоги, которые закапывают себя в землю на шесть недель, не Буддисты. И такой йог сидит себе там в пещере в глубокой медитации, и он сидит уже много времени, и тем временем его волосы становятся очень длинными. И наконец-то, он выходит из своего Шине, и тогда он обращает внимание, что пришла мышка, и съела его красивые локоны, и он сердится. ☺

После всех этих лет – он сердится. Потому, что он еще не уничтожил эти семена. Потому, что у него есть Attachments. Он еще не видел пустоты. Он еще не понимает пустоты своих волос, мышки, того, почему она пришла, своей пустоты, и так далее, так, что это не Нирвана. Может быть он пребывал в чудесном наслаждении во время медитации, но это не Нирвана, потому, что он еще сердится. Он еще не уничтожил гнев. Для уничтожения гнева, сначала нужно увидеть пустоту напрямую, в глубоком медитативном переживании, и тогда поработать с этим еще какое-то время. У пришедших к Нирване, нет даже капли гнева. Вообще. Он больше не может гневаться. Он потерял способность гневаться. У него ее больше нет.

Будда

Вместе с этим Будда – человек пришедший к полному просветлению, иногда его называют, произнесите:

Nam Kyen

Nam Kyen – это обладающий всезнанием.

Другое название:

Jangchub

Это другое слово для просветления.

Скажите:

Sang Gye

Это название Будды.

Что такое Будда? Это человек обладающий всезнанием. Это человек, который разумеется, уничтожил все ментальные омрачения, и их причины, и это часть определения Нирваны. В Нирване мы уничтожаем духовные омрачения, и их семена навсегда. Будда, который достиг этого чудесного, удивительного достижения, разумеется перешел за это. Он также, уничтожил все преграды к всезнанию, когда человек пришедший только к Нирване их еще не уничтожил, и это огромное различие.

Это огромная разница. Человек пришедший к Нирване, вне всяких сомнений, прекратил свои страдания. Он уже не страдает, и он пребывает в большом наслаждении, но он не помогает другим. Он не прекратил страдания других, и можно прийти к Нирване Буддистским путем, и путь Хинаяны может к ней привести.

Чтобы прийти к полному просветлению Будды, необходимо устранить преграды к всезнанию, и это приходит только через путь Махаяны. Это невозможно через путь Хинаяны. Они даже не верят в то, что можно стать Буддой.

Знает ли Будда все? Да. Все ли он может? Нет. Нет, потому, что если бы он все мог, он бы уже давно уничтожил мои страдания. Он не может этого сделать. Они могут все видеть, у них есть огромное сострадание, и совершенная возможность приходить и обучать меня, в соответствии с моими потребностями. Они знают точно: они могут читать мое сознание ежемоментно, они могут видеть мое будущее и они делают это, и они все время приходят и обучают меня, в соответствии с тем, что мне подходит. Они могут представлять в различных формах, потому, что у них нет никаких проблем представлять в различных формах, и они работают в размерах эпох – калп (Kalpas). У них есть много терпения. Они могут притвориться, что они мой ребенок, или партнер. Когда настанет день, он сделает ту вещь, которая изменит мою жизнь. Итак, это эти самые абсолютные достижения из этих «двух». О них мы молимся.

2. Не абсолютные достижения

Что является меньше абсолютного? То, что мы называем не абсолютными «достижениями на пути». Они не абсолютны в том понимании, что мы можем потерять их между перевоплощениями, и это различного рода сверхъестественные способности, которые мы можем развить во время практики, такие например, как:

- Они могут читать сознание других.
- Clairvoyance – то есть, они могут видеть на дальние расстояния, видеть что-то, что очень далеко, или
- Быстро проходить большие расстояния,
- Они могут летать. Есть такие,
- Могут проходить сквозь стены,
- Могут ходить по воде,
- Могут жить без еды.

Они могут делать различные необычные вещи, чудеса, но это не может остаться. Мы не можем сохранить их без мудрости, понимающей пустоту напрямую. Итак, это называется «достижениями на пути», «общими достижениями».

Для чего, это полезно?

Полезно ли их развивать? Чудесно их развивать, в том случае, если их используют для помощи другим. Практически, все шансы, что нам это не удастся, если наша мотивация не ради других, потому, что как учатся проходить быстро длинные расстояния? Когда очень хотят помочь тому, кто находится далеко.

Как Будда стал всезнающим? Он очень хочет помочь, всем существам. Ради этого, ему важно знать, что им нужно, и из-за этого стремления, из этого влечения помочь, он развивает всезнание. Точно также, как и мать знает, что хочет ее младенец, потому, что она настолько хочет заботиться о ребенке, что учится читать его, когда он не умеет говорить. И Будда, потому, что его любовь настолько велика, учится читать всех существ. И от этого приходит всезнание. Это кармическая причина всезнания, и поэтому, невозможно стать Буддой, без этой огромной любви к существам, без этой Бодхичитты, без этого сострадания ко всем существам.

Если достижения на пути используются для помощи всем существам, это чудесно. Существуют люди, развивающие эти способности в медитации, и потом использующие их в не чистом виде, ради денег, чтобы сделать передачу, по телевизору. Это то, что гарантирует, что они потеряют эти способности. В этой жизни, или в следующей – они их потеряют, потому, что когда это ради

эгоистических интересов, это нельзя удержать.

Сами по себе, материальные достижения, не стоящая цель, чтобы ради нее работать. Они отберутся у нас в один момент, и мы все это знаем. Жизнь может быть отобрана в один момент. Можно потерять на бирже капитал, за один момент. Такое происходило. Такие вещи отбираются за момент.

Геше Майкл рассказывает о своей матери, когда родители развелись, она одна растила четырех сыновей. И она работала учительницей в школе, и у нее не было слишком много денег, она сэкономила копейку, за копейкой, чтобы выплатить ипотечную ссуду за скромный дом, в котором они жили. Она умерла, сыновья продали дом, поделили деньги между собой – за два месяца, не осталось никаких воспоминаний о деньгах. Она работала всю свою жизнь, чтобы копить копейку за копейкой, для того, чтобы наконец-то оставить дом своим сыновьям. За два месяца, все ушло.

Все ушло. Если это материальное, все ради чего вы трудитесь, уйдет. Это нельзя сохранить. Это приходит из кармы. Это не стоящая цель. Поэтому, мы хотим стремиться к абсолютным достижениям.

Сорняки

Достижения на пути, не являются для нас целью. Они являются чудесным средством, для помощи ближним, но они не наша абсолютная цель. Мы хотим быть способны, выйти из любых страданий; болезней, старости, смерти, и вывести из них других. Это то, что мы хотим научиться делать, и принести им счастье, и если это помогает, хорошо.

Здесь есть то, что называется «сорняки». «Сорняки» - это трава сорняка. Мы выращиваем кукурузу в поле, и вместе с кукурузой, прорастает трава сорняка. Когда мы стремимся прийти к просветлению ради того, чтобы помочь всем существам, на пути прорастают также и сорняки, и это все эти вещи. На пути развивают также и их, все эти способности.

Мы на пути, достигнем также, и целей этого мира. Человек стремящийся прийти к просветлению, не будет испытывать нужды. У серьезно практикующего человека, улаживаются все вещи. Мир будет его поддерживать. Китайцы, называют это «Дао». Для того, чтобы достичь этой высшей цели, мир будет его поддерживать. Все вещи, ради которых мы так тяжело трудимся в нашей жизни, будут происходить сами собой: партнеры, деньги, и все эти вещи будут происходить.

Практически, в тот день, когда наконец-то вы придете к просветлению, вы будете со своим партнером или партнершей. Придете к просветлению вместе, как пара. Тантрическая практика, в паре. Это не то, что мы подразумеваем под сексом, но это парная, очень чистая и удивительная практика, и в конечном итоге, если вы чисты, партнеры придут. Не волнуйтесь. Заботьтесь о соблюдении обетов, а остальное организуется.

Отличие преуспевающего на своем пути Буддиста, и того кто практикует, практикует, но с ним, ничего особенного не происходит в том, насколько они соблюдают свои обеты. Насколько они ведут свои дневники. Люди склонны думать об обетах, как о чем-то ограничивающем, как о каком-то бремени, как о какой-то обузе – это в точности наоборот. Это является удобной возможностью.

Когда мы приходим просить тантрического обучения, это означает, что мы просим Ламу дать нам обеты, и дать нам право практиковать этот путь. В этом смысл тантрического обучения.

Четыре формы не соблюдения обетов

Существует четыре формы, через которые люди не соблюдают обеты, и это относится и к тантрическим обетам, и ко всем остальным обетам. Это верно в отношении всех.

1. Не знать обетов.

Первая причина, произнесите:

Mi Shepa

Mi Shepa – означает, никогда их не изучали.

Не изучали этих обетов. Им дали обеты на тибетском, и они даже не знали, что их получили. Я недавно была на учении Далай Ламы в Дхарамсале, и он обучал Bodhisattva Way of Life, Мастера Шантидевы. Он обучал всей книге, но быстро. Настал определенный этап, и он дал людям обеты Бодхисаттвы. Он сделал это за три минуты, и тот, кто на минутку отвернулся попить воды, их или не получил, или тот кто получил, даже не заметил, что их получил. Потом, люди спрашивали: «Что это было? Что?» Вы получили обеты.

Если ты их не изучал, как ты их будешь хранить? Это одна из форм нарушения обетов; просто не знать их. Не быть с ними знакомым, и тот, кто не соблюдает обеты, проведет свою жизнь, как все. У него будет обычная жизнь, и обычная смерть, и это очень печально. Если вы их уже получили, у вас уже есть инструмент выйти оттуда. Очень печально.

Тантрическое обучение, сажает семена, семена для просветления, но само по себе оно, не может привести к просветлению. Нужно потом практиковать обеты, чтобы прийти к просветлению. Тантрическое обучение в мире очень редко. В большом мире, оно вообще очень редко, и когда это уже происходит, и потом кто-то это не хранит, это очень печально. Это можно сравнить с тем, что он уже получил ключ в рай, и выбросил его. Это очень печально. Итак, очень печально отказаться от этого.

Существует также и вторая сторона. Есть люди, которые идут и обучают Тантре, когда ученик еще не созрел, без должной его подготовки. Для тех, кто это делает, это очень тяжелая карма. И также не нужно давать обучение людям, с которыми хорошо не знакомы.

2. Вторая форма – пренебрежение обетами

Вторая форма, не выполнять обеты, и это, произнесите:

Ma Gupa

Ma – это слово отрицания.

Gupa – это уважение.

Итак, пренебрежение обетами, не достаточное их уважение.

Итак, вы может быть их уже изучили, но вы думаете себе: «А! Этот обет глуп». Мы не понимаем чего-то в обете, и говорим: «А! Это глупо. Этого я делать не буду».

Это говорит о том, что мы не верим в просветленное сознание Будды. Если мы не верим в просветленное сознание Будды – как мы получим просветленное сознание Будды? Нет шансов. Это вторая форма. Люди пренебрегают законами кармы. Они их не понимают. Они не удосужились их изучить. Они не ощущают их своими органами чувств, потому что это совершенно скрытая реальность, и поэтому они ими пренебрегают. Они говорят: «Я буду делать то, что хочу. Это не верно, что есть карма, и не верно, что если я скопирую на экзамене, у этого будут отрицательные последствия для меня, потому что вот факт; скопировал на экзамене - получил хорошую оценку».

Обеты давались просветленными личностями. Часть полученных или услышанных обетов, вы иногда не понимаете. Иногда, они кажутся странными. Иногда, вы не понимаете, почему их дали.

Они все давались просветленными личностями, поэтому совет, ни в коем случае не пренебрегать ими, и также есть другой совет: проверить, изучить, и понять их. И в промежутке между тем и другим, между моментом, когда я не понимаю почему есть такой обет, и в чем польза от него, и до того момента, когда я его пойму – а если я серьезна на пути, такой день обязательно настанет – пока ими не пренебрегать.

Итак, пока вы можете сказать: «Это я откладываю на данный момент в сторону, потому, что я это не понимаю, но я не пренебрегаю этим. Я буду трудиться, учиться, и проверять, до тех пор, пока этого не пойму, или не усвою это». Иногда, это просто дело усвоения, преодоления сопротивления, или преграды исходящей из невежества. Итак, это такой совет.

Вы просили обеты Бодхисаттвы – я с радостью проведу курс, но вы увидите, что среди обетов Бодхисаттвы есть такие, которые вы будете с легкостью понимать, такие как помогать людям в различных формах, и есть такие, которые не будете понимать с легкостью, поэтому:

К обетам необходимо почтительное отношение, включая и те, которые я еще не понимаю, и несмотря на то, что вы их получаете, вы должны их хранить.

Необходим такой подход. То же самое, и в отношении обетов прибежища. То же самое, и в отношении обетов Пратимокши. Это вторая форма – пренебрегать.

3. Третья форма– не развитие осознанности в соблюдении обетов

Третья форма, произнесите:

Bak Mera

Mera – это нет.

И **Bak** – это осознанность, или внимательность.

Это значит: я уже изучила эти обеты, и может быть, я даже не пренебрегаю ими, но я небрежна. Я не развиваю осознанность. Иногда я помню о дневнике, а иногда нет. Вот так. Не тружусь осознанно, для создания привычки очищать сознание. Такой вид халатности, отсутствие осторожности. Это может происходить, если кто-то долго не спит, слишком много ест, или слишком занят.

И если мы серьезны на пути к просветлению, то мы будем воздерживаться от недосыпания, от объедания, или от сильной занятости. Потому, что обеты становятся основной вещью, потому, что они мой двигатель, который приведет меня к просветлению. Поэтому, мы заботимся, чтобы были условия, в которых я смогу соблюдать обеты.

Здесь появляется тема бдительности и памятования. Произнесите:

Drenpa

Drenpa – это памятование, и **She shin** – это бдительность. И когда я провожу свой день, в течении дня, я должна все время иметь **Drenpa** и **She shin**. Я все время должна быть бдительна, видеть, как я веду себя по отношению к обетам, нарушила ли их, я должна вспоминать, и возвращать себя. Итак, все время эти два фактора, **Drenpa** и **She shin** – бдительность, и это сторожевой пес соблюдения обетов, который звонит в колокольчик, чтобы поднять тревогу, когда я отклоняюсь, и потом, памятование: каков путь? Каков обет? И возвращать себя. Это в повседневной жизни, и также на моей подушке для медитаций.

4. Четвертая форма – приступ ментальных омрачений

Четвертая форма нарушения обетов, и он самый худший. Произнесите:

Nyon Mong Mang Wa

Nyo Mong – это ментальные омрачения.

Mang Wa – это много.

Когда сознание атакуется ментальными омрачениями. Вы говорите: «Хватит, обеты, обеты, я ее не переношу, и не собираюсь быть с ней приятной. О.К? Оставьте меня со своими обетами» Такой вот подход.

Еще об обетах

- Обеты экономят нам много времени, потому, что мы уже были в самсаре долгое время, и страдали. Соблюдение обетов, экономит много времени. Освобождает от многих, многих, многих страданий, наших собственных, и близких.

Их изучение, требует времени. Даже, если я искренна в своем намерении их хранить, берет много времени, чтобы их изучить. У вас есть десять обетов свободы. Это не такое большое число. Обетов Бодхисаттвы 64, и есть еще несколько дополнений, и у них также есть подразделы, и это получается больше 100 обетов, и изучение такого количества обетов, требует времени. Как изучают такое количество обетов? Шесть раз в день, каждый раз проверяют один из обетов, и со временем, вы их выучите, и тогда это станет очень важным. Это не что-то ограничивающее, или обременяющее. Наоборот.

- **Хранение обетов, является большой привилегией,**

- **Это возможность прийти к просветлению,**

- **И это путь очистить сознание, и помочь ближним,**

Так нужно о них думать.

- Нужно радоваться. И когда мы проводим церемонию обетов Бодхисаттвы, мы радуемся. В самой церемонии, однозначно встроен элемент радости, от принятия обетов.

- И разумеется, необходимо принимать их тогда, когда готовы. Если ты еще не готов, не принимай, и это говорится в каждой системе обетов. Не принимай их, если ты собираешься их нарушить, или пренебречь ими, и такие случаи происходили. Это очень печально, очень печально. Итак, необходимо быть ответственным. Были такие люди, которые говорили: «Я еще не готов». И моим советом было: «Подождите, пока станете готовы», и они принимали их позднее. И это замечательно. Это хорошо. Итак, до тех пор, пока вы не готовы, не принимайте их.

- С того момента, когда вы стали готовы, не откладывайте, хорошо? Это две стороны, и нужно найти верный момент.

- Обеты прибежища чудесны. Они начинают путь, в направлении Тантрических обетов. Необходимо, начинать с обетов прибежища. Они ставят вас на путь Бодхисаттвы. Они начинают работать с того момента, когда вы их приняли.

- Соблюдать обеты можно, без их принятия. Вы можете следить за ними в дневнике, без их принятия. И это другой уровень. Когда их принимают, принимают обязательство следовать этим путем, и тогда это совершенно другая карма, и тогда они работают все время. И я всегда привожу пример «не убивать». Когда не принимают обета не убивать, то когда вы его храните? Каждый

раз, когда была возможность убить, и вы воздерживались от убийства. Но сколько раз, вы собирались убить, и воздержались от этого? Тогда как, когда принимают обет, он действует все время. Вы все время в не убийстве. Это совершенно другой уровень.

- И, как и любая вещь, поначалу это не удобно. Поначалу, это странно. Это как играть на пианино. Поначалу, это странно и не удобно, и вам это не привычно, и пальцы неуклюжи. То же самое, и здесь. Приобретение мастерства в обетах требует времени, и разумеется Тантра будет работать только тогда, если вы будете соблюдать обеты.

Заключение

1. Итак, мы сказали, что первая форма нарушения обетов - **Mi Shepa**, когда их вообще не знают, верно? Мы их вообще их не изучали. Нас им не обучали.
2. **Пренебрежение** – это было **Ma Gupa**.
3. **Vak mera** – когда не развивали осознанность для соблюдения обетов, и мы халатны в ведении дневника.
4. И четыре - **Nyon mong** – когда сознание атакуется ментальными омрачениями.

Три системы обетов

Сейчас, системы обетов. Мы говорили о трех системах обетов:

1. *Обеты Пратимокши.*
2. *Обеты Бодхисаттвы.*
3. *И Тантрические обеты.*

Системы, поддерживают одну другую. Нечего говорить о выполнении обетов Бодхисаттвы, если вы не выполняете обеты Пратимокши, не лгать, не убивать, не воровать, и так далее. Одно, не работает без другого. Все они, поддерживают один, другой.

- И мы говорили, что мы хотим хранить их, даже ценой своей жизни, верно?

- Почему хранят обеты? Еще раз, почему хранят обеты?

- Не потому, что сказал учитель.
- Не потому, что это закон.
- Не потому, что это красиво.
- Не потому, что так правильно.
- Потому, что это то, что выводит из страданий.
- Потому, что просветленные личности пришли, и обучали путям выхода из страданий,
- Из-за нашего сострадания,
- И из-за нашей целеустремленности, вывести людей из страданий.

Даже ценой своей жизни

Даже, когда я умру, мое сознание не умрет, и мое сознание несет с собой семена чистоты, или не чистоты, в соответствии с тем, как я хранила обеты. И даже если только часть обетов соблюдают хорошо, происходят удивительные вещи.

Я всегда люблю рассказывать о себе, как я превратилась в вегетарианку свыше тридцати лет назад, и многие годы свято хранила это. Поначалу, это было из соображений о здоровье, я так думала, и позже появилось осознание страданий животных, и тогда причины здоровья, уже не так меня мотивировали, а причина страданий животных стала доминантной, и каждый раз когда мне предлагали мясо, и я отказывалась, мыслью сопровождавшей это было «Страдания животных». И я не принимала никаких обетов, никому не давала обязательств, я ничего не слышала об этом.

И сегодня я понимаю, что в результате того, что я приняла один обет, не принесение вреда жизни, и хорошо его хранила – даже не давая обязательства, но несколько раз в день эта мысль поднималась – в конечном итоге, это свело меня с чудесными встреченными мною Ламами, и с этим путем. Один, или несколько обетов, которые вы храните хорошо, создают эту карму. Это продолжалось долгое время, так было двадцать лет.

Не нужно ждать двадцать лет. Примите их, храните их хорошо, и тогда это придет намного быстрее. Придут чудесные вещи.

Тантрическое усиление

Перейдем к следующему абзацу, это значит, к предыдущему:

Срок подготавливал я себя, чтобы стать подходящим сосудом

На путях открытых всему,

Пожалуйста, благослови, и позволь облегчить мой вход

На путь, сердце которого алмаз.

Во всем существующем, нет выше этого пути,

Это врата, в которые войдут

Благословенные избранные.

Итак, этот абзац разделяет открытый сутрический путь, и путь Тантры. Здесь вы получаете тантрическое усиление.

На этом этапе, вы входите в Мандалу, и Мандала, это то самое представление тайного мира, в который вас впускает Лама, во время Тантрического усиления.

Алмазный путь

Как уже было сказано, это быстрый путь для достижения просветления, и часто когда говорят о просветлении, говорят об этом свойстве алмаза; силе, твердости, и абсолютности алмаза. Алмаз трудно разломать пополам, верно? Также и Будда достигший просветления, его мудрость и сострадание всегда вместе. Их нельзя больше разъединить. Это один из аспектов алмаза. Существует еще много аспектов, и поэтому это называется – Vajrayana – алмазный путь (известен также как Tantrayana, или Mantrayana – быстрая колесница в Буддизме, способная привести к достижению полного просветления, за одну жизнь).

Итак, здесь есть тема путей; путь, сердце которого алмаз. И здесь человек молится: «Сделал, хорошо вел дневник. Хранил все обеты», и сейчас он просит: «Чтобы пришел Лама, и ввел его в тайный мир, ввел его в Тантру».

...Врата внутрь которых войдут
Благословенные избранные.

Итак, у нас здесь есть тема благословенных избранных, и имеются ввиду люди достигшие

зрелости, то о чем мы говорили ранее, духовной зрелости, и это то, что требуется, для того чтобы впустить вас внутрь.

Когда мы говорим о различных путях упоминаемых здесь в абзаце, пути открытые для всех, и сейчас мы хотим войти на путь сердце которого алмаз, и на тибетском имя этому Текра.

Произнесите:

Текра

И **Текпа** – означает колесница. Мы это иногда переводим как путь, а иногда как колесница, на санскрите **Yana**.

Три Текпы – колесницы

Итак, у нас есть три пути, три Текпы. У нас есть:

1. *Хинаяна (Hinayana).*
2. *Махаяна (Mahayana).*
3. *Варджаяна (Vajrayana).*

Хинаяна – это путь, на котором практикующий, является человеком с «малой способностью», или «узким мировоззрением». Человек с малой способностью. Она меньшая, но не маленькая. Она просто меньше по сравнению с теми, которые выше ее, но она не мала. Это человек практикующий Дхарму, практикующий выход из страданий, но его фокус на себе. Это обычно Хинаяна. **Hina** – означает низкая. Не низкий путь, а ниже тех, которые над ним.

Название вводит в заблуждение. Она чудесна. Если вы встретите людей, практикующих этот красивый путь, вы очень-очень впечатлитесь, потому, что это очень чудесный путь, но в основном, эти люди в основном практикуют вывод себя из страданий, на двух уровнях, о которых мы поговорим. Узкое, и среднее мировоззрение. Оба они, считаются Хинаяной. Не то, чтобы они не имеют сострадания по отношению ко всем существам, ни в коем случае. Оно у них есть, и еще какое. Наоборот, очень развитое. У них есть чудесные медитации, о сострадании, и любви.

Махаяна – означает большой путь. **Maha** – это большой. **Махаяна** – большая колесница, или большой путь. В Махаяне, человек практикует, чтобы вывести из страданий, и себя и близких. Фокус на близких. Фокус на другом, и в результате этого, это совершенно другая практика, и на сутрическом, и на тантрическом уровне. В Хинаяне, вообще нет уровня Тантры. В Махаяне есть тайная часть, которой является Тантра, и есть открытая часть. Это значит, есть практика Махаяны – практика Парамит, практика шести совершенств. Практика Бодхисаттвы находится в открытой части Махаяны, и она вся сфокусирована на близких.

Vajrayana –

Dorje Te на тибетском, это тайная часть Махаяны, и эта тайная часть также сфокусирована на близких, на всех существах. И разница между ней, и открытой частью, в скорости. Человек вошедший в Варджаяну, вошел туда потому, что его сострадание велико, и его большое сострадание, притягивает к нему тантрического Ламу. Это мед, привлекающий эту пчелу. Большое сострадание к страдающим существам, и желание им помочь, а не только себе.

Если человек уже вставший на путь Хинаяны развивает это сострадание, он втянется в Махаяну, а если не развивает, то не втянется туда, и не встретит этих учителей. Это дело кармы, дело сострадания.

В Тантре также, существует много разных путей.

Есть четыре уровня Тантры. Необходимо стремление к самому высшему уровню, для того, чтобы освободиться в этой жизни.

Алмаз: метод и мудрость, которые невозможно разделить

Мы сказали алмаз. Алмаз – его тяжело разделить. Можно говорить в терминах **Tap** и **Sherab**, помните. **Tap** и **Sherab**, из курса 1? Метод и мудрость. У нас есть практика мудрости, и практика метода.

И какой в Сутре метод? Это действия Бодхисаттвы; это сострадание – это вещи, которые я делаю ради других. Это как молоко, и **Sherab** – это развитие мудрости, это медитация на пустоту.

В **Vajrayana**, когда входят в Тантру, эти вещи неразлучны. Это то, почему это называется «Варджа». Метод и мудрость идут вместе, и это сила Тантры.

Как различные школы в Буддизме, объясняют взаимозависимое существование

Несколько слов о пустоте, и о другой стороне медали пустоты, и это взаимозависимое существование, или зависимое существование; это две стороны одной и той же медали. Итак, начнем с зависимого существования. Когда мы говорим о зависимом, или взаимозависимом существовании, мы говорим о способе, которым все вещи существуют. Откуда приходят вещи? Откуда приходит мой мир?

И в Буддизме есть несколько объяснений, которые вы можете услышать. В Буддизме есть несколько школ, говорящих о зависимом существовании. Есть шесть открытых школ, и еще две Тантрические. Это учение Махамудры, в версии Гелукпы. Говорят о шести уровнях, понимания пустоты. Их брат или сестра, это шесть уровней понимания взаимозависимого существования. И здесь, я это только быстро перечислю. Я дам вам только три интерпретации из шести, и только вкратце:

1. Вещи приходят из причин

Первая (**Vaibashika** – школа логики – вещи существуют независимо от их причин) – и это самый низкий уровень, и это обычно то, что слышат, когда слушают Буддистских лекторов. Они говорят: вещи приходят из причин. Вещи не происходят, без причины. У этого стакана есть причина, у этой ручки есть причина.

Давайте поговорим, о нашей любимой ручке. Для того, чтобы у меня здесь была ручка, нужен был завод, нужен был пластик, нужна была краска, нужны были чернила. Нужен был грузовик, чтобы привезти ее в магазин, нужен был магазин, нужно, чтобы у меня были деньги ее купить, и так далее, и так далее. У этой ручки есть причины. Она не появилась сама по себе. Эта школа говорит, что вещи происходят, как процесс. Все, постоянно в процессе изменения.

Это первая школа зависимого существования. Это низший уровень понимания пустоты, но снова, она не низка, она всего лишь ниже. Она вообще не низка. Тот, кто достиг хорошего понимания на этом уровне, уже выдающийся в сравнении с большинством из нас. Как мы это знаем?

Посмотрите, как вы реагируете, когда происходит что-то неожиданное, не приятное: «Как это со мной произошло?», «Почему это произошло?», «Откуда это пришло?», «Как мне могли сказать такую вещь?», «Как, я сделала все правильно, и почему это со мной происходит?». Когда мы реагируем таким образом, начинаем шуметь, волнуемся, входим в панику, истерику, или в траур – когда мы восстаем против чего-то, что происходит - это знак того, что мы не понимаем вещи на этом уровне. Эта реакция свидетельствует о том, что мы не понимаем, что у вещей есть причины. Мы не понимаем, что мы не понимаем причин. ☺ У вещей есть причины. Вещи все время находятся в процессе изменения, и когда это понимают, то когда происходит трагедия, не

ощущают не ощущают трагедии настолько, потому, что она является частью какого-то потока.

На пути сюда, у меня была беседа, и беседа была о том: «Да, ты нас обучаешь, но я слышал такого-то профессора, и он сказал: «Посмотрите, вещи все время меняются, и вы должны понять, что они в процессе постоянного изменения», и это верно. Он слышал от профессора, об этой Буддистской школе, и она очень важна, и очень важно, чтобы мы ее усвоили, практиковались в ней, медитировали на нее, и в одном из первых абзацев завтра, мы это сделаем.

Вещи меняются. Вещи меняются. Если, когда приходит неожиданное изменение мы расстраиваемся, это знак того, что мы это еще не усвоили. Вещи все время меняются, и у них есть причины. У каждой пришедшей вещи, есть причины.

Это хорошо, и если это усвоили хорошо, это очень облегчает, когда происходит что-то неприятное. Ринпоче любил смеяться над фильмами. В кино видят кого-то лежащим на смертном ложе, и его семья вокруг него, и держат его за руки и ноги: «Не уходи. Не уходи. Не оставляй нас». ☺ Он говорит: «Пришло время. Он уходит тогда, когда созревают причины. Вы можете держать и просить. Это не помогает. Когда приходит время, он уходит». Когда созревают причины, приходит результат, и когда мы не даем этому произойти, это знак того, что мы не понимаем. Мы не понимаем этого уровня реальности.

Есть история, которую я люблю рассказывать, о Раввине лежащем на своем смертном ложе, и все его последователи собрались вокруг него, и молятся о том, чтобы он не умирал, и остался здесь. И нянечка видящая что происходит, и понимающая душу Раввина понимает, что его время пришло. Он должен уже уйти, но они ему не дают. И тогда, она идет с каким-то большим глиняным сосудом, и роняет его, и возникает большой шум, шум взрыва, все поворачивают головы, и тогда Раввин уходит.

Если время пришло, то все. Не мешать. Если есть страдания, они из-за нашего цепляния. Просто ощущать то, что мы ощущаем. Нет смысла это отрицать, или отталкивать – это то, что пришло. Но это намного легче, если нет восстания; «Что-то не так. То, что со мной происходит, не хорошо». Каким образом, это не хорошо? Это происходит, именно из причин. Там были причины, и поэтому пришел результат. Это абсолютно хорошо. И может быть, есть пришедшее горе, и траур, но когда нет гнева, восстания, сопротивления, и негодования, это что-то совершенно другое. Негодование и восстание происходят из непонимания. Когда существуют причины, приходят результаты.

Очень полезно, но не абсолютно

Итак, первый уровень взаимозависимого существования. Эта школа, которая помогает, она очень полезна в жизни – когда я услышала об этом в первый раз, это было еще тогда, когда я не была в Дхарме, на известном марафоне, куда я пошла, и люди рассказывали истории: «Почему это со мной произошло?» И там стоял ведущий, и он сказал: «Все является процессом. Все меняется. Сейчас тебе тяжело. Ты думаешь, через год, будет также? Год назад, так не было, и через год, так не будет». «А! Это процесс». А! Есть такое «а!», это не постоянно. Это все время в непрерывном изменении. Вещи в постоянном изменении, на макро, и микро уровне, все время.

Итак, это облегчает, но это не освобождает. Этой школы не достаточно, чтобы освободить нас от страданий. В этом ее проблема. Это также, не объясняет всего. Например, это не объясняет того, откуда пришло пространство, потому, что у пространства нет причин.

2. Вещи зависят от своих частей

Первая школа говорит: «Ты знаешь, почему ты страдаешь? Потому, что для этих страданий были причины», но это еще не освободило. Сейчас я понимаю: «Верно, были причины». Поэтому, я восстаю немного меньше, и это помогает, но я все еще страдаю. Я все еще страдаю.

И есть более высокая школа, которая говорит, что вещи существуют, в зависимости от своих частей (вторая школа – **Sautrantika**). И вместо того, чтобы говорить, что эта ручка существует, потому, что был пластик, чернила, завод, процесс создания, грузовик, магазин, деньги, и все это, здесь будут фокусироваться на частях ручки. Что такое, эта ручка? Откуда у меня есть ручка? А! Есть левая сторона, и правая, и когда их соединяют, есть ручка. Это значит, что ручка существует при условии, если у меня будет ее левая, и правая сторона, и только тогда у меня будет ручка, и откуда придет ее левая сторона? У левой стороны, есть левая, и правая сторона. Поэтому, ее левая сторона будет существовать благодаря тому, что у нее есть левая, и правая сторона, и так далее, и так далее. Вещи существуют, в зависимости от своих частей. Пространство существует, в зависимости от своих частей. У него есть восток, запад, север, и так далее.

Итак, разница между этими двумя школами, не велика. Разница в том, что эта школа содержит в себе пространство, и может быть еще одну, или две вещи.

Когда-то, много лет назад, я пользовалась ею. Я хотела преодолеть свое влечение к пирогам, и каждый раз, когда мне предлагали пирог, я говорила: «А, минутку! Что такое, этот пирог? Это мука, маргарин, яйца. Я не ем муку, маргарин... и это помогало, но там все еще было влечение, я не преодолела влечение к пирогам. На сегодняшний день, я снова ем пироги. Это знак того, что я не уничтожила, верно?

Эта школа также не освобождает от страданий – это помогает понять, что вещи не такие, как я думаю о них. Что они не существуют сами по себе. Что они зависимы от других вещей; или, что они зависимы от своих причин, или от своих частей, но они не являются тем, что я о них думаю.

И это немного помогает. Потому, что чем больше мудрости и понимания, тем меньше восстания и негодования, но я все еще не уничтожила причины страданий, или влечения, которое в конечном итоге является причиной для страданий, да? Потому, что потом, в один прекрасный день, не станет пирогов, и я буду страдать.

3. Вещи существуют исключительно как проекция моей кармы

Чтобы прийти к просветлению, необходимо перейти на шестой уровень, поэтому, мы здесь перепрыгиваем несколько уровней. Это самый высший уровень, **Прасангика Мадхьямика**. Мы говорим:

Вещи существуют потому, что я проецирую их такими, какими проецирую.

Так или иначе, они не сами по себе. Они не плохи, и не хороши.

Они не имеют природы причинять мне страдания, или наслаждение.

У них нет никакой собственной природы, кроме той, которую я проецирую.

И если я не буду проецировать страдания, то там не будет страданий.

Тогда люди скажут, «А! Так зачем мне проецировать страдания?» Как-то на уроке, я рассказывала о зубном враче на сеансе, который сверлил корень. И там сидел парень, и он сказал: «Нет! Я сижу у зубного врача, и представляю себе небо, и наслаждаюсь». Это до тех пор, пока не задевают живой нерв. Тогда поговорим.

Когда это страдания, то это страдания. Мы не можем решить, что это не страдания. Если бы это было настолько просто, то мы бы все решили не страдать, и тогда бы не страдали, верно? Но это так не работает. Все еще есть дорожные аварии. Мы их не выбираем. Мы не решаем, что они к нам придут, но они приходят. Это навязано нам. Дорожная авария навязана мне. Так, что мне навязывает автомобильную аварию?

И здесь появляется тема ментальных картин, находящихся в моей голове. Я проецирую автомобильную аварию, на набор событий. Предмет 1, врезался в предмет 2, и этот предмет разрушился. Почему, это страдания? Откуда приходит страдание? Из меня. Из меня, потому, что я в прошлом вредила другим. Я в прошлом вредила другим, у меня создалось какое-то «отражение». Сейчас, между мной и миром есть отражение; есть этот фильтр, заставляющий меня проецировать страдания, на набор сырых данных, которые сами по себе не плохи и не хороши, они нейтральны.

Откуда приходит это отражение? Есть розовое, прозрачное, и синее отражение. В зависимости, насколько хороша я была в прошлом. Если я вредила другим, в один прекрасный день это семя созреет, и я увижу автомобильную аварию. Если я была хорошей, по отношению к другим, у меня будут другие отражения. Если у меня есть отражения грубого разговора с другими, у меня поднимутся отражения, когда я слышу оскорбления, крики, когда у меня грустное, не радостное сознание. Если я старалась быть хорошей по отношению к другим, я нахожу себя переживающей приятные вещи, приятные разговоры, и в моем сознании радость. И она приходит, будто бы сама. Мы говорим: «это весело»! Вы помните «Давида из Петах Тиквы»? Он никогда не печален, верно? Из «разведчика» (Лама имеет ввиду музыкальную группу «Бледный разведчик», которая была популярна в Израиле, в 80-х годах).

И эти отражения, поднимаются автоматически. Они навязаны мне, но не случайным образом. Они навязаны мне, как функция того, как я вела себя в прошлом.

Итак, это три разных объяснения, взаимозависимого существования. Я вам привела три, есть еще, да?

Если так, то пустота это вторая сторона этого? То, что вещи не существуют, вне этих объяснений:

1. Вещи не существуют, вне зависимости от причин,
2. Вещи не существуют, без зависимости от своих частей, и вещи пусты от другого существования.
3. Вещи пусты, от того, чтобы быть независимыми от моих проекций, на набор сырых данных; проекции навязанные мне, определяются тем, как я вела себя в прошлом по отношению к другим.

Это высшая пустота вещей, на уровне Сутры.

Вещи пусты от того, чтобы быть такими или иными, сами по себе, они совершенно пусты, они нейтральны. У них нет никакой собственной природы, никакого оттенка; не хорошо, не плохо, не черное, не круглое, не квадратное – все исходит из меня. Все, все.

Так, как все пусто, можно прийти к просветлению

Я живу в мире, который целиком, на сто процентов, является проекцией, исходящей из моего сознания. Мир моих картинок, находящийся в моем сознании, и я все время его проецирую – и я думаю, что это мой мир. И эти картинки трехмерны, и у них есть запах, вкус, они умеют обнимать, и они умеют вредить – и это все ментальные проекции. Все это ментальные проекции.

Любая причина, причина того, почему Тантра работает, почему можно прийти к просветлению, почему это тело может превратиться в тело света, в тело ангела, это потому, что само по себе, это не смертное тело.

Тело является смертным потому, что я переживаю его таким, потому, что я вынуждена проецировать его таким, потому, что в прошлом я не хранила обеты. Это все.

И если само по себе оно пусто, то можно прийти к просветлению.

Убежденность придет, с хорошим соблюдением обетов

Как вы можете убедиться, что то, что я говорю верно? Начните вести дневник. Это берет несколько месяцев, или может быть год, и постепенно-постепенно, те вещи в вашей жизни которые не двигались, начинают двигаться.

Потому, что вещи меняются все время, в этом нет сомнений, верно? Но если, что-то было застрявшим, все время одинаковым, и вы начинаете вести дневник, и через несколько месяцев, видите там движение – значит вещи работают. Потому, что они пусты. Вы очищаете свою голову, свою речь, свое поведение – и тогда вам навязываются другие отражения, другие фильтры. И это происходит само по себе. Вы даже не почувствуете, и вы становитесь радостнее. Вы даже не обратите внимание. Люди встречающие вас, которые не видели вас может быть год, почувствуют эту разницу. Вы разницы не почувствуете.

Позже, также произойдут радикальные изменения, и вы увидите, что они происходят.

И когда начинают подниматься на уровень обетов, и начинают их хорошо соблюдать, то происходят удивительные вещи. Вы начинаете встречать те вещи, которые не встречали ранее. Все-все, благодаря этому ведению дневника, шесть раз в день, и все увеличивающемуся уровню обетов.

Как встречают учителей?

И вы притягиваете к себе учителей, дающих вам эти обеты тем, что хорошо храните имеющийся на данный момент уровень своих обетов.

То, что вы уважаете учителей, которых имеете на данный момент, привлечет к вам учителей более высокого уровня. Или, учитель, которого вы имеете на данный момент, вдруг пройдет трансформацию, или же естественным образом, вы притянетесь к другому учителю, который поднимает вас на следующий уровень. Так это работает. Мед притягивает пчелу. Пчела – это учителя, это обеты. Мед – это ваше хорошее, ваша сладость, каковы вы с близкими, как вы соблюдаете обеты. Это мед.

Исправление «души», приводит к исправлению мира

Потому, что вещи пусты. И потому, что они пусты, моральность, и соблюдение обетов – это то, что создает наш мир. Это то, откуда приходит наш мир.

Это самое высокое видение пустоты.

Весь мир, проекция нашего сознания, и поэтому исправление души, равно исправлению мира,

Потому, что мир, это проекция в кавычках «души».

(В кавычках потому, что приписывание кому-то «души», создает запись, что в нас есть какая-то вечная, и существующая сама по себе часть, в то время, когда Буддистские учение и практика, основаны на идее, что в нас нет никаких частей, имеющих самосуществование. Прямое переживание этой истины, это то, что нас освобождает, и в конечном итоге приводит к Нирване, или Просветлению).

Исправление «души», или сознания, чистота\очищение головы, очищает мой мир,

И это абсолютный путь, через который я могу помочь другим.

Тем, что я буду делать свою практику, буду очищать себя –

Я автоматически спроецирую другой мир.

Вы скажите: «Хорошо. Ты увидишь другой мир, но они все еще страдают», и тогда я вам отвечу: «Кто страдает?» Вы проецируете «их». «Их», кроме тех, которых вы проецируете, не существует. Не существует.

И это нужно осознать. Необходимо переваривать это долгое время, медитировать на это, изучать это. Для этого, мы делаем 18 курсов, а не вводим сразу в Тантру. Потому, что это обязаны понять, очень хорошо. Иначе, вы не преуспеете в практике, потому, что вы не поверите ей, а без вашей веры в нее – она не работает.

Это открытые всем пути, которые вам нужно практиковать, чтобы войти, чтобы притянуть к себе эту пчелу Тантры, тантрических обетов, и тантрического Ламу.

(Мандала)

Подготовка к Тантре
Курс основан на Лам Рим
«Источник всех добродетелей – мольба о горе благословений»
Является частью курса ACI 3
На основе учения Геше Майкла Роуча
Перевод, редакция и подача
Ламы Дворы-ла
Поселение Харут, март 2007 года
Урок 2, часть 1
Тантрические обеты

(Мандала)

(Молитва прибежища, на тибетском, и на иврите)

Есть здесь вопрос: мы раньше говорили, что Будда уже предсказал, каково будет развитие Дхармы в мире, и что из мира исчезнет Дхарма, не только Тантра, так для чего мы практикуем? Ведь, наше просветление ни на что не повлияет.

Ответ: это немного напоминает мне историю с Раби Хабадником, пришедшим в нашу группу (Лама Двора подразумевает группу своих друзей, которая собиралась в Нью-Джерси). Участники группы, не являвшиеся религиозными, пригласили Раби, чтобы он прочитал им лекцию, и потом один из парней, выросший в религиозной школе и ставший таким еретиком, спрашивает его: «Как так, что Иудаизм верит, будто мир существует 5700 с чем-то лет, а мы находим останки динозавров, возрастом в миллионы лет?» И на это Раби, ответил ему очень красиво. Он сказал: **«Если творец действительно создал этот мир, и всемогущ, так что за проблема для него, создать мир с историей?»**

И это очень подходит к тому, чему мы здесь обучаем.

Нет мира, кроме того, который я проецирую. Я проецирую этот мир, и я проецирую всех существ в этом мире.

Мир целиком наша проекция, и мы на данный момент проецируем мир, в котором Дхарма исчезнет. Но когда мы очистим наше сознание, это не будет тем же самым.

Этапы Лам Рима

Я думаю, пришло время начертить вам маленькую таблицу.

Тантрическое просветление

Тантрическая практика, в два этапа: создание, завершение, тантрические ретриты.

Хорошо познакомиться с тантрическими обетами, и хранить их.

- Мы начали с конца. Начали, с тантрического просветления. Это было конечным результатом. Когда мы уже стоим во внутреннем, очень красивым дворе, и являемся уже просветленным ангелом, с просветленным сознанием, телом света, способным посылать себя как копии, всем существам, и помогать им так, как им это нужно.

- Чтобы это произошло, мы говорили о предыдущем этапе, и говорили, что нужно проделать тантрическую практику, в два этапа; говорили об этапе создания, и этапе завершения. Говорили о ретритах, и здесь имеются ввиду о тантрические ретриты. На этапе создания необходимо проделать ретриты, чтобы суметь прийти к этапу завершения, и это пока не объяснено.

Тантрические обеты

И сейчас, мы возвращаемся назад, в Лам Рим. Как мы можем прийти к правильной тантрической практике? Итак, чтобы добиться успеха в тантрической практике:

Главное в тантрической практике, это обеты, тантрические обеты.

И необходимо познакомиться, и хорошо соблюдать тантрические обеты. Это следующий этап в нашем Лам Риме, то есть, предыдущий. Какой это абзац? Давайте прочитаем его вместе:

И после того, как вошел я в ворота сада,

Благослови, полностью понять

Что чистое соблюдение любого указания

Это условие для достижения их обоих.

Если так, умоляю обеты хранить,

Как свою жизнь, как зеницу ока.

И здесь мы поднимается тема соблюдения обетов, и ведения дневника.

Когда приходят в Тантру, это становится намного более критичным. Чтобы практиковать Тантру, и мы к этому скоро придем, необходимо получить тантрическое усиление, тантрическое обучение. Что происходит, в тантрическом обучении? Немного позже, мы еще поговорим об этом, но то, что относится к нам сейчас:

Самая важная, критическая вещь для нас, ради которой мы собираемся получить тантрическое усиление, это для того, чтобы Лама дал нам эти обеты.

Обеты, это метод – это как это осуществиться, через соблюдение обетов. И здесь написано:

Благослови, чтобы я полностью понял

Что чистое соблюдение каждого указания

Это условие для достижения их обоих.

Это значит, чего он здесь просит?

Эти обеты он получил в предыдущем абзаце (к которому мы еще не подошли), когда он получил обучение. Сейчас, он просит благословения Ламы, чтобы он помог ему наконец-то понять, что нельзя это делать наполовину, или иногда да, а иногда нет. Необходимо их хранить, как зеницу ока, и необходимо полностью это осознать, глубоко, потому, что иначе мы иногда будем вести дневник, а иногда нет. Иногда придем, а иногда нет, иногда будем уважать Ламу, иногда нет – мы не будем это делать, как полагается до тех пор, пока полностью не осознали, что путь без этого не работает. Там нет ничего лишнего. Там ничего, что не произнесено просветленной личностью,

знающей путь, и говорящей нам: «Это ты сделать обязан».

Много лет тому назад, еще когда я жила в Израиле, психологи делали марафоны. Я пошла на марафон, и люди приходили с различными бедами и жалобами, и парень там стоял, и говорил: «Хочешь яичницу? Тебе нужна сковорода, яйца, и нужно поставить это на огонь». Хочешь результат? Тебе нужно заложить для этого причину. Хочешь яичницу без яиц? Не получится.

То же самое и здесь. Вы хотите тантрического просветления? К тантрическому просветлению, приводит совершенное соблюдение тантрических обетов. Легко ли это? Это самое тяжелое, из всего возможного. Поэтому, у нас настолько тщательная подготовка. Но для того, кто наконец-то впряжен, и призывает себя – это наслаждение.

Они тяжелы не потому, что их тяжело выполнять, а потому, что наше сознание не понимает их важности, и мы сопротивляемся. Наше сознание сопротивляется. Наше сознание любит находиться в самсаре, а эти обеты выводят из самсары, поэтому они заставляют нас изменить наше сознание, изменить привычки, и наше сознание сопротивляется им. Это все. И нам нужно быть готовыми к этому сопротивлению. Мы должны быть готовы противостоять своему сознанию.

Мы ему говорим: «Нет! Это то, что я сейчас делаю. Не то, к чему я привыкла, а то, что говорит Лама». Потому, что то к чему я привыкла – я уже делала долгое время, но я все еще здесь, да? Вот, я все еще здесь, и вот, я все еще страдаю. И, если я хочу чего-то другого, я должна отдаться, я должна позволить Ламе себя вести. И Лама это делает через то, что дает мне обеты, и говорит: «Соблюдай их!»

Здесь, Чже Цонгкапа Лобсанг Дракпа, просит благословения Ламы. Он уже просветленный, чудесный Лама, и он просит: «Благослови меня полностью понять, что нет другого пути». Не немного понять. Полностью понять – что это то, что я обязан сделать.

Два вида достижений: сутрические, и тантрические

Сейчас, он говорит здесь о них обоих. Оба – это два вида достижений. Это не два тантрических этапа, потому, что о них в абзаце после этого (где говорится о двух уровнях тантрического учения - Dzok Rim и Kye Rim). Это два вида достижений:

1. Есть достижения, общие для открытого пути.
2. И есть достижения тех, кто стоит на тантрическом пути.

Поэтому, мы говорим – Сутра и Тантра.

1. Одно из них, это название которым называют учение Будды. То, чему Будда обучал, это Сутра. Не только Будда. Говорят – «Йога Сутра Патанжели», верно? Это используется не только в отношении Будды, но когда в Буддизме говорят «Сутра», часто подразумевают учение Будды, в противоположность комментариям.
2. Слово Сутра, также используется, для возможности отличить от Тантры. Поэтому, когда мы говорим о Тантре, и упоминаем Сутру, подразумевается Сутра, в сравнении с Тантрой. То есть, открытое учение, которому можно обучать без тантрической подготовки, в сравнении с тем, что требует тантрической подготовки.

Итак, здесь два вида достижений:

- Достижения, достигаемые в рамках открытого учения.
- И те, которые достигаются потом, в тайном учении.

Пример достижений в открытой практике, это к примеру то, что мы изучали в «Курсе о смерти». И когда мы изучали курс о смерти, вся практика этих медитаций была для того, чтобы мы пришли к осознанию непостоянства и быстротечности жизни;

- Что это пройдет.

- Мы не знаем, когда это пройдет.

- И, что у нас нет времени.

Те, кто сидит, медлит, и говорит: «У нас есть время» - еще не осознали этого, еще не достигли этого духовного достижения. Это важное духовное достижение, потому, что это то, что начинает подгонять нас на пути. Итак, это пример одного из достижений, относящихся к достижениям Сутры. Сейчас, в тантре не прекращают этого делать. Они продолжают практиковать Лам Рим. Лам Рим, всегда является частью практики Тантрики.

В Израиль недавно приезжал очень большой, Лама по имени Кирти Ценшаб Ринпоче (Kirti Tsenshab Rinpoche: 1221-2551), который с тех пор, уже умер. К сожалению, я не удостоилась чести, встретиться с ним, но я читала о нем, и этот человек провел пятнадцать лет, в уединенных ретритах. Он вне сомнений, был удивительным сознанием. Я жалела, что не встретила с ним, но из биографии, которую я читала, из пятнадцати лет, три года, он провел в тантрических ретритах, а все остальные, были ретритами Лам Рима, и часть из них делалась уже после проделанных им, тантрических ретритов. Он снова провел несколько лет в пещере, в уединении, над Лам Римом. Над этим.

Необходимо практиковать сопутствующие вещи, вместе с тайными вещами, и идея не только в том, чтобы услышать, и понять это – идея в том, чтобы это усвоить. Идея в том, чтобы усвоить настолько, что моя жизнь будет диктоваться этими осознаниями, потому, что когда я по настоящему что-то понимаю, это меняет мировоззрение, мое поведение, мои ценности, и это меняет мои жизненные выборы.

И об этом он здесь молится; достичь достижений, и совмещенных, и тайных.

Благословенные, индивидуальные качества

Как уже было сказано, нельзя распространять Тантру, правильное тантрическое учение, среди людей не прошедших подготовку.

Для того, чтобы войти в Тантру, необходима определенная духовная зрелость. Откуда приходит эта зрелость?

Она приходит от соблюдения чистой жизни. От ведения дневника.

Дневник, подготавливает вас к Тантре. Шестиразовый дневник, вы не представляете, насколько он важен. Это то, что приводит к вам тантрические учения. Это то, что приведет к вам Тантрического Ламу. Это то, что приведет вас к просветлению. Это очищение сознания, и соблюдение уже имеющихся, открытых обетов, прокладывает вам путь к более высоким обетам.

И духовная зрелость о которой мы говорим, разумеется не как диплом в школе. И также не обязательно I.Q интеллектуальности, да? Это определенная духовная интеллектуальность, что является чем-то другим. Это духовная зрелость, связанная с очищением, с целостностью всех частей. Итак, здесь он просит понять, и полностью познакомиться с этим.

Как свою жизнь, как зеницу ока

И также, после того, как ты понимаешь, ты начинаешь это хранить.

Умоляю, если так, хранить обеты

Как свою жизнь, как зеницу ока.

И здесь нет преувеличения. Это в полной мере так, как здесь написано. Потому, что теоретически, кто-то может прийти, и угрожать забрать мою жизнь, если я буду продолжать хранить тантрические обеты: «Откажись от обетов, или отдай жизнь!», немного тяжело, потому, что большинство обетов выполняются в сознании, а кто может управлять моим сознанием, кроме меня самого? Но предположим, такая ситуация бы возникла. Может кто-то прийти, и забрать мою жизнь. Тантрические обеты, и обеты Бодхисаттвы, не только на эту жизнь. Они на все наши перевоплощения. Разумеется, для этого мне нужно сначала пройти путь логики, что есть: перевоплощения, есть будущие жизни. Это четвертый курс.

В тот момент, когда я обрела понимание, что сознание не заканчивается, когда заканчивается тело, то что важнее? Эта жизнь, или мои обеты? Что важнее?

Эта жизнь, закончится в любом случае. Хорошая она, или плохая, она закончится, но если я отказываюсь от тантрических обетов, я приговариваю себя к большим страданиям, на множество эпох, в несчастных перевоплощениях, так что важнее?

И это что-то, чему наше сознание будет сопротивляться, потому, что мы настолько одержимы этой жизнью, и наша перспектива настолько узка. Мы не видим ничего кроме этого, даже эту жизнь. Мы не видим может быть даже то, что будет через час. Поэтому, мы будем этому сопротивляться. И он просит, чтобы лама одарил его этим осознанием, чтобы он смог хранить эти обеты, как зеницу ока, как свою жизнь. К обетам нужно быть привязанным, во много раз больше, чем к этой жизни.

Есть обеты, и есть обеты

Вопрос: Нами говорит (так как это ретрит, и все хранят молчание, Лама отвечает здесь на вопрос переданный ей записанным на бумаге): если я уже получила тантрические обеты, это знак того, что я нравственный, хороший человек, и так далее. Если я не буду вести дневник шесть раз в день, это значит, что по своей сути я не нравственна, и все остальные перевоплощения разрушатся?

Учительница: если вы хорошо соблюдаете десять обетов свободы, и обеты прибежища, обеты защищают вас от падения в нижние миры. Если вы хорошо соблюдаете обеты не убивать, не воровать, не лгать, все десять обетов свободы, много шансов, что вы не падаете в следующем перерождении. И в отношении обетов прибежища также, если вы приняли прибежище в Будде, Дхарме, и Сангхе, уважаете Дхарму, и идете по духовному пути – большие шансы, что в будущем перевоплощении, вы не падаете. Если вы хорошо соблюдаете обеты, обеты вас оберегают.

Самый лучший способ хорошо их хранить, это хранить их в дневнике. Это не часть обетов. Дневник, это не часть обетов. Дневник, это позднейшее дополнение, по милости Лам, но это чудесный способ гарантировать, что мы будем их хранить, тренировать себя, и проверять свое сознание, потому, что иначе сознание делает то, что привыкло делать.

Тантрические обеты, это совершенно другой уровень обетов. И здесь, мы говорим о тантрических обетах – их хранении.

Есть рассказ, который вы может быть слышали, о лорде Атише. (Lama Atisha (282-1504) – основатель течения Кадампа. Его книга «Светоч на пути к просветлению, была текстом первого Лам Рима).

Лорд Атиша, индеец принеший Буддизм на Тибет, он был очень великим мудрецом. Он был

главой монастыря в Индии, и его пригласили на Тибет, и когда ему было шестьдесят лет, его пригласили на Тибет. Это в большей или меньшей степени подходило ему, с точки зрения Дхармы. А он был очень уважаемым главой монастыря, и так далее, и в возрасте шестидесяти лет странствовать, и идти через Гималаи, в Тибет в те времена, и это примерно в 1000 году нашей эры, для такого человека как он, было не малым. И после многих просьб, он пришел, и начал работать с тибетцами. Это не было легким делом. Нужен был человек, уровня Лорда Атиши. Они были народом погонщиков яков, совершенно дикими. Такими были его ученики. Не умели читать и писать. Они были погонщиками рогатого скота.

И туда он также принес и Тантру, и рассказывал об обетах, и он сказал: **«Мои обеты свободы – обеты Винайи, потому, что он был монахом, и это та же категория – их я соблюдаю очень хорошо. Я их никогда не нарушаю. Обеты Бодхисаттвы, я почти никогда не нарушаю. Редко. Иногда такое происходит, но редко. Тантрические обеты, я нарушаю каждые пять минут».**

Потому, что они не легки для соблюдения. Они требуют другого мировоззрения.

Итак, существуют уровни морали, и иногда, и наверное это подходящее место, чтобы об этом поговорить, иногда кажется, что, якобы, я подчеркиваю, якобы, есть противоречие между тантрическими обетами, и более низкими обетами.

Чже Цонгкапа в своей большой мудрости, обучал, что нет противоречий, и практически – я могу вам это сказать – часть тантрических обетов это те, которые вы уже получили. Это часть их. В Тантре, обязуются их хранить еще больше. Иногда, кажется, что есть противоречие между обетами, и нельзя обучать тантрическим обетам тех, кто еще не получил обучения, и это такой вид catch 22. Это с точки зрения проделанного, и услышанного. Сначала ты говоришь: «Да! Мое сострадание велико. Я хочу получить тантрическое обучение. Я хочу практиковать Тантру, чтобы суметь быстро помочь всем существам, потому, что они страдают», и тогда во время инициации, Лама дает эти обеты.

Полное учение об обетах редко, и ценно

Ламы смотрят на нас с большим состраданием, и говорят: «Окей! Я хочу позволить тебе накопить эту чудесную карму Тантры», потому, что практиковать Тантру, это чудесная карма, но обеты тяжелы для осуществления. Даже Лорд Атиша говорил, что каждые пять минут их нарушает, а пять минут, это много.

Итак, часто то, что они делают, это дают обеты во время инициации. Чик Чак на тибетском, и вы даже не знаете, что приняли, и вам их не объясняют, чтобы карма их нарушения не была такой тяжелой. Да! Потому, что если что-то понимают, и нарушают это, это намного хуже, чем когда не понимают чего-то, и нарушают, но это все еще нарушение. И они находят такой компромисс. Возможно, они взвесили все за и против, и решили, что хорошее перевешивает плохое, но я видела случаи падений, и они трагичны. Люди не получили объяснений, и они не выполняли обетов, и падали, и падение тяжело.

Наши учителя, мы от них получили чудесный курс о тантрических обетах, и я думаю, что не было еще такого подробного курса, и я умираю дать его вам, когда придет время, потому, что это то, что приводит к просветлению.

Вы можете найти книги –

Я не рекомендую читать книги о Тантре до того, как вы получили подготовку. Это не добавляет вам баллов. Это ломает. Необходимо, услышать это от Ламы.

Не соглашайтесь получить обучение от кого-то, кто не объясняет вам обетов, потому, что это опасно.

И не принимайте их от Ламы с которым хорошо не знакомы, и который не знаком хорошо с вами.

И сегодня в газетах, с легкостью сообщают: «Будет обучение, так и так. Каждый записавшийся, платит десять долларов, и получает обучение», и Лама звонит в колокольчик, и обрызгивает немного святой водой, и вы получили обучение. Вы не знаете, что там происходит, что вы получили, в чем приняли обязательства, и идете домой.

Сделаем короткую медитацию о том, что у нас уже было.

Сядьте удобно, и постарайтесь не двигаться.

И закройте глаза, и поставьте себя прямо в центре красивого внутреннего двора, и вы уже являетесь Буддой.

Вы в чудесном облике ангела, того пола, который вы выбираете, не обязательно того, которого вы сейчас. В любом случае, у Будды нет пола, но у него есть тело, и вы можете выбрать, оно может быть в форме женщины, или мужчины. Итак, увидите себя там, удивительными, просветленными. Как мы туда пришли? Пришли через то, что практиковали два этапа, и последний этап, который практикуют, прежде чем приходят во внутренний двор, это этап завершения. Итак, мы находимся в таком дворце, и это тантрический дворец. В нем есть множество комнат, подходящих под этапы Лам Рима, поэтому он достаточно большой, но если бы он был не Тантрическим, а Сутрическим дворцом, то был бы очень-очень большим, потому, что в Сутре берет много времени прийти к просветлению. В нем есть несколько комнат, которые нам нужно пройти, но он не настолько большой, как в Сутре.

На этапе завершения, мы работаем с нашим внутренним энергетическим телом, с нашими энергетическими каналами, и с ветрами там.

Чтобы вы запомнили этот этап, поставьте в комнате этапа завершения немного кривую, сломанную, извилистую, запутанную трубу, и может быть, разные сантехнические инструменты, если хотите. С практиками этапа завершения мы работаем для того, чтобы выпрямить эту трубу, сгладить, привести к полному совершенству, практически, растворить большую ее часть, и оставить только центральный канал. Это комната Dzok Rim. Итак, возьмите себе несколько минут, и попытайтесь представить эту комнату.

И на этапе завершения, вы работаете совмещая внутренние, и внешние методы. Это значит, вы работаете с сознанием, с медитациями и образами, и также с телом, это также йога, дыхательные упражнения, и различные дополнительные упражнения, связанные с внутренним телом.

И нужно, чтобы в этой комнате был символ этих двух вещей. И вы можете положить там подушку для медитаций, и матрас для йоги, чтобы напомнить себе, что чтобы выпрямить эту трубу, нужны и внутренние, и внешние методы. Поэтому, положите там то, что с это символизирует, и возьмите себе несколько минут, помедитировать над этим.

И на этапе завершения, особенно необходимо получать личные указания от Ламы. Это этап, который вы не можете практиковать по книге, или записи:

- 1. Тяжело найти книгу, или запись.*
- 2. Даже если вы их найдете, это будет не эффективно. Необходимо получить это напрямую, от Ламы, от Ламы с которым вы в очень близких отношениях, которому вы служили долгое время, и долгое время старались сделать ему приятно.*

Это условие для того, чтобы вообще перейти на этот этап. Поэтому, представьте там в комнате, также, и любимого, дорогого вам Ламу, который направляет и сопровождает вас на

пути, с большой любовью.

И то, что приведет вас к этапу тантрического завершения, это практика ретритов, на этапе создания. Итак, в нашем тантрическом дворце, есть коридор, ведущий в комнату этапа завершения, и этот коридор, является коридором ретритов. Практика четырех времен, и это ретриты имеющие четыре сессии в день. Повесьте там, на стене номер 4. И этот коридор ведет в комнату Dzok Rim, из которой потом выходят во внутренний двор.

В этот коридор, вы пришли через этап создания, первый тантрический этап. Поэтому, есть комната этапа создания, и вы можете повесить в этой комнате номер 11, и это потому, что на этапе создания, в традиции которую мы практикуем, есть 11 практик составляющих этап создания, которые мы практикуем ежедневно, снова, и снова, и снова, и снова, и снова.

На этапе создания, мы создаем другой мир. Волшебный, чудесный, не обычный мир. Все там не обычно, и постепенно-постепенно, мы переходим жить в этот мир. Поначалу, мы создаем его немного искусственно, и потом это превращается для нас в настоящее. Мир становится таким. Вы можете повесить там изображения ангелов, украсить ими стены.

К этапу создания, приводит коридор соблюдения обетов; тантрических и других обетов. Поэтому, вы можете положить там то, что это символизирует – дневник. В этой комнате дневники. Много, аккуратно и с любовью заполненных вами дневников, которые вы заполняли ежедневно, шесть раз в день. Увидьте их не как какую-то обязанность, или обузу, а как чудесную возможность привести себя к просветлению, даваемую нам в руки учителями.

И вы можете украсить эти комнаты так, как вам хочется. Сделайте это личным для вас.

И хорошо проходить вперед и назад, и сейчас я проделаю с вами эту практику, и когда вы потом будете делать эту медитацию сами, делайте ее также.

- Итак, мы начали с внутреннего двора. Это конечный результат – просветление.

- Мы пришли к конечному двору, из комнаты этапа завершения, в которой у нас есть испорченная труба, инструменты для ее починки, подушка для медитации, матрас для йоги, и Лама направляющий нас.

- В эту комнату, мы пришли через коридор совершения ретритом, и там где-то, видна цифра 4.

- В этот коридор, мы пришли из комнаты этапа создания, которая вся украшена изображениями ангелов, и там есть цифра 11.

- В эту комнату, мы пришли через коридор соблюдения обетов, и там от самого потолка, подвешены все книги и дневники, которые мы заполнили, символ того, что мы соблюдали обеты, и украшено там все так, как вам нравятся.

И сейчас, идите вперед:

- Из коридора обетов

- В комнату этапа создания, с ангелами, и цифрой 11,

- В коридор тантрических ретритов, с цифрой 4,

- В комнату этапа завершения, с трубой, Ламой, подушкой для медитации, и матрасом для йоги,

- И оттуда, во внутренний красивый двор, с фонтаном и солнцем.

И сейчас, возьмите себе несколько минут, чтобы пройти вперед и назад, и думайте о смысле каждой комнаты, о тех вещах, о которых мы говорили.

И каждый раз, когда вы представляете одну из комнат, или коридор, сопровождайте это пожеланием, просьбой, мольбой, молитвой, чтобы все это с вами произошло. Чтобы вы встретили все эти вещи. Чтобы эти вещи осуществились.

Вы можете открыть глаза.

На перерыве, вы можете прочитать в книге, об этих абзацах, и включить то, что прочитали, в свою медитацию.

(«Подготовка к Тантре – мольба к горе благословений», от Чже Цонгкапы, с комментарием Пабонки Ринпоче. Книга издавалась на иврите, в переводе Ламы Дворы-ла).

- (Книга «Подготовка к Тантре – мольба к горе благословений», от Чже Цонгкапы, с комментарием Пабонки Ринпоче. Книга издавалась на иврите, в переводе Ламы Дворы-ла)

(Мандала)

Тантрическая подготовка

Курс основан на Лам Рим

«Источник всех добродетелей – молитва к горе благословений»

Встроен в курс ACI 3

На основе учения Геше Майкла Роуча

Перевод, редакция, и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Харут, март 2007

Урок 3, часть 2

Совершенство мудрости

(Мандала)

(Молитва прибежища)

Доброе утро!

Мы можем освободиться от страданий

Итак, мы прошли здесь, часть этапов на пути, и разумеется начали с результата – с тантрического просветления. И надежда при передаче вам этого учения на то, что вам передастся это ощущение – я надеюсь, что нам удастся его передать – что это не невозможно, потому, что люди думают, что это где-то за облаками, а я человек.

Да! Мы люди, и прийти к полному просветлению Будды не невозможно. Если вы хорошо проделываете все этапы так, как им обучает нас Чже Цонгкапа, под руководством опытных учителей, практикуете так, как вам говорят, хорошо понимаете пустоту и карму, то также как сейчас карма заставляет вас проецировать мир таким, какой он сейчас, нет никаких причин, чтобы она не заставила проецировать что-то другое, намного более приятное. И абсолютно реально то, что человек проделавший этот путь, или даже только часть этого пути, начнет проецировать другой мир, тогда как люди вокруг него, продолжат жить как и жили, и они ничего не увидят. Внешне, ничего не увидят. Я не могу видеть то, что каждый из вас проецирует, конечно, если я не обладаю сознанием Будды.

И если я проецирую мир, в котором есть страдания, в котором есть войны, дорожные аварии, пожары, нищета, одиночество, потери, старение и болезни – если я проецирую такой мир, это знак того, что я еще не сделала достаточно. Что моя практика, не была достаточно хороша; либо не было практики, либо то, что я проделала, еще не принесло плодов. И это то, почему я старею, почему мое тело разрушается, и почему я вижу, что вокруг меня умирают люди, кто-то быстро, кто-то медленно, но все в процессе умирания.

Они все в лапах властелина смерти, он держит всех. Все мироздание, в котором я здесь нахожусь, целиком во власти властелина смерти, и он доволен. Вы видите (Лама Двора указывает в сторону сектора людей в колесе жизни)? Он празднует. Они тихо идут на работу, в театр, за границу, на свадьбы, на вечеринки; «Все хорошо. Они придут ко мне. Рано или поздно, можно не волноваться. Об этом мне не нужно беспокоиться, они уже мои». Его беспокоят те, кто проделывать практику, и поэтому он создает им препятствия. Поэтому, у них поднимаются

различные кармы. Они вдруг запутываются, вдруг начинают находить недостатки в учителях. Они вдруг говорят: «Минутку! Что я здесь делаю? Это идолопоклонничество...» Это то, что он будет делать. Темные силы будут это делать, потому, что они есть. Когда делают глубокую медитацию, начинают их ощущать, и понимать, что это. И обычно, если люди не проделывают практики, им не надо сильно стараться. Как уже было сказано, они довольны: «Все хорошо. Хорошая сасмара, сладкая. Они к нам придут».

Если вы ничего не будете делать, все будет хорошо. Вы здесь (Лама Двора-ла указывает в сторону колеса жизни, которое держит властелин смерти).

Чтобы выйти наружу, необходимо прилагать усилия. Нужно плыть против течения.

Идти в гору, и это работа.

Итак, это практика. Это работа, и если хотят добраться до вершины горы, необходимо проделывать эту работу:

1. Под правильным руководством.
2. С большой целеустремленностью.

Постепенно, нужно превратить это, в главную цель вашей жизни. Постепенно, с осторожностью. Не совершать изменений, которые будут вас ослаблять, но с осознанностью. Взвешенно, чтобы сделать этот путь возможным; но не ломаться, не падать на пути. Делать это постепенно.

И я хотела бы, еще немного вернуться к вещам, о которых мы говорили, к абзацу об отвлечении внимания. Это был абзац:

Благослови меня, и позволь мне быстро удостоиться

Пути, на котором осознанность и покой.

Сознание, в котором нет никакой отвлеченности

На ошибочные объекты,

И которое, достигает правильного смысла

Посредством правильного анализа.

Я хочу еще немного поговорить об этом абзаце. Итак, в первую очередь, здесь идет речь об отвлечении внимания. До сих пор, этому было дано два значения:

1. Сознание отвлеклось от выбранного объекта, на другой хороший объект – первым объектом был, когда я сижу к примеру в медитации, и хочу сделать медитацию Лам Рим тантрической подготовки, а внимание тем временем переключается на другой Лам Рим. То есть, я все еще с хорошим объектом, но это не тот объект на котором я выбрала сфокусироваться, поэтому внимание все еще отвлечено, и это мешает мне достичь мастерства в концентрации. И это одна форма отвлечения внимания.
2. Сознание отвлечено мыслями не относящимися к медитации – другая форма отвлечения внимания, более примитивная, это когда: я хочу сделать медитацию на определенный объект, а мысли приходят без приглашения, и отвлекают мое внимание. Это вторая форма.

На тибетском, отвлечение внимания, это:

Yeng Wa.

Произнесите: **Yeng Wa** – означает отвлечение внимания – передвинуть что-то, с места на место.

Сдвинуть что-то. Итак, эта строка на тибетском говорит:

Lokpe yul la yeng wa shi je ching

Yul – это объект.

Lokpa – ошибочный.

И **Lokpe Yul** – это ошибочный объект. **Lokpe yul la** – это «на ошибочный объект».

Yeng wa – это отвлечение внимания.

Shi je – это усмирить, успокоить.

Итак, он просит, чтобы Лама благословил его, чтобы он смог успокоить отвлечение внимания, на ошибочные объекты.

И здесь, есть - **Shi Je** – когда он просит успокоить отвлечение внимания. **Shi Ne** – это Шамата, верно? Это медитативное спокойствие. **Shi Je** – это успокоить, усмирить, и он здесь играет словами, он играет с двойным смыслом Shi, что немного сложно перевести.

3. Когда нет правильного понимания пустоты

Другая форма интерпретации этого **Yeng Wa** в этом абзаце, это:

1. Когда делают не подходящую медитацию.
2. Или, когда есть не правильное понимание пустоты.

Это два очень важных аспекта ошибки, поэтому я бы хотела о них немного поговорить.

Что подразумевается под пустотой? Я еще раз подчеркну, потому что этого никогда не бывает слишком.

Обманчивая реальность, и абсолютная

Есть то, что мы называем ложной реальностью, и есть то, что мы называем абсолютной реальностью, и когда мы в Буддизме говорим – «обманчивая реальность», мы не подразумеваем, что она не верная, или не существующая. Реальность вокруг нас, это обманчивая реальность. Но это не означает, что она не существует. Это не означает, что мы воспринимаем ее не верно. Я верно понимаю, что это стол, а это пол.

Когда говорят «обманчивая» - подразумевают, что она вводит нас в заблуждение, потому, что мы не понимаем ее верно. Мы не знаем, откуда она приходит. Мы не понимаем нашей реальности, и с этой точки зрения, она обманчива, и вместе с этим, есть также абсолютная реальность.

Другие названия обманчивой реальности, это «относительная реальность», «конвенциональная реальность». Это синонимы. Вещи в обманчивой реальности предстают будто бы вне меня, они предстают передо мной, будто бы пришли снаружи, вне связи со мной, в то время когда:

Любая вещь без исключений, приходит из меня. Нет даже одного исключения.

Возьмите самого большого в мире подлеца – он пришел из меня. Вы говорите: «Как это может быть? Я не сделала ничего плохого ни одному человеку». Если он появляется, он приходит из меня, и может быть к этой части своего сознания, у меня еще нет доступа. Я еще слепа в отношении нее, и мне нужно туда прийти, и очистить это, потому, что иначе они продолжают появляться передо мной, в моей жизни. И это обманчивая реальность. Иногда, как уже говорилось, ее называют «относительная реальность». Это немного запутывающий перевод, и я редко его использую.

Когда мы говорим о пустоте, и в этой медитации мы хотим сфокусировать Шине на пустоте, Пустота, это отсутствие. Она, это всегда отсутствие.

От чего пуста пустота?

О пустоте, есть много не верных идей. Есть шутка, которую всегда рассказывал Ринпоче, о монахе который пришел и провозгласил: «Я видел пустоту». Ему говорят: «Да? Какой у нее цвет?» Он говорит: «Желтый». ☺ И над ним очень смеялись. Он был «желтым».

У пустоты не может быть цвета, потому, что она не что-то. Пустота, это не что-то. Пустота, это отсутствие. Отсутствие чего она? Гакчи.

Gakja

Гакча, это та самая вещь, существование которой мы отрицаем, существование которой мы стараемся опровергнуть. Это вещь, появляющаяся передо мной, и в которую я верю, но она ложна. Это обманчивость обманчивой реальности. Это аспект появления, и мне кажется будто бы оно приходит снаружи, в то время как оно приходит из меня. Это обманчивость. Это Гакча.

Так, от чего пуста эта ручка?

Она пуста от ручки, существующей самой по себе, и не зависящей того, что я проецирую из своего сознания, в соответствии с тем, что вынуждает меня проецировать моя карма, в соответствии с тем, что сформировалось для меня через действия совершенными мною в прошлом.

Это Прасангика. Это пустота ручки.

Это не значит, что у меня здесь нет ручки. Я не говорю, что здесь нет ручки. У меня есть ручка, и она функционирует, поэтому, не выходите отсюда, и не говорите: «Нет домов. Нет дороги. Нет машин». Есть дорога. Есть машины. Будьте осторожны также, как были осторожны до сих пор, но начните понимать откуда приходят дорожные аварии, и тогда есть шанс, что вы их предотвратите, потому, что до того, невозможно их предотвратить. Чтобы их предотвратить, необходимо делать практику, и так любая вещь; так наша старость, наши болезни, наша смерть, и все наши потери. Они все приходят из нас – все без исключения.

В нашей культуре, мы не идем, и не убиваем много, может быть кроме солдат в армии. Мы не специально идем и убиваем, но много людей делают аборт. И мужчины, и женщины замешаны в это в равной степени. Это возвращается к нам. Это один из тяжелейших видов нарушения этого обета, не убивать. В нашей культуре, это каким-то образом нормально. Это возвращается к нам потом, в форме различных причинений вреда жизни; опасности, для моей жизни, болезней, или хронических болей.

- Итак, есть те, кто говорит, что пустота, это понимание, что сознание осознает. Понимание, что сознание осознает, это определение сознания. Сознание, это что-то чистое и знающее (определение сознания можно найти, например, в курсе 4), это определение сознания. Верно, осознание, что сознание осознает и знает, это полезное осознание, но оно не освобождает меня само по себе, в противоположность прямому восприятию пустоты, которое да, освобождает.
- Есть те, кто говорит, и это буддистская школа (и мы будем ее изучать, различные школы обсуждаются в курсе 15), что «эта ручка, является противоположностью всему тому, что не является этой ручкой», и это верно. Предположим, ручка положена здесь, на этом листе. Я хочу понять, что здесь не является ручкой, а что является. Иначе, почему бы это не было, другой вещью? Поэтому, ментальный процесс, через который я опознаю это, как ручку,

действительно проходит через все эти вещи, и говорит: «Это не это. Это не это. Это не это. Это ручка». Поэтому, этот процесс правильный. Мы делаем это. Мы говорим: «Эта ручка, является противоположностью всему тому, что не является этой ручкой», и это верно. И тогда они говорят: «Это пустота ручка», и это определенное восприятие пустоты. Проблема в нем в том, что: оно верное, но оно не освобождает. Оно верное, но это не та версия, которую мы ищем, чтобы освободиться от страданий. «Освобождает» - я подразумеваю, освобождает от страданий.

Что да освобождает? Если я пойму, что если у меня здесь в руке есть ручка, которая функционирует, и служит мне, когда я хочу записать что-то важное – то это потому, что я помогала другим достичь того, чего они хотели в их жизни, того, что было для них полезным, и важным.

Это создает во мне этот фильтр, и когда я через него смотрю на мир, я проецирую вещи функционирующими для меня. Потому, что, что такое ручка? Ручка, это что-то, что функционирует как инструмент для написания чего-то, когда я хочу что-то написать. Чтобы это для меня функционировало, мне нужно позволить такое функционирование для других. Это то, что создает ручку. Именно оттуда, приходит ручка. Нет другого места, откуда она приходит.

Вы скажете: «Она пришла с завода». Это то, **как** у меня появилась ручка. Это то, **как** она попала в мои руки. То, как она функционирует для меня, в этот момент, это функция того, какая карма у меня созревает, и если созревает не верная карма, в критический момент, она перестает писать.

И это та версия пустоты, на которую мы хотим медитировать. Это этот алмаз, в шестиугольной комнате. Это было «Достойным инструментом» (из абзаца: «Сейчас я подготовил себя для того, чтобы стать достойным инструментом, путями открытыми для всех...»), да.

Пустота этой ручки – пуста от той вещи, которой я думала она является, но которой она в сущности никогда не была.

Это **Гакча**. **Гакча**, это тот аспект реальности, когда я ошибаюсь, и думаю, что это реальность. Я думаю, что здесь есть ручка, существующая сама по себе, и я в это верю. Это **гакча**, но там никогда не было такой ручки, и не могло быть. Никогда не было.

Если бы здесь была ручка, которая является ручкой сама по себе, независимой от моего сознания, то любое существо в мире, видело бы в этом ручку, а это не верно. Нет такой ручки. Такой ручки не было, и не могло быть.

Розовый слон, с двумя головами

И, чтобы продемонстрировать вам эту идею гакчи, чего-то, чего никогда не существовало, и не могло существовать, но мы в это верим, и цепляемся за это, и из-за этого продолжаем страдать, страдать, и страдать – подумайте о примере, который любит приводить Геше Майкл: это розовый слон с двумя головами, бегающий по этой комнате. И когда я говорю о розовом слоне с двумя головами, бегающим по этой комнате, у вас в голове возникает какая-то картина, верно? И вы смотрите: Есть здесь розовый слон, или нет? «А! Здесь нет розового слона». Как вы знаете, что здесь нет розового слона? Потому, что у вас есть какая-то идея, что такое розовый слон. У вас есть картина розового слона, и вы можете проверить: есть, или нет? Так, и гакча.

Чтобы я смогла воспринять пустоту, чтобы я смогла понять пустоту этой ручки, мне нужно понять, от чего она пуста. Что такое гакча? Что такое эта ручка, которая, я думала там есть, но которой там никогда не было, и не только не было, никогда не могло там быть. Нет такой! Это блеф. Блеф, в который я верю, цепляюсь за него, и продолжаю страдать.

И то, что было сказано в отношении ручки, было сказано в отношении меня.

Идея, которая у меня есть относительно себя «кто я?» Я никогда не существовала, никогда не была, и не могла быть, и я готова идти ради этого на войну.

Идея, которую я имею о своей родине, и своем народе, этого никогда не было, никогда не могло быть, и никогда не будет, и мои дети гибнут из-за этого.

Поэтому, нам нужно хорошенько выяснить это для себя, прежде чем мы сможем освободиться.

Нам нужно понять эту гакчу, и это медитация на пустоту. Это поставить микроскоп, и посмотреть на алмаз, потому, что алмаз там. Мы все время в этом алмазе. Он все время вокруг нас. Мы в нем живем. Это абсолютная реальность. Мы не видим его. Мы не видим его все время.

Пустота все время здесь. Мы погружены в нее все, все время. Мы не видим, потому что мы одержимы гакчей. Потому, что мы преследуем суету сует. Мы в заблуждении. То, что написано в «Йоге сутре»: **virtti – вирти – искажение сознания.**

Мастер Патанджели говорит: «Вы хотите освободиться? Вам нужно научиться прекращать заблуждение сознания. Это искажение, которое сознание все время совершает, когда оно все время не понимает свою реальность».

И потому, что Sem Lung Jukpa Chikpa, помните? Сознание и внутренние ветры, все время идут вместе, и когда это искажение исчезает, ветры упорядочиваются, центральный канал раскрывается, и бум! Вы в раю, и вы ангел.

Сейчас, для того, чтобы этот бум произошел, необходимо немного поработать, да? Итак, это этапы медитации.

Итак, может быть упомянем еще идеи о пустоте, потому, что вы встретитесь с ними:

- Есть те, кто говорит: «Видеть все черным – это пустота». Это не пустота. Это может быть, физическая пустота. Пустота «географическая», может быть. Это пустота от вещей. Прежде всего, черное, это тоже что-то, верно? Это не та пустота, которую мы хотим воспринять. Мы хотим воспринять пустоту, в философском понимании. В понимании отсутствия собственного существования. Не отсутствия вещей, потому, что у нас здесь есть вещи. Будда также видит вещи, только он их понимает. Он понимает их пустоту.

Поэтому, мы не стараемся увидеть: «Нет, нет, нет! Здесь нет потолка. Здесь нет потолка, и если только я постараюсь, поморгаю глазами, и все. Может быть, я смогу вылететь через потолок». Не так. Для меня потолок, это что-то, что защищает меня на данный момент, от внешней среды. Я хочу понять, почему здесь есть потолок, защищающий меня от солнца и дождя.

Почему есть что-то, что меня защищает? Потому, что я защищала других. Вы помните четыре вида даяния? Это карма, создающая во мне этот фильтр, что я увижу защиту над собой, и без этой кармы, когда она заканчивается, то как и эта ручка перестает писать, потолки падают, и потолки падают только так, когда они падают, потому, что карма заканчивается. Потому, что созревает карма, что я видела кого-то, кому нужна была защита, осознавала это, и не дала. Могла дать, осознавала это, но не давала. И когда такое семя созревает, потолок падает, и он падает только так. Нет потолка, существующего самого по себе. Нет.

- Еще ошибочное мнение о пустоте – «Ничто не существует». С этим мы уже спорили. Это не верно. Мы не говорим этого. Вещи существуют, но они не такие, как мы думаем о них.
- Еще мнение – «Пустота, это сияние сознания». Это верно, что когда делают медитация серьезным образом, соединяются с сиянием сознания. Наше сознание сияет. Это верно, но это не пустота. Когда сознание чисто, оно сияет, и можно соединиться с этим, и это удивительное, чудесное переживание, но это не пустота.

- Вы можете увидеть в Буддистских книгах: «Голая осознанность». Имеется ввиду восприятие без объекта, одно восприятие. Нет такой вещи. Что такое сознание? Сознание знает. Что оно знает? Свои объекты. Без объекта, нет субъекта. Нет субъекта, без объекта. Поэтому, это объяснение которое не помогает.

Как различить верное, и не верное учение о пустоте?

Все ошибочные мнения о пустоте существуют, вы их встретите. Это растрчивает жизнь. Это растрчивает драгоценное время, которое необходимо, чтобы подготовить себя к приходу к Тантре, и наконец-то выйти из страданий, поэтому, нужно быть осторожными.

Если учение тесно не связано с соблюдением морали – в нем что-то отсутствует, в нем что-то неисправно,

Потому, что карма и пустота идут вместе.

Если все пусто, то все определяется кармой.

Все определяется действиями в прошлом,

Поэтому, я обязана быть, супер-дупер моральной. Обязана!!! Потому, что иначе я продолжу страдать.

Я определяю все через то, что я делаю.

Поэтому, тот кто приходит и обучает какому-то понятию; о черном или сияющем, и если он не связывает это с соблюдением морали, здесь что-то отсутствует. Поэтому, это не может освободить.

И также и наоборот; тот кто много говорит с вами о морали, но не объясняет пустоты вещей – там что-то отсутствует. Это также не освобождает. Люди соблюдают заповеди много лет, и умирают тяжелой смертью. Это также не освобождает. Необходимы, и метод и мудрость вместе.

Необходимо отличать пустоту, от восприятия пустоты

Пустота, это не то, что освобождает. Но восприятие пустоты – это то, что освобождает.

Потому, что пустота существует все время вокруг нас (или можете сказать, не существует вокруг нас все время ☺), можете сказать, как хотите, но мы все время погружены в пустоту, и не освободились. Нам нужно воспринять ее напрямую, и тогда что-то меняется.

Каждое ошибочное объяснение, отвлекает вас от пути, и вам нужно очень хорошо изучить эту тему, чтобы вы смогли отличить зерно от плевела, и ответственность лежит на вас, потому что вас будет охранять **ВАШЕ** понимание пустоты. Для этого вам нужно потрудиться, учиться, и создать хорошую карму, чтобы встретить учение, и учителей.

И это уже есть. У нас есть чудесная линия,

- *Начинается с Будды,*

- *С Ария Нагарджуна – второго Будды,*

- *Мастера Чандракирти, который обучал Срединному пути,*

- *Мастера Шантидевы,*

- *Чже Цонкапы.*

- *Есть Кен Ринпоче*

- И есть Геше Майкл, и тяжело описать то, что он делает. Это вообще не из этого мира. Он делает это возможным для нас, здесь и сейчас, тогда как в течении поколений, такое получалось лишь у единиц.

Просто не верится тому, что сейчас происходит. Чудесная карма. Больше этого не нужно, только нужно выполнять.

Прямое восприятие пустоты

Когда уже происходит прямое восприятие пустоты, происходит прямая встреча с Дхармакайей (ментальным телом Буддой). Это то, что является прямым восприятием пустоты. Поэтому, когда он был в Израиле (по просьбе Ламы Дворы, Геше Майкл приезжал в Израиль в 2005 году, и говорил о прямом восприятии пустоты), он говорил о видении Бога, потому, что это то же самое, только другими словами. Встреча с пустотой, прямое восприятие пустоты, это встреча с сознанием Будды, с Дхармакайей, и тогда вы падаете плашмя на землю, и преклоняетесь.

Все преклонения, которые вы хотите, или не хотите делать, и в случае если вы не хотите, вы перекрываете для себя эти семена. Жаль. Вы падаете плашмя на землю. Это как Моисей, когда пал лицом вниз, когда увидел увидел неопалимую купину. Точно также. И после этого, сразу же после этого, когда выходят из медитации, есть следующий день (мудрость приходящая после называется - Jetop yeshe), когда есть осознания приходящие одно за другим, как попкорн, одно за другим. Сознание вдруг раскрывается. Все пробки вдруг раскрываются, и одновременно, одно за другим, появляются осознания, примерно в течении суток. Это еще не просветление, но ты уже может видеть, когда придешь к просветлению, как придешь к просветлению, когда это произойдет, как это произойдет? У тебя есть полная уверенность в отношении того, что произошло, и в отношении своего просветления. В это время, есть большое изменение во внутренних ветрах. Тело меняется. Это не то же самое тело. Ария (Arya), не имеет того же самого тела, которым обладаем мы; снаружи, оно кажется таким же, изнутри – это что-то совершенно другое.

Я думаю, это то, что я хотела добавить. Это все.

Подведение итога этапам, до сих пор

Итак, подведем немного итог тому, что мы уже сделали:

Тантрическое просветление

Тантрическая практика: этап завершения

Тантрическая практика: этап создания

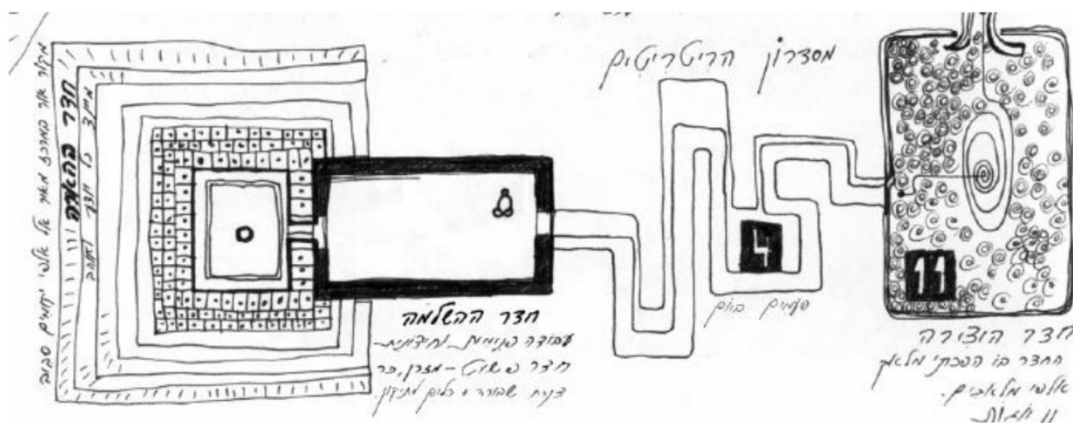
Познакомиться, и хорошо соблюдать тантрические обеты

Тантрическое обучение

Быть достойным сосудом

Практика совершенства мудрости, и правильного мировоззрения

Итак, вверху у нас есть первый этап (на прикрепленном рисунке, это находится с левой стороны) – тантрическое просветление. Мы об этом говорили. Мы стоим там, во внутреннем дворе. У нас есть тело света, тело чудесного ангела, чудесного по своей красоте, удивительнее всего, что можно вообразить. Мое предложение, представить самую красивую вещь, которую вы можете себе вообразить. Что для вас, красивее всего? Каким бы вы хотели стать, если бы вам дали стать красивее всего, из всего возможного, и умножьте это в миллион раз, и это то, чем вы будете. Это ангел; всезнающее сознание, любящее, и вы сидите себе там в этом раю, представленным внутренним двором, и вы полны неги, высшего наслаждения Будды, и вы также знаете, что ваши копии проделывают работу во всех мирах. **Самбогакайя** – тело наслаждения Будды (Sambhogakaya – тело наслаждения Будды. На тибетском - Long Ku. Одно из двух физических тел Будды), осталось в раю, а **Нирманакайя** (Nirmanakaya – видимое тело Будды. На тибетском Trul Ki. Это второе, из двух физических тел Будды), проделывают работу во всех мирах.



Чтобы прийти к завершению, необходимо практиковать два тантрических этапа:

- Завершающий этап – он последний приводящий туда. В завершающем этапе, в **Dzok Rim**, также есть этапы. До этого, очень много работают. Сначала вообще, начинают создавать условия для практики: финансовые, физические, условия для жизни, в которой я смогу практиковать. Иногда, это берет множество лет.
- Потом, тантрическая практика этапа создания – может занять много времени.

Когда уже приходят, и тот кому удастся пройти через все эти барьеры, приходит к этапу завершения – то это происходит быстро. За короткий период, если все делают верно, и если на пути, не поднимаются кармические препятствия, происходит чудесное изменение. И все это учение о карме, к которому мы скоро подойдем еще ближе, для того, чтобы предотвратить нам сажание собственными руками препятствий на пути, потому, что мы это делаем из невежества, по не знанию. И почему, все это возможно? Потому, что все пусто. Потому, что я пуста. Я, и любая другая вещь; также, как и все другое пусто, также и я пуста. Я пуста от того, чтобы быть той, или другой, сама по себе, и если я это понимаю, и если я создаю правильную карму, тогда это возможно. Итак:

Если хорошо проделывают этап создания, мир вокруг нас начинает меняться. Мы находим себя

все более и более окруженными небесными существами, и мы сами, все более небесны.

Чтобы позволить этому произойти, не достаточно практиковать – необходимо практиковать правильно, и имеется ввиду соблюдение обетов, и соблюдение тантрических обетов, это средство, чтобы произвести это изменение.

И как мы уже говорили, их не легко соблюдать, не потому, что нужно делать что-то тяжелое; нужно поднимать тяжелый груз. Нет! Нужно изменить мое сознание, а мое сознание сопротивляется. Оно привыкло делать то, что делает. Оно привыкло думать о том, о чем оно думает. Оно привыкло видеть реальность определенным образом, и я все время задействую антидот, и пытаюсь вытолкнуть его оттуда, и мне нужно помнить, что мне нужно пытаться вытолкнуть его оттуда. Для этого, мне нужны She shin (сторожевой пес) и Drenpa (памятование). Все эти составные, о которых мы говорим, там нужны еще больше.

- Для того, чтобы я смогла соблюдать тантрические обеты, мне нужно их получить, и это происходит при тантрическом обучении. Чтобы получить тантрическое обучение, мне нужно найти кого-то, кто мне его даст, кто даст мне тантрическое обучение, достойное своего имени. Тантрическое обучение – это одно. Тантрическое обучение, достойное своего имени – это совершенно другое.
- Как я их найду? Тем, что превращусь в подходящий сосуд. Если я подходящий сосуд, они ко мне приходят. Я их встречаю.
- Как я стану подходящим сосудом? Я буду соблюдать все обеты Бодхисаттвы. Я буду соблюдать Парамиты (шесть совершенств). Я буду практиковать шесть Парамит. Две последних, это Шамата, и Випашьяна, то о чем мы говорили, и потом четыре первые: это даяние, моральная жизнь, терпение, и радостное усилие.
- И все это, находится в мировоззрении кармы и пустоты. И если это мировоззрение верно, если мировоззрение кармы и пустоты верно, оно ведь составляет объяснение нашей реальности: все пусто, и все проекция, и это моя проекция, и эта проекция определяется моей кармой, и эта карма, это не какая-то жестокая судьба, которую на меня кто-то возложил, а я сама определила ее тем, как вела себя в прошлом. И это говорит о том, что если это верно, то любое другое объяснение, которое вы слышите о реальности, не верно, потому, что не может быть и так, и этак. Это говорит о том, что любое другое объяснение, к которому вы привыкли, не может быть верным, и это большое изменение в сознании.
- Сейчас, мне нужно стать на свои ноги, и посмотреть на объяснение кармы и пустоты, переварить его медленно-медленно, поварить его медленно-медленно, и если это верно – то мне нужно вести себя соответственно.

Мировоззрение, в действии

Если верно то, что изобилие приходит от даяния, и что это единственное место для изобилия – то, чтобы я увидела у себя изобилие, мне нужно быть щедрой. Точка!

Не может быть, чтобы у меня становилось больше денег, потому, что я скрываю налоги. Нем может быть, чтобы у меня становилось больше денег, потому, что я даю меньше сдачи, чем нужно – это не источники денег. Может быть, кто-то скрывает налоги, и его не ловят какое-то время. Это может быть, и у него пока есть деньги. И может быть, его никогда не поймают. Если у него есть деньги, это потому, что в прошлом он был щедрым. Может быть в прошлой жизни, он был щедрым, и сейчас он ездит за счет кредитной карты, и сжигает ее. Если сейчас он скрывает

деньги, не переводит их туда, куда они должны идти, не дает денег нуждающимся, и так далее, он в будущем будет страдать от нужды, потому, что сейчас он создает себе новый фильтр. Он работает над ним сейчас. Тем, что он скрывает, и обманывает, и не дает, он постепенно создает себе нужду. Очень прилежно, и упорно.

Сейчас, есть промежуток времени.

Всегда есть промежуток времени, между реальностью, и кармическими причинами, приведшими к ней.

Всегда есть промежуток времени, и в этом наша трагедия. Это говорит Ария Нагарджуна: «Это наша трагедия», потому, что мы не связываем А с В, потому, что это было когда-то, и мы об этом уже забыли, а это происходит сейчас. Это созревает сейчас. Мы не связываем это с вызовом в суд, который я сейчас получаю: «Что вдруг? Что я сделал? Что произошло? Что, где справедливость?» Она не в суде. Она не может приходить оттуда.

Откуда приходит не справедливое решение суда? Откуда оно приходит? Из суда? Нет. ☺ Это то, как оно приходит.

Если я переживаю не справедливость, будто это как бы вступает в противоречие с мировым порядком: «Что здесь происходит? Я сделала все, что нужно. Он нанес мне ущерб, так как это, что это возвращается ко мне так криво?» Как это?

Если вы видите что-то, что вступает в противоречие с мировым порядком,

Это потому, что у вас есть мировоззрение, вступающее в противоречие с мировым порядком.

Если у меня есть непонимание реальности, если я иду по миру, все время не понимая его, то он возвращается ко мне кривым. Это то, откуда это приходит. Это кармическая причина.

Есть целая строка корреляций. Мы сделаем это в курсе о бизнесе (Лама Двора имеет здесь ввиду курсы менеджмента «Алмазное сердце», которые разработала и передавала в Израиле, основываясь на книге «Алмазное сердце». Эти курсы на сегодняшний день передаются через израильский центр Кармического Менеджмента). Поэтому, читайте книгу «Diamond Cutter», которая скоро выйдет на иврите. И там есть строка корреляций. Все эти объяснения, откуда они приходят с кармической точки зрения. Не найденные объяснения.

(Книга «Diamond Cutter» написана Геше Майклом Роучем, и с тех пор как давалось это учение, она вышла в свет в переводе на иврит, Ламы Дворы-ла, под названием «Лезвие алмаза».)

Найденное объяснение, всегда ошибочно.

Как знают, что оно ошибочно? Я выхожу из дома, Арие говорит мне: «Езжай осторожно». Если едут осторожно, будет, или не будет дорожная авария? Или будет, или не будет, верно? Я буду ехать осторожно, и я останусь на своей полосе, и в меня или врежутся, или не врежутся, верно? Я не могу предсказать результата. Иногда это работает, иногда это не работает. Это знак того, что это не может являться причиной. Не может быть, чтобы осторожное ведение машины само по себе, предотвращало аварии. Оно может стать способствующим фактором, для предотвращения аварий. Почему? Потому, что если я еду осторожно, и моя цель сохранить жизнь, то я создаю карму сохранения жизни. И также и тогда, создается карма на будущее, потому, что это созреет только в будущем. Если я сегодня еду осторожно, то в будущем предотвратится авария. Если сегодня есть авария, это потому, что в прошлом, к примеру, я не вела себя осторожно, или делала что-то другое, вредящее жизни. И это важно, при таком видении мира, важно помнить, что у меня нет власти над настоящим.

У меня нет власти над настоящим. Я не могла не позволить этому грузовику въехать в меня. Это

старая карма, которая созрела. Это дерево, которое уже здесь.

Я имею власть только над тем, что я сею сейчас. Как я реагирую сейчас? Что я сейчас делаю? Это определит мое будущее. Насколько далеко вперед? В зависимости от того, насколько я понимаю пустоту.

Если я понимаю пустоту хорошо, это может произойти за считанные дни, и часы. Если я не понимаю пустоту хорошо, это может занять недели. Если я вообще не понимаю, это будут годы. Поэтому, в сущности, все дело мировоззрения, и мы все утончаем, и утончаем наше мировоззрение.

Постепенное утончение мировоззрения

Эти этапы, которые мы скоро будем проходить, включая те, что мы уже прошли, это постепенное утончение мировоззрения. Самсарное мировоззрение не работает. Вот, мы страдаем. Поэтому, мы постепенно выходим из него, и сегодня мы поговорим о различных уровнях.

Весь код Буддистских монахов, все правила их морали, правила их поведения – мировоззрение **Винайи** – все основано на освобождении от себя страданий. Весь фокус на себе. Работают ли они? Да. То, что они предназначены делать, они делают. Но не больше этого.

Обеты **Пратимокши** – «десять обетов свободы», это уровень монашеских обетов. Это уровень обетов Винайи. Работают ли они? Да. Можно ли без них? Нет. Освобождают ли они, до полного просветления? Нет. Не достаточно. Это первый слой.

Бодхисаттва понимает, что он не может освободить себя, без освобождения других. Не по-настоящему. Можно прийти к Нирване, но есть большее. Нужно освободить всех других.

Колесо лезвий

Мы находимся в мире, который задействуется посредством кармы. Карма сжигается. Все, что приходит из кармы, я обязана потерять, и все, что у меня есть на данный момент, приходит из кармы, и все эти вещи, сожгутся. Обязаны сжечься. Это природа кармы. Она поднимается, и спускается. Поднимается, и спускается. Она обязана сжечься. То, что родилось, обязано умереть. То, что я приобрела, я потеряю. То, что у меня есть, я потеряю. Тот, кем я являюсь, изменится. Это так. Это карма, и это плохо. Мы хотим из этого выйти.

Мы используем принципы этого для того, чтобы выйти из этого. Это то, чем занимаются в дзюдо. В дзюдо, атакующий собирается тебя атаковать, а ты берешь его энергию, и направляешь на него самого. Это именно то, что мы делаем. Мы хорошо изучаем, как работает карма, и используем эти принципы, чтобы выйти оттуда.

В рассказе «Колесо лезвий», есть очень красивый отрывок (смотрите курс Ло Джонг 4). Страшно красивый. Стоит там один человек, и у него на голове колесо с лезвиями, и лезвия кривые, и колесо быстро крутится, и все время режет ему голову. «Колесо лезвий» - такое ужасное сравнение – и это карма.

И каждый раз, это колесо крутится, каждый раз, с ним что-то происходит, он говорит: «Еще раз колесо прокрутилось, и порезало меня. Еще раз, моя карма созрела». Это длинный рассказ. Он каждый раз рассказывает, что с ним еще происходит, что с ним еще происходит, что с ним еще происходит, и через это обучает нас, как работает карма. Чудесный рассказ. Это происходит, и это происходит, и это происходит, и в конце он встает, как эти персонажи которых вы видите, похожий на тантрических гневных ангелов. Он встает и говорит: «Я сейчас собираюсь это перевернуть! ☺ Я собираюсь применить принципы кармы, и я переверну тебя. Сейчас, я поднимусь на спираль, поднимающуюся вверх», и это то, что мы пытаемся сделать. Перевернуть

это колесо, и необходимо это мужество, чтобы перевернуть этого демона, который все время меня убивает.

Поэтому, мне нужно к нему прийти, с его инструментами. Это то, что мастер Шантидева делает в своем учении. Он говорит: «Необходимо убить гнев». Поэтому, мы назвали это «Убить гнев». Они нам говорят: «Эй! Минутку! Что, убить? Мы Буддисты». Гнев меня убивал, уже миллионы лет. Мне нужно встать, и убить его.

Мне нужно убить все то, что есть в себе – не людей стреляющих в меня, потому, что их создала я, из-за своего гнева. Я должна убить свой гнев, и мне нужно прийти с мощью, не беспомощной.

Беспомощной я уже была. Я уже смирялась с гневом. Не работает. Это ужасный враг! Это враг, и он внутри. Его мне нужно победить, и мы намеренно использовали слово «убить», или «уничтожить», или «ликвидировать». Нам нужно задействовать эту мощь.

Вопросы и ответы

У вас есть много вопросов. ☺

О проекциях

Вопрос: вещи существуют там, и тогда я проецирую на них проекции своего сознания, или есть проекции сознания, и тогда создаются вещи?

Ответ: этот вопрос именно о разных школах Буддизма – сейчас это более низкая школа «Сватантрика», но не намного ниже, только немного ниже. (Учение об этой школе, можно найти в курсе 2, и в курсе 15).

Сватантрика говорит, что здесь есть вещь «намекающая мне», что она ручка, она приходит с какими-то намеками, заставляющими меня думать, что это ручка, и тогда я прихожу со всем своим ментальным багажом, и со своими кармами, и когда я вижу эту вещь с намеками, которыми она мне посылает, я проецирую эту проекцию на нее, и тогда я говорю: «А! Есть ручка». Итак, эта школа говорит пятьдесят на пятьдесят:

- Там есть что-то снаружи,

- И я прихожу с моим багажом, и проецирую на это,

И тогда есть ручка.

В Сватантрике также есть пустота, они также говорят о пустоте. И в соответствии с этой школой, что такое пустота ручки? Чем является у них гакча? Что это за вещь, которая не существует, которую пытаются опровергнуть?

Они пытаются опровергнуть существование ручки, существующей независимо, от моей проекции.

Это значит, необходима я, чтобы была ручка. Необходимо сознание, воспринимающее эту вещь – без этого, нет ручки. Но там есть, что-то. Там есть какая-то вещь, какие-то сырые данные, приходящие и говорящие мне: «Эй, обрати на меня внимание!» И когда я обращаю на это внимание, и когда я прихожу со своим багажом, вместе – и тогда есть ручка. Но нет ручки, независимой от меня. Итак, в соответствии с этой школой, есть вещи существующие там, сами по себе, но что это за вещь, существующая там?

«Прасангика» - это высшая школа, и она та, которая освобождает. Прасангика говорит, что у меня есть моя карма, которая вынуждает меня видеть определенные ментальные картины, и их я проецирую. На, что? На сырые данные. Но сырые данные, на которые я проецирую, также пришли из меня. Они говорят, что без моей проекции, не о чем говорить. Экран совершенно пуст. Все

приходит из меня. Это Прасангика.

Вопрос: в сущности, ты сам создаешь факт встречи?

Ответ: я создаю факт, и эту встречу. Глаз, предмет который приходит – все пришло из меня, абсолютно, на сто процентов!

Люди, через практику медитации, достигают Шаматы. Это не легко, но это возможно. Но если они не изучали все эти вещи, они не очень понимают, что делать с этим инструментом, на что направить микроскоп. И это тибетцы настолько тщательно хранили.

Необходимо долго изучать пустоту, и понять, что делать с этой медитацией, куда направить этот микроскоп. И если я его направляю на эту вещь, которую долго раньше изучала, и поняла, и проверила – то приходит эта встреча, которая меня освобождает, и тогда ты поймешь сама. Тебе не нужно будет никому верить. Ты увидишь, как все приходит из тебя.

В Сватантрике скажут: здесь что-то есть, и есть этот мой «фильтр», будто бы диаскоп между мной, и чем-то еще.

В «Прасангике» - скажут, что нет ничего «за» диаскопом. Все, что есть, это диаскоп. Если я думаю, что там есть что-то, это тоже мой диаскоп, диаскоп находящийся как будто «за» первым, и сколько бы я не проверяла, сколько бы я ни анализировала, есть еще следующий уровень, будто бы он там, но если я пойду и проанализирую его, он также исчезнет, и если я проанализирую тот, что за ним, и он исчезнет.

И мы уже немного делали такие упражнения (их можно найти, к примеру в курсе «Сердечная Сутра»). Если вы их делали, на сегодняшний день, вы меньше сердитесь. Если вы не меньше сердитесь, то вы еще не проделали их достаточно, потому, что когда проделывают их достаточно, понимают, что там нет на кого сердиться. Понимают, что у лодки нет гребца. Эта лодка, которая врезается в нас, помните это сравнение? Мы плывем себе по озеру, в своей лодке, красиво, медленно, довольные, и вдруг какая-то лодка врезается в нас, и мы сердимся на гребца, почему он плыл именно в моем направлении... и лодка приходит, и врезается в меня – а нет гребца. На кого мы сердились? Там никого нет, и когда делают эти упражнения хорошо, видят на собственном опыте, не интеллектуальном, что сердиться не на кого.

Вопрос: сердящийся человек, о котором мы так много говорим, верно ли, что есть набор данных, которые я интерпретирую, как сердящийся человек?

Ответ: верно. Есть набор данных, которые ты проецируешь на него, как на сердящегося человека, но если сейчас мы уберем гнев, и посмотрим на набор данных, начнем анализировать этот набор данных, ты увидишь, что его также проецируешь ты. Это тот же самый вопрос, на который я уже ответила.

В конечном итоге, для того, чтобы вы убедились, вам нужно делать эту медитацию. Услышать, это только первый этап приобретения мудрости. Необходимо услышать, и после необходимо делать на это медитацию.

(Мандала)

Подготовка к Тантре
Курс основан на Лам Рим
«Источник всех добродетелей – мольба к горе благословений»
Встроен в курс ACI 3
На основе учения Геше Майкла Роуча
Перевод, редакция, и подача
Ламы Дворы ла
Поселение Харут, март 2007
Урок 3, часть 1
Тантрическое обучение, и совершенствование концентрации

(Молитва Мандалы на тибетском)

*Sagu pukyi jukshing metok tram,
Rirab lingshi nyinde gyenpa di,
Sangye shingdu mikte ukwar gyi,
Drokun namdak shngla chupar shok.
Idam guru ratna mandalakam niryatayami.*

Там есть Sa shi, верно?

Это начинается с Sa shi, и важно, чтобы Shi было низким, потому, что если оно высокое, у этого другой смысл. На тибетском, есть интонации; если оно высокое – это «смерть», а если оно низкое – это «четыре». И мы поем о четырех континентах, и когда оно высокое, это будет «убить землю». Ринпоче смеялся над американцами, которые не различали разницу в интонациях, когда он заканчивал урок, он говорил: «Сейчас – убить землю». ☺

(Молитва Мандалы на иврите)

Вход в мандалу, Тантрическое обучение

Это абзац:

*Срок я подготавливал себя быть соответствующим сосудом
Пути открытыми для всех,
Пожалуйста, благослови, и облегчи мой вход
На путь, сердце которого алмаз.
Нет выше этого пути.
Это врата, в которые войдут
Благословенные избранные.*

Я с вами говорила об «избранных», что нужна эта духовная зрелость, верно? Мы говорили об

этом, и сейчас мы говорим о входе внутрь. Что такое вход внутрь, или пройти через врата? Это тантрическое обучение.

Мы говорили, что нужно познакомиться с обетами, и хорошо их хранить. Чтобы познакомиться и хорошо их хранить, что мне нужно? Принять их. Мне нужно, чтобы кто-нибудь мне их дал, и это происходит, при тантрическом обучении.

Тантрическое просветление

Тантрическая практика в два этапа: создание, совершенствование, тантрические ретриты.

Познакомиться, и хорошо хранить тантрические обеты.

Тантрическое обучение.

Итак, как было сказано, причина для получения тантрического обучения и стремления его получить в том, что открытые пути не достаточно быстры. Они чудесны, тот кто изучал шесть совершенств, и все эти учения знают это. Они очень красивы, они точны, они были даны Буддой. Так тренируются Бодхисаттвы. Проблема в том, что это берет много времени. Поэтому, не то чтобы мы освобождены от практики шести совершенств, но мы делаем это намного быстрее, в рамках Тантры.

Мы об этом говорили.

- Не принимать тантрического обучения от кого-то, с кем вы хорошо не знакомы, потому, что вы в сущности вверяете в их руки свое сознание, свой ум. Вы должны на них полностью полагаться. Это первое.
- И с другой стороны – Лама не должен давать тантрического обучения тому, с кем Лама хорошо не знаком, потому, что если ученик падет, Лама падет вместе с ним.

Тантрическое обучение связывает вместе Ламу и ученика. Можно это сравнить с двумя быками, упряженными в одну упряжку; падает один, падает и другой.

И поэтому, Лама будет очень осторожен в том, кого он обучает.

Различные уровни тантрического обучения

Существуют уровни обучения:

1. Самый легкий уровень обучения – к примеру есть уровень, которому обучает Далай Лама, когда дает «Калачакру» («Колесо времени» - одна из древнейших существующих тантр, в которую по традиции вводит людей Далай Лама. Традиция этой тантры уникальна, и немного отличается от других тантр, принятых в Тибетской традиции). Я один раз была на таком обучении. Пришло 5000 людей, они сидят в шатре, и Далай Лама дает учение «Калачакры». Это самый легкий уровень обучения. Он просто хочет посадить в них семена Тантры, и когда в будущем они прорастут, они поднимутся на следующие уровни. По своему большому милосердию.
2. Немного более высокий уровень обучения и тантрических знаний – следующий уровень, есть группа людей – наверное несколько десятков, а может быть и сотен. Я видела Ринпоче, дающего это 200 людям. Большинство видов обучений, которые можно

встретить таковы, и это немного более высокий уровень обучения, и тантрических знаний. И это чудесно. Это более сильные семена, и если с ними работать, они прорастут, и приведут к следующему уровню. Когда вы идете, и берете обучение у Ламы, большая часть учений которую вы можете встретить такова, если можете встретить, да. Это создает союз между людьми, принимающими это обучение, у этого Ламы, поэтому, все кто там сейчас сидят, как ваши брат или сестра. Вы должны заботиться о них. Если вы не готовы о них заботиться – не принимайте, потому, что это одна из ваших обязанностей.

3. Высший уровень обучения – лицом к лицу с Ламой – и это высший уровень. Он называется:

Shalshe

Произнесите: **Shalshe**, и это лицом к лицу, один на один, когда Лама дает одному человеку. Он очень секретный, и там есть сила. Это встретить немного тяжелее, потому, что Лама действительно должен хорошо с вами познакомиться, и вы должны находиться с этим Ламой долгое время, быть ему очень преданным, делать ему приятно, и так далее.

Комната, для обучения

В на протяжении учения, есть четыре объекта.

В Тантрическом обучении Анутара Йоги Тантры, в церемонии, есть четыре объекта, и они сажают семена четырех тел Будды.

Это то, что Лама сажает в вас; семена, для достижения четырех тел Будды. Где мы это учили? В курсе 6, о телах Будды. Если вы начинаете смотреть назад, на курсы ACI, вы видите, что каждый из них подготавливает вас с разных сторон, к разным вещам. Это то, что они делают, не говоря вам об этом.

Тантрическое обучение – это вход в мандалу.

В нашей медитации, в этой комнате, для Тантрического обучения будут: вы и Лама; вы и Лама будете там.

- Там будет что-то, представляющее эти четыре объекта. Четыре короны, которые будут на вашей голове.
- Там будет что-то, представляющее тантрические обеты, которые вы получаете при обучении. Может быть дневник, или более красивый дневник, потому, что это будут тантрические обеты,
- И третье, что Лама дает вам при обучении – это разрешение практиковать Тантру, вы получаете «Садхана», книгу с вашей практикой, которую вы потом регулярно практикуете. Итак, там есть что-то это представляющее.
- И разумеется, там Лама. Посадите его на какой-то красивый, прекрасный трон, возвышенный. Это кто-то, кого вы сейчас возносите, почитаете, и служите ему.

Как находят Ламу, который даст вам такое обучение - **Shalshe**? Очень тщательно практикуют открытый путь. Тщательно ведя дневник, и тогда вы их создаете.

Все создаете вы, верно? Все приходит из вас. Вы просто их создаете, и тогда вы их встречаете. Это обучение, **Shalshe** – очень серьезно. И путь ведущий туда, это тщательное хранение обетов Бодхисаттвы, предшествующих ему.

Как уже было сказано, обучение вводит вас в Мандалу, и Мандала, это тот самый рай, в котором вы окажетесь, когда станете просветленными. Итак, комната для обучения, которую мы будем делать в медитации, сделана из кристаллов, или алмазов. Сделаем ее круглой, с кристалльным куполом. Это другой мир. Это другой мир.

Ответы на вопросы

О, сколько вопросов (вопросы написаны в записках, потому что ретрит проходил в молчании), и это время на них ответить.

Вопрос: уничтожил ли пришедший к Нирване, причины всех страданий?

Ответ: да. Однозначно. И страдания настоящего момента, и также причины будущих страданий. Он больше не будет страдать. Но что? Мы это очень не поощряем. Почему? Потому, что можно там увязнуть на миллионы лет, не помогая другим, и мы говорим: когда Бодхисаттва готов, и почти переходит туда, он просит помощи Ламы. Поэтому, нужен Лама.

Этот Бодхисаттва уже очень продвинул, Бодхисаттва восьмого уровня. Он на пути Махаяны, и он уже настолько утончил свое сознание, и проделал настолько огромную работу с видением пустоты, которое он уже прошел, что может в медитации уже перейти в Нирвану, и это очень большое искушение, потому что наслаждения огромны, и притягательны. Он знает, что если он сделает еще один шаг, он будет пребывать в этом наслаждении вечно. Когда он на таком уровне медитации, прежде чем он входит в медитацию, он просит Ламу его охранять, чтобы он не перешел этого порога, потому, что нужно еще помочь всем существам. Нужно еще проделать работу, и прийти к полному просветлению, и там наслаждение во много раз больше, чем в Нирване, и также, тем временем, пока помогают другим.

Сейчас, о тех кто перешел в Нирвану, в писаниях говорится, что они могут сидеть там миллионы лет, до тех пор пока не придут Будды, и не пробудят их оттуда, и тогда они заново должны подняться на путь Махаяны – поэтому, жалко времени. Нужно делать это с самого начала. Поэтому, мы молимся о том, чтобы не упасть в самсару, и не упасть в то, что мы называем «низшей нирваной», которая является нирваной меньшей, чем Просветление.

Итак, это один ответ.

Вопрос: вегетарианство, и Далай Лама?

Ответ: верно, что тибетцы не акцентировались на вегетарианстве. Верно, что Будда не акцентировался на вегетарианстве. Будда не акцентировался на вегетарианстве потому, что он акцентировался на монашестве, и в соответствии с обетами Винайи, монахи раз в день идут в деревню со своей тарелкой, и просят еды, и у них есть обет, есть то, что им дают. Они не разборчивы. То что сегодня дают, это то, что они сегодня едят, поэтому, если ему дали мясо, он не говорит: «Нет, нет, нет! Дай мне, пожалуйста другого кушанья», или «Приготовь мне пожалуйста другое кушанье». Они этого не делают.

Я думаю, тибетцы не могли прокормиться на Тибете на вегетарианстве, потому, что там очень тяжелый климат. На сегодняшний день, когда они в Индии, и можно хорошо питаться вегетарианским питанием, они по указанию Далай Ламы, переходят на вегетарианство, и сейчас в монастыре Сера Мэй они все вегетарианцы. Итак, они однозначно принимают вегетарианство, и также, когда они не были вегетарианцами на Тибете, когда были большие празднества, или большие церемонии, и готовили еду для большого количества участников, Ламы всегда давали указания не подавать мяса, чтобы предотвратить убийство большого количества животных.

И как же это, что люди не бывшие вегетарианцами, пришли к таким высоким уровням чистоты? Существуют уровни обетов, и здесь мы ступаем как раз на эту зыбкую почву, что то, что нам

кажется, не обязательно таким является.

У меня была вьетнамская ученица, которая задала этот вопрос: But the Dalai Lama eat chicken sandwich, и после того, как она услышала, она сказала, что не хочет больше слушать Тибетский Буддизм, потому, что это не достаточно чисто. Будьте осторожны! Будьте осторожны со своими суждениями. Ты проецируешь, из мира своих представлений. Верно, что в не употреблении мяса, есть уровень чистоты, в этом есть желание хранить жизнь. Хранить жизнь, это Пратимокша (обеты личной свободы). На тантрическом уровне, есть намного более сильные обеты, поэтому нужно быть осторожными. Не судить. Мы не знаем точно.

И есть одна история, которая произошла еще до моей эпохи Дхармы, когда я была как-то на тренинге 'Est' в Израиле, много лет тому назад. И там был вегетарианец. Он был приятным человеком, таким серьезным вегетарианцем. И он рассказал, что у него была одна жена, и это не сработало, и они развелись, потом другая, и этот человек, со всей своей чудесной чистотой, не был счастлив. Вся эта чистота, не вела его к счастью. И trainer, который был очень умен, сказал: «А! Они не достаточно чисты для тебя, а?» Он был «чист», и ни одна женщина не была для него достаточно чиста. Поэтому, необходимо быть осторожными.

Вопрос: существует подход, которые утверждает, что в мире всегда будет добро и зло, и каждое хорошее действие, которое мы совершаем, ни на йоту не может изменить это строение мира. Каков ответ Тантры, на этот вопрос?

Ответ: не верно. Это не верно. Мир хорош или плох, в соответствии с проекцией моего сознания. Степень того, насколько плох мир, в точности соответствует плохому, в моем сознании, и если я очищаю, мир меняется.

Город Нью-Йорк; Геше Майкл начал обучать там Дхарме, может быть пятнадцать лет тому назад, он начал обучать на улице 39 – по улице тогда, действительно было опасно пройти. В Нью-Йорке было не приятно. Нет никого, кто обучает карме и пустоте, как Геше Майкл. Прошло пятнадцать лет, город стал другим. В городе немного преступлений, и сейчас, еще после трагедии в башнях близнецах, там приятно находиться. Город стал мягче, стал приятней. Люди заботятся, друг о друге. Мир меняется, в соответствии с нашим сознанием. Сами по себе, вещи не такие, и не другие. Вещи пусты. Вещи это то, что мы проецируем, и поэтому «исправление души», приводит к «исправлению мира». Не наоборот. Мы не исправляем этот мир. Мы исправляем здесь (Лама Двора указала на свое сердце), и тогда мир меняется. Мы не идем и не говорим: «Ты сиди так», или «Ты не зевай». Мы заботимся о том, чтобы мы сами красиво сидели в красивой позе, и не зевали, и служили примером, и тогда они тоже будут сидеть красиво.

И кстати, полезно красиво сидеть на уроке Дхармы. Это хорошая карма. Это развивает уважительное отношение к Дхарме, и оно необходимо, чтобы эти семена у вас проросли, поэтому хорошо придерживаться этого. Также и тогда, когда вы устали. И есть учителя, которые держат своих учеников на уроке четыре часа, и они сидят, и не выходят в туалет, потому, что посреди урока Дхармы не встают. Не встают, когда учитель говорит, и ничего не случается. Происходит что-то более священное.

Давайте продолжим.

Быть достойным сосудом

Итак, у нас есть комната Мандалы, на которую мы потом сделаем медитацию. И мы сказали, что она сделана из кристаллов, и здесь есть все символы. Что нас туда приводит?

Что приводит нас к получению тантрического обучения? Хорошее соблюдение открытого пути.

Это то, что здесь написано – быть открытым сосудом.

Сейчас, я подготовил себя быть достойным сосудом

Путями открытыми всем,

Пожалуйста, благослови, и позволь облегчить мой вход

На путь, сердце которого алмаз.

Итак, мой вход на путь, сердце которого алмаз – это тантрическое обучение, и это высшая вещь, и это для избранных, сначала мне нужно подготовить себя быть подходящим сосудом, поэтому нужно здесь поставить стрелку – «быть достойным сосудом».

Тантрическое просветление

Тантрическая практика в два этапа: создание, совершенствование, тантрические ретриты.

Изучить, и хорошо хранить тантрические обеты

Тантрическое обучение

Быть достойным сосудом

Сосуд – на английском говорят - Vessel. На тибетском, это слово:

Nu

Это слово, которое используют для названия ученика Дхармы.

Ученик Дхармы – это сосуд. Он сосуд, в который Лама вольет Дхарму.

И сосуд будет соответствовать получению следующих этапов, соответствовать практике. И использование слова интересно, потому что оно является эхом нашей пустоте. Мы сосуд. Пустой. И то, что мы в этот сосуд вольем, это и появится в нашем мире.

Что подготовит нас быть «соответствующим сосудом»? Как уже было сказано, подготавливает нас быть соответствующим сосудом для тантры, хранение обетов Бодхисаттвы. Сейчас, мы уже на открытом пути, и это два предыдущих абзаца. Давайте прочитаем эти два предыдущих абзаца:

Позволь также увидеть правдивость того

Что не достаточно только развития стремления.

Я не смогу завершить свой путь к просветлению, без углубленной тренировки троицы морали.

Пожалуйста, придай решительность моему сердцу –

Просвещаться путями детей победителей.

Благослови меня, и позволь мне быстро удостоиться,

Пути на котором есть понимание и гармония.

Сознания, в котором нет никакой отвлеченности

Ошибочными объектами,

И которое, приобретает правильный смысл

Посредством правильного анализа.

Итак, мы сказали, что в подобающий инструмент, меня превращает хранение обетов Бодхисаттвы, и другими словами это практика шести совершенств, Парамит. Тот, кто после получения обетов Бодхисаттвы, их практикует, и ведет дневник – автоматическим образом практикует шесть совершенств, поэтому не нужно делать отдельной практики. Обеты Бодхисаттвы, это применение Парамит.

Тантрическое просветление

Тантрическая практика в два этапа: создание, совершенствование, тантрические ретриты.

Изучить, и хорошо хранить тантрические обеты.

Тантрическое обучение.

Быть достойным сосудом.

Практика шести совершенств.

Шесть совершенств

Сейчас, шесть Парамит, или шесть совершенств – это те шесть высших качеств, которые практикует Бодхисаттва, чтобы развить их в совершенстве, и которые в конечном итоге приведут к Тантре, и к просветлению (дополнительное перечисление шести совершенств, можно найти в 7 и 10 курсах).

Каковы они?

1. *Даяние.*
2. *Моральный образ жизни.*
3. *Терпение.*
4. *Радостное усилие.*
5. *Медитация – концентрация.*
6. *И мудрость.*

И традиционно, делается разделение между первыми четырьмя, и двумя последними, поэтому мы прочитали два абзаца; абзац о понимании, и гармонии говорит о пятом и шестом, а абзац предшествующий ему, говорит о других.

Комната совершенствования

Комната, которая будет символизировать нам совершенствование – сколько совершенств есть? Шесть. Поэтому, сделаем эту комнату шестиугольной. Итак, комната мандалы будет кристальной, круглой, у нее будет кристальный потолок, и он будет прозрачным, и полным света, он будет

лучащимся и сверкающим. Комната ведущая к нему шестиугольна – шесть совершенств.

Два совершенства, концентрации и мудрости

И сейчас мы поговорим о двух последних, концентрации и мудрости. И концентрация будет представлена микроскопом, а мудрость алмазом. Итак, в этой комнате, в одном углу есть микроскоп. Подставьте под него красивую подставку. И в другом углу шестиугольника, будет алмаз. Сделайте для него также какую-то красивую подставку, и красивую и защищенную коробочку, как в магазине украшений.

1. Медитативная концентрация

Почему микроскоп для концентрации? Как мы называли концентрацию?

Shine на тибетском, или **Shamata** на санскрите (полное их определение, можно найти в 7 и 11 уроках).

Эту концентрацию, можно сравнить с микроскопом, который мы используем, чтобы развить мудрость.

Шине, это чудесное медитативное состояние – но само по себе, оно не является целью. Само по себе, оно чудесно, но не оно наша цель. Наша цель, это использование его, для приобретения мудрости, и видения пустоты.

Шине – можно сравнить с водой, в котором успокоились все волны, когда вода очень спокойна, и очень чиста. Нет никаких волн, ни на поверхности, ни внутри. Все спокойно, и чисто. До тех пор, пока мы не придем к такому состоянию сознания, мы не сможем увидеть пустоту напрямую. Пустота, мудрость, может отражаться только в совершенно спокойной и чистой воде. И как уже говорилось, наше обычное сознание, не такое. Оно полно волн и бурь, и оно не чисто.

Для того чтобы достичь Шине, не обязательно быть буддистом. Шине можно достичь различными путями, и люди достигают одноточечной концентрации, даже когда они не практикуют. Каждый серьезный исследователь, занимающийся интересующей его проблемой, обязан развить удивительную концентрацию, чтобы расшифровать код проблемы. Я знаю, что когда у меня была проблема с докторатом, когда я над ним работала – вокруг меня могли происходить различные вещи – они меня не интересовали, я не обращала на них внимания. Настолько я была погружена в загадку, и ее решение. И так каждый мастер, погруженный в свою деятельность. Это одноточечная концентрация.

Определение медитативного спокойствия

На иврите, мы называем Шине – «медитативное спокойствие», и подразумевается Шине, не просто спокойствие.

Вот определение: **Шамата** – это состояние одноточечной концентрации, пропитанное наслаждением **Shin Jang**, приходящим в результате одноточечной концентрации на объекте.

Еще раз: **Шамата** или **Шине**, это одноточечная концентрация, пропитанная наслаждением **Shin Jang**, легкостью практики, которая является результатом одноточечной концентрации на объекте.

Итак, это определение Шаматы.

Наслаждение

От одноточечной концентрации, **Шине** отличает то, что в нем также есть и то, что называется **Shin Jang**.

Произнесите: **Shin Jang**

И **Shin Jang** – это наслаждение или нега, которые приходят от чего-то, что вы хорошо умеете делать. Мы это называли также «текучестью». Вы уже делали много медитаций. Вам это дается уже с легкостью, вы уже любите это, вам это приятно. Есть легкость, приходящая в результате долгой практики. Можно это сравнить с пианистом, который уже много тренировался, пальцы бегают по пианино, и он доволен, он наслаждается. И это **Shin Jang** медитирующего. В **Shin Jang** есть физическое, и ментальное наслаждение, и это результат регулярной медитации. Если вы каждый день сидите в регулярной медитации, это придет. Наслаждение начнет приходить задолго до этого. Хоть и не в той же самой степени. В тот момент, когда это приходит, это служит чудесным стимулом делать медитацию, и тогда вы уже хотите сидеть и делать. Вам это приятно.

Медитативное спокойствие, не является нашей абсолютной целью

Есть обет, не привязываться к этой приятности. Само по себе, это не является целью. Это очень приятно, это очень помогает медитации, это стимулирует. Это даже захватывает. Это не наша цель. Не привязываться к этому. Мы хотим сделать, что-то другое.

В Шине, если мы хотим, мы можем часами оставаться сфокусированными на объекте. В Шине, у нас есть полный контроль над сознанием, и телом. Вы можете сидеть часами. Тело довольно, сидит, в теле есть наслаждение, и мы можем сфокусировать сознание. Мы говорим: «Сейчас сфокусируйся на этой вещи!», и оно сидит там до тех пор, пока я говорю ему это делать.

Поэтому, само по себе, это как микроскоп. У него нет никакого хорошего, или плохого смысла – это инструмент. Это инструмент, который позволяет нам видеть. Это позволяет развить осознанность, и затем мы хотим взять этот микроскоп, и сфокусировать его на алмазе.

Випашьяна

Итак, есть **Шине**, и есть то, что мы называем «**Випашьяна**» - осознанность. **Vipashyana** – это в сущности взять **Шине**, и сфокусировать его на пустоте, с целью увидеть пустоту напрямую.

Определение Випашьяны

Это мудрость пропитанная наслаждением Shin Jang, от силы анализа объекта, основанная на Шине, на медитативном спокойствии.

Есть некоторая схожесть между определениями, но Шине это состояние сознания, тогда как Випашьяна, это мудрость. Это вид мудрости развивающейся на основе Шине, когда мы фокусируем Шине на объекте пустоты, и когда все это сопровождается Shin Jang, этим медитативным наслаждением, физическим и ментальным. Это определение.

Прямое видение пустоты

Если, фокусируют микроскоп на алмазе, это значит:

Находятся в состоянии Шине – или в сущности, на уровень выше Шине, то, что мы называли **Mi Chok Me** (смотрите также в уроках 7 и 11); это первый уровень первого Самтена (учение о Самтенах, можно найти к примеру, в курсе 3, урок 8) – если поднимаются туда, берут этот микроскоп и направляют на пустоту, если после обучения, и хорошего понимания пустоты, я сейчас беру это сознание, фокусирую его на том, что изучила, и продельваю там анализ на пустоту – это в конечном итоге приведет, к прямому видению пустоты, и мой мир проходит трансформацию:

- Я могу видеть прошлое, настоящее, будущее.
- Я могу видеть свое просветление. Я знаю, что приду к просветлению. Я знаю, когда приду к просветлению, как это произойдет.

- Я знаю, что встретила Будду в течении прямого видения пустоты.
- Когда я оттуда выхожу, я способна на протяжении некоторого времени читать сознание людей.

Я знаю, что мое просветление гарантировано. Мне не о чем больше беспокоиться. Я знаю, что это гарантировано, и что я не буду страдать на пути, у меня не будет сильных страданий. Малые страдания, могут быть. Я еще могу порезать палец, но у меня не будет падения в страдающее существование.

Сейчас, здесь есть вопрос: о различиях между Самадхи, Нирваной, и Випашьяной.

Ответ: это разные вещи.

Самадхи (Samadhi) – это санскритское слово, которое часто используется в книгах о йоге.

Например, если читать Мастера Патанжели в «Йога Сутре», то «самадхи» даже в одном и том же абзаце, употребляется в разных значениях. И тебе нужен мастер, который может это различать;

- Это используется, как одноточечная концентрация.
- Это используется, как слово для Шаматы.
- Это также используется, как видение пустоты напрямую.

Итак, все эти вещи, появляются под словом «Самадхи». Поэтому, в нем для нас слишком много значений, и поэтому, мы воздерживаемся от употребления этого слова.

Мы используем слово Шамата, или Шине – и это одноточечная концентрация, сопровождающаяся Shin Jang – этим потоком, этим наслаждением практикой, и специфически – имеют ввиду приведение медитации к своей вершине. Когда ум очень тих, и сознание совершенно тихо, и одноточечно сфокусировано. Мы сравниваем это с чистой, без всяких волн водой, и есть физическое и ментальное наслаждение, сопровождающее это сознание, и есть полный контроль над сознанием и телом; можно усадить сознание и тело, на столько времени, на сколько нужно, поставить сознание на том объекте, который мы выбрали, и оно останется там столько времени, сколько мы захотим. Это Шамата, или Шине.

Нирвана – Nirvana – это что-то совершенно другое. Нирвана – это состояние, в котором человек практиковал, намного позже того, как достиг Шаматы или Шине, и это намного более продвинутое состояние. Намного-намного более продвинутое, в котором он устранил все свои ментальные омрачения, и все причины для ментальных омрачений, все семена, и устранил их навсегда, необратимо.

Человек достигший Нирваны, является Архатом (Arahat). Он больше не страдает. Он не будет больше страдать. Он будет в наслаждении. И это зависит от того, на каком он пути: если он на пути Махаяны, он обычно не становится Архатом. Он отказывается переходить в Нирвану, прежде чем он придет к просветлению, и Бодхисаттва 8 уровня находится на этом уровне Нирваны, но просто намеренно не идет туда.

Випашьяна (Vipashyana) – это высокая осознанность. Это то, что приводит к прямому видению пустоты. Это когда берут Шамату, эту способность Шине, которая является просто способностью. Она нейтральна. Но, если ее, как микроскоп, направляют на алмаз, на пустоту, и понимают пустоту, и видят ее напрямую, приобретают то, что мы называем «совершенством мудрости».

Если мы на пути Бодхисаттвы, это будет совершенством мудрости, и это нас освободит. Это на пути к тому, чтобы освободить и нас, и других. Это на пути к просветлению. Это гарантирует просветление. В жизни, есть очень мало гарантий. Я вам рассказывала, что Ринпоче насмеялся над нами, над всеми страховками: «Ты платишь, ты думаешь, что это гарантирует тебе здоровье?

Здоровье? Здоровье приходит от страховки? ☺ Жизнь приходит от страховки?»

Вопрос: понимает ли тот, что пережил Самадхи, пустоту напрямую?

Ответ: я уже на это ответила. Самадхи, это слишком отвлеченно. Випашьяна – это как видеть пустоту напрямую. Не каждый, кто достиг Шаматы, видел пустоту напрямую. Между ними есть большое расстояние. Здесь важно буддистское образование, потому, что Шаматы можно достичь без Буддизма, но необходимо много изучать все flavors пустоты, понимать ее во всех ее тонкостях, и это большое учение, и делать аналитическую медитацию. И вся эта тема микроскопа, это анализ, верно? В абзаце написано: посредством правильного анализа – делать этот анализ, в состоянии высшей концентрации, и тогда можно увидеть пустоту напрямую.

Вопрос: в чем разница между Шине и трансом? Ведь в трансе также есть отключение от органов чувств.

Ответ: а! Я не знаю, что происходит в трансе, но в Шине есть отключение от органов чувств, но есть очень высокая бдительность. Ты не замутнен. Ты отключен от органов чувств, но твое сознание бдительно настолько, как не было бдительно никогда. Это что-то другое, и есть осознанность. Есть глубокая осознанность.

Отвлечение внимания

Итак, в этом абзаце есть:

Благослови меня, и позволь быстро удостоиться

Пути, на котором осознанность и спокойствие. (Два последних совершенства, да?)

Сознания, вообще не отвлекающегося

На ошибочные объекты,

И которое достигает верного смысла

Посредством правильного анализа.

Сознание вообще не отвлекающееся на ошибочные объекты – что здесь подразумевается? Что из двух?

Шине. Это одноточечная концентрация. Нет никакой отвлеченности. Вы одноточечно фокусируете свое сознание. Это тихая вода. Нет никаких волн. Нет никакой отвлеченности. Это состояние, в котором вы уже полностью, супер сфокусированы на объекте, когда уже достигли Шине, и сознание сидит там, и не двигается. До тех пор, пока вы его не передвигаете, оно не двигается. И это чудесная способность, потому, что если вы обрели эту способность, нет ничего, что вам в жизни тяжело. Если вы решаете что-то сделать, что-то понять, что-то изучить, вы передвигаете туда сознание, и говорите ему: «Сейчас сделай это!» И оно это делает. Оно полностью вам повинуется. Вы подчинили его себе.

Отвлечение внимания может приходиться в двух смыслах:

1. Приходят другие мысли, которые мы не приглашали – это когда еще в пути. Вы еще не достигли Шине, вы тренируетесь в медитации, чтобы достигнуть Шине, и тогда вы сидите, начинаете делать медитацию, и говорите: «Сейчас я сделаю медитацию, предположим, на первый Лам Рим», или второй, и приходят другие мысли. Это отвлечение.

Итак, в сознании медитирующего, его ум блуждает, и у него нет власти над этими блужданиями. Мысли приходят, без их приглашения. Ментальные омрачения приходят, без их приглашения.

Итак, это один вид отвлечения внимания, который разумеется, мы все назовем отвлечением внимания.

2. Во время медитации, мы решаем изменить тему медитации, на другую – есть другой вид отвлечения внимания, в процессе медитативной практики, когда мы решаем усесться, и сделать медитацию на второй Лам Рим, и через некоторое время вдруг: «Нет! Сейчас я сделаю на третий». Итак, это все еще хороший объект, но это не то, на что я хотела делать медитацию, когда садилась в нее, и сознание блуждало. Здесь есть элемент самообмана. Я говорю: «А! Я делаю медитацию», но ты сказала, что будешь делать это, и ты не смогла сохранить там ум. Твое внимание отвлеклось. Это также, отвлечение внимания.

Итак, это два аспекта отвлечения внимания. В двух этих случаях, это называется «ошибочными объектами». В первом случае, выскочили мысли, на которые я вообще не намеревалась делать медитацию. Это ошибочный объект. Во втором случае, это может быть достойным объектом для медитации, но я не для этого садилась в медитацию, поэтому в этой медитации, это также ошибочно. Мы хотим прийти к состоянию, в котором нет никакого отвлечения внимания.

Например, люди мне задали вопрос, принести ли им материалы для чтения на ретрит. Я сказала: «Нет! Это будет ошибочным объектом для медитаций, которые мы будем здесь делать». У нас здесь есть много на чем фокусироваться. Этого достаточно.

Правильный анализ

И сейчас вторая часть:

И которое достигает верного смысла

Посредством правильного анализа.

Итак, это микроскоп направленный на алмаз, и понимающий его. Это, когда достигают мудрости. Понимают пустоту. Когда выходят из медитации на пустоту, тут же понимают и карму. Понимают, откуда приходит мир, и откуда он не приходит. Понимают его пустоту. Понимают, от чего он пуст, и откуда он да приходит, взаимозависимое существование. И это чудесное состояние.

Это чудесное состояние, потому, что тогда у меня есть возможность изменить мой мир, потому, что я понимаю откуда он приходит. Сейчас, я перестану сеять семена страданий, и начну сеять семена счастья. И человек, который видел пустоту напрямую, делает это верно. Все мы пытаемся это делать, но факт, что мы страдаем. Это знак того, что мы еще не умеем делать это правильно. Этот человек, умеет делать это правильно.

Тантра, очень ускоряет этот процесс

Туда можно прийти и не через Тантру. Можно. Это тяжело. Это большая работа, но это возможно.

Разумеется, к Шине много людей приходят не через Тантру. Увидеть пустоту напрямую, не через Тантру, очень тяжело. Это возможно, но очень тяжело. Тантра намного ускоряет и то, и другое. Поэтому, войти в Тантру, это так священо.

Медитация:

Давайте сделаем медитацию на то, что мы учили.

Итак снова, попытайтесь найти положение в котором сможете сидеть без движения.

Сфокусируйтесь на дыхании.

Поставьте на входе в нос маленького часового, который проверяет кто в него входит, и кто

выходит.

Мы сделаем прогулку назад. Мы начнем с внутреннего двора. Этот красивый двор, заполненный светом солнца, с красивым фонтаном, с растениями и керамикой, и что там еще есть.

Вы стоите там в центре; просветленная личность, излучающая свет, сделанная из света, кто-то спрашивал откуда приходит свет? Из вашей добродетели. Она настолько велика, что сияет. И любящее, и всезнающее сознание, которое может посылать свои копии в любое место в мире, каждому существу, которому вы нужны.

Как вы туда пришли? Вы пришли туда через комнату Dzok Rim – этапа завершения, завершающей практики, под руководством вашего Ламы. Личного, постоянного руководства Ламы. Итак, в комнате Dzok Rim, в которую мы входим из внутреннего двора, находится ваш Лама, представьте его сейчас – сладкий образ, любимый, дорогой, бесконечно вас любящий, и нет ничего, чтобы он не был готов сделать для вас.

И Лама обучает вас завершающей практике, и это практика с каналами и энергиями в вашем теле, и всеми его аспектами. И в комнате это представляет труба, которая символизирует ваши каналы на данный момент, и они искривлены, запутаны, не целостны, извилисты, и немного забиты; и есть инструменты, для починки трубы. И есть коврик для йоги, потому что вы занимаетесь и внешним методом, и есть подушка для медитации, потому что вы также занимаетесь и внутренним методом. Комната проста. Она приятна. В ней нет ничего лишнего. Может быть, есть книга с инструкциями. Других вещей в ней почти нет.

И, что вас туда привело? Что привело вас практиковать этап завершения? Вы проходите внутрь коридора. Это коридор ретритов, которые вы проделали. Тантрических ретритов, четыре сессии в день. На стенах там, написана цифра 4.

Что нас туда привело? Практика Кье Rim – этапа создания, на котором постепенно-постепенно, наш мир превратился в мир ангелов, и мы также превратились в ангела. И в комнате Кье Rim, есть различные картины чудесных, прекрасных ангелов. Там также, есть подушки для медитации. На этапе создания, вы много работаете с сознанием. Там также, есть цифра 11 повешенная где-то, и это символизирует 11 йог Кье Rim.

Что привело нас к успеху в Кье Rim? Мы выходим в коридор, и это коридор соблюдения обетов. Там есть все наши книги об обетах, все наши дневники, подвешенные на крючки на потолке.

Как мы пришли к хранению тантрических обетов? Через то, что получили их от нашего Ламы, и это Тантрическое обучение. Мы проходим в комнату тантрического обучения, и это Мандала, и она сделана из кристаллов. Она светится, она круглая, в ней круглый купол, прозрачный, из кристаллов, или алмазов, и там снова находится наш Лама. Он сидит там на каком-то чудесном троне, с очень любящим взглядом, и он очень рад впустить нас в тайные уроки.

И он дает нам нашу практику, нашу Садхану, книгу практики. Он дает нам обеты. Он дает нам четыре учения – четыре силы, сажающие в нас семена для развития четырех тел Будды, и они также являются четырьмя коронами. Вы можете увидеть их, как разложенные на бархатные подушечки, перед Ламой, и Лама кладет их, одну за другой на наши головы.

И комната полна светом. Эта комната вообще, не из этого мира.

И, что привело нас к получению серьезного тантрического обучения? Практика шести совершенств, через обеты Бодхисаттвы, и это представлено в шестиугольной комнате, ведущей к комнате Мандалы. Мы переходим в шестиугольную комнату, и на одной из ее стен

есть полка, и на ней микроскоп, и это символизирует развитую нами медитативную концентрацию, эту способность глубокого и точного созерцания, этот чудесный инструмент, чистое совершенное сознание, с совершенной концентрацией.

И на другой стене в шестиугольной комнате, лежащий на подставке, есть алмаз положенный на бархатную подушечку, и он представляет мудрость – мудрость пустоты, Випашьяну – прямое видение пустоты, и это пятое, и шестое совершенства.

Сейчас, я замолчу, и вы проделаете обратный путь, в направлении внутреннего двора. Вы можете добавить детали в эти комнаты, в коридоры, такие, какие считаете нужным, но ставьте туда вещи, которые будут помогать вам запоминать этапы, потому, что цель в этом. Цель всех этих комнат, облегчить нам запоминание этапов в медитации. Я дам вам несколько минут.

Итак, я прошу чтобы вы на перерыве сохраняли молчание. Оставайтесь с этими вещами. Позвольте им еще и еще глубже войти к вам. Это то, что сажает семена, чтобы эти вещи потом произошли.

(Мандала на тибетском)

(Мандала на иврите)

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 растраниживать 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 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 извлекают 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), на 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 Цонгапе – 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. Попробуйте не двигаться, и сфокусируйтесь на дыхании.

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

Сейчас, увидите 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, тем самым 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 срыгаетесь. 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

Kye bu chen po

Kye bu – это персона, человек. Kye bu.

Бу – это сын.

И **Кье** – родился.

Это кто-то, кто родился, это **Kye bu**, 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. Много 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)

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 5, часть 2

Среднее мировоззрение: практика, выводящая из самсары

(Мандала)

Абзацы 5 и 6.

Благослови меня, увидеть полную глупость

Преследования суеты, которой никогда не достаточно.

Как сломанный стебель, представляет она опору,

И ее насмехающаяся природа – источник всех страданий.

Так, благослови меня множеством чистых мыслей

Которые будут направлять меня быть осторожным на пути,

И, чтобы я да помнил, и никогда не оставлял

То хорошее, что обязался возложить на себя.

Умоляю, поставить мораль

Как столб, соединяющий всю мою веру,

Ведь она, является глубоким, и хорошим корнем

Дхармы, учения Будды, моего учителя!

Общие этапы

Важно помнить, что то, чему мы сейчас обучаем, это среднему, и узкому мировоззрению. Это Хинаяна, но мы продолжаем практиковать эти этапы, и когда мы в Махаяне, и даже, когда мы в

Тантре. Мы никогда их не забрасываем. Они называются «Общими этапами».

kyebu dring dang tunmongway lam gyi rimpa

kyebu dring – практикующий среднего мировоззрения.

Tunmongwa – этапы пути

То есть: этапы пути, общие с имеющими среднее мировоззрение.

Общие с кем? С практикующими более высоких уровней. Они никогда их не оставляют. Высокие уровни не работают, без проделывания более низких уровней.

Мы практикуем эти вещи, это часть нашей практики, но она не единственная наша практика. Мы практикуем ту же самую практику, что практикуют и они, но мы практикуем ее в другом контексте. У них, у тех, у кого получается, результатом этой практики, является Нирвана.

У нас, это является частью практики, потому, что мы хотим вообще, прийти сюда (Лама Двора-ла, указывает на внутренний двор на рисунке, двор просветления). Мы хотим пройти намного дальше, и это является, всего лишь этапом на пути. Поэтому, мы называем это «практикой общей, с имеющими среднее мировоззрение».

Практика, выводящая из самсары

Итак, сейчас мы в шестом абзаце.

И в шестом абзаце, человек понимает, что в самсаре, нет ничего хорошего. Ни одна вещь в самсаре, не может принести удовлетворения. Не может. И он говорит: «Я хочу выйти отсюда. Хватит!»

«Но, как мне отсюда выйти?»

И здесь, он погружается в учение, как найти путь к свободе.

tarlam ten ap

tarlam - это путь к свободе.

Ten – упорно.

Ap – посвящать.

То есть: посвящает свое время, практике приводящей к Нирване.

Строгое соблюдение морали

Этот человек, начинает всеми силами, придерживаться обетов Пратимокши. (Это еще до обетов Бодхисаттвы, верно? Мы идем назад). Сейчас, он пойдет, и будет придерживаться обетов Пратимокши, это обеты свободы, десять обетов свободы: не убивать, не воровать, не вести неподобающую сексуальную жизнь, да. Десять буддистских заповедей. Их flavor в том, чтобы не наносить вреда ближним. Не делать ничего, что вредит кому-то. В конце, там есть также правильное мировоззрение: чистые мысли: я не хочу думать алчные, желающие навредить другим, недоброжелательные, или злорадствующие мысли. Все эти вещи.

Я хочу очистить свое сознание, от этих вещей, потому, что это то, что причиняет мне страдания, потому, что магнитофон ведь, все время включен, и все время записывает, каждое мое действие, слово, и мысль. Мне нужно начать следить, за своим сознанием.

Это требует осторожности. Это требует:

she-shin

и

Drenpa

Этой **бдительности, She-shin**, которая все время проверяет, что происходит в моей голове, и звонящей в звоночек, когда я собираюсь подумать завистливые, и тому подобные мысли, и **Drenpa**, которая говорит: «А, минутку! Что, с твоими обетами? Помни, иди туда». Между прочего, это также и ведение дневника, на уровне Пратимокши.

В другом месте, мы упоминали **she-shin** и **Drenpa**, в связи с медитацией – это два основных фактора, которые мы развиваем в практике медитации. Но здесь, их деятельность, не обязательно ограничивается медитацией – практикующий, развивает их также, и вне медитации, чтобы не отклоняться, и ни в коем случае не создать причин, сохраняющих страдательное существование.

И здесь, практикующий просит у Ламы благословения, чтобы благословил его этими способностями - **She shin** и **Drenpa**, чтобы он смог постоянно осознанным. Осознавать, что со мной происходит? Что, я делаю? Что я говорю? Что, я думаю? В основном, что я думаю, потому, что большую часть времени, я думаю. Это не малая работа. Это очень большая работа.

Мы называем это «Хинаяной» - якобы, малым путем, но он не мал вообще. Подумайте! Все время осознавать, что происходит в моей голове? Это громадное духовное достижение, и тот, кому это удастся, если вы их встречаете – они сладкие. Они милые, и их мало.

И он просит:

Умоляю развить мораль

Как столб соединяющий всю мою веру.

Потому, что у меня уже нет сил на самсару, да?

Ведь они глубокий и хороший корень

Дхармы, учения Будды, моего учителя!

И здесь, как уже было сказано, человек понимает карму, и ищет, как вести себя осторожно, и мы сделаем эту комнату, меньше, чем шестиугольную, потому, что это ниже Махаяны, это среднее мировоззрение. Поэтому, она немного меньше, и в ней есть зеркала. Она целиком облицована зеркалами, потому, что мы все время смотрим на свое сознание. Мы все время, исследуем себя.

И там есть различные фарфоровые и стеклянные инструменты, рассеянные повсюду, и мы по этой комнате, ходим на кончиках пальцев. Почему? Потому, что нам нужно быть очень осторожными, потому, что все очень хрупко. Потому, что каждый раз, когда приходит плохая мысль – она меня опрокидывает. Она создает мне карму, которая может меня опрокинуть вниз.

Поэтому, такой практикующий, супер-дупер осторожен в своем сознании, и так, как ему тяжело сконцентрироваться, когда он окружен повседневной жизнью, он уходит уединиться в лесу. И он все время смотрит на свое сознание, и пытается его очистить. Это Хинаяна.

В чем проблема? Есть границы того, чего ты можешь достигнуть, когда ты находишься в одиночестве. Тебе нужно выдержать экзамен, встречи с ближними. Ты сколько хочешь, можешь очищать сознание в одиночестве, а потом, ты идешь, и встречаешь ближних, и... посмотрим, как ты поведешь себя с ними.

Я встречала несколько людей, ездивших в Таиланд, они были очень впечатлены красотой, и тишиной, и стали монахами. Один, такой чудесный парень, может быть вы слышали его имя – Джек Корнфильд?

Из зала: да, супер.

Учительница: да, и он ездил в Таиланд, и был монахом, я думаю лет пять, или около того, и вернулся в США, в монашеской рясе. На определенном этапе жизни, он снял монашескую рясу, и захотел жениться, и он увидел, что не знает как создать работающие отношения. Отношения терпели провал, один за другим. Он говорит: «Все, что я там учил, мне не помогло», потому, что это проверяется на экзамене с ближними.

Итак, это наша комната; как было сказано, она сделана из стекла, там все хрупко. В этой комнате, мы все время будем следить за своим сознанием.

Сколько обетов есть, в комнате с зеркалами?

Ученица: десять.

Учительница: десять обетов. Сколько, есть в шестиугольной комнате?

Ученица: шестьдесят четыре, и еще десять.

Учительница: шестьдесят четыре, и разумеется, еще десять. Мы разделяем их на большее количество, и вместе, до тантрических обетов, выходит сто сорок два, это то, что есть у меня.

Ученик: это все?

Учительница: кроме тантрических обетов.

Вопрос: сколько существует тантрических обетов?

Учительница: еще сто десять. У того, кто является полным монахом, есть более четырехсот обетов.

Практика включает в себя также развитие концентрации, и обретение мудрости

Практически, практикующий среднего мировоззрения, практикует также и развитие концентрации, и мудрости. Его практика не ограничивается только соблюдением морали.

И разумеется, можно спросить, если так, почему абзац упоминает исключительно практику морали?

Потому, что мораль, это основа двух других практик; для того, чтобы он смог глубоко

сконцентрироваться, и достичь мудрого осознания, человеку необходима мораль. Поэтому, эти два дополнительных вида практики, включены косвенно, потому, что они приходят, только в результате соблюдения морали.

Этот человек, хорошо изучает законы кармы, он хорошо знаком, с законами кармы. И один из них, это тот, что все увеличивается. Я себе иду по улице, кто-то кидает мусор, посреди улицы, и я сержусь: «Как это? Что это? Как можно себя так вести?» Этого достаточно! Возникла критикующая мысль, раздражение, будто бы они сами по себе. Карма увеличивается. Я возвращаюсь через полгода, в этот город, и в городе не приятно. Город не приятен. Полон мусора. Почему? Потому, что карма увеличивается.

Потому, что вместо этого, нужно было увидеть: «А! Кто-то пачкает место, где я нахожусь. Это знак того, что прежде, я не заботилась о других. Я не старалась убирать за собой». А вместо этого, я сделала виновным его. Рассердилась. Это увеличивается. Малая мысль, увеличивается в большую вещь, и тогда, передо мной появляется грязный город. Так работает карма. Дерево, всегда больше саженца, намного больше. Когда оно прорастает, оно становится намного больше, поэтому, человек, хорошо понимающий карму, очень осторожен. Все хрупко. Все хрупко. Это большая работа, и шесть раз в день, это сущие пустяки, но нужно начинать с этого, а если вы не делаете и этого – ничего не произойдет.

И у нас всегда есть оправдания, почему мы сердимся на кого-то. Нам, это всегда кажется логичным, «потому, что они такие, и сякие». «Потому, что они сделали то-то, и то-то», и «у нас так не делают». Может быть, вы выглядите правым, но город станет грязнее.

Когда мои дети были маленькими, и вступали в конфликты, я говорила: «Вы хотите узнать, кто прав, или хотите играть? Если хотите быть правыми, вы будете правы, но не будет кайфа».

В случае, если окружающая нас реальность, нам не приятна, и она еще не стала раем, это потому, что мы все еще, погружены в ошибку. И, что еще хуже, это то, что каждая такая отрицательная реакция на окружающую нас реальность, каждый раз, когда мы реагируем на что-то, будто бы это пришло снаружи, будто бы виновен кто-то другой, и сделал нам это кто-то другой, снаружи от нас, и мы не принимаем на себя ответственность за это, то в нашем внутреннем, энергетическом теле, в наших каналах, создается еще один узел, еще одна запутанность, еще одна энергетическая блокировка, и это нас убивает. Это именно то, что нас убивает.

То, что мы называли в «Йога Сутре» - «**virtti**» - искажение сознания – это нас убивает, потому, что **Sem Lung Jukpa Chikpa**. Это все время идет вместе, и из-за этого мы находимся в смертном теле, потому, что мы все еще, постоянно искажаем, потому, что все еще «они нам это сделали». Мы не приняли ответственность на себя.

Я вам нарисую:

- Здесь, внутренний двор.
- Отсюда вел коридор ретритов.
- Здесь, была комната этапа создания. Это комната с изображениями ангелов.
- Потом, есть коридор обетов.
- Здесь, хрустальный дворец. Это Мандала, и это сделано из удивительного, сверкающего

хрусталя, и там Лама дающий нам учение, и четыре учения, и там были четыре короны, была книга Садханы – практики.

- Здесь, есть красная дверь. Красная дверь, отделяет Тантру, от Сутры.

- И здесь, шестиугольная комната.

- Здесь также, есть дверь, в шестиугольную комнату. Сделайте здесь, синюю дверь.

- Здесь в центре (в шестиугольной комнате), горят благовония, и здесь микроскоп (справа, от красной двери), и алмаз (слева, от красной двери). И здесь, был подарок (справа, от синей двери), и у нас был клоун – и это радостное усилие, здесь у нас было деревянное полено, а здесь, дерево с корнями (слева от синей двери).

- Здесь синяя дверь.

- Синяя дверь, отделяет Махаяну, от Хинаяны. Ниже ее, Хинаяна.

- Сейчас здесь, есть комната немного меньше шестиугольной, и это комната зеркал: стеклянный пол, и все стеклянные и фарфоровые инструменты рассеяны повсюду. И сейчас, мы в этой комнате.

Вот, что говорит абзац:

Так, благослови меня множеством чистых мыслей

Которые направят меня быть осторожным на пути,

И, чтобы я помнил, и никогда не оставлял

То хорошее, что обязался возложить на себя.

Умоляю возвести мораль

Как столб соединяющий всю мою веру,

Ведь они, глубокий, и хороший корень

Дхармы, учение Будды, моего учителя.

И, из трех корней, которые были у этого дерева (дерева в шестиугольной комнате, представляющего три вида обетов), один из корней, это корень обетов Пратимокши – не вредить; ни словами, ни действиями, ни мыслями.

Итак, это абзац.

Медитация, на комнату зеркал

Медитация, на комнату зеркал. Всмотритесь, в свое сознание. Это зеркало. Всмотритесь в свое сознание, и подумайте, что вам необходимо сделать? Что вам лично необходимо сделать, чтобы выйти из самсары? Что вам необходимо сделать? И также подумайте о том, что приведет вас ко входу в синюю дверь, к переходу от фокуса на себе, к фокусу, также и на ближних.

Комната зеркал: стеклянный пол, и все стеклянные и фарфоровые инструменты рассеяны

повсюду. И сейчас, мы в этой комнате.

Итак, сядьте удобно, так как мы учили (смотрите урок 4, в курсе 3). Я скажу вам, как сидеть.

Обратите внимание, на положение ног, чтобы они придали вам устойчивости, чтобы вы смогли сидеть без движения.

Руки лежат на коленях, правая рука, в левой. Большие пальцы, слегка соприкасаются.

Если вам жарко, слегка отодвиньте локти от тела.

Обратите внимание, на положение спины. Она не должна быть ни сгорблена, ни отклонена назад. Должна быть прямой.

Подбородок, должен быть ни приподнят, не опущен.

Глаза либо закрыты, либо полужакрыты. Во втором случае, они ни на чем не сфокусированы.

Лоб расслаблен. Лицо расслаблено. Рот закрыт, но не сжат. Зубы, слегка соприкасаются друг с другом.

Язык, слегка соприкасается с верхними деснами, и зубами.

И сейчас, сфокусируйтесь на дыхании.

Поставьте у входа в ноздри маленького часового, и сфокусируйтесь на ощущении, как воздух входит, и выходит из ваших ноздрей.

И постарайтесь сосчитать, хотя бы десять дыханий. Если сознание слишком подвижно, вы можете увеличить счет до тридцати.

Счет, всегда начинается с выдоха.

И вернемся к предыдущему. Сейчас, когда поза правильна, следующее, что вы делаете, это:

Принимаете прибежище, абсолютным образом, принятия прибежища: это прибежище в мудрости, которую вы обретете в своих сердцах. И вы можете представить ситуацию, в которой вы, может быть были рассержены. Что-то, что повторяется в вашей жизни, снова и снова. Кто-то или что-то, что всегда вас сердит; может быть вас сердит правительство. Вместо реагирования с негодованием, вы воздерживаетесь от такой реакции, с пониманием, что это вы создали то, что появляется в вашем мире. Мир, это пустой экран, на котором вы видите отражение своей кармы, того, что делали, говорили, или думали в прошлом, и это на любом уровне реальности.

И сейчас, создайте Бодхичитту. Вспомните знакомого вам человека, который страдает, и которому вы бы хотели помочь, но вы не в силах ему помочь, и единственный способ, которым вы да, можете ему помочь по-настоящему, это увидев пустоту напрямую, и изменив ваш мир. И этим вы измените свои проекции, потому, что они исходят из вас. И создайте намерение, проделать этот путь, ради них.

И сейчас, пригласите Ламу, тот чудесный, любящий вас образ, и он красив и мудр, и нет ничего, чего он не готов сделать ради вас. И он знает, что вам нужно, и вы ему доверяете, и просите у него помощи. Увидьте их смотрящими вам в глаза, лучащимися, и любящими. Вы можете

увидеть в их глазах, что они видят то, кем вы станете. Они знают ваш потенциал. Они знают, кто вы.

Поклонитесь им, в своих сердцах. Поклонитесь их высшим качествам, или выберете одно качество, и поклонитесь ему.

Поднесите им подношение. Самое чудесное подношение, которое вы можете им поднести, это свою практику, когда вы следуете их указаниям. Это самое большое подношение, которое вы можете им поднести, так поднесите им это. Вы можете красиво это обернуть, как жемчужину, и дать им это, а если у вас есть много жемчужин, поднесите им много жемчужин. Оберните это красиво, сделайте эту коробочку приятно пахнувшей.

Вспомните какое-то отрицательное действие, или мысль, которые вы может быть сделали, или подумали, за последние часы, и которые сейчас, могут омрачить медитацию, и устраните их со своего пути.

Покайтесь, перед Ламой. Ощутите раскаяние в своих сердцах, о глупом действии. Решите, больше это не повторять.

Вспомните что-то положительное, или красивое, что вы сделали за последние часы, и порадитесь этому, и это может быть мыслью. К примеру, может быть, вы думали, что видели кого-то, кому что-то нужно, и подумали, что вы позаботитесь о них.

Обратитесь к Ламе, и попросите дать вам учение, и попросите дать его вам, в подходящей вам форме, в подходящее время, подходящим вам образом, и будьте готовы принять учение, даже если оно тяжело, и не приятно.

Попросите Ламу, оставаться с вами, сопровождать вас на пути, и не оставлять вас. Попросите благословить вас, чтобы на вашем пути, не возникло никаких препятствий в ваших отношениях с ним, потому, что Ламу удержать тяжело. Один раз вы сердитесь на них, и они исчезают.

И сейчас, перейдите в комнату зеркал. Это комната, в которой вы наблюдаете свое сознание, и всеми силами пытаетесь предотвратить нарушения, которые потом, приведут вас к страданиям. Посмотрите, что вы видите в зеркале?

Когда вы идете по комнате, идите очень осторожно. Включите эту бдительность, обращающую внимание, на то, что происходит, и воспоминание, помнящее то, что вы должны делать, а что вы должны прекратить делать. И возьмите себе несколько минут, чтобы проделать это.

Даже, если вам сложно медитировать, обращайтесь внимание. Обращайте внимание, что делает ваше сознание? Может ваше сознание, сопротивляется смотреть в зеркало?

Исследуйте то, что вы обычно говорите людям.

Это сближают, или отдаляет людей? Вы обычно приятно говорите, или кричите? Проводите ли вы много времени за пустыми разговорами и сплетнями, или вы очень сфокусированы на важных делах, и важных разговорах.

И, на чем сфокусировано большинство ваших мыслей, в течении дня? Направлены ли они на то,

как поддержать других, им помочь, или заняты собой? И важно ответить правду. Какие мысли, большую часть времени, появляются в вашей голове?

Важно увидеть в зеркале, радуетесь ли вы, когда кто-то терпит неудачу, завидуете ли кому-то, потому, что, как мы сможем это сжечь иначе? Важно увидеть, понимаем ли мы эту реальность, или действуем без понимания?

Мы завершим эту медитацию, последним этапом, этапом посвящения.

Это внутреннее созерцание зеркала, является чудесной вещью, потому, что позволяет вам увидеть то, что есть, и начать работать над этим, и менять это, увеличивать хорошее, и прекращать плохое. И если мотивацией, для этого, является ваш приход к совершенству, для того, чтобы вы смогли привести к нему других, то это чудесная карма, и для того, чтобы она не растерялась, хорошо ее посвящать. Поэтому, посвятите эту карму тому, чтобы вам не было нужно больше страдать. Это среднее мировоззрение, фокус в нем, стоит на вас самих: чтобы вам было хорошо, чтобы в вашей реальности, больше не появлялись вещи, которые сейчас причиняют вам страдания. Но, мы не хотим оставаться в низком мировоззрении, это лишь практика совместимая с Махаяной, и мы продолжим, и посвятим добродетель накопленную в медитации, всем существам, чтобы никому из них, не было нужно страдать.

Перенесите ваше внимание, на Ламу, находящегося перед вами. Вы приглашаете к себе Ламу, и увидите Ламу с радостью принимающего ваше приглашение. Вы подготавливаете им чудесный трон, из цветов и белого света, в своих сердцах, и Лама поднимается в воздух, уменьшаясь в размерах, и малюсеньким опускается на макушку вашей головы, смотрит туда, и куда смотрите и вы. Он соткан из света, и очень легкий, и он скользит вниз, на трон в ваших сердцах.

Попросите их благословить вас, чтобы вы смогли стать такими же, как они, обрести те же самые высшие качества, которые они имеют. Попросите их вас благословить, чтобы вы смогли достичь, и достижений на пути, и абсолютных достижений, и чтобы они всегда, оставались с вами. И они, разумеется, с радостью соглашаются.

Медленно-медленно, открывайте глаза.

(Мандала)

Сделаем посвящение.

(Посвящение).

Подготовка к Тантре

Курс основан на Лам Рим

«Источник всей добродетели – мольба к горе благословений»

Встроен в курс ACI 3

На основе учения Геше Майкла Роуча

Перевод, редакция, и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Харут, март 2007

Урок 5, часть 1

Среднее мировоззрение: жажда свободы

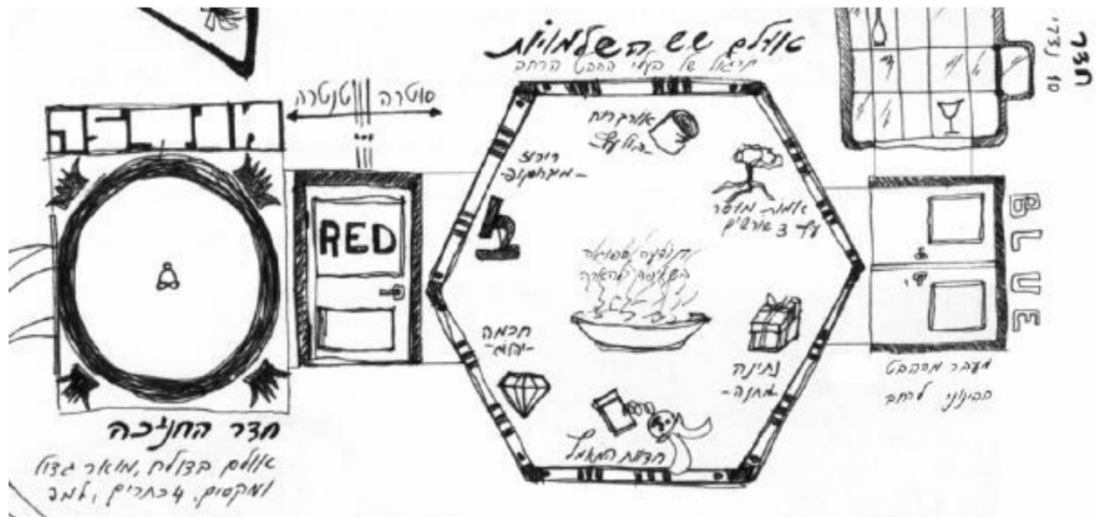
(Молитва Мандалы)

(Молитва прибежища)

Практика, подходящая для имеющих среднее мировоззрение

Мы переходим в Хинаяну. Сейчас, это этапы Хинаяны.

Шестиугольная комната, была этапом ведущим в тантрическое обучение, и это была кристальная комната, кристальный дворец. Между ними не было коридора, просто была дверь; большая красивая дверь, вводящая нас в Тантру. Сделаем ее красной.



Сейчас, есть шестиугольная комната – и это Махаяна; действия Бодхисаттвы, мысли Бодхисаттвы. Посередине есть чудесный сосуд.

Махаяну называют «Широким мировоззрением». Широкое мировоззрение – это когда фокус человека, на всех существах, не только на себе.

До широкого мировоззрения, есть среднее, и узкое мировоззрение. Узкое – к нему мы еще не подошли, потому, что мы идем от конца к началу. И то, что переводит в Махаяну, это среднее

мировоззрение.

Тантрическое просветление

Тантрическая практика: этап завершения

Тантрическая практика: этап создания

Познакомиться, и хорошо хранить тантрические обеты

Тантрическое обучение

Быть достойным сосудом

Бодхичитта действия: практика шести совершенств

Бодхичитта желания

Практика совместимая со средним мировоззрением

Итак, сейчас мы в среднем мировоззрении

Kyebu dring

Kyebu – это человек, и здесь подразумевается практикующий.

Dring – это средний.

Итак: практикующий среднего мировоззрения.

Практикующие и узкого, и среднего мировоззрения, сфокусированы на себе.

Они хотят уничтожить страдания. У практикующих среднего мировоззрения, картина немного шире, чем у практикующих узкого мировоззрения. И сейчас мы поговорим о них, а потом пойдем назад, к узкому мировоззрению.

Те, кто со средним мировоззрением, хотят выйти из страданий, и они понимают, что страдания есть в любом месте Самсары; не только в нижних мирах ада, животных, и голодных духов, а в

любом месте. Они понимают, что в самсаре нет хороших мест. Нет таких, и они хотят выйти из самсары. Они хотят прийти к Нирване. На тибетском:

tarndu lo kye

tar - это первый слог tarpa, что означает свобода, или Нирвана,

du - это хотеть, или стремиться.

Lo - это сознание,

Kye – развивать,

То есть: они развивают сознание жаждущее свободы, Нирваны.

Тем, у кого среднее мировоззрение, надоело в самсаре: «Не хочу рождения богом. Не хочу рождения человеком. Все есть страдания». Они уже понимают, что все страдания, и они хотят выйти из самсары.

Итак, это будет в 5 и 6 абзацах. Давайте прочитаем это, и это 5 и 6 абзацы вместе:

Благослови меня воспринять во всей полноте глупость

Преследования сует, которых никогда не бывает достаточно.

Как сломанный стебель представляет опору,

Так их насмехающаяся природа – источник всех моих страданий.

Дай мне целиком достичь

Огромной жажды счастья свободы.

Так, благослови меня разнообразными чистыми мыслями

Которые бережно направят меня, на моем пути,

И, чтобы я помнил, и никогда не отступал

От хорошего, что я обещал возложить на себя.

Умоляю установить моральные стандарты

Как соединяющий столб во всей моей практике,

Ведь они глубокий и хороший корень

Дхармы, учения Будды, моего учителя!

Глупость преследования сует этого мира

Итак, мы сейчас в абзаце, номер 5. Давайте прочитаем его снова.

Благослови меня воспринять полную глупость

Преследования сует, которых никогда не бывает достаточно.

Как сломанный стебель, представляют они опору,

И их насмехающаяся природа – источник всех моих страданий.

Позволь мне в совершенстве достичь

Огромной жажды счастья свободы.

И, давайте посмотрим, почему это так глупо? Почему это такая глупость, преследовать суету, и почему ее никогда не достаточно? Почему, мы никогда не можем удовлетвориться?

Не только, когда у нас что-то не в порядке. Мы не можем, даже если у нас все хорошо.

Эта суета по своей природе, никогда не может принести удовлетворения.

Почему нет? И это требует некоторого углубления, потому, что люди все равно, преследуют суету, верно? Все равно, ищут различные материальные вещи, и стараются найти в них удовлетворение. Весь мир делает это, и есть причина, почему они это делают, и почему им это не помогает. Почему, они все еще ищут? Если бы это помогало, уже бы перестали искать, верно?

Есть несколько аспектов:

1. Материальные вещи, привязывают нас к самсаре

В лучшем случае, когда вы желаете чего-то, и наконец-то это получаете; хотите какой-то определенный дом, и наконец-то его получаете, или что бы то ни было еще, так происходит, что в материальном мире, чем больше мы якобы преуспеваем в отношении материальных вещей, тем больше мы привязываемся к материальному миру.

Тем больше, он становится для нас соблазнительным. Тем больше, кажется он нам привлекательным. Мы сильнее к нему привязываемся. Людям, которым хорошо, относительно хорошо, очень тяжело отказаться, от этого хорошего. «Мне хорошо. Что ты хочешь? Что мне еще нужно? Для чего мне нужно приходить на уроки, делать ретриты, и отказываться от путешествий? Что? Мне всего хватает».

И это проблема. Это проблема – потому, что чем лучше, тем больше привязываются к этому хорошему, и становится меньше стремления и мотивации, искать абсолютное благо.

Потому, что проблема этого хорошего в том, что рано или поздно, оно закончится, потому, что все появившееся из кармы, заканчивается.

Все пришедшее из кармы, заканчивается. И чем больше есть хорошего, тем меньше мотивации идти изучать Дхарму. На этих уроках, вы не увидите больших знаменитостей, потому, что у них, пока что, все идет хорошо. До тех пор, пока в один день, что-то не происходит. В один день, что-то происходит, и тогда самсара даем им оплеуху, и они видят, что они думали, будто все под их контролем, и все хорошо – но это не так. Вдруг, появляется какой-то рак, или СПИД, или теряют кого-то близкого, или теряют красоту.

Кристофер Рибс – «Супермен» - у него было все; красота, сила, реклама, слава, ум, талант, репутация, репутация. У него было все. Он был Супермен! Ну, и что? За одну секунду, упал с

лошади, за одну секунду! Все закончилось. Сломал шею, в последние свои годы остался на инвалидном кресле, и тогда он обратился к духовной работе. То, что у него было очень красиво, это то, что он остался Суперменом, но сейчас, в более истинном смысле. В несчастном состоянии, в котором он себя нашел, он все же действовал ради других, с помощью своей жены, и еще множества людей, которые помогали.

Поэтому, когда в самсаре, да имеют успех, это проблема – потому, что это еще больше соблазняет нас, и хоронит, потому, что уменьшает наши шансы проснуться, и когда что-то произойдет, если произойдет, часто бывает уже слишком поздно. Мы уже слишком стары, или слабы, или больны, и возможности практиковать, уже нет.

Есть мир богов, о котором мы говорили (смотрите курсы 3, и 8). Сущностям там хорошо. Намного лучше, чем нам здесь, даже тем из нас, кому хорошо, и поэтому, и потому, что им слишком хорошо, там нельзя прийти к просветлению. У них нет никаких страданий, вплоть до последней недели их жизни, но они не уничтожили семян страданий, и когда наступают страдания – они ужасны. Так потерять сразу все; упасть с самой вершины, в самый низ, это ужасные страдания – и это именно то, что с ними происходит, за несколько дней. Поэтому, когда в самсаре все хорошо, это одна из проблем.

2. Чем больше у нас есть, тем менее мы довольны

Кроме того – чем больше мы имеем самсарных наслаждений, тем больше мы их хотим. Они привязывают. У нас была одна хорошее путешествие. Сейчас, мы ищем следующее путешествие, чтобы оно было еще лучше, и интересней. Мы нашли хороший ресторан, сейчас, мы в поиске новых хороших ресторанов. Мы хотим, еще, и еще, нам не достаточно. В сущности, мы постоянно голодны. Нам все время нужно еще, и в сущности, происходит наоборот. Чем больше у нас есть, тем мы голоднее. Мы ищем еще и еще.

Итак, это второй аспект глупости.

3. Без понимания – обязаны это потерять.

Так, что плохого в хорошем заработке, или в хорошем партнере, или хорошем доме, или, в чем бы то, еще ни было?

Не поймите меня не правильно; в этом нет ничего плохого, наоборот. Как Бодхисаттвы, мы хотим, чтобы у всех людей, было все хорошее. Нет ничего плохого, в наслаждении этими вещами. Наоборот. Наслаждайтесь на здоровье. Проблема возникает тогда, когда у нас есть хорошие вещи, но мы не понимаем откуда они пришли. Если у нас нет понимания кармы и пустоты, то мы думаем, что они пришли сами по себе. Мы думаем, что они пришли из магазина, или что деньги появились, потому, что мы скрывали налоги, и так далее. И тогда, мы сажаем семена страданий в будущем.

Каждый раз, когда не понимают природу того, что у нас есть, и получают удовольствие, не понимая, откуда это удовольствие пришло, сам факт удовольствия, сжигает карму, и в этом трагедия.

У нас есть что-то хорошее, и мы наслаждаемся этим. Если мы не понимаем, откуда оно пришло, из какой кармы, то самым фактом наслаждения, мы сжигаем эту карму, и тогда у нас становится ее меньше. И поэтому, это причина того, что все в жизни проходит:

- Потому, что мы родились – мы умрем.
- Потому, что у нас есть – этого не станет.
- Потому, что мы поднялись вверх, потом будем вынуждены упасть вниз.

Потому, что если мы не понимаем кармы, мы не знаем, как сохранять эти вещи. Это приходит к нам из наших действий совершенных в прошлом, обычно, в предыдущих воплощениях. Мы не помним их, и не знаем. Сейчас, это созрело. Мы думаем, что это потому, что я так удачлива. Это всегда не так. Это из-за карм, посаженных мною в прошлом. Меня не существует вообще. Это «розовый слон». Я не понимаю. Именно тот факт, что я довольна и наслаждаюсь, сжигает это, именно это, это завершает.

Разве наслаждаться плохо?

Нет! Наслаждаться, хорошо. Это сажает семена, для новых наслаждений, при условии, что это сопровождается мудростью. Вы видели когда-то, Далай Ламу употребляющим пищу? Он наслаждается каждой крошкой. Вы видели его, слушающим музыку? Наслаждение намного больше, когда оно сопровождается мудростью. Потому, что мы тогда знаем, как сохранить эту вещь, как создать еще.

Почему Будда находится, в таком высшем непрекращающемся наслаждении, и он больше не может оттуда упасть? С того момента, как пришли к просветлению, нельзя упасть. Почему? Потому, что все время знают, как приумножать. Он все время, все хорошее, посылает всем существам, все время. Он не хранит в карманах деньги. Когда он приходит – он сразу же отдает, и это все время создает еще, и еще. Это все время создает больше того, чем он получил.

Оставьте закон сохранения энергии. Он не верен. Он верен в модели того, что ресурсы конечны, и приходят снаружи. Это не верно.

Когда мы начинаем понимать карму и пустоту, и начинаем действовать в соответствии с этими законами, нет границ хорошему, которое может произойти.

Это не верно, что часть людей должна быть богатыми, а другие за их счет, должны быть бедными. Это не верно. Это в рамках модели нехватки.

Экономическая модель не верна.

Каждая копейка в мире, пришла от щедрости.

Все изобилие существующее в мире, все изобилие, пришло от щедрости.

Каждая копейка в мире, пришла от щедрости, и есть страны, доказывающие это. Есть страны, в которых считается нормой, быть щедрым, и эти страны процветают, и есть страны, которые нуждаются. В этом, разница между странами. Страны, отличает друг от друга, карма людей. Люди, имеющие карму даяния, найдут себя в стране, с такими же людьми, а другие, найдут себя в странах, с людьми испытывающими нехватку. Когда у кого-то меняется карма, он находит себя в другой стране.

И в США, вся христианская культура, очень щедрa. Очень щедрa. Все больницы там, католические. Кто возвел все эти заводы, поддерживающие бедных и нуждающихся? Христиане. Их процветание пришло отсюда, от их щедрости, пришедшей через эту

культуру.

Когда я впервые приехала в США, я очень удивилась, что люди так живут. Я к этому не привыкла. В Луизиане, у нас не было ничего, и там только и искали, как дать нам что-то, подарить, или умножить то, что у нас есть, и я была очень удивлена, что люди, с которыми я вообще не была знакома, ищут, как это сделать. Мы без конца, получали. Со всех сторон – и материально, и эмоционально, получали все.

4. Как сломанный стебель

Итак, снова. Этим наслаждаться прекрасно, при том условии, что вы понимаете, откуда это пришло. Если вы не понимаете, то самым фактом наслаждения, вы сеете семена это потерять. Это не устойчиво. Нельзя на это положиться. Если мы не понимаем, откуда это пришло, то там написано, что это «как сломанный стебель», верно?

Как сломанный стебель, составляют они опору

На них нельзя положиться. Почему? До тех пор, пока не понимают, откуда они приходят, будут созреть те, или иные кармы, и у меня нет над этим контроля. Я не контролирую это. Контролирует карма, потому, что у меня нет понимания.

До тех пор, пока я не понимаю, нельзя полагаться на то, что то, что я делаю, принесет ожидаемый плод.

Проблема в самсаре, в этом. Поэтому:

Курсы бизнеса, основанные на карме, чудесны,

Потому, что гарантируют успех.

Так, человек открывает бизнес, и он либо преуспеет, либо нет, и два человека талантливые равной степени – один преуспевает, другой нет. Почему, так? Потому, что нет понимания, откуда приходит успех.

Успех, к примеру, приходит не от тяжелой работы. Это одно из верований. Если бы успех приходил от тяжелой работы, то все рабочие прокладывающие трассы, должны были бы уже быть богатыми. Тяжелая работа, не гарантирует успех. Есть люди, которые вообще не работают, и у них все есть. Мы не понимаем, откуда приходит успех.

Откуда приходит успех? Изобилие, приходит от даяния. Только так, и есть еще многое, чему нужно научиться. То, что так чудесно в этих курсах, так это то, что это гарантирует успех, гарантирует на сто процентов, и человек продолжающий с пониманием совершать хорошее, обязан стать счастливым. Даже если не хочет, он станет. Он будет дядей, из Петах Тиквы (из пьесы «Бледный трекер». Хочет, или нет, он станет счастливым.

Вопрос: и здесь есть, еще продолжение вопроса – разве, прежде всего, не нужно удовлетворить основные потребности, и только потом, удовлетворять духовные?

Ответ: ответ состоит из нескольких составных: и да, и нет. Верно, что если человек очень беден, или находится в тяжелых страданиях, он не будет сидеть, и слушать урок Дхармы, и не будет делать медитации, поэтому на этом уровне, это верно. Если вы хотите помочь кому-то, кто

находится в таких условиях, прежде всего, помогите ему в его основных потребностях. Это верно. Это, когда речь идет о ближних.

Когда, речь идет обо мне, если я нахожусь в какой-то нужде, я говорю: «Оставьте меня, со своей Дхармой. Сначала, я позабочусь о своей нужде; сначала, я позабочусь об этих делах, а потом уже, приду на Дхарму». Если речь идет обо мне, и я немного понимаю, я говорю: почему я в нужде? – именно потому, что не практиковала, и не понимала.

Поэтому, когда речь идет обо мне, если я немного понимаю – то у меня нет времени ждать, потому, что я еще не знаю, как мне выйти из нужды. Факт! Вот, я в нужде. Это именно та Дхарма, которая выведет меня из нужды. Если я в финансовой нужде, то я не буду, сначала доставать деньги, и уже потом, приходить на урок. Нет! Прежде всего, я начну давать. Прежде всего, я начну практиковать Дхарму, и тогда придут деньги.

Это сорняки. Вчера, мы о них говорили. Когда начинают соблюдать обеты, то сорняки, а ими являются все те вещи, которые вы хотите в этом мире, приходят сами собой.

Может быть, вы их уже не очень будете хотеть. Может быть, вы уже не захотите большой дом, и много машин, потому, что это будет означать, что тогда нужно будет позаботиться о многих страховках, и многих ипотечных ссудах – может быть, вы захотите спокойствия, и не захотите этим заниматься. Вы уже не будете хотеть, всех этих вещей. Это уже, будет отягощать, ☺ и тогда, вы вступаете в другую карму.

Обычно, если у серьезных практикующих в начале практики было много денег, к концу, их становится меньше, потому, что они их уже не хотят. Они их отдают. Они создают карму, посвященную духовному, но они никогда не голодны. Серьезный духовный практикующий, никогда не голоден. У него есть все необходимое, для практики. Все, для него устраивается.

Только, чтобы продемонстрировать весь абсурд вещей этого мира. Место, в котором мы много практиковали, и обучались, с Геше Майклом в Нью Йорке, это дом парня по имени Леон, на улице 6, в Нью Йорке, который предоставил нам свой дом. Он оставил себе малюсенькие кухню и спальню. Остальное, он отдал нам, и это служило, для нас классом. И у этого дома, прежде чем он попал в его руки, были разные другие хозяева, и я о них ничего не знаю. Но до того, там была синагога, а до синагоги, там была церковь. Это не было большим домом, это было маленькой церковью, и как-то там, все люди поехали на пикник, и вся группа погибла. И тогда, это превратилось в синагогу. Их даже, никто не помнит. Никто не помнит, что это было? Кто это был. Все ушло.

Вещи этого мира, уходят. Это превратилось в синагогу – там больше нет синагоги. Почему? Община ушла; люди рассеялась, ушли. Нет больше общины. Дом был продан.

И так с любой вещью, которую мы имеем в этом мире; любая материальная вещь, люди в вашей жизни, вещи, дома, карьера, репутация, имена – все уходит. Все рассеивается. Преследовать это глупо, потому, что вы не можете это сохранить. Все приходит из кармы, а карма сжигается; по причине того факта, что вы имеете хорошее партнерство – вы его сжигаете. По причине того факта, что вы им наслаждаетесь, вы сжигаете наслаждение, потому, что вы не умеете его создавать.

И у меня здесь, есть два ответа:

1. Как Бодхисаттва, разумеется, я желаю всем только хорошего.

2. Но с другой стороны, я также знаю, что до тех пор, пока не придет какая-то критическая ситуация, они не придут изучать Дхарму, и не смогут по-настоящему выйти из страданий.

Иногда, я думаю: «Когда уже, чудо с ними произойдет?» Иногда, я встречаю людей, и вижу, что не могу им помочь, потому, что они все еще в иллюзии того, что имеют. Их головы все еще вкружены тем, что они имеют, и им нельзя помочь. Они думают, что у них все под контролем.

Два вида хорошей кармы

Есть два вида кармы, приносящей хорошие вещи, в нашу жизнь.

1. **Есть грязная хорошая карма.**
2. **И чистая хорошая карма.**

Что такое, грязная хорошая карма? Имеется ввиду, что она грязна, запятнана, или на ней есть пятно? **Это карма, приходящая в результате хороших вещей, совершенных нами в прошлом, без понимания пустоты.**

Даже тот, кто ничего не понимает, и не слушал ни одного урока Дхармы, если он щедр, у него будет изобилие. Он не должен ничего понимать. Если он дает – у него будет, он получит, но это сжигается. Он, не умеет это сохранять. Итак, такая карма, по своей природе сжигается, и так почти со всем, что у нас есть. Почти у всех нас, почти все, что мы имеем, такое.

Предположим, у нас есть близкий человек, близкий друг, или близкий родственник – парадокс в том, что чем больше времени вы их имеете, тем выше шансы, что вы их вот-вот потеряете, потому, что, если вы их имели много лет, то сожгли уже, много хорошей кармы. И поэтому, так как кармы все время сжигаются, партнерство\отношения у большинства людей портятся. Кармы сжигаются, все время. И поэтому:

Так как материальные вещи отнимутся у нас, нет смысла, искать в них прибежища,

Они будут забраны, если не до смерти, то во время нее.

Что такое, чистая карма? Это карма, которую создает кто-то, понимающий пустоту, и чем глубже понимание пустоты, чем лучше это усваивается, тем чище эта карма, и так можно создать ее еще, и это та причина, по которой Будда находится в этом чудесном наслаждении. У Будды, это уже не называют кармой, несмотря на то, что это действует, по тем же самым законам, но там это называется «совокупность добродетели и мудрости».

Вопрос: накапливают ли хорошую карму, если осознанно работают над отношениями в паре?

Ответ: это зависит от того, чем мотивирована работа, над отношениями в паре. Если я работаю над отношениями в паре, ради того, чтобы мне было хорошо, рано или поздно, я это потеряю. Может быть, в ситуации произойдет облегчение, или пауза. Если же, моя мотивация исходит из желания, чтобы другому было хорошо, то я что-то сделала, но это другое партнерство.

В партнерстве, есть удобная возможность, проделать практику обмена себя на других. Если вы это сделаете, парные отношения вознесутся к облакам, но если будете искать, «Почему он, или она, меня не удовлетворяют», или «Почему они не удовлетворяют мои потребности? Я поищу кого-то другого, кто их удовлетворит», может быть, я да, найду кого-то другого. За полгода, это будет тем же самым, потому, что это не приходит от них. Мои потребности, не удовлетворяются ими. Мои

потребности удовлетворяются, если я забочусь о своих партнерах.

Я не могу расстаться со своей кармой. Моя карма ходит со мной везде, в любое место. Попробуйте убежать, от своей кармы. Невозможно. Вы и есть, ваша карма.

Вы говорите: «он, мне больше не приятен». Он тебе больше не приятен потому, что ты не знала, как вкладывать в эти отношения. Ты не знала, что создает это партнерство. Поэтому, и с другим, ты все еще не знаешь. Моя свекровь, которая была социальным работником, сказала мне, что статистика говорит, третий брак, имеет больше шансов, чем второй.

Почему так? Потому, что первый брак терпит неудачу потому, что ты думаешь, что что-то не в порядке с другим; поэтому, ты находишь кого-то другого, и когда это также терпит неудачу, и обычно, это терпит неудачу, в той же самой форме, ты говоришь: «Может быть, это не с ними. Может быть, это со мной», и тогда ты начинаешь работать с собой, и тогда появляется третий шанс. И может быть, третий, может оказаться первым, и нет смысла, создавать всю эту путаницу.

Итак, снова, в твоём вопросе, есть еще один аспект. В том случае, если эту работу над партнерством, сопровождает понимание кармы, тогда, как и любая другая вещь, это может послужить средством, для взлета. В случае же, если это отсутствует, лекарство будет временным, и частичным.

5. Насмехающаяся природа вещей в самсаре

Итак, мы говорили о том, что по своей сути суета – вещи этого мира, не могут удовлетворять. Наоборот! Если они уже у нас получились, в конечном итоге, они причиняют нам страдания, потому, что мы начинаем увлекаться ими, и рано или поздно, каждую из них, мы будем вынуждены потерять, потому, что такова природа кармы. Они все распадутся, перед нашими глазами, до смерти, или во время нее.

И я еще не говорила с вами, об их насмехающейся природе. Что в их природе насмехающегося? Есть, несколько насмехающихся вещей:

1. То, что они запутывают меня. Я думаю: «мое счастье приходит оттуда», поэтому они насмеваются, с этой точки зрения. Они, манят: «Иди, возьми меня! Тебе будет хорошо. Купи меня! Достань меня! Тебе будет хорошо».

Это, имеется ввиду, под насмешкой, потому, что мое счастье не приходит оттуда. Мое счастье, приходит из кармы. Если я была хороша, по отношению к другим. Не: «Что мне дают?» А: «Что я даю?»

У меня будет, если я даю, а не если я получаю. Что, означает факт того, что я что-то получаю? Кто-то, мне что-то дает; или материальную вещь, или любовь, или что-то еще. О чем это говорит? Это говорит о том, что в прошлом, я посадила карму, и сейчас это ко мне вернулось, и сейчас, когда это ко мне вернулось, это сжигается. Поэтому, если вы сейчас умны, 😊 вы будете хотеть давать, а не получать, потому, что получение, сжигает это.

Вы не отвергаете подарков, но вы принимаете их с пониманием: вы принимаете их, и понимаете, что посеяли семена, и сейчас это вернулось, и вы не останавливаете это, вы продолжаете крутить это колесо.

Ученик: написано: «Ненавидящий подарки, будет жить».

Учительница: да, и сейчас ты наконец-то понимаешь, почему, и это полностью, превращается в наши инстинкты.

- Если, я к примеру, люблю шоколадные пироги, захожу в кафе, смотрю на витрину, и там есть шоколадный пирог, именно такой, как я люблю, и он там только один, и пришла пожилая дама, со своим пожилым мужем: «Ой! Я вижу там шоколадный пирог», а я быстро бегу, чтобы схватить этот пирог, прежде чем она подойдет к прилавку, потому, что я немного моложе – это гарантирует мне, что у меня больше не будет шоколадных пирогов. Если у меня есть немного ума, я замедлю шаги, и отдам ей этот шоколадный пирог, потому, что таким образом, я гарантирую себе, что у меня будет еще. Вы уже видели во втором окне, во что превращается то, что мы потребляем.

То, что я потребляю – превращается в мусор.

То, что я дала – прорастает еще.

Это закон.

И иногда люди говорят: «Минутку! Так, что мне нужно быть хорошей, чтобы мне было хорошо?» И люди думают, что это эгоистично: «Так, ты будешь хорошей, чтобы себя обслужить?» Есть какая-то идея, что если в мире что-то хорошо, это должно каким-то образом причинить мне страдания, или неудобства, или я должна уступить, или унижение. Это не верно. Тем, что я замедлила шаги, и позволила даме получить ее пирог, я сейчас получила двух довольных людей; она получила свой пирог, а я создала причины, для получения еще многих пирогов. Это «просветленный эгоизм». Это способ, через который я действительно могу достичь счастья; не тем, что я урву себе, а тем, что отдам, и это создаст карму того, что у меня будет. И это полностью, превращается в наши инстинкты.

И у этого есть еще, очень много аспектов.

Примеры из повседневной жизни.

- Я хочу, чтобы на работе меня ценили, обращали на меня внимание, уважали, или считались с моим мнением. Что, я должна делать? Считаться с их мнением. Давать другим, поднимать других.
- Если нужно продвинуть меня, или кого-то другого, и есть соревнование, если у меня есть какой-то кармический ум, что я сделаю? Я помогу продвинуть другого. Это гарантирует мне, мое продвижение в будущем, а может быть, и еще выше.

Еще примеры:

- Если я на работе, занимаю какую-то ответственную должность, и вижу, что кто-то начинает блистать, притягивать внимание, начальники начинают обращать на него внимание, и это начинает угрожать моему положению, что делает человек, не понимающий кармы? Стараются наступить ему на ногу, может быть, немного его оклеветать. Может быть, пытается преуменьшить их положение, верно? Что, это гарантирует? Что это именно то, что произойдет с ним в будущем. Если я хочу подняться, что мне нужно сделать? Позволить другим блистать. Если я хочу славы, я должна прославлять других.

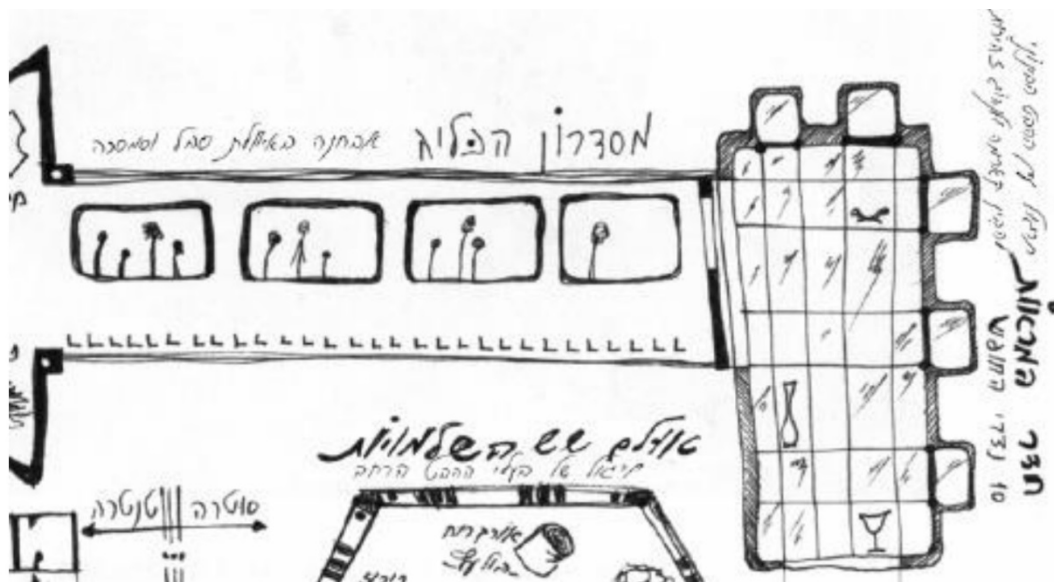
Так работает карма. Абсолютно противоположно, нашим инстинктам. Попробуйте, и расскажите мне, и тогда, у меня будут еще примеры.

1. Итак, первый аспект, это насмешка – то, что это меня притягивает. Подмигивает мне: «Иди, возьми меня. Я сделаю тебе хорошо», тогда как, такого никогда не было, и не могло быть. Это, не приходит оттуда. Это приходит только от того, что я делаю. Это первый аспект.
2. Второй аспект – мы не понимаем их природы. С этой точки зрения, это насмехается. Мы не понимаем, что если появляется вещь, которая мне нравится, и если эта вещь кажется привлекательной, то это потому, что в прошлом я давала другим хорошие вещи, тогда, когда они их хотели. Я давала другим то, что они хотели, и поэтому сейчас у меня появляется что-то, что для меня привлекательно. Если я это понимаю, то наслаждение этой вещью, это что-то, совершенно другое. И это, по крайней мере, два аспекта «насмешки».

Медитация, на отвратительные вещи

Итак, медитация, которую мы собираемся проделать, взята из Абхидхармы Коши. Обычно, мы воздерживаемся от ее проделывания, потому, что она не особенно приятна, но она супер-дупер эффективна. И я очень рекомендую вам ее проделать сейчас, и также дома, когда я уеду, на протяжении нескольких месяцев. Если вы проделаете ее сейчас, вам больше не нужно будет ее никогда делать, потому, что она супер эффективна, и потом, можно переходить дальше, к чудесным вещам, но если ее не проделывают, то все время возникают препятствия, для чудесных вещей.

Итак, мы собираемся увидеть всю «полноту глупости», в нашей медитации. Мы представим это, как еще один коридор, ведущий в комнату с зеркалами. (Коридор, назван в схеме «Коридор уничтожения»).



Итак, нарисуйте себе там маленький коридор, ведущий в комнату зеркал, и в этом коридоре есть много окон, через которые можно смотреть наружу. Он ведет в комнату зеркал. В этой медитации, вы найдете себя в этом коридоре. Когда вы по нему идете, вы все время смотрите в окна.

Медитация называется:

Min Dukpey Gompa

Произнесите: **Min Dukpey Gompa**

Dukpa – это что-то притягательное, что-то, что нравится нам, и приятно.

Min dukpa – это что-то отталкивающее. Что-то отвратительное. Что-то, не приятное. Что-то, не красивое.

Gompa – это медитация.

И это будет медитацией, на отвратительные вещи.

И идея этой медитации в том, что она изменяет ваши приоритеты. Если вы проделаете ее хорошо, может быть, вы меньше начнете увлекаться вещами, которыми вы увлекаетесь сейчас, или придете к выводу, что нет смысла ими увлекаться, и это будет хорошо, потому, что направит энергию, в намного лучшее место.

Как говорит Кен Ринпоче? «Для того, чтобы ученик Дхармы смог прийти к высшему наслаждению, ему нужно отказаться пока, от того, что доставляет ему наслаждение на данный момент».

Ты должен сделать поворот. Тебе нужно отказаться от этого, прежде чем ты сможешь обнаружить высшее наслаждение практика Тантры.

Итак, закройте ваши глаза.

Сядьте в удобное положение, в котором сможете находиться долгое время, и не двигаться. Итак, я пройду быстро: положение ног должно придать вам устойчивости. Руки лежат на коленях, правая рука, в левой. Большие пальцы, немного соприкасаются. Спина прямая, не сгорбленная, не наклонена. Плечи, на одном уровне. Подбородок не опущен, и не приподнят. Глаза закрыты, или полужакрыты. Лицо расслаблено. Рот закрыт, но не сжат. Язык, слегка касается задней части верхних зубов.

И сейчас, сфокусируйтесь на дыхании.

Постарайтесь отсчитать десять дыханий.

Сейчас, войдите в коридор, ведущий в комнату зеркал, и в нем много окон, на уровне ваших глаз, и вы можете смотреть наружу. И когда вы смотрите через окно, вы видите там, за окном, все вещи, которые есть на данный момент в вашей жизни, то как они будут выглядеть через 20-30 лет. Увидьте там людей, которых вы любите, через 20-30 лет, а если они сейчас являются маленькими детьми, то увидьте их через 50-60 лет. Как они выглядят? Как их здоровье? Как их жизнь?

Пройдите к следующему окну. Вы смотрите через окно, и видите гору, и это гора еды, которую до сегодняшнего дня, вы съели в жизни. Все, что вы таскали в сумках из супермаркета, все эти годы. Огромная гора еды, которую вы съели, и напротив этого окна, есть еще окно, и когда вы смотрите во второе окно, вы видите все, что создала эта еда. Другую гору – не менее большую.

И позвольте осознанию этого, проникнуть в вас.

Вы продолжаете продвигаться, и через следующее окно, вы видите город, или поселение, в котором вы живете такими, какими они будут выглядеть через 500 лет; все разрушено, пустынные улицы. Там бродят шакалы, как на археологических раскопках, которые вы может быть видели. Может быть, вы видели фильм «Children of Men» - «Дети людей»? Разрушенный город, везде бродят банды преступников, везде стреляют, всех сажают в тюрьму. Этот фильм, точно такой, как эта медитация.

И вы смотрите на ваш разрушенный город. Все сломано. Все разрушено. Сломанные стекла. Опустелые дома. Разные сиротливые животные, бродят там, и ищут еду. Нищие по углам, нищета, заброшенность, грязь, разрушение. То, что было когда-то городом, закончилось так. Вся бывшая империя, так закончила.

Сделайте это, именно для вашего города. Рано, или поздно, таким будет и ваше поселение.

Продолжайте дальше, и в окне напротив, вы видите свой дом, в котором вы сейчас живете, таким, каким он будет выглядеть через 50, или 100 лет; разрушенным, заброшенным, с распадающимися стенами, с разбитыми стеклами, высохший сад, поблекший. Любой дом, и любой дворец, закончит так, рано, или поздно.

Вы продолжаете. Вы видите вещи одетые на вас сейчас такими, какими они будут выглядеть через десятки лет; изношенными, оборванными, поблекшими, разорванными, как тряпки.

Через еще одно окно, вы видите ваше общественное положение, или рабочую должность. Что с этим произойдет, через 10-20 лет? 30 лет? Кто услышит о вас на этом месте, через 20 лет? Я когда-то работала на AT&T, это была самая большая фирма в США. В один день президент заболел, а на следующий день, умер. Спустили флаг, на половину смеги, прошла еще неделя, пришел следующий президент – никто его больше не помнил.

Итак, продолжайте так немного, и ставьте в следующие окна вещи, которые дороже всего вашему сердцу, которые вас больше всего привлекают, и к которым вы больше всего привязаны, и посмотрите, что с ними будет, через 10, 15, 20, 30 лет?

Проделайте то же и с друзьями, и с членами семьи.

На следующей остановке в коридоре, фокус на вас самих. Посмотрите там на себя, через окно, и увидите у себя во лбу, зияющую рану. Зияющее отверстие, щель во лбу, и через нее виден череп, а внутри все сгнило. Череп, и мозг – все сгнило, и рана все увеличивается, и увеличивается. Кожа раскрывается. Постепенно, постепенно, вы проникаете в свое тело.

И видите все свои системы, все свои органы, и все внутренности вашего тела, гниют все больше и больше, и наполняются червями, и вонью.

И гниение, распространяется на все ваше тело. Все сгнило. Все отвратительно. Все распадается изнутри.

Гниение, продолжается, в направлении границ вашего тела, в ваше ближайшее окружение; в вашу комнату, в ваш дом, на тех, с кем вы живете – все гниет, распадается, разрушается, уничтожается.

Продолжайте дальше. Продолжайте в ваш район, к людям вашего района. Через несколько лет, все это к ним придет.

Продолжайте в ваш город. Гниение распространяется везде. Все гниет, разрушается.

Как какой-то фильм ужасов – все гниет, распадается, доходит до моря. Море, все высыхает, и рыбы массово гибнут.

Вся растительность вымирает.

И сейчас, сделайте обратный ход. Верните воду в море. Верните рыб в море. Позвольте деревьям снова прорасти. Восстановите город. Восстановите дом, людей города, членов семьи.

Верните жизнь, в свое тело. Закройте раны. Медленно-медленно, восстановите все системы.

И вернитесь сюда, в настоящее.

Открывайте глаза.

Итак, это, **Min Dukpey Gompa**, и в Абхидхарме Коше, она очень подробна, и практикующие Хиньяны, много ее делают, и это очень помогает в создании отречения, и для того, чтобы подняться на путь, обязаны создать отречение. Обязаны создать его хорошо, целостным образом, потому, что:

Та степень, в которой мы все еще надеемся на что-то из этого мира, путь это даже немного надежды, мы ищем прибежища в этом мире лишь немного, это именно та степень, в которой мы препятствуем себе в практике, и это именно то, что нас остановит, и послужит препятствием, чтобы попасть в мир ангелов, просветленный мир; прекращению страданий.

Если делают ее верно, медленно-медленно, убеждаются, что те вещи, которыми мы так охвачены, мы не можем удержать, потому, что они приходят из кармы. И в конце медитации всегда, важно вернуть все к тому состоянию, как оно было раньше, не оставлять все распавшимся.

Вы не обязаны делать, когда вы делаете эту медитацию все, что я перечислила. Я проделала это немного быстро, и перечислила много вещей. Оставьте три вещи, не все, но одной из них, должно быть ваше тело, и может быть, поставьте там, еще какого-то дорогого человека, и может быть, ваш дом. Выберите три вещи, но ваше тело, должно там быть, потому, что мы очень привязаны к телу, и это оставляет нас в самсаре.

В сущности, мы здесь проделываем марафон, на эти вещи. Люди, обычно, сидят, и делают медитацию Лам Рим, в течении долгих месяцев, и лет.

Мы делаем то, что называется **Shar Gom**. Произнесите: Shar Gom – и это медитация перепросмотра. Мы быстро просматриваем все этапы, но вы, на том уровне, где вы находитесь, можете сделать лишь один этап, и войти туда глубоко; очень хорошо проверить комнату с зеркалами, или один из углов шестиугольной комнаты. Этого достаточно. Там есть, очень много материала.

Этот курс, это как бы взгляд сверху, на все этапы пути, и разумеется, каждый этап требует много медитировать. Необходимо много медитировать, и люди проделывают ретриты в месяц, только на эти вещи. И месяц, это еще ничего.

Я вам рассказывала о **Kirti Tsenshab Rinpoche** – который сидел пятнадцать лет, и делал эти медитации, и он был особенно чистым человеком, так я слышала, потому, что сознание очищается

от цепляния за все эти вещи, и тогда оно свободно. И тогда, оно свободно для духовной работы.

Три вида медитации

Итак, у вас есть много вариаций, как это делать. Может быть, так как я упомянула вам **Shar Gom**, можно поговорить о трех видах медитации:

1. Медитация перепросмотра, и это первый вид.

Shar Gom

Произнесите: **Shar Gom**, и это медитация перепросмотра. И то, что мы здесь делаем, это типично, для **Shar Gom**. У нас есть список этапов, и мы их перепросматриваем. Не обязательно входим в каждый из них глубоко. Просто проходим их в своем сознании, и это для того, чтобы позволить себе лучше понять практику. Увидеть всю картину целиком. И это **Shar Gom**.

2. Аналитическая медитация

Второй вид медитации, с которым вы все знакомы, потому что мы много его делали, это:

Che Gom

Произнесите: **Che Gom** – и это аналитическая медитация. Это правильный анализ, о котором написано в этом абзаце («Благослови, и позволь быстро достигнуть, путем в котором понимание и покой, сознания, в котором нет никакого отвлечения, на ошибочные объекты, и которое достигает правильного смысла, посредством правильного анализа»). Это, когда мы идем и проверяем; проделываем на что-то анализ, проверяем это, через свою логику, проверяем это, опираясь на другие выученные нами вещи, размышляем над этим. Это однозначно медитация, в которой думают. Думают над чем-то, но в условиях тишины, с закрытыми глазами, в концентрации, на подушке. Это **Che Gom**.

3. Медитация фиксации на объекте

И третий вид медитации, это:

Jok Gom

Произнесите: **Jok Gom**

И **Jok Gom** – это медитация фиксации на объекте.

Как практиковать три вида медитации

И все это, не обязано быть в одной и той же медитации.

Одна медитация может быть посвящена **Shar Gom**. Вы можете сделать, к примеру, Shar Gom в комнате зеркал. Скажем, вы можете взять один обет, из обетов Пратимокши, сфокусироваться на нем, и посмотреть в зеркало; что говорит вам о вас зеркало, в отношении того, как вы, по отношению к этому обету, и посмотрите: в чем вред, от нарушения этого обета, в чем благословение от соблюдения его? Так, анализировать себя, и то, что с этим связано.

Прежде, чем вы усаживаетесь, вы можете прочитать в книге (Подготовка к Тантре – Гора Благословений), подходящую главу, или отрывок, и на это потом, делать **Che Gom** – проделать

анализ, и посмотреть, как это сочетается с вашей жизнью, с тем, что вы до сих пор поняли, и видели, и может быть, вы увидите новые вещи? И цель в том, чтобы вы увидели новые вещи. Цель в том, чтобы вы обнаруживали новые, и новые аспекты себя, которые, может быть, вы не видели прежде. В этом цель **Che Gom**.

И мой совет, каждый раз брать один Лам Рим (под Лам Римом здесь подразумевается один этап из цепочки этапов изложенных в тексте «Источника всех добродетелей»), и оставаться с ним на протяжении длительного периода, может быть месяц, два, или даже три, до тех пор, пока вы из этого **Che Gom** извлекаете что-то новое, новые осознания, видите, что-то еще, и еще. До тех пор, пока вас это обогащает, оставайтесь там.

Потом, наступает этап, когда это уже иссякает, вы не извлекаете пользы на данный момент, поэтому наступает время перейти к следующему Лам Риму. Позже, через какой-то период, можно вернуться к этому снова, и это уже будет из другого места. Итак, мой совет, оставаться от месяца, до трех, с одним Лам Римом, и извлечь из него все, что можно.

В **Shar Gom**, вы можете включить все этапы.

В **Che Gom**, только то, что не относится к Тантре. Вам особо нечего делать, с тантрическими этапами, потому, что вы их не изучали, то есть, вы их получили в общем, поэтому, оставьте их. Это только, для **Shar Gom**. Вы начинаете отсюда (если идти от конца, к началу, это будет шестиугольная комната, практика совершенств, и стремления к просветлению), с этих этапов в Лам Рим.

Вы делаете **Che Gom** на одну вещь, видите, что там что-то есть, на чем можно сфокусироваться, и тогда вы на этом фокусируетесь. Если, предположим, в комнате с зеркалами вы увидели что-то, что требует фокусировки внимания, или к вам пришло какое-то осознание, вы посмотрели, и что-то поняли – то вы берете это осознание, оставляете на нем сознание, и не двигаетесь с него. Это фиксация, это **Jok Gom**. Итак, это делают только тогда, когда получили какой-то практический опыт в чем-то, и тогда, вы остаетесь с этим переживанием, и прodelываете **Jok Gom**.

Во всей полноте обрести огромную жажду счастья свободы

Итак, это среднее мировоззрение. Этот практикующий понимает суету сует, и просит Ламу, дать ему способность прекратить увлекаться этим, и в конце абзаца 5, он просит:

Позволь, чтобы я смог целиком достичь

Огромного стремления к счастью свободы.

Целиком – значит, не оставить даже немного, прибежища в самсаре.

И ведь, мы все, все время принимаем прибежище в самсаре. Каждый раз, когда я думаю: «Сейчас, это мороженное, сделает меня счастливой», я принимаю прибежище в мороженном. Но мороженное, не может сделать меня счастливой. И все-таки, мы едим мороженное. Это идет очень далеко, на очень глубокие уровни.

Итак, эти практикующие (среднего мировоззрения), это понимают. Они просят благословения Ламы, чтобы он изменил их сознание, чтобы они прекратили преследовать суету сует.

И после этого, в шестом абзаце, они практикуют мораль. Они понимают, что любой аспект их

жизни, определяется кармой, и степенью, в которой они соблюдали правила морали, и они начинают придерживаться этих правил. Они начинают, очень их придерживаться.

(Мандава)

Подготовка к Тантре

Курс основан на Лам Рим

«Источник в всех добродетелей – мольба к горе благословений»

Встроен в курс ACI 3

На основе учения Геше Майкла Роуча

Перевод, редакция, и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Харут, март 2007

Урок 6

Практика, совместимая с имеющими узкое мировоззрение

(Мандала)

(Прибежище)

Итак, до сих пор, мы занимались комнатой зеркал, и ведущим к ней коридором. Это коридор, с окнами. И это практика, совместимая с имеющими среднее мировоззрение, или «средний кругозор».

Мы говорили, что это люди, понимающие, что любая вещь в самсаре, является страданием, настоящее ли это страдание, или будущее. И если вы еще, в этом не убедились, сделайте Min Dukrey Gompa, и тогда убедитесь в этом. Это может излечить нас от «глупости», и помочь развить отречение. Все эти абзацы, для того, чтобы помочь нам развить отречение, прекратить делать глупости. Даже, если что-то на данный момент кажется привлекательным, в самсаре нет ничего, что не является страданием.

Практика, совместимая с имеющими узкое мировоззрение

Итак, это было средним аспектом, и сейчас, мы переходим к следующему этапу, и это «Практика совместимая с имеющими узкое мировоззрение».

Узкое мировоззрение, называется:

Kyebu chung

Chung – это, малый.

Kyebu – это человек.

Это маленький человек, или мало понимающий человек, **Kyebu Chung**.

И снова, мы практикуем путь Махаяны, который является широким мировоззрением, **kyebu chenpo**, и наша практика этих этапов, называется «Практика, совместимая с имеющими узкое мировоззрение». На тибетском:

kyebu chung-ngu dang tunmongway lam gyi rimpa

kyebu chung-ngu – практикующий узкого, или малого мировоззрения.

lam gyi rimpa – этапы пути.

Tunmongwa – совместимые.

То есть: этапы пути, совместимые с имеющими узкое мировоззрение.

Тантрическое просветление



Тантрическая практика: этап завершения



Тантрическая практика: этап создания



Изучить, и хорошо соблюдать тантрические обеты



Тантрическое обучение



Быть подходящим сосудом



Бодхичитта действия: практика шести совершенств



Бодхичитта желания



Практика, совместимая с имеющими среднее мировоззрение



Практика, совместимая с имеющими узкое мировоззрение

Мы оставили комнату зеркал. Мы делали **Min Dukpey Gompa** – медитацию, на отвратительные вещи – и это коридор с окнами, и сейчас, комната ведущая к нему, это комната практикующих узкого мировоззрения, и это будет треугольная комната. И она немного меньше, чем комната с зеркалами. Почему? Потому, что это узкое, а то среднее мировоззрение.

хочет упасть в ад, в страдающее существование животных, и голодных духов. Не упасть. Это то, что его интересует. Его фокус, на себе. В этом, это похоже на среднее мировоззрение, но прежде всего, он не хочет упасть в более низкое существование.

Три практики, узкого мировоззрения

Здесь практикующий понимает непостоянство жизни, постоянное изменение – это часть их практики, то, что смерть обязана прийти, и, что то, что будет после смерти, определяется моими действиями, моей кармой. И тогда, этот практикующий:

1. Тренирует себя в развитии осознание смерти, и понимания непостоянства жизни.
2. Тренирует себя в понимании кармы.
3. И принимает прибежище.

Это то, что делают практикующие узкого мировоззрения. И это будет представлено в этой треугольной комнате.

Итак, в этой комнате, в которую мы входим снаружи, сразу на входе стоит гроб. И этот гроб, как их делают у христиан, со стеклянной крышкой. Они, ведь делают бальзамирование умерших, верно? У католиков, мертвого бальзамируют, и кладут на обозрение. Это, одна из самых странных вещей в этом мире.

Итак, здесь, мы поставим такой гроб, где можно увидеть умершего. И, кто там умер? Там я. И я вхожу, и вижу себя в гробу.

Медитация, на осознание смерти

Сразу на входе, это медитация на смерть. Вы делаете все, что изучали в курсе о смерти.

Что мы там изучали? Есть три основные причины. У каждой из них, есть три вторичные причины. Помните? Я повторю только заглавия:

1. **Смерть обязательна.**

ngepar chiwa

Chiwa – смерть.

Ngepar – обязательна.

Она, обязательно настанет...

2. **...совершенно неизвестно, когда она настанет.**

nam chi ngeme

nam chi – дата смерти.

Ngeme – неизвестна.

3. **...и при нашей смерти, мы не сможем ничего с собой забрать, кроме своих достижений в**

Дхарме.

chi tse chu matok mipen

chi tse – во время смерти.

Chu – Дхарма.

Matok – то, что мы не осуществили.

Mipen – не сможет помочь.

Если мы не осуществили в своих сердцах достижения в Дхарме, нет ничего, что сможет нам помочь, во время смерти.

Это три принципа смерти, в общем. Потом, у каждого из них, есть вторичные принципы.

Три под-принципа, обязательности смерти:

1. Собака – собака символизирует то, что смерть нельзя остановить.
2. Песочные часы – это значит, что ни один прошедший момент, нельзя вернуть. Нельзя вернуть, ни один прошедший момент.
3. И упущение. Символ того, что когда мы умрем, мы ощутим, что не успели. Коридор, да.

Потом, было незнание даты смерти, и там было:

1. Урна - с номером 72 (средняя продолжительность жизни - имеется ввиду то, что это определяется для нас индивидуально), потому, что мы живем в мире, в котором продолжительность жизни не постоянна.
2. Потом, у нас было... ученица: все наши вещи... пойманные в ловушку, да, потому, что нас легко убить.
3. И шип - наше тело, очень хрупко. Достаточно нам на пару минут заткнуть ноздри, и мы мертвы.

Потом - мы не сможем с собой забрать ничего, кроме наших достижений в Дхарме:

Была жаровня: мы смотрим из Бардо, и видим всех наших близких, все наши вещи, и не можем дотянуться до них. Мы не можем забрать их с собой.

Имела ли наша жизнь смысл?

Итак, это медитация, которую вы здесь делаете, возле гроба, и я бы хотела, чтобы вы в основном сфокусировали внимание на мертвом, или мертвой, которых вы видите там в гробу; успели ли они сделать в жизни то, что хотели сделать? Спросите себя. Вы видите себя, в своем гробу. Успели ли они сделать в жизни то, хотели сделать, или то, что должны были сделать? Это очень хороший вопрос, и стоит его задавать, снова и снова, потому, что если вы фокусируетесь на нем, есть шансы на то, что вы не будете растраниживать в жизни свое время.

Если вы спрашиваете, успели ли, он или она сделать те вещи, которые должны были сделать в своей жизни, и если у вас есть сомнения насчет ответа, вам нужно делать эту медитацию, снова и снова. Это знак того, что вы еще не живете правильно. Знак того, что вы все еще растраниживаете свое время в жизни.

При хорошей медитации осознания смерти - не будет сомнений. Каждый момент, вы будете делать самую лучшую вещь, которую можете сделать на тот данный, которая может привести вас к просветлению.

Если, это меньше этого, значит, вы живете не верно. Сейчас, каждый в соответствии с этапом в Лам Рим, на котором он находится. Вы не можете перескакивать этапы. Это то, что говорит нам Чже Цонгкапа: вы обязаны идти, в данной последовательности. Иначе, это не работает. Где бы вы ни находились, какую бы осознанность до сих пор не развили, вам нужно работать над, и на этом фокусироваться, и эти вещи, нужно делать сейчас, потому, что завтра, может не наступить, так как мы не знаем, когда придет смерть.

Это роль медитации на смерть - пробудить нас от этого пьяного сна, преследования глупости, потому, что завтра, может и не наступить! Делаю ли я действительно то, что нужно делать? Потому, что властелин смерти не ждет. Ему - все равно. Он, как сила гравитации. Скажите силе гравитации: "Минутку, минутку! Я забыла, я перепутала, прыгнула не правильно, подожди минутку!" Не работает. Он не ждет. Часы тикают, и когда наступает время, он приходит, и забирает вас. Он не ждет.

Итак, предположим, вы делаете самое верное, что можете сделать, с точки зрения Дхармы, приходит смерть, а вы еще не успели прийти к просветлению. Такое может произойти, но по крайней мере, вы знаете, что сделали максимум, и умираете, с чистой совестью, тихо, в гармонии. Вы знаете, что сделали все, что было в ваших силах, все, что ваша карма позволила сделать в этой жизни, и это хорошая смерть. Большинство людей, так не умирает. Сходите в места Хосписа. Вы можете увидеть - большинство людей, умирают с ощущением, что они что-то упустили. Очень печально.

Сейчас, в гробу, по обе стороны от трупа, с одной стороны находятся все плохие действия, которые этот умерший, делал в своей жизни, и это представлено в виде какого-то ведра с насекомыми, червями, скорпионами, змеями, отталкивающими вещами. Это находится, по одну сторону от мертвого.

По другую сторону, находятся все хорошие действия, которые этот человек сделал, и это жемчужины, драгоценные камни, и так далее, и они в какой-то красивой коробочке.

Это то, что находится по обе стороны, от мертвого. Поставьте отталкивающее, с правой стороны, а хорошее, с левой.

Законы кармы

И почему, мы там их ставим? Потому, что все плохие вещи, которые мы сделали, сказали, или подумали, оставляют отрицательный осадок, отрицательную карму, отрицательный отпечаток, в нашем сознании. Мы не хотим уходить в мир иной, с этими вещами, потому, что они причинят нам много страданий в будущих перевоплощениях, и также во время смерти.

Практикующий узкого мировоззрения, посвящает свое время изучению законов кармы, знакомства с ними, и применению их в своей жизни, чтобы предотвратить накопление этого отрицательного багажа. И может быть, это удобный случай, чтобы вкратце упомянуть эти законы, которые вы изучали в курсе 1:

1. Карма не определена:

le ngera

Le - это карма, или действия.

Ngera - не определена.

Первый закон гласит, что действия которые мы совершаем, обязательно принесут результат, который будет похож на них, по своему характеру. Хорошее действие, приведет к хорошему результату, а плохое, к плохому, и нет никаких других вариантов.

2. Карма увеличивается:

le pel chewa

pel chewa - увеличивается.

Результаты, всегда больше, и даже намного, чем действия приведшие к ним. Или другими словами: карма увеличивается.

3. Нельзя получить результат, если ведущее к нему действие, не совершено.

le majepa dang mitrepa

le majepa - карма не совершена.

dang mitrepa - нельзя встретить.

Мы не сможем пережить результат, если не посеяли его причины.

Поэтому, если мы не делали плохого – мы не будем проживать плохие результаты. Это с одной стороны. С другой же стороны, мы также не сможем пережить что-то хорошее, если не посеяли его причины.

Это особенно важно, для духовного практикующего, стремящегося к духовным достижениям - своей практикой, он должен сеять семена, для достижения результатов, к которым он стремится.

4. Результат совершенного действия, сам по себе никогда ни исчезнет.

japa chu misawa

Japa - действие, которое было совершено.

Chu - поток, и здесь имеется ввиду, поток сознания.

Misawa - не исчезнет.

То есть - если мы посеяли отрицательные кармы, рано или поздно, мы будем вынуждены пережить их отрицательные результаты. Они не исчезнут сами по себе, из потока нашего сознания, и до момента их созревания, они высиживать себе там, даже миллионы лет.

Очищение отрицательной кармы

Итак, от них мы хотим избавиться. Это отрицательные кармы, которые мы уже совершили, те, которые мы уже совершили, и накопили. И они есть, у нас у всех, и это ведро, должно было бы быть огромным, но там в гробу, нет места.

Как нам от них освободиться? Вы берете это ведро, со всей этой нечистотой, и идете с ним в правый угол треугольника, и там, есть костер. И вы проводите нам церемонию очищения. Вы делаете там **Fire puja** - церемонию очищения огнем.

И я проделаю с вами эту церемонию. Это чудесная церемония.

Вы вы берете черные семена кунжута, и горчицы. Берете топленое масло - и это очищенное масло. Выливаете, может быть, пол ложки, или целую ложку масла в казан. Поджигаете это спичками. Черви входят в семена, и вы бросаете это в огонь.

И в это время, вы делаете медитацию. Вы проходите в своем сознании:

- Четыре закона кармы,
- Четыре силы очищения,
- И вы можете написать на листочке все отрицательные действия, о которых вы помните, которые вы сделали, сказали, или подумали, и бросить эти листочки в огонь, и сидеть нам, наблюдая, как огонь их съедает, и думать, что сейчас, вы от них освобождаетесь.

И это чудесная церемония, очень успокаивающая. Это очень медитативно. После того, как разжигается огонь, вы просто сидите и наблюдаете за огнем, и проходите четыре силы очищения - их четыре, а не одна, верно? Необходимы все четыре - и позволить этому сгореть.

И сейчас, это зависит от тяжести нарушения. Если я сегодня на кого-то кричала, то может быть достаточным, проведения сегодня этой церемонии. Если я кого-то убила, то только одной такой церемонии, не достаточно, необходимо проводить их много, еще, и еще, и еще, и еще раз, до тех пор, пока не появляются признаки очищения. Появляются признаки очищения. Ощущают облегчение. Ощущают, что это вас покинуло.

Вопрос: то есть, вы говорите, что не стоит пытаться делать это дома?

Ответ: мы делали это в доме, если знают, как это делать. Количество масла, не должно быть слишком большим. Пол ложки, ложка, не больше, не кидать слишком много записок одновременно. И вместе с этим, нужно кидать много спичек, одну за другой, до тех пор, пока это не воспламениться.

И это делать чудесно. Сила этого, удивительна. Огонь, очищает. По окончании наших ретритов, мы всегда проводим церемонию огня, и мы приглашаем людей, чтобы бросали в него свои записки.

Итак, это то, что вы делаете там, в этом углу. Вы проводите церемонию очищения.

До этого, необходимо изучить "четыре силы", потому, что это работает только тогда, когда их хорошо изучают, и хорошо практикуют. И идея в том, что вы не хотите забирать с собой, всю эту нечистоту. Умереть с чистой совестью, без этого. И вы хотите очистить это сейчас, до смерти. В момент смерти - слишком поздно.

Вопрос: я не очень понял, что делают с этой медитацией. Приходят с ведром, и что тогда с ним делают?

Ответ: в медитации, в своем воображении, мы идем туда, и проводим церемонию, и в своей медитации, вы можете вспомнить что-то отрицательное, что сделали, и пройти через четыре силы, и через сжигание этого там, на костре.

Вопрос: мы не хотим убивать живых существ. У нас там есть скорпионы и змеи?

Учительница: нет. Ни в коем случае. Мы не... ни в коем случае.

Ученица: но то, что там в ведре, я не хочу это сжигать. Это живое.

Учительница: ты не сжигаешь, ни одно живое существо. Ты сжигаешь свои плохие действия, и это символизирует их. Практически, каждое насекомое, появляющееся в моей жизни, такое. Если кто-то любит змей, или скорпионов, это другое дело, но если кому-то не приятны скорпионы, или пугают его, откуда это приходит? Откуда приходит неприятная, страшная, или опасная вещь в мою жизнь? Из моей отрицательной кармы. Так это появляется.

Сейчас, мы не будем сжигать живых существ - мы будем сжигать кармы, приведшие к их появлению. И в медитации, нет никаких проблем сделать это, потому, что ты не сжигаешь существ - ты очищаешь отрицательные кармы. Ты не накапливаешь отрицательной кармы, таким образом. Но если это создает для тебя сложность, ты можешь положить в ведро черный горох.

И вы можете проводить себе раз в неделю, такую церемонию очищения. Это чудесная привычка.

Итак, это в этом углу.

Прибежище, в трех драгоценностях.

И в третьем левом углу –

Вы возвращаетесь к гробу, берете красивую коробку с жемчужинами и драгоценными камнями, которая символизирует все ваши хорошие действия, и мысли. Вы идете к Шоши (ученице, которая по своей профессии швея), чтобы сшила вам красивую рясу, в которую вошьет все эти хорошие камни. Вы идете к третьему углу, и окутываетесь в эту рясу. Она может быть белой, или... белое, символизирует хорошее, и вы принимаете прибежище, и это третья практика, из тех, которую проделывают.

И снова, что такое прибежище? На формальном уровне, это Будда, Дхарма, Сангха, как мы делаем это, в начале урока.

Суть прибежища - это принятие прибежища в мудрости, понимающей карму и пустоту, и в свете которой я сейчас действую, прекращая это колесо страданий, выхожу из колеса страданий.

Вы идете туда.

Лучше всего, делать это конкретно. Вспомните того человека, который всегда вас раздражает. Вспомните, постоянно повторяющуюся ситуацию, и он говорит свои вещи - а вы не реагируете так, как привыкли реагировать. Вы реагируете из понимания, откуда это пришло, и вы не продолжаете этот круговорот. Останавливаете этот круговорот. Прибежище, очищает также.

Итак, повторим снова, что делают имеющие узкое мировоззрение?

1. Они развивают осознание смерти.

2. Они хотят очистить отрицательные кармы, потому, что они не хотят упасть, после смерти.

3. И они принимают прибежище в трех драгоценностях, чтобы они защитили их от низкого перерождения.

И эти три практики практикующих узкого мировоззрения, представлены здесь, в этой треугольной комнате.

Не отказываться от практики, но проделывать ее с пониманием

И эта практика, вместе с осознанием смерти, очень-очень уменьшает давление общественного мнения, потому, что часто мы совершаем вещи, в соответствии с тем, что мы думаем, что от нас ожидают. В большей степени, мы стараемся не поднимать волн, не раздражать других, чтобы в доме было тихо. И часто, это то, что не продвигает нас в Дхарме, и мы подойдем к смерти, с этим ужасным раскаянием, что не сделали того, что были должны сделать. Поэтому, чем больше увеличивается осознание этого, тем больше уменьшается это давление: я делаю не то, что ты думаешь, что я должна делать, а то, что я понимаю, что должна сделать.

Я не хочу никого раздражать. Я да, хочу мира в доме. Я да, стараюсь создать гармоничную ситуацию. Это часть моей практики. Моя практика заключается в том, чтобы не создавать разногласий, но не за счет самого важного. Поэтому, я делаю это красиво, я делаю это, с уважением к другим, с приятным выражением лица, но я не уступаю, и не отказываюсь сделать то, что должна. Я делаю то, что должна, потому, что властелин смерти, поджидает меня за углом.

Итак, давайте сделаем медитацию на эту комнату.

Это медитация, узкого мировоззрения.

Итак, садьтесь удобно. Помните семь точек варджаяны?

Ноги, руки, спина, плечи, подбородок, рот, и зубы, язык, глаза, и дыхание. И, сфокусируйтесь на дыхании.

И увидите себя входящими в ваш тантрический замок, через треугольную комнату, через угол треугольника. Сразу же на входе, стоит гроб со стеклянной крышкой, и внутри лежит ваше тело. Возьмите несколько мгновений, и всмотритесь в то, что вы видите.

Спросите себя, сделали ли он, или она то, что хотели сделать, или может быть, не успели? Может быть, их жизнь прекратилась посередине, или они проводили время, за пустыми времяпровождениями?

Проверьте.

Вы можете сделать короткую медитацию на осознание смерти, на три принципа, или девять точек: на обязательность смерти, неопределенность даты смерти, и на факт того, что вы не сможете забрать с собой ничего из тех вещей, которые у вас есть; никого из друзей, близких, своего имущества, и даже свое тело, свое лицо, или свое имя. Ничто, из этих вещей, не может идти с вами.

И если эти принципы верны, то есть три решения, которые человек принимает, в свете этих принципов.

- Если верно то, что смерть обязательна, необходимо начать духовную практику, потому, что это единственное, что мы можем с собой взять. Нет ничего материального, что мы сможем с собой взять.

И вы сидите там, возле этого гроба, делаете эту медитацию, и приходите к этому решению.

- И если верно то, что нельзя знать, когда настанет смерть, то я обязана войти в духовную практику уже сейчас.

- И если верно то, что я не смогу взять с собой ничего, из материальных вещей; ни свое тело, ни свою семью, ни свое лицо, ни своих друзей, ни свое имущество, ни свое имя, ни свою репутацию, ничего. И если верно то, что единственная вещь, которая идет со мной, это достаточно глубокие духовные достижения, то я обязана практиковать самую высокую практику, на которую я способна, уже сейчас, для того, чтобы в следующем перевоплощении, я не упасть в низшие разделы.

После того, как вы приняли эти три решения, вы встаете с подушки, подходите к гробу, достаете ведро со всей нечистотой, в нем все ваши отрицательные кармы, и идете с ним в костру.

Это очищающий костер, и это правый угол, и там также есть скамеечка, или подушка, для сидения. И на маленьком столе возле нее, есть лист бумаги, и карандаш, и вы пишете на записках, все эти отрицательные кармы, и одну за другой, бросаете в огонь.

И в то время, когда вы это делаете, вы проходите законы кармы.

- То, что все, что я делаю, говорю, или думаю, обязано ко мне вернуться в будущем, с тем же flavor (характером). Если я сделала благотворное действие - ко мне вернется что-то хорошее. Если я совершила вредящее действие - навредят мне. Результат, по своему характеру, всегда похож на его причину, и она может прийти как тебе лично, так и проявиться в окружающей среде. Она может прийти в виде увеличения склонности делать то же самое. И это, может определить мое следующее воплощение. Есть четыре возможных вида созревания кармы, и практически, она созревает во всех четырех.

И вы это проходите. Вы делаете Shar Gom на эти вещи.

- Второй закон кармы это то, что карма всегда увеличивается. Результат, всегда больше причины. Достаточно одной малой критикующей мысли, чтобы наткнуться месяцы неприятного отношения к себе.

- Третий закон кармы говорит, что я не смогу пожать результат тех карм, которых не посеяла. Без семени, нет дерева. Если я надеюсь на хорошее, я должна делать хорошее. Не будет хорошего, если я не буду делать хорошего, потому, что ему не откуда прийти. Я обязана делать хорошее. Не потому, что так сказала моя мама, или учительница, а потому, что это плохо. Если я хочу прекратить страдать, я обязана делать хорошее, и практикующий узкого мировоззрения, это понимает.

- Четвертый закон кармы говорит, что если я не очищу посеянные мною семена, они обязаны созреть, и если это было чем-то отрицательным, рано или поздно, так или иначе, это вернется ко мне, если я да не очистила это раньше, и в этом цель этого очищения. Итак, это четыре закона кармы.

И для того, чтобы очищение удалось, мне нужно понимать, четыре силы очищения:

- Первая из них, это принятие прибежища в трех драгоценностях, суть которых мудрость и сострадание в моем сердце.

- Вторая из них - сила уничтожения - это раскаяние, искреннее раскаяние о том, что я сделала, с пониманием глупости того, что я сделала.

- **Третья сила** - это обуздывающая сила, через которую я принимаю решение прекратить делать эти вещи. Не возвращаться к ним больше, и если я очень поражена этой привычкой, то хотя бы прекратить делать эти вещи, на определенный период.

- **Четвертая сила** - это сила андидота, исправляющее, или искупляющее действие. Мне нужно искупить то, что я сделала. Если я вредила жизни, я пойду, и буду заботиться о ком-то больном, или одиноком. Если я воровала, я пойду, и буду защищать чужое имущество, или помогать другим сохранять свое имущество, и т.д. И если действие тяжело, то андидот должен быть более продолжительным и глубоким, в соответствии с действием.

И здесь, есть много материала, для многих медитаций. Вы проходите все свои плохие действия, и проделываете это с каждым из них, поочередно.

Итак, сядьте там, и наблюдайте, как все эти кармы поднимаются в огне, очищаются огнем. И наблюдайте за огнем, как он тихо горит, и подумайте про себя, что вы сейчас чисты. Вы очистились по крайней мере от одной кармы, на которой были сфокусированы.

Медленно встаньте с этой подушки, и вернитесь к гробу. По другую сторону трупа, находятся все драгоценные камни, и жемчужины, и они символизируют все чудесные действия, которые вы сделали, и ими вы хотите украсить, и не в том смысле, что сейчас вы великолепны, а в том, что вы рады этим действиям. Вы понимаете кармический результат, к которому эти вещи приведут, и это позволит вам продвинуться на пути.

И вы одеваете эту рясу, и кладете на нее все драгоценные камни, и подходите к левому углу, и там вы можете поставить символ Будды. Может быть, статую Будды, или своего Ламу, сидящего там на чудесном

троне, и вы принимаете прибежище. Вы проходите церемонию принятия обетов прибежища, и прибежища в духе, и совершаете поворот, идете и принимаете прибежище в мудрости и сострадании, а не в суете сует.

Медленно-медленно, вы можете открыть глаза.

(Мандала)

(Посвящение)

Подготовка к Тантре

Курс основан на Лам Рим

«Источник всех добродетелей – мольба к горе благословений»

Встроен в курс ACI 3

На основе учения Геше Майкла Роуча

Перевод, редакция, и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Харут, март 2007

Урок 7, часть 2

Корень пути – Лама

(Мандала)

Мы продолжаем Лам Рим. Давайте прочитаем первый абзац:

Источник всей моей добродетели, и всего моего благословения,

Все мои качества и осознания,

Мой драгоценный учитель, мой благодетельный учитель,

Благослови меня в первую очередь увидеть, и понять

Что желать отношений с тобой, должным образом –

Это корень, моего пути,

Лучшее, из всего возможного.

И подразумевается то, что это будет вашей личной молитвой, и тогда вы абсорбируете это, под вашего Ламу.

И это абзац, начинающий этот Лам Рим. И он говорит о самом важном факторе, для нашего успеха на пути, без которого, мы не сможем его осуществить. И на тибетском, это называется:

lam gyi tsawa she-nyen ten tsul

Или, если коротко: **She-nyen ten tsul**.

Мы говорили о его значении, во вводном уроке, к этому курсу. Это выражение, в сущности, содержит в себе много смыслов. Обычно, имеется ввиду то, как мы приходим к Ламе, как к нему относимся, и еще, то, о чем мы сейчас поговорим.

Два аспекта практики с Ламой.

У практики с Ламой, есть два основных аспекта.

1. Как относиться к Ламе в мыслях.

sampe tenpa

sampa, это мысль, и

Tenpa – полагаться.

И вместе это: как относиться, в мыслях к Ламе.

2. Как относиться в действиях к Ламе.

jorwe tenpa

jorwa – это практика. Как относиться к Ламе в действиях.

И это большая, и важная тема, которая требует глубокой практики, и медитации, и я надеюсь, что у нас будет удобная возможность, подробнее в нее войти в будущем. Вы можете найти отрывки из этого учения, в различных местах на сайте, среди различных тем Лам Рим.

У первой части, как относиться к Ламе в мыслях, также есть два аспекта:

1. Развитие доверия, и почитание Ламы.

depa jangwa

depa – это вера, здесь, это также включает в себя почтение.

Jangwa – здесь, это будет заботиться.

Итак – как практиковать, чтобы развить веру в Ламу, и вторая часть:

2. Развитие благоговения перед Ламой.

gupa kyera

gupa – благоговение.

Kyera – развитие.

Как развить должное почитание Ламы.

Кем является, наш Лама?

И, кто это, наш Лама? Кем он является?

Если верно то, что написано в литературе, то:

Лама, был с вами, уже бесчисленные эпохи. Он сопровождает вас,

И продолжает появляться, в различных формах, в различных образах,

И каждый раз, подталкивает еще чуть-чуть на пути, в соответствии, с вашей готовностью.

Лама с вами, уже много, много эпох, и их пока просто не узнали, потому, что были, еще не готовы. Они там, все время.

И в нашем рисунке, Лама, символизирует переправление по реке, и он садится в лодку, и приходит, чтобы меня забрать, и ввести в Тантрический замок.

И в дополнение ко всему, что мы описывали до сих пор, добавьте сюда, еще и Ламу. Он все время, рядом с вами. Он, или она, сопровождают вас – образ Ламы – сопровождает вас все время на пути, узнаете вы их, или нет. Они всегда, рядом с вами.

Они всегда вдохновляли вас на пути, но вы не всегда это замечали. И они терпеливы. Они работают, на протяжении миллионов лет. У Будды нет никаких проблем, быть женатым на вас пятьдесят лет, чтобы через пятьдесят лет, наступить вам на мозоль. У них нет с этим проблем. Или, быть вашим ребенком. Лама предстает в различных формах, в соответствии с тем, как это наиболее уместно.

Берегите их, как зеницу ока!

И когда вы уже готовы, на заключительном этапе, он предстает как Лама, обучающий вас Дхарме, а потом, он предстает как Лама, обучающий вас Тантре, но вам нужно беречь это, как зеницу ока. Как зеницу ока, потому, что это очень, и очень ускользающе.

Ринпоче, говорил: «Даже десять секунд критики Ламы, сажает очень тяжелые семена». И это так легко, потому, что он начинает демонстрировать вам ваше сознание, и если вы еще не поняли пустоты, то вы думаете, что это он, что это Лама аморален, или Лама делает что-то.

Ламы действуют, не в соответствии с нашей логикой, потому, что если бы действия, соответствующие с нашей логикой приводили к просветлению, мы бы уже были просветленными. Они делают вещи, выходящие за рамки нашего понимания.

Наше невежество, ограничивает нашу способность видеть, и мы часто не понимаем, что делают Ламы – особенно, Тантрические Ламы – они делают вещи, не от мира сего, и когда мы смотрим через наши обычные глаза, мы не понимаем, что они делают. Мы судим, опираясь на наши обычные представления, и тогда падаем глубоко. И все мы, уже это делали, иначе были бы уже просветленными.

Итак, нам все еще, нужно преодолеть много препятствий, и эта практика Ламы, их постепенно очищает. И большую их часть, вы уже очистили, иначе, вы бы не были здесь. И, может быть, вы даже не знаете об этом.

И когда все очищено, вдруг вы оказываетесь там, в комнате создания, и это не понарошку, ангелы. Это ангелы! Это действительно ангелы. Вы действительно, в раю. Не понарошку.

Пустота Ламы

Кем является, на самом деле тот учитель, который появляется передо мной? Будда он, или обычный человек, который может быть, всего лишь, что-то знает? Кто он, на самом деле?

Также, как и любая вещь, Лама пуст. И если у меня есть чудесная карма, я вижу там Будду; при менее чудесной карме, я вижу там обычного человека, который обучает, а если у меня еще менее

хорошая карма, то я вообще, вижу человека, полного изъянов, и мне вообще, не чему у него научиться.

Так, какая из этих опций верна?

- **Первая опция: мой учитель, обычный человек, в точности, как и я. Обычно, это та опция, которую мы выбираем.**
- **И вторая опция, в том, что мой учитель, это очень особенная личность, посланная мне, чтобы привести меня к просветлению.**

Так, какую из опций, мы выберем?

Обе опции, мы не можем подтвердить. Мы не можем их ни подтвердить, ни опровергнуть.

Так, как нам выбрать?

Дело в том, что первая опция, не работает! Первая опция, в которой мы видим в учителе, обычного человека, оставляет меня в страдающем состоянии, потому, что обычный человек, не может привести к просветлению. Поэтому, если нужно выбирать между двумя возможностями, обе из которых, я не могу подтвердить, то разумеется, я выберу ту, которая будет работать на то, чтобы привести меня к счастью.

Если я могу относиться к Ламе, как к небесной личности,

Если я способна привести себя к тому, что мы называем «чистым видением»,

То, я могу начать практиковать с этим Ламой путь, выводящий меня из страданий.

И кроме всего прочего, сила этого пути, зависит от того, насколько мое видение их чисто; насколько чистым видением я могу проверить. Не опускать их на материальный уровень.

И если человек это может, разумеется, это удивительная карма.

Если человек может сохранять, это чистое видение, то ему не нужно куда идти;

Ему не нужно больше, ничего делать. Все, уже здесь.

Что делать, если Лама, демонстрирует изъяны?

Очень важно понять, пустоту Ламы.

Кроме прочего, учение о Ламе учит, никогда не фокусироваться на изъянах Ламы, потому, что тогда, у вас нет Ламы. И тогда, у вас нет пути к просветлению.

Ведь нет ничего там, снаружи, что не пришло из меня.

Если я нахожу Ламу, обучающего меня Дхарме, а потом нахожу в нем изъяны, о чем это говорит? Что, у меня пока нет достаточно чистой кармы, для чистого Ламы. Лама, это функция моего сознания.

Геше Лотер, говорит: «Если у вас нет соответствующего сознания, вы можете сидеть рядом с Буддой, и не замечать его».

И вы не знаете, или сидите рядом с Буддой. Вы не знаете.

Они, ваша проекция. Сами по себе, они не Ламы.

Сами по себе, они не святые, и не несвятые –

Они пусты.

Поэтому, чем более ты чист, тем быстрее ты их узнаешь, и они к тебе приходят. Потому, что приводишь их к себе, ты. И только так.

И силу им, ты даешь своей преданностью,

И, когда ты им предан, то они функционируют, для тебя.

Они, как и любая вещь: являются иллюзией, ты создаешь их своей кармой – и иллюзия функционирует.

Вопрос: получается, что когда я даю им силу, я даю силу своей проекции?

Учительница: разумеется, разумеется.

Вопрос: значит, в сущности, я предан, своей проекции?

Учительница: разумеется. Это твое собственное просветление, появляющееся снаружи.

И в этом, весь трюк. Потому, что если не понимают пустоты, начинают рассуждать: «Он такой, и сякой».

Но, все это проекция моего сознания. Когда я нахожу Ламу, в случае, если я вижу в нем нечистоту, его нечистота, является моей нечистотой.

Поэтому, я не говорю: «Нет, они мне подходят. Они не чисты».

После того, как я хорошо их проверила, а как это сделать, мы скоро рассмотрим, и решила: «Этот человек, будет моим учителем», если после этого, я начинаю видеть нечистоту, значит сейчас, они начинают проецировать мне, мое собственное сознание. Сейчас, эта нечистота является для меня материалом, с которым мне нужно работать. Это то, как они меня, сейчас тренируют.

И тот, кто серьезен на пути, начинает использовать понимание пустоты, для работы с Ламой,

Потому, что Лама тренирует нас тем, что отражает нам наше собственное сознание.

Практика с Ламой, очищает препятствия

И как было сказано, у нас у всех, есть препятствия – в особенности, препятствия с Ламой. Лама, очень ускользающ. Достаточно чуть-чуть посердиться, или покритиковать Ламу, и он исчезает.

Как он исчезает?

Он, может оставить вас,

Оставить страну,

Умереть,

Или, прекратить функционировать для вас, как Лама.

И тогда, у вас нет Ламы, и тогда, у вас нет того, кто будет вас вести по пути.

И поэтому, есть эти подробные указания, как вести себя с Ламой.

Понять пустоту Ламы – это самое важное.

Сам по себе, Лама не существует, сам по себе, он не обучает мудрым вещам, то, чему он обучает, само по себе, не мудро, иначе все бы в них видели мудрость, но факт в том, что мудрость в них видит не каждый. Это исходит от вас. То, что вы слышите, и видите – исходит из вас, это ваша проекция. И это, очень ускользающая карма.

И самое грустное, это видеть кого-то, кто уже близок, кто уже стучится в дверь, но падает. Очень грустно. Чем выше он поднимается, тем грустнее, тяжелее, и большее падение, для всех.

Союз, между учителем, и учеником

Вопрос: учительница зачитывает вопрос: если Лама совершает ужасное действие, к примеру убийство, и тому подобное, как это совмещается с выбором учителя?

Учительница: очень хороший вопрос. К примеру, на первом курсе, мы изучали, что важно, чтобы Лама соблюдал этические принципы, и мы видим Ламу, совершающим, какое-то ужасное деяние.

В зависимости от того, где вы находитесь, в своих отношениях с Ламой;

- Если вы еще не создали с Ламой отношений учитель-ученик, и еще не изучали долго пустоту, и не понимаете ее хорошо, то вы думаете, что то, что вы видите, исходит от Ламы: «Этот Лама аморален. Аморален, сам по себе». Если это то, что вы думаете, и вы еще не вступили с ним в отношения учитель-ученик, то такая мысль заставит вас ему больше не доверять, поэтому, он не сможет функционировать для вас, как учитель, так как первое условие, для успеха в отношениях с Ламой, это доверие ему.

Поэтому, если вы видите такое явление, но не понимаете пустоты, и так далее, то лучше продолжить искать. Найдите кого-то, в отношении кого, у вас есть меньше сомнений, или сомнений нет вообще.

- Если вы проверяли учителя, некоторое время обучались у него, он пробудил ваше доверие, и завоевал ваше сердце, и вы подумали про себя: «Он будет моим учителем, или учительницей», и в своем сердце, с тем учителем, вы вступили в такие отношения, не важно, формально это было сделано, или только в ваших сердцах, и если после этого, вы видите этого учителя павшим, то вам нужно взять ответственность на себя.

Это происходит автоматически.

В тот момент, когда ученик в своем сердце, обязуется быть с определенным учителем,

Через короткое время после этого, он начинаем видеть в учителе изъяны.

Это происходит автоматически, потому, что сознание ученика не чисто.

Если ученик, в своем сердце говорит: «Это будет моим учителем, и он приведет меня к просветлению», он немедленно дает учителю силу. Сила всегда, исходит из ученика. Всегда, из ученика.

В тот момент, когда ученик создает это соединение, он вкладывает в учителя силу, исходящую из ученика, и тогда, учитель начинает отражать ему, его сознание.

Учитель, начнет отражать в точности, сознание ученика, и степень тяжести, того, что он видит в действиях учителя, полностью соответствует – степени нечистоты в сознании ученика.

Для этого, необходимо понять пустоту учителя. И самая большая добродетель, которую учитель совершает с учеником, это то, что показывает свою пустоту, пустоту учителя. Учитель, показывает ученику, свою пустоту.

И есть рассказы, об отношениях между великими учителями, и учениками, известные в истории Дхармы. О том, что сразу же после того, как ученик создает соединение, учитель начинает представлять в ужасных формах. В особенности, когда входят в Тантру, потому, что там необходимо уничтожить эти омрачения быстро, и поэтому учитель идет к самому высокому, настолько быстро, насколько это возможно.

История, о Тилопе, и Наропе

Есть, очень известные истории, о Наропе, и Тилопе. Наропа, был очень важным, Буддистским учителем, и большая часть нашей традиции, основывается на нем. Наропа знал, что его учитель, это Тилопа, еще до того, как его встретил. Есть люди, которые знают. И он пошел искать Тилопу, при том, что никогда его еще не встречал. И это, тысячу лет назад. Нет интернета. Он не знал, где он находится, он не знал, как он выглядит, но пошел его искать.

И каждый раз, он его встречал, и не узнавал. Тилопа, ставил перед ним, бесконечное количество экзаменов. И как-то он его встретил на берегу реки, и говорит: «Может быть, это Тилопа». Он подходит, и смотрит, что он делает. Он вынимает рыбу из воды, жарит ее на сковороде, и ест. Он говорит: «Как он может быть моим учителем? Он вынимает рыбу из воды, жарит ее, и ест?» А Тилопа ему отвечает: «Вот, возьми! Вот». Он подает ему рыбу. А тот говорит: «Нет! Я не ем рыб, и разумеется, не убиваю живых существ». Он говорит: «Правда? Он кидает рыбу в воду, рыба начинает плыть, а сам уходит.

И это повторяется. Есть серия рассказов о том, как он идет искать Тилопу.

Это то, что делают Ламы. Ламы, автоматически, и спонтанно, отражают нам отвратительность того, что есть в нашем сознании, чтобы мы смогли работать с этим, чтобы мы увидели, что вещи не приходят со своей стороны, они приходят из нас. И до тех пор, пока мы это не поймем, и будем относиться к недостаткам Ламы, будто они исходят из него, у нас нет никакой надежды.

Если не понимают пустоту Ламы, рано или поздно, у нас будут беды, с этим Ламой. Потому, что наше сознание не чисто. Рано или поздно, он отразит нам наше сознание, а мы скажем, что это из него.

И проблема в том, что после вступления в отношения с Ламой, в тот момент, когда начинают учителя отталкивать, создают карму, чтобы они не приходили. Создают карму, чтобы не встретить их.

Поэтому, карма с учителем, супер-дупер хрупка, и важна.

Что, если нужно оставить Ламу?

И после всего этого обсуждения, стоит заметить, что в конечном итоге, это решение ученика, и это всегда верно.

Если ученик не находится в состоянии, в котором может увидеть учение, то, чему учитель пытается его обучить – большие шансы на то, что он так или иначе, оставит его. И существуют, и другие ситуации, в которых происходит так, что Ламу, необходимо оставить.

После того, как ученик узнал в ком-то учителя, и после этого, по какой-то причине был вынужден его оставить, из-за большой значимости кармы с учителем, очень-очень важно то, как мы это делаем, чтобы предотвратить вред себе, и другим.

Важно, никогда не критиковать учителя:

- **Не критиковать словами.**
- **И в особенности – не критиковать, в своих сердцах.**
- **Никогда, не пренебрегать ими. И продолжать, относиться к ним с уважением.**
- **Продолжать, в своих сердцах, их благодарить, за добродетель, совершенную с нами, и за учение, которое мы от них получили.**

Это очень важные пункты, и они необходимы для успеха в продолжении нашего пути.

Как нам узнать, или Лама достоин?

И, да! Прежде, чем создавать с ними связь, необходимо их проверить. Не каждому, вы хотите предаться.

Система правил того, как проверить учителя, это система, которую мы давали на курсе 1, и сейчас мы к ней добавим. Но важно, чтобы мы приняли ее с пониманием, понять – что, это приходит не из них. Качества, искомые мною в учителе, это моя проекция. Если я нашла кого-то, с качествами, которые мы там перечисляли, то я уже почти там.

Итак, у нас есть список:

- Ведет ли он моральный образ жизни?
- Делает ли он ударение, на практике?

И так, весь список, который мы изучали на курсе 1.

Важно, дать людям критерии, чтобы не следовали за каждым, кто говорит: «я пророк». Поэтому, это да важно.

Поначалу. Но после того, как вы проверили, увидели, заинтересовались, и проверили, после того, как вы пообещали, в своем сердце – тот, кто прошел этот процесс, знает – сразу же, после того, как вы обещаете, в своих сердцах, сразу после этого, начинают появляться недостатки. Учитель, начинает выглядеть иначе.

И, чем ближе вы к учителю, тем это тяжелее. Говорят, что приближаться к Ламе, это все равно, что приближаться к огню. И жить с Ламой, это все равно, что жить с огнем. И необходима удивительная карма, чтобы не сгореть. Но тот, кто там выживает, приходит, чик-чак.

Минимум, который необходимо искать у Ламы

Итак, есть список, из десяти качеств, приведенный в курсе 1, и я не буду к нему возвращаться. Очень-очень-очень-очень тяжело, найти кого-то, со всеми десятью. Такого, почти не существует.

И Чже Цонгкапа, написавший это пятьсот лет назад, говорит: «Очень тяжело найти кого-то, в наше вырождающееся поколение». А наше поколение, намного более выродившееся.

И он говорит: очень тяжело, найти кого-то такого, так давайте немного сократим список, сделаем его более коротким, более простым. Есть какой-то минимум. И он приводит нам пять качеств, которые нужно искать в Ламе. И вот, что он говорит:

1. Учитель, или учительница, достигли контроля над собой, посредством практики морали.

Прежде всего, необходимо, чтобы их поведение, было этичным.

tsultrim gyi tuk dul

tsultrim, это мораль.

Tuk – здесь подразумевается сознание Ламы.

Dul – означает, обуздал, или дисциплинировал.

То есть: тот, кто натренировал себя, и обуздал свое сознание, посредством практики морали.

Итак, первое, это этичное поведение.

2. Учитель, или учительница, достигли контроля над собой, посредством практики концентрации.

ting-ngen-dzin gyi tuk dul

ting-ngen-dzin – концентрация.

То есть, учитель натренировал, дисциплинировал свое сознание, посредством медитации.

3. Учитель, или учительница, достигли контроля над собой, посредством мудрости.

sherab gyi tuk dul

sherab – мудрость.

Учитель, достиг мудрости, в смысле понимания кармы, взаимозависимого существования, непостоянства, пустоты.

4. Учитель, или учительница, достигли понимания пустоты, напрямую, или интеллектуальным образом.

de-nyi tokpa

de-nyi tokpa – осознание таковости (?), то есть: истинной природы реальности.

Он понимает пустоту. Или, видел ее напрямую, или понимает ее на интеллектуальном, но очень глубоком уровне.

5. Учитель, или учительница, любят своих учеников.

tsewa dang denpa

tsewa – это любовь.

tsewa dang denpa – он любит.

То есть, учитель любит, своих учеников.

Он говорит, что – это тот минимум, который вам нужно искать.

А вот это, минимум, минимума

И потом, Чже Цонгкапа говорит, что и это очень тяжело найти, в наше вырождающееся поколение. Так, давайте я дам вам, минимум минимума. И он дает дополнительный список, из пяти качеств. Он говорит так:

1. В основном, они преданы Дхарме

chu dang jikten nyi le chu tsor je

chu – Дхарма.

Jikten – мир, то есть: материальные вещи.

nyi le – между этими двумя.

chu tsor je – направляет свои усилия на Дхарму.

Если вы посмотрите на количество мирских действий, и действий, во имя Дхармы, чему больше всего, Лама уделяет времени? Занятиям этого мира, или занятиям Дхармы? Это первый критерий.

В основном, он обязан посвящать свою жизнь Дхарме. И это не обязательно связано, с занятиями Ламы – он может работать, иметь какую-то должность, в этом мире – это больше на ментальном уровне, на чем сфокусировано его внимание, на чем он ставит ударение. Разумеется, если физически, он выполняет Дхарму.

2. Они направляют свои усилия, в основном, на будущие жизни.

Второй критерий:

di chi nyi le chima tsor je

di – эти, то есть: эти жизни.

Chi – следующие жизни.

nyi le – между, этими двумя.

chima tsor je – направляет свои усилия, на следующие жизни.

Если необходимо сравнить, количество усилий, прилагаемых в отношении вещей в этой жизни, с усилиями посвященными будущим жизням, на чем стоит его фокус? Как он практикует? Ради этой, или будущих жизней? Что более преобладает, материальное, или духовное?

3. Они больше заботятся о ближних, чем о себе

rang shen nyi le shen tsor je

rang – о себе.

Shen – о других.

Его усилия, в основном, направлены на принесение пользы другим.

Когда вы смотрите, что выбирает Лама, заботу о себе, или о других? О себе, или о других? И это, третий критерий.

4. В своих действиях, словах, и мыслях, они осторожны

Четвертый критерий:

go sum bakme du mitong

go sum – это три двери, и имеются ввиду три пути, самовыражения человека: поведением, речью, или мыслями.

bakme du – неосторожно.

Mitong – не ведет себя.

То есть: Лама осторожен в своих действиях, выражениях, и мыслях. Он не импульсивен, он не делает глупостей.

5. Они не ведут учеников, ошибочным путем.

chinchilok tu mi tri

chinchilok – ошибочное мировоззрение

mi tri – не ведет.

Не обучает учеников, ошибочному пути. Не дает ученикам, ошибочный путь.

Это, он говорит, является минимумом минимума. Без этого, не идите за этим человеком. Это то, что он говорит.

Из зала: но у ученика нет инструментов узнать, какой путь...

Учительница: как знать, ошибочен путь, или нет?

Мы обучали этому, на курсе 1. Может быть, ты не была. Есть способы, которым обучал Будда, как проверить, хорош путь, или нет:

- Он должен изначально быть дан просветленной личностью.
- Он должен был пройти, через чистую цепочку учителей, практиковавших на протяжении множества лет, и очистивших его от искажений.
- И должны быть люди, являющиеся живым доказательством этого пути, пришедшие через него, к просветлению.

И ты, хочешь найти путь, это содержащий.

Кто-то из Нью-Эйдж приходит, и обучает тебя пути, а ты ему говоришь: где доказательства? Кто шел этим путем, пришел к просветлению, и вышел из любых страданий? Итак, это важный критерий. Тебе нужно знать, что кто-то пришел через него, к конечной цели.

Как находят учителей?

Из зала: Лама Двора-ла, но то, что вы говорите, для нас, израильтян, или скажем тех, кто не живет вблизи Ламы – создает большие трудности, потому, что здесь нет такого большого выбора, что мы да, можем это сделать. Только, если мы оставим свой дом, работу, и семью, и пойдем в места, где находится много Лам, только тогда, мы сможем посмотреть по-настоящему, кто является подходящим нам Ламой. Здесь, есть ловушка. У меня нет возможности с ним познакомиться, если я не вижу, что он делает, как живет, и что говорит.

Учительница: видишь, у тебя есть мысль, что ты здесь, а Ламы там, и ты каким-то образом далека от них. Лама, первый этап - это его узнать, и не верно то, что все они на Тибете. Это, просто не верно. Они не обязаны быть тибетцами. Они не обязаны, быть определенного пола. Они не обязаны облачаться в определенные одеяния, и может быть так, что они прямо рядом с тобой, а ты их, еще просто не научилась видеть.

Та степень, в которой ты встречаешь Ламу, полностью пропорциональна той

Степени добродетели, которую ты совершила.

Тебе не нужно никуда ехать.

Если ты совершишь много добродетели, они сами постучатся в твои двери.

Твоя добродетель, является медом, который притягивает к тебе пчелу, то есть Ламу.

Если твоя добродетель, будет достаточно хороша, ты не сможешь их остановить.

Объект, сшитый специально для нас

И я говорю, о «**root lama**» - в конечном итоге, это берет тебя за руку, и приводит к просветлению.

Будда предстает перед каждым, в той форме, которая ему подходит.

Если у меня есть добродетель, если я сделала много хорошего в мире, он появится в той форме, которой я смогу быть преданным, и преданность Ламе это то, что освобождает меня из тюрьмы, цепляния за себя, и этим спасает меня от смерти.

Преимущества близости, и должное служение Ламе

1. Кен Ринпоче, нам говорит:

«Если преданный ученик, находит искусного учителя, и получает хорошее руководство,

Добродетель этого невероятна, невообразима, она огромна».

Потому, что это создает шанс, а шанс прийти к просветлению, это огромная добродетель, это чудесная карма. Поэтому, когда эта встреча происходит, и она удалась, это огромная

добродетель, это очень большое счастье.

2. Ринпоче нам говорит:

«Если ученику удастся хорошо хранить эти отношения –

Изучает, чем это является, и хорошо это выполняет –

Все Будды, радуются с ним. Все Будды, рады этому».

Потому, что они видят: О! Здесь, еще один маленький Будда! У нас есть еще один, кто собирается присоединиться к семье.

3. У такого практикующего, достаточно быстро, и автоматически исчезают отрицательные эмоции. Все духовные омрачения, очень быстро спадают. И в случае, если они еще существуют, их сила будет уменьшаться, то есть, уменьшится их частота, и их влияние на нас.
4. Добродетель, накопленная в результате должного отношения к Ламе, очень уменьшает все существующие плохие влияния, любой сглаз. Это останавливает, все эти вещи.
5. Наши знания, очень быстро продвигаются.
6. И в следующих перевоплощениях, мы сможем найти хороших учителей, и продолжить продвигаться по пути, и не опуститься в несчастное, и страдающее существование.

Так, что в сущности, это ключ, к достижению быстрого, и легкого просветления, говорит нам Ринпоче.

Какая карма, приведет ко мне Ламу?

Карма, приводящая ко мне учителей, это уважение тех учителей, которые у меня уже есть. Потому, что учителя, уже появились в моей жизни. Чем больше ты можешь им служить, тем больше ты создаешь семян, для встречи своего Ламы, того, или ту, которые возьмут тебя за руку, и приведут в рай.

Уважать своих учителей, и учителей других людей, и помогать людям, находить учителей. Помогать людям, находить Дхарму. Это именно то, что создает добродетель, благодаря которой, ты их встретишь.

И тебе не нужно никуда ездить, а если нужно, то это произойдет в твоей жизни, само собой.

Я думала, что я ездила в США, чтобы сделать докторат; я сделала докторат, и нашла работу – получила хорошую должность, фантастическую. Получила хорошие деньги, хорошее место. Постепенно-постепенно, я поняла, что Лама, тянет меня к себе.

Поэтому, когда настает время ехать, то едут, но это происходит естественным образом. Лама, или приходит к тебе, или приводит тебя к себе, или же, он уже здесь.

В рассказе о Арджуна и Кришне, из Бхавадгиты, они все время вместе, и вдруг Арджуна, этот герой солдат, обнаруживает, что все время был рядом со своим Ламой, но просто его не узнавал. Он все время был там, он был его кучером.

Итак, различным людям, это приходит в различных формах, но карма приносящая это узнавание, или эту встречу, это та добродетель, которую ты совершаешь в отношении ближних, и та степень уважения, и служения, которую сейчас, ты отдаешь тем учителям, которые у тебя есть, и без этого, это не произойдет.

Добродетель, тысячи эпох

Учителя, которые к нам приходят, каждый учитель, который к нам приходит – приходит из нашей чистой части. Того чуть-чуть, которое соединяется с нашим просветлением.

Это добродетель, которую я совершала, то там, то здесь, накопленная за бесчисленные эпохи. То тут, то там, между тысяч мыслей, проходящих в моей голове, у меня возникали хорошие мысли. Эти единичные мысли, за миллионы эпох, накопились, и привели меня к Ламе, или: привели меня, к проекции Ламы.

Когда мы начинаем встречать Дхарму, и учителей, оттуда начинает пробиваться луч света, потому, что большую часть времени, все окутано большим мраком, и стенами невежества. И, когда это наконец-то пробивается, я хочу это лелеять, и поощрять, и вносить туда энергию. И оттуда, это развивается. Оттуда, это растет.

Никогда не пренебрегать учителями, и не осуждать их

Поэтому, настолько важно здесь, не ошибиться. Мысли критики, и пренебрежения, создают карму, чтобы не встречать учителей. Если я встретила Ламу, и если сейчас, я падаю в осуждающие мысли о Ламе – я сажаю семена, потери этого Ламы.

Преданность учителю, это необходимый акт, на пути.

Если я начинаю судить своего учителя, даже если он не знает, что я делаю,

Я не буду ему доверять, и тогда я не смогу быть ему преданной ему.

И тогда, он больше, не сможет мне помочь.

Если ты говоришь Ламе, что он должен делать, если споришь с ним – он не может тебе больше помочь.

Другой аспект, который стоит запомнить, это то, Что часто преданность одному учителю, приводит более высокого учителя. Если сейчас начинают пренебрегать этим учителем, мы разрушаем семена, приносящие более высокого учителя.

Семена, для потери Ламы, могут быть посеяны также и тогда, когда не стараются поддержать других, развить веру в их учителей. Поэтому, необходимо быть очень осторожными, и с уже встреченными учителями, и с учителями других. Чем больше, я могу помочь другим приблизиться к их учителям, тем больше я приближаю себя, к своим учителям. И это большое учение.

В обычных отношениях, мы в каком-то месте, предполагаем равенство. Равенство между мной, и моим любимым, или между мной, и моим партнером. Есть такая ментальность, что «ты дашь мне, а я тебе».

Не с Ламой! С Ламой, ты не идешь на сделку, ты не приходишь, и не выставляешь условия. Нет, никакого равенства. И оттуда также, исходит сила преданности Ламе.

Как узнать Ламу

Из зала: как нам узнать Ламу?

Учительница: ты узнаешь. Когда карма там, ты не перепутаешь. Твой Лама, возвращается возле тебя, эпохи, и продолжает появляться в разнообразных формах, и стучится к тебе в двери, только наше сознание, не достаточно чисто, поэтому, я их вообще не узнаю. Я даже не знаю, как и Арджуна, там в рассказе – он думал, что это его извозчик, и в один день он обнаруживает Кришну, и Кришна говорит: «Я был здесь, все время. Все время, я был здесь».

Рассказ, о Мастере Асанге

И есть известный рассказ, о Мастере Асанге, который сидел в пещере, в ретрите. И он сидел в ретрите двенадцать лет, и ждал Будду будущего, Майтрею. Он молится Майтрейе: «Приди уже, Майтрейя!» Это его Лама – Майтрейя. Три года, Майтрейя не приходит. Он выходит из ретрита, и входит в еще один ретрит. Майтрейя, не приходит.

Только подумайте, какое упорство! Двенадцать лет, один сидит в пещере, и молится Майтрейе. Проходит двенадцать лет, Майтрейя не приходит. Он встает, и говорит: «Видимо, я осужден. Я не встретил его».

Он выходит из пещеры, и выходит на распутье, и он видит раздавленную собаку. Проезжавшая телега, раздавила ей живот. И благодаря его чудесной практике, его сострадание, было уже очень большим, сердце открытым. Он был очень мягок, открыт, сострадателен, и любящ, и он захотел помочь собаке.

Он нагибается к собаке, и видит червей, в ее животе, и тогда, он проявляет сострадание, также и к червям, и решает вынуть их оттуда, не навредив им, а они маленькие. Поэтому, он решает вынуть их своим языком, настолько он, полон сострадания. И тогда, он нагибается, чтобы вынуть червей из живота собаки, и видит Майтрею.

Он говорит: «Где ты был? Я двенадцать лет ждал тебя в пещере!» Майтрейя говорит: «Я все время, был рядом с тобой, но ты не мог меня увидеть. Сейчас, тебя провело это сострадание. Сейчас, ты достаточно чист, чтобы увидеть меня».

И рассказ продолжается, и он берет Майтрею, сажает себе на плечи, и бежит показать его всем людям, в городе: «Вот, мой Лама!», а все думают: «Кто этот сумасшедший, который бежит, с собакой на плечах?». ☺ Потому, что они не видят Майтрею, так как, не достаточно чисты.

И так, любой появляющийся Лама. Появляется, только так. Поначалу, мы их не узнаем. Поначалу, мы не знаем, Лама ли это. Мы не видим в них чистоты. Наоборот! Если наше сознание не чисто, мы будем видеть в них не чистоту.

Ламы появляются, и все время нас проверяют. И нашей задачей является, понять пустоту того, что воспринимают наши глаза.

Понять, что они отражают мое сознание, и до тех пор, пока мое сознание не чисто, я не могу увидеть их, в чистой форме. Асанга, должен был сидеть в пещере двенадцать лет, чтобы увидеть Майтрею, и это так. Ты не знаешь, стоит ли Будда возле тебя, или может быть даже, живет в твоём доме.

Вопрос из зала: не понятно, что вы наша единственная Лама?

Учительница: ответить должна ты, не я. Постепенно, не быстро. Мой совет, не спешить.

Написано: проверять Ламу, двенадцать лет. Если у вас есть время, на двенадцать лет. ☺

Вы знаете этот рассказ, верно?

Кто-то приходит к Ламе, и говорит: «Я следовал за тобой двенадцать лет, и решил, что ты достоин». А Лама ему отвечает: «Да? Сейчас, двенадцать лет нужно мне, чтобы проверить тебя».

☺ Потому, что так, не приходят к Ламе.

Поэтому, это деликатный момент, и в конечном итоге, каждый решает в своем сердце, потому, что нет кого-то другого, кто может решить за вас.

Из зала: почему Будды позволяют нам заблуждаться, такое длительное время?

Учительница: почему, они позволяют нам заблуждаться? Они не всемогущи. Они всезнающи, но не всемогущи, потому, что если бы они могли, они бы уже давно освободили тебя от проблем, потому, что твои проблемы, это твоя карма. Они не могут взять ее у тебя, потому, что ты, это и есть твоя карма. Ты проявление твоей кармы.

Поэтому, все, что они могут сделать, это обучать тебя, различными способами, чтобы в конечном итоге, ты начала проделывать этот путь, и очищать свою карму. Ты начнешь соблюдать обеты, **Tsok Sak и Drip Jang**, и это то, что приведет тебя к ним, потому, что они там все время. Привести тебя к ним, это не ехать на Тибет. Это очищать твое сознание, чтобы ты смогла их заметить.

Хороший учитель, будет подталкивать нас, за пределы созданных нами ограничений.

Вопрос из зала: может быть Лама, по «не-знанию» быть моим врагом?

Учительница: может быть. И если в результате этой травматической встречи – а она может быть очень травматической, твое сознание очистится достаточно, и враг превратится в друга, или Ламу. Ты, вдруг поймешь. И может быть потом, он появится в другой форме. У Будды нет проблем, появляться в различных формах. У него с этим, нет никаких проблем. Он все время создает тела, для появления. Он пуст. Поэтому, разумеется, образа, в которых они появляются, являются индикацией чистоты моего сознания.

Лама, ангел, или Будда, если он существует, и если он появляется, обещает ли это то, что он будет лелеять мое эго, делать мне только комплименты, будет со мной только приятным, будет меня хвалить? Это очень детское, и наивное понимание того, что такое Лама. Лама иногда, является полной противоположностью. Он приходит опустить эго, уничтожить его.

Если вы приближаетесь к учителю, и начинаете серьезно ему служить, будьте готовы также и к тому, что вы не всегда будете ощущать себя с ним удобно. Потому, что в этом их задача – подталкивать нас все время за пределы того, что мы думаем, является нашими границами.

Поэтому, если кто-то приходит, и критикует вас, а вы говорите: «О, она не может быть Буддой, потому, что критикует меня».... Она критикует меня потому, что Будда. Она пришла, чтобы привести меня в другое место, подтолкнуть меня дальше.

Важна близость к учителю

Отсюда ясно, что для того, чтобы практика с Ламой была эффективна, необходима близость к нему.

Лама, сидящий себе там, в сердце Гималаев, может быть святым, и почитаемым образом – но если я живу здесь, он не может действительно продвинуть меня. Это, должен быть кто-то близкий.

Идите к учителю, покорившему ваше сердце

Учитель, или учительница, которым мы действительно можем быть преданными, обязаны быть кем-то, кто покорила ваши сердца, кем-то, кому мы готовы отдать свое сердце.

И если мы серьезны на пути, то мы будем находиться с нашим коренным учителем.

И нет другого пути. Действительно, другого пути нет.

Если вы ощущаете, что нашли своего учителя, или учительницу – это невообразимо редко, и драгоценно. Для того, чтобы находиться подле них, стоит прилагать любые усилия, и тогда – отдать им свое сердце, все свое сердце. Если сердце не здесь, или не совсем здесь, то невозможно по-настоящему проделать этот путь. Если так, то важно быть очень честными, и искренними, с самими собой.

Любовь увеличивается, по мере служения

И здесь есть, еще один аспект. Прежде чем рождается младенец, я не знаю, кто это, верно? Я имею очень-очень поверхностное представление о том, что толкается в животе.

Ребенок рождается, и сразу же плачет, его сразу же нужно покормить, помыть, предаться ему. Чем больше проходит времени, тем больше мы ему предаемся, и мы все больше влюбляемся в ребенка. Почему? Потому, что мы служим ему. И во время служения, мы влюбляемся в него.

Итак, есть в этом, также и этот аспект. Вы встречаете учителя, или учительницу, и через служение и преданность сердце раскрывается, и тогда служение углубляется еще больше...

- И, это может быть любовью с первого взгляда, также, как и когда вы встречаете чудесного партнера,
- Или, как и с младенцем, по мере служения, и преданности, вы все больше влюбляетесь в него.

Чудесная любовь

Служение учителю, это любовь, которую мы развиваем до удивительных размеров, размеров, к которым мы не привыкли, в нашей повседневной жизни. Мы теряемся, в своей любви к Ламе, и обожествляем их, и оттуда исходит сила, в противоположность обычной любви. Мы возносим их, очень высоко.

И нам очень тяжело вознести высоко, обычного человека. С учителем, мы делаем это целенаправленно, и это то, что выводит нас из самсары.

Причина, по которой мы страдаем, это из-за этого «я», которым мы думаем, что являемся.

Мы страдаем потому, что уверены, что там есть какое-то «я», которое создает страдания. И вся

цель духовной жизни, духовного пути, в том, чтобы освободиться от этой идеи, которую я о себе имею. От того, что мы назвали «цеплянием за себя», **Dak Dzin**. И можно сказать, что подразумеваемая цель преданности в том, чтобы потерять это «я», в высшем и любящем служении Ламе. И то, что так красиво, это то, что фактом нашей преданности, продельвается работа. Все, что нам нужно сделать, это предаться – и позволить Ламе, проделать эту работу. Позволить им, вывести нас из самсары.

Все, превращается в карнавал радости

Когда человеку удастся предаться, в высшей степени, и потеряться в своем служении Ламе, в своей любви к нему, появляется большое счастье. Человек, практикующий преданность, как полагается, удовлетворен, доволен, целостен. Он предается Ламе полностью, и он в раю. Все есть. Все совершенно.

Ты, все время в экстазе. Каждый момент, ты совершаешь самую чудесную вещь. Все есть. Все, очень хорошо. Ты растворяешься, в служении своему Ламе.

Интерес к материальным вещам, пропадает автоматически, потому, что все, в чем ты заинтересован, это предаться. И тогда, ты уже там. Больше, не нужно ничего. Поворот приходит, от чудесного вкуса преданности.

Факт преданности, создает удивительное наслаждение, приносит много радости, и счастья. Тебе, больше ничего не нужно. Ты, целостен. Ты односточечно сфокусирован, на Ламе.

И когда мы, по-настоящему учимся предаваться Ламе, это чувство затопляет, и пропитывает все, что мы делаем. Ученик думает: «Что еще, я могу сделать, для своего Ламы? Нравится ли ей, это платье, нравится ли ей, эта еда?» Он все время занят, служением Ламе, преданностью ему. Он, не занят собой. Он все время, на этом подъеме служения, и преданности. Он видит красивый закат: «Ой, пусть она тоже сможет увидеть этот закат. Я преподнесу его ей, как подношение».

Эта преданность, и обсессия, проникают в каждый момент жизни, и тогда это становится, одним единым, карнавалом радости. И цель в этом. Цель в том, чтобы полностью изменить нашу жизнь, превратиться, в счастливого человека. Человек, который видит мир, как один непрекращающийся карнавал радости. Потому, что мы, больше не заняты мыслями о себе.

Волшебная жизнь, и смысл

Лама, он или она, приносят волшебство в нашу жизнь. Они позволяют нам, разрушить эти стены, оставляющие нас в материальном, в самсаре. И они, позволяют наполнить нашу жизнь, смыслом.

Вы не просто предаетесь этому человеку –

Вы видите его, или ее, как небесное существо, как ангела.

Если, мы развили чистое видение Ламы –

Любая вещь, которую они совершают, превращается для нас в небесное послание, и тогда, учитель превращается в посланника, приносящего в нашу жизнь смысл, вкус, и путь.

Когда мой Лама небесен, любая вещь в этих отношениях, будет особенной;

Любая вещь, станет ценной, вкусной, волшебной, и обретет смысл, все без исключений.

Каждое соприкосновение, каждая интеракция, каждое слово – все это, полно смысла.

И тогда, ты уже живешь волшебной жизнью. Ты уже, в Мандале.

Человек, развивший преданность в такой форме– когда она в присутствии учителя – находится в Мандале.

Ему не нужно никуда идти, он уже там.

Огромная добродетель, и невообразимое сострадание

О Ламе было сказано, что его тяжело найти, и это относилось к факту того, насколько тяжело найти Ламу.

Найти людей, которые обучают, не тяжело, но найти Ламу, с которым мы соединяемся, и готовы ему предаться, и чтобы путь работал – это очень-очень редко. Необходима, огромная добродетель.

Кого-то, на кого мы достаточно полагаемся, кому мы готовы отдать свою жизнь. Преданный ученик, отдает все, что у него есть, всю свою жизнь, и этим находит высшее существование.

И все это, благодаря большому состраданию Ламы.

Будда, или ангел, приходит к нам, в образе Ламы.

Лама, это проявление большого сострадания, большой добродетели;

Добродетель Будды, появляется в образе Ламы.

(Мандала)

(Посвящение)

(Молитва, для удлинения дней Ламы Дворы-ла)

Подготовка к Тантре

Курс основан на Лам Рим

"Источник всех добродетелей - мольба к горе благословений"

Встроен в курс ACI 3

На основе учения Геше Майкла Роуча

Перевод, редакция, и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Харут, март 2007

Урок 7, часть 1

Мольба, о понимании жизни

(Мандала)

(Прибежище)

Вы заметили, как вы на каком-то этапе нарушили тишину, и начали разговаривать?

Это очень типично, для ретритов. Примерно через две трети времени, голова уже снаружи. Часть головы. Уже начинают думать, что будет, когда я отсюда выйду. Что мне нужно сделать..., начинается шум. Если ретрит месяц, это начинается, примерно через 20 дней. Если ретрит десять дней, это начинается, через шесть, семь дней. Если ретрит два с половиной дня, это начинается через полтора дня. Так что, это очень типично.

Призыв понять смысл жизни, которой мы удостоились

Мы продолжаем Лам Рим. Давайте прочитаем предыдущий, второй абзац.

*Благослови меня снова, заметить, и увидеть
Потому, что жизнь, которую я в этот раз обрел,
Досуга, и больших возможностей,
Очень редка, и ее сложно обрести.
Умоляю непрестанно стремиться, и надеяться
Обрести их благословение, денно и нощно.*

Итак, это еще до того, как мы вообще подошли к практике какого-либо мировоззрения, узкого, среднего, или высокого. Это, еще до этого.

Здесь ученик обращается к Ламе, и просит благословения, чтобы тот помог ему наконец-то усвоить, что эта жизнь в высшей степени редка, и в высшей степени, коротка. Она очень редка, и он просит, чтобы Лама снисходительнее над ним, и позволил ему, правильно использовать эту жизнь. Не растранижировать ее.

Эта часть Лам Рим, называется:

nyingpo lenpar kulwa

nyingpo - это сердце, или эссенция.

Lenpar, здесь, это будет брать. Вместе, **nyingpo lenpar**, это – понять самую суть.

Kulwa - мольба.

То есть, здесь есть мольба о понимании смысла жизни, которой мы удостоились.

Помните, кто написал эти вещи - это великий Чже Цонгкапа. И здесь в сущности, Чже Цонгкапа призывает нас понять смысл жизни, которой мы удостоились.

В нашем рисунке, мы символизируем это рекой, протекающей вокруг этого замка. Мы входим в тантрический замок, и дверь там, треугольный шпиг, и это внешняя дверь, и от нее, ступени ведут к воде, окружающей этот замок, наш тантрический замок. Есть какой-то ручей, окружающий этот замок, река, или ручей - есть вода.

И в этой воде, стоит лодка. И эта лодка, предназначена для того, чтобы помочь вам перейти воду, и войти в замок, потому, что вы приходите снаружи. Вы приходите из леса, находящегося за водой. Есть замок, вокруг него, канал с водой, а вокруг лес. Это замок, находится в сердце леса.

И прежде, чем вы сможете войти в замок, вам нужно перейти воду. И для этого, есть лодка.

И эта лодка, будет символизировать этот абзац. Образ лодки, символизирует вашу жизнь, которую вы получили. Эта лодка, это ваше тело и сознание, которые вы сейчас имеете. Это лодка. Тело, ум, и сознание, которые у вас сейчас есть, это то, с чьей помощью - если вы верно будете делать эту практику - вы сможете перейти от самсары, к Нирване, или к полному просветлению Будды.

Поэтому, это тело превращается в очень драгоценный, и важный инструмент. Потому, что благодаря ему, и только благодаря ему, я могу прийти к просветлению.

Мне нужно это тело. Мне нужно это сознание.
Поэтому, я хочу их сохранить.

Они для меня, и для моих близких

И здесь был вопрос: нужно ли мне сначала удовлетворить свои базовые потребности, и только потом, потребности других.

Ответ: что делает, большинство людей? Они говорят: прежде всего, я забочусь о себе, и только потом, о других, верно? Что, из этого выходит? Страдания, самсара. Человек живущий так, находится в самсаре. Потому, что мы уже заботились о себе, долгое время. Муравьи также, прежде всего, заботятся о себе, верно? Это самсарные создания, это то, как работает их голова. Это приводит к страданиям.

Если я немного умнее, и начинаю, к примеру, практиковать обеты Бодхисаттвы, то я понимаю, что мое наслаждение придет только от того, что я буду заботиться о других, нет другого источника наслаждения. Нет. Мастер Шантидева, сказал нам это очень ясно, во множестве различных стихотворений. Как он сказал:

*Все страдания, существующие в большом мире
Приходят от заботы о своем счастье.*

Коротко, и ясно.

Вы спрашиваете: может быть, я сначала позабочусь о себе, а потом о других? Это зависит от того, хочешь ты страдать, или нет. Если ты хочешь счастья, тебе нужно заботиться о других. Это единственный источник, откуда приходит счастье.

Оно не приходит от страховых компаний,
Оно не приходит от витаминов,
Оно не приходит от тренировочного зала,
Оно не приходит от партнера.

Если я заботилась о других, то тренировочный зал, и витамины мне помогут, и мой партнер будет меня удовлетворять. Если я не заботилась о других - все эти вещи не произойдут. Точка. Итак, это источник.

И если я понимаю, на этом уровне Бодхисаттвы – разумеется, я буду заботиться о других.

Если я поднимаюсь на уровень выше, и если сейчас, я практикую Тантру – вы помните комнату этапа завершения, там есть сломанная труба? Это мой инструмент. Это моя лодка, приводящая меня к просветлению. Труба, которую я должна починить, потому, что из этой трубы, я проецирую весь свой мир. Поэтому, этот инструмент, начинает быть очень важным.

Это не говорит о том, что мне можно забросить других, потому, что то, что сказал Мастер Шантидева, все еще в силе, и верно. В полной мере. Это не меняется, даже тогда, когда переходят к Тантре.

Но сейчас, когда я забочусь о своем теле, я забочусь о своем теле, для того, суметь помочь другим.

И это что-то, совершенно другое. Это совершенно другая мотивация, это будет, совершенно другой практикой. И это, будет тебе помогать. Итак, у этого ответа, есть различные слои.

Чудесная возможность, которой мы удостоились

Итак, это тело, и это сознание, которое я получила, символизируют также и эту жизнь, которую я получила. И тогда мы смотрим, и у вас есть чудесное описание того, что у меня в этой жизни есть. И у нас была лекция, которую мы когда-то проводили – в ней было красивое перечисление возможностей этой жизни, редкости этой жизни. Если вы еще не слушали – послушайте. Она находится на сайте (иврит: www.heart-dharma.org.il/fies/delnor.htm).

Это то, что символизирует эта лодка. И у вас есть книга, почитайте. Мы не можем здесь войти во все эти вещи. Там, это написано, очень красиво. Там есть восемь видов досуга, и десять видов изобилия. После того, как мы перевели эту книгу, мы начали называть это «ресурсами, и возможностями». У нас есть восемь видов ресурсов, и десять видов возможностей, которые предоставляет нам эта жизнь.

К примеру:

- Начнем с того, что я родилась человеком. Я могла родиться животным, и тогда, было бы нечего говорить о просветлении. Я могла родиться существом ада, которое настолько страдает, что с ним вообще, не о чем говорить.
- У меня есть достаточно еды.
- У меня есть место для ночлега, крыша над головой. Та, или иная. Когда речь идет о практике, самый убогий, и маленький дом, является дворцом. Есть люди, у которых ничего нет. Если вы приезжаете в Индию, вы видите обездоленных, у которых нет ничего.
- У меня есть, относительное здоровье. Я на данный момент, не извиваюсь от боли. Если бы я извивалась от боли, я бы не могла практиковать, верно?
- У меня на данный момент, есть способность думать, на том, или ином уровне чистоты. Это не навсегда. Это можно потерять. Люди теряют ясность своего сознания. Есть те, кто изначально приходит с сознанием не способным мыслить ясно. Или, они приходят с умственной отсталостью.
- У меня, есть не только относительно здоровое тело, и относительно ясный рассудок, но я еще и встретила учение. Есть здоровые, и ясно мыслящие люди, но они не встречают никакого учения, или учение, их вообще не интересует. Меня интересует учение. Это большое благословение.
- Меня не только интересует учение, но я еще и встретила квалифицированное учение, исходящее из оригинальных источников, из чистой цепочки передачи, напрямую, от Будды. Это еще реже, потому, что существуют различные «пророки», и «учителя», обучающие различным вещам, и не ясно, что они делают. Здесь, я встретила что-то проверенное, доказанное, то, что практиковали поколения, за поколениями, проверяли, приходили, и очищали от искажений. Это еще реже.

Каждый пункт, сам по себе, редок. А их сочетание, бесконечно редко.

- У меня есть учителя.
- У меня есть друзья по Дхарме, поддерживающие меня на пути. Это драгоценный клад. Есть люди, которые интересуются, но в каком-то месте, они застряли одни, и когда ты один, очень сложно удержать мировоззрение Дхармы, когда оно настолько противоположно мировоззрению мира самсары. Очень сложно. Здесь, у вас есть поддерживающая группа. Это, очень важно, на пути.

И если вы понимаете важность практики, важно, чтобы вы поняли важность Сангхи, и насколько важно, поддерживать друг друга, и новых людей, которые этим интересуются. Не надо подталкивать, но очень важно поощрять интересующихся людей, и показывать им. Потому, что если этого не делать, с людьми

начинают происходить различные вещи, и поднимаются препятствия. И если Сангхи не заботятся о других, они становятся меньше.

**Карма существования Сангхи, исходит от заботы о других.
Тогда, у вас будет Сангха. Поэтому, это очень важно.**

- Мы живем в стране, в которой есть свобода вероисповедания, в большей, или меньшей степени. ☺ В большей, или меньшей степени, но свобода вероисповедания есть. Иногда, кто-то говорит: «Это идолопоклонничество». Но это, все еще законно.

Когда-то, я работала в технологическом институте, и там был лектор, который был блестящим математиком – я работала в отделении математики. И в один из дней, он исчез. Я спросила: «Что с ним произошло?» Его уволили. Почему его уволили, он был чудесным учителем? Он был... Я не знаю, или такие существуют, на сегодняшний день.

Из зала: коммунисты.

Учительница: да. И его уволили. Вы думаете, что это исключение? Это существует везде. Геше Майкл, пришел обучать в Шанхае. Он не одел монашеской рясы – если бы он ее одел, его бы оттуда вышвырнули, потому, что там нет свободы вероисповедания. Не только это. Как-то он пришел, чтобы дать лекции миллионам людей, и вдруг был издан указ, что в одной комнате, запрещено собираться, более чем пяти людям.

Поэтому, не принимайте, свободу, которая у вас есть, как что-то само собой разумеющееся. Она не разумеется, сама собой. Это чудесная карма, которая у вас созревает. То, что мы можем здесь сидеть, и говорить об этих вещах, и нет солдат с ружьями, которые нам угрожают – это отклонение от нормы.

- Вы не умственно отсталы.
- Вы не инвалиды.
- У вас есть время практиковать. Не у всех людей, это есть.

Это совершенно удивительно!

Редкое, почти невозможное сочетание...

Совпадение совершенно невозможно, если вы посмотрите на вероятность вообще быть человеком, быть здоровым, интересоваться Дхармой, встретить учителей, встретить учение, и к тому же, встретить подлинное учение, а также, встретить учение, содержащее Тантру, и к тому же, содержащее все этапы Тантры – нет такого в мире. Просто нет. Вы не представляете, какая чудесная карма, у вас есть в этот момент.

...и вместе с этим, это так легко потерять!

И чем она чудеснее, тем тяжелее ее удержать. Вам нужно ее постоянно подпитывать, потому, что ее очень легко потерять, потому, что это настолько редко. Необходимо подпитывать ее постоянно тем, что вы поддерживаете других, приходить сюда, обучать других, позволять это – своими ресурсами, своим присутствием, своим временем, своим вниманием.

Первопроходство, этого учения, в Израиле

Не только это, но и то, что у вас есть особая привилегия, быть первопроходцами. Потому, что вы первопроходцы Дхармы, в Израиле. Это не значит, что в Израиле вообще нет Дхармы, но, сколько статей есть на иврите?

- То, что мы делаем, это совершенно первопроходская работа, – переводить эти вещи, на иврит.
- И вообще, погрузиться в термины.

Терминов не было. Когда я начала, несколько лет назад, у меня, ни для чего, не было терминов. Мне было необходимо искать слова, для каждого термина. Сейчас, они немного вошли в язык, и это мечта каждого учителя, быть больше не нужным. Это уже вошло. Люди уже употребляют слова «пустота», и «прекращение».

Итак, у вас есть эта привилегия, это создать: перевести эти писания на свой язык, для других людей, в

своем обществе.

Неповторяющаяся возможность, в полном смысле этого слова.

Это лодка. Лодка, представляет эту редчайшую возможность. Не поддается пониманию, насколько она редка. И там, в абзаце написано:

Потому, что жизнь, которую я в этот раз обрел,

Досуга и больших возможностей,

До невозможности редка, и ее тяжело обрести.

Есть те, кто говорит: только в этот раз. Вы ее получили, только в этот раз. Потом, в комментариях говорят: может быть, это повторится, через биллион лет.

Практически, это единственная возможность, которая у вас есть.

**Если, вы не пробьетесь, если не придете к достаточно глубокому уровню достижений
Будете увлечены, со всеми существами, в самсаре. Карма, вас увлечет.**

Поэтому, невозможно описать ту срочность, и важность, осознать редкость этих вещей.

- С одной стороны, возможность так редка,

- С другой стороны, это проходит, в мгновение ока.

Как там написано? «Как пузырь, в пене волн». Эта жизнь, проходит, в мгновение ока. Задумайтесь, на мгновение: когда вам было десять лет? Это минуло, в мгновение ока. И вот, вы здесь.

Могут возникнуть препятствия...

Но что? Вместе со всеми, этими чудесными возможностями, у нас у всех есть препятствия. И если бы у нас не было препятствий к Дхарме, и просветлению, мы бы уже были просветленными. И это необходимо осознавать, потому, что рано или поздно – нам будет необходимо устранить эти препятствия с пути. И у каждого, они поднимаются на разных этапах, и вы не знаете, когда они поднимутся.

Есть люди, которые приходят, воодушевляются до небес, и воодушевление, пропадает за день. Есть люди, которые приходят, хорошо работают, но постепенно-постепенно, что-то происходит в их жизни. Это препятствие. Это не случай, это карма. У них есть препятствие, продвигаться на пути к просветлению. И это происходит, в различных формах.

Или они теряют интерес,

Или возникает какое-то финансовое препятствие,

Или семейное препятствие,

Или препятствие, из-за состояния здоровья.

Каждая, из этих вещей, может произойти.

И, для того, чтобы преодолеть препятствия, необходима большая добродетель

И в предпоследнем абзаце, он говорит:

Благослови меня, и позволь, чтобы мой дорогой учитель,
Проводник хорошего пути,
И также все мои друзья, напарники по пути,
Чтобы удлинлись их дни, и они удостоились увидеть плоды.
Умоляю также, чтобы навсегда прекратились
Все препятствия стоящие на моем пути,
Как внутренние, так и внешние.

Он просит, он молит, чтобы это произошло – потому, что опасность, очень велика. Потому, что карма всего этого, после того, как это уже произошло, и чтобы это также и продолжалось:

Продолжение этой кармы, тяжело осуществить. Этот огонь, необходимо постоянно подпитывать.

Постоянно, поддерживать его, множеством добродетели. Принесением множества благословения ближним.

И я приглашаю вас, не ограничиваться ожиданием между визитами. Практиковать самим, и помогать другим, в их практике – это очень важно. Это карма – помощи другим. И также, и вообще, совершать хорошие дела в мире. В обществе, работая в городах развития, с больными, с заключенными, с национальными меньшинствами, с беженцами.

Вам нужна эта добродетель, чтобы это могло для вас продолжаться, чтобы это для вас произошло, вам нужно накопить огромное количество добродетели.

И это лодка.

И почитайте в книге. Там есть еще, перечисление видов досуга, и возможностей. Мы делали это, на курсе 1, и это есть в книге, почитайте.

Это, медитация на лодку.

Способ, которым мы можем понять смысл этой жизни.

После мольбы, о понимании смысла жизни, появляется перечисление, как сделать это практически. Эта часть Лам Рим называется:

nyingpo lenpay tsul

nyingpo lenpay tsul – способ, которым мы сможем понять смысл своей жизни.

И это перечислено, в остальных абзацах, этого Лам Рим, и их мы уже прошли.

И помните – мы идем в обратном порядке. У нас осталась, еще только одна часть Лам Рима, которая является первой, и в ней обсуждается корень пути, которым является духовный учитель, и это мы сделаем после перерыва.

(Мандала)

Подготовка к Тантре

Курс основан на Лам Рим

«Источник всей моей добродетели – мольба к горе благословений»

Встроен в курс ACI 3

На основе учения Геше Майкла Роуча

Перевод, реакция, и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Харут, март 2007

Урок 8, часть 2

Медитация, и передача

(Мандава)

Святость Ламы

Учителя говорят, что чем больше я могу увидеть святость своего Ламы, тем быстрее я буду продвигаться. И в Бхакти-Йоге, это вся эта наука преданности, которая открывает сердце, и позволяет мудрости войти внутрь. Это наука любви, это Бхакти-Йога. Это очень важная часть духовного пути, без нее, практически, нельзя.

И учителя нам говорят: чем больше мы можем увидеть святость в Ламе, тем быстрее мы придем. Потому, что так у них появляется больше сил на нас влиять, и так, они более эффективны, в своем взаимодействии с нами.

И сила исходит от ученика, всегда от ученика. Это ответственность ученика, дать Ламе силу, и это он делает служением Ламе, преданностью ему, почитанием его, и так далее. В традиции на востоке, особенно в традиции Махаяны, в Индии, развито это в очень больших размерах, очень-очень хорошо.

И поэтому, когда вы представляете Ламу в медитации, вы представляете их святящимися, молодыми, лучащимися, это то, что помогает им, дать вам силу. И тогда, они действительно, для вас, станут такими.

Ваш Лама, бывший с вами всегда, и безгранично вас любящий, всегда был с вами, и всегда появлялся так, как вам это было нужно, узнавали вы его, или нет. И все учителя, которые появляются, и обучают вас – это действительно одна и та же личность, появляющаяся в разных формах. Они все, одна и та же личность, и всех их необходимо уважать. Необходимо уважать всех, кто вас обучал, это очень важно. Потому, что они предстают, в соответствии с вашими потребностями.

Вы слышали о Таре, верно? И она, всегда появляется очень красивой, и привлекательной. Она привлекает ученика, своей красотой. У других Лам, есть другая функция. Это одна и та же личность, предстающая в разных формах. Это игра того, что на санскрите называется Lila. Это игра. Это Лама, появляющийся в различных формах.

И со временем вы увидите, когда практика продвигается, смотрят назад, на свою историю, и она выглядит уже иначе, и начинают понимать ее по-другому. Начиная понимать тех ангелов, которые сопровождали нас, все это время. Это происходит там, в комнате создания, если вы делаете практику правильно.

Это даже хорошо, употреблять слова «святой», или «святая», это дает им больше силы, по отношению к вам. Они не святы, сами по себе. Нет ни одного Ламы, который свят, сам по себе. Святость, исходит из вас. Поэтому, в вашей практике, в вашей медитации, представляете их в самой святой форме, в которой они могут предстать перед вами.

Медитация, от начала, к концу

То, что я сейчас хотела бы сделать, это медитацию, от начала к концу, в противоположность тому, что мы до сих пор делали. Но я не буду слишком долго задерживаться на каждом этапе, потому, что иначе мы отсюда не выйдем.

И когда вы практикуете дома, можно делать все, и просто проходить этапы. Это **Shar Gom**. Вы можете читать четверостишия, и просто проходить с картинками, с четверостишиями, и я бы хотела, чтобы вы немедленно начали практиковать. Сделайте это, частью своей практики; «Тысячу ангелов», и это. Эти обе вещи, накапливают множество добродетели. Они создадут изменения в вашей жизни, которые поначалу ощущаться не будут, но через какое-то время, вы изменитесь. «Тысячу ангелов», и это – практиковать, обе эти вещи.

Итак, сделаем сейчас, эту медитацию.

Итак, сядьте удобно. Обратите внимание на свою позу, со всеми восемью точками: ноги, руки, спина, плечи, подбородок, глаза, рот, язык, дыхание.

И сфокусируйтесь на дыхании, на кончике носа.

Проделайте предварительные этапы.

Увидьте себя выходящими из густого леса, окружающего там воду, которая окружает замок. Вы выходите из леса на полянку возле воды, и вы устали, и вспотели, потому, что самсара изнуряет, утомляет, она отвратительна.

И вы приближаетесь к воде, и встречаете там своего Ламу, и это совершенный образ. Он или она ждут вас, и очень рады вас направить. Они ожидали вас, долгое время.

Я буду говорить от мужского лица, но это может быть и женщина, и мужчина. И Лама, провожает вас к лодке, а лодка, это вы. Она символизирует эти удивительные условия, которых вы удостоились в этой жизни; своего тела, ума, внешних, и внутренних условий, чтобы практиковать Дхарму, и вывести себя из страданий.

И вы вместе, входите в лодку, вы и ваш чудесный Лама, и лодка переплывает воду, и достигает ступеней, ведущих к замку, и вы вместе выходите из лодки, поднимаетесь по ступеням, открываете дверь, и входите в треугольную комнату, через ее угол.

*Сразу же после того, как вы входите, вы видите там **гроб** со стеклянной крышкой, и лежащий в нем труп, и этот труп, ваш.*

И возле гроба, есть подушка, для медитаций.

Вы садитесь, и делаете медитацию, и вы понимаете, что можете умереть, в любой момент, потому, что у вас нет уверенности, относительно даты своей смерти. И вместе с этим, у вас есть полная уверенность, что смерть настанет.

И вы себя спрашиваете: если я умру сегодня, что бы я хотела сделать, в настоящий момент?

Вы можете сделать более обширную медитацию на смерть, на принципы, и решения, и так далее.

И сейчас, вы встаете, подходите к гробу, и видите, что справа от трупа есть ведро, которое полно различными паразитами, скорпионами, насекомыми, пауками, и вы понимаете, что это символизирует ваши **негативные действия**, накопленные вами, отрицательные кармы, и вы начинаете осознавать, что эти вещи пойдут с вами, и после вашей смерти, и определяют ваше следующее существование. И если это пойдет с вами, то это будет очень страдательное существование, поэтому, вы решаете очистить, эти кармы.

Вы можете представить их, в виде черных семян, если так, вам больше подходит. Можно, представить это так тоже.

И вы берете это ведро, и идете с ним, в правый угол треугольной комнаты, и там есть красивый костер, и подходит горит огонь, и есть лавочка, для сидения перед огнем, и маленький стол, а на нем бумага, и карандаш.

И вы идете, и записываете все те действия, которые вы хотите очистить, и которые вы не хотите забирать, в ваше следующее перевоплощение.

Вы пишете записки, и бросаете в огонь их, и черные семена. Вы видите, как огонь сжигает эти записки, и семена. Вы сидите, наблюдаете за огнем, и делаете медитацию, на законы кармы; на то, как действия, которые мы совершаем сегодня, определяют наше будущее; и также, характер следующего перевоплощения, и различные его детали. На то, как вернувшиеся вещи похожи на то, что мы посеяли. Как они увеличиваются, когда возвращаются к нам. Как их необходимо очистить, иначе, разумеется, они созреют, и на то, что если мы хотим, чтобы нам было хорошо, мы должны, сделать хорошее до этого.

Мы хотим очистить все эти накопленные нами, отрицательные кармы. Мы проходим их, одну за другой.

И мы понимаем, что ни в чем материальном, нет прибежища, потому, что ничто материальное, не может по-настоящему нас защитить; нет ни одного человека, нет ни одной страховой компании, нет никакого имущества, никаких денег, ничего материального, что бы могло нас защитить, и нас могут защитить, только наши духовные достижения, которые мы накапливаем, наши осознания мудрости, и сострадания, которые мы развили на наших сердцах.

Мы принимаем прибежище в духовном пути, и мы думаем о совершенных нами отрицательных действиях, и испытываем за них раскаяние. Раскаяние, понимающее, что отрицательное действие, принесет для нас отрицательный результат. Не вину, а раскаяние, за действие. Не «я плохая», а «я совершила глупость, и сожалею о том, что совершила глупость. Я действовала, из невежества, и я принимаю на себе ответственность, за прекращение делания этого, хотя бы, на какое-то время».

И в случае, если есть необходимость в исправляющем действии, я его совершаю, какое-то искупляющее действие, в соответствии с видом кармы, которую я совершила, и так вы сидите там какое-то время, и видите себя очищающимися от кармы, и когда вы встаете оттуда, вы ощущаете себя более легкими, и чистыми.

И тогда, вы возвращаетесь к гробу, и по левую сторону от трупа, вы находите шкатулку для драгоценностей, а в ней множество жемчужин, драгоценных камней, и красивых украшений. И они символизируют все **добродетельные совершенные вами действия**, хорошие действия, которые вы совершили. Вы берете эту шкатулку, и там, на стуле лежит белая ряса, и вы вставляете все эти камни в эту рясу, окутываетесь ею, и идете в левый угол комнаты, и там, вы красиво обустраиваете место для Ламы, где он будет сидеть, какой-то красивый трон. Усаживаете там Ламу, подносите ему или ей подношение, кланяетесь им, и принимаете прибежище в духовном пути. И если у вас есть близкие отношения с Ламой, вы принимаете прибежище в Ламе, потому, что он воплощает в себе, все три Драгоценности.

Увидьте себя, принимающими прибежище.

Тихо, и осторожно, встаньте, поклонитесь с благодарностью Ламе, и продолжите по коридору, который выходит из треугольной комнаты. Это коридор, со множеством окон, и когда вы смотрите в окна, вы видите вещи, которые на данный момент есть в вашей жизни, такими, какие они будут через десять, двадцать, тридцать, может быть, сто лет, и все полно пыли. Все уничтожено, разрушено, полно паутины. Бегают мыши. Воют шакалы. Город уничтожен. Дом разрушен. Все ваши бумаги, летают во все стороны. Ваши фотографии, летают во все стороны. Нет больше никого, кто с вами знаком.

Ваше тело высыхает, гниет.

Начните с раны зияющей во лбу, и постепенно-постепенно, все сгнивает, наполняется гнилью, распадается. Все ваше тело, все его системы, все уходит.

И гниение распространяется на ваше окружение, на людей, вокруг вас. Все агонизирует. Все разрушается. Все умирает. Все превращается в скелеты, черепа. Одно большое кладбище, со стервятниками, и воющими шакалами.

И вы понимаете, что все эти вещи, которые есть в вашей жизни, пришли из кармы, и они обязаны сгореть, потому, что вы еще не знаете, как сохранять эту карму. Вы не знаете, как ее обновлять. Они пришли из прошлых действий, и вы не умеете их обновлять, достаточно быстро.

И вы преисполнены решимости научиться, как; как работать с кармой, чтобы предотвратить это падение.

И когда вы приближаетесь к концу коридора, вы возвращаете тело и окружение, к настоящему состоянию. Вы понимаете, что это мимолетно, но это то, что у вас есть на данный момент, и с этим, вы собираетесь работать дальше.

И вы понимаете, что вам нужно хорошо понять, как работает карма, и очень хорошо следить за тем, что вы делаете, и тогда, вы входите через дверь, в комнату зеркал. Эта дверь разделяет узкое, и среднее мировоззрение.

Этот проход по коридору научил вас, что **в самсаре нет ничего, на что можно положиться,**

потому, что все сгниет, и будет отобрано у вас, и вы жаждете выйти из самсары, выйти из этого страдательного существования, и научиться, как это сделать, и тогда вы начинаете осторожно исследовать свое сознание.

В **комнате зеркал**, все хрупко, все нежно. Есть различные стеклянные сосуды, и нежная керамическая посуда, и все покрыто хрупкими зеркалами, и вы смотрите в зеркала, отражающие вам ваше сознание.

Там есть подушка, и вы садитесь на подушку, и делаете медитацию на то, что происходит в вашем сознании. Выполняете вы обеты свободы, или нет? Сеете вы семена, которые принесут вам страдания, или нет? Вы проверяете, а как я живу? Как я живу? Как я разговариваю? Как я себя веду? Как я думаю? Все это, вы исследуете, в комнате зеркал.

И вы понимаете, что вы должны себя вести, с большой осторожностью. Вам нужно развить ваше воспоминание и бдительность, чтобы останавливать себя каждый раз, когда вы отклоняетесь от обетов, и напоминать себе, вернуться на путь.

И вы осторожно, мягко, встаете в подушки, продолжая быть очень осторожными, идете на кончиках пальцев, к двери.

Это синяя дверь, отделяющая комнату зеркал, которая является средним мировоззрением, которое хочет полностью выйти из самсары, но которое все еще сфокусировано на себе, и шестиугольную комнату, символизирующую широкое мировоззрение, человека практикующего не только ради себя, но и ради всех других. И эта комната шестиугольна потому, что символизирует шесть совершенств, которые такой человек должен практиковать.

В центре комнаты, вы находите красивый стол, а на нем есть очень красивая курильница ладана, наполненная благоухающим пеплом, благоухающим ладаном, с дымом ладана, наполняющим и окутывающим, всю эту комнату, и это символизирует **мышление Бодхисаттвы**. Бодхисаттвы, тренирующего себя думать о всех существах, желающего счастья всех существ, и позволяющего этой мысли вести себя по пути.

И тогда, вы решаете, что не только будете **думать**, как Бодхисаттвы, но также, и научиться, как **действовать**, как Бодхисаттвы; что вы можете сделать, чтобы прекратить страдания всех существ, и принести им счастье.

И тогда, вы начинаете тренироваться в шести совершенствах.

1. Первое из которых – вы видите слева от себя, на стене висит подарок в коробочке, и он символизирует **даяние**. Если хотите, вы можете повесить там четыре подарка, или чтобы внутри коробочки, было четыре вещи, и это символизирует четыре вида даяния: даяние материальных вещей, и денег, даяние прибежища, даяние любви, и даяние Дхармы. И вы немного задерживаетесь, и исследуете себя в отношении этого: где вы? Каково ваше даяние? Если есть степень щедрости, порадитесь ей. В случае, если нужно еще проделать работу, примите решение продолжить, и совершенствовать ваше даяние.
2. По другую сторону двери, с правой стороны, вы видите цветочный горшок, а в нем дерево. Очень красивое дерево, и вы понимаете, что это дерево красиво, благодаря

вашей **морали**, а у морали есть три корня. Это символизирует три корня морали: не нанесение вреда ближним, накопление добродетели, совершение хороших действий, по отношению к ближним, и мораль стремления сделать это быстро, чтобы вы смогли помочь другим настолько быстро, насколько это возможно.

И снова, вы там задерживаетесь на момент, и исследуете, где вы находитесь, относительно трех видов морали; что вы уже сделали, и что еще нужно сделать? И чем больше вы задерживаетесь, возле этого дерева, тем красивее оно становится для вас, потому, что даже карма думания об этих вещах, уже накапливает добродетель, и это символизирует цветение дерева.

3. Вы продолжаете по левую сторону, и вы видите там, лежащее, деревянное полено. Если хотите, вы можете поставить рядом с ним маленький водоем, со спокойной, и чистой водой, и это символизирует **терпение**. Когда приходит время сердиться, вы застываете, как деревянное полено, или же, вы уже перешли это. Вы остаетесь спокойны и осознанны, в отношении того, что происходит, и реагируете из гармонии и любви на все, что происходит, совершенно ли это человеком, или чем-то не живым; может быть природной катастрофой, или законом. Вам может быть нанесен ущерб или людьми, или другими вещами. В обоих случаях, вы не теряете своего терпения, и в особенности, вы не теряете терпения, когда встречаетесь с трудностями, в своей практике Дхармы, и вы не позволяете трудностям, вас остановить. Любая приходящая трудность, еще больше усиливает вашу выносливость, и решимость, продолжать, и не останавливаться.

4. И напротив этого, на стене напротив, вы видите клоуна на пружинке, выпрыгивающего из коробки. И он всегда рад, и это символизирует **радостное усилие**. Это усилие, в вашей практике всех совершенств; и тех, которые мы перечислили до сих пор, и тех, которые мы еще не перечислили, и вы всегда делаете это радостно. Продолжаете тяжело работать, с радостью. Всегда, с радостью.

Вы продолжаете, уже приближаетесь ко второй двери в комнате.

5. По левую сторону, есть микроскоп, и он символизирует **совершенство медитации**. Развитие, этой способности концентрации в медитации,

6. и вы видите по другую сторону, на стене напротив, на красивой полочке, есть коробочка, в которой есть чудесный алмаз, символизирующий **совершенство мудрости**. Мудрости, понимающей пустоту, пропитанной любовью к ближним, и состраданием к ним.

И вы кладете микроскоп, на алмаз, и смотрите через него на алмаз, и вы понимаете пустоту. Вы завершаете совершенство мудрости, и ваш Лама, переполняется счастьем, потому, что этого, он ждал все время, и он сейчас осознает, и понимает, что сейчас вы являетесь соответствующим инструментом, чтобы продолжить с быстрой практикой, которая приведет вас к просветлению.

И он берет вас за руку, и через красную дверь, вводит вас, в **Мандалу**. И Мандала, это хрустальный, сияющий, чудесный дворец, с хрустальным куполом, и украшениями. Посередине, есть трон, на который усаживается Лама, и Лама дает вам тантрическое обучение, лицом к лицу, с глазу, на глаз, сила которого невообразимо велика. Он сеет в вас семена, чтобы вы

смогли создать в себе, четыре тела Будды, и это символизируется четырьмя коронами, которые он кладет, на вашу голову, одну, за другой.

И также, после того, как вы их попросили, он дает вам **тантрические обеты**, и позволяет вам практиковать их, и вы с большой признательностью, кланяетесь Ламе, и понимаете, что удостоились редкого, и чудесного права, быстро уничтожить свои страдания, и страдания других, и ваше сердце, наполняется любовью к этому Ламе, который направляет вас на пути.

И вы предаетесь Ламе, **позволяете ему себя вести**.

И вы выходите оттуда в коридор, и это коридор, в котором вы **усердно трудитесь над выполнением своих обетов, и ведете свой дневник, шесть раз в день**, и когда вы проходите коридор, вы видите там много дневников, которые вы уже заполнили. Они полны ваших записей, потому, что вы очень придерживались обетов, и они подвешены там, на различных крючках на стенах, и потолке.

И они приводят вас, к **первому этапу Тантры – этапу создания**, на котором вы практикуете трансформацию вашего мира, и себя самого. Комната находится в сумраке, есть в ней тусклость, и чем больше вы продвигаетесь, тем больше вы постепенно начинаете замечать ангелов, находящихся там, которых раньше, вы не могли заметить – не потому, что их там не было, а потому, что вы этого, еще не могли, вы еще были не достаточно зрелы, но в результате практики, вы начинаете их замечать.

И, когда вы приближаетесь ко входу, во вторую комнату, вы видите, что вы также, превратились в ангела, и даже не заметили этого.

И, когда вы смотрите на Ламу, вы также, видите ангела, и вы понимаете, что он всегда был ангелом, только вы не могли этого увидеть. Это ангел, который всегда вас сопровождал.

И то, что приведет вас к этапу тантрического завершения, это **практика ретритов, этапа создания**.

Итак, в нашем Тантрическом замке, есть коридор, ведущий в комнату этапа завершения, и этот коридор, это коридор ретритов, там «практика четырех времен», и это ретриты, в которых есть четыре сессии в день. Повесьте там, на стене, цифру четыре. И это коридор, который ведет в комнату **Dzok Rim**.

И благодаря тому, что ваша практика так хороша, вы продвигаетесь ко второй комнате – комнате **завершения**, и там вы работаете напрямую, со своим внутренним телом, со своим энергетическим телом. Ваше сознание готово. Ваше тело, готово. Сейчас, оно мягко. Сейчас, оно гибко, с ним можно работать, и вы проделываете завершающую практику, работающую напрямую с внутренним телом, приводящую все ветры, в центральный канал.

Завершающая практика, развязывает все узлы, во внутреннем теле; все узлы, и перепутанность развязываются, выпрямляются, скользят. Центральный канал, раскрывается. Сердце, полностью раскрывается, и вы выходите во **внутренний двор**.

И вы уже, просветленное создание. Этот двор, это ваш рай. Вы совершенный ангел, с телом света, со всезнающим, и вселюбящим сознанием. Вы смотрите, где Лама, и понимаете, что **вы слились с Ламой**. Между Ламой, и вами, больше нет разделения. Лама пришел к вам, в вас, и вы сейчас одно, и так он приводит вас к просветлению.

И вы сидите во внутреннем дворе, залитым светом, и красиво облицованным, и там есть красивые цветы, и фонтан, и все чудесно, божественно, удивительно в своей красоте, и вы наслаждаетесь там всем хорошим, всем благом, которое вам дает этот рай, и одновременно, вы посылаете свои копии всем существам, во все места, чтобы помочь им, спасти их, и привести к себе, также, как и ваш Лама, привел вас к себе.

Медленно-медленно, открывайте свои глаза ангелов, и возвращайтесь сюда.

Передача – Лунг (Lung).

И мы завершим тем, что называется «Лунг», и Лунг, это устная передача. Это те же самые учения, которые я получила от своих учителей, которые они, получили от своих учителей, и так далее, и они пришли, от просветленных личностей, и это большое благословение, слушать их, из уст Ламы. Поэтому, просто сидите тихо. Вы можете закрыть глаза, а я буду читать вам, «Источник всей моей добродетели».

Итак, большое спасибо вам!

Ученики: большое спасибо Вам!

Большое спасибо, что вы стараетесь подготовить себя, к этому чудесному пути, и пусть мы все его осуществим. И я очень вас люблю, и очень скучаю по вам, когда я не здесь, поэтому, продолжайте также, совершайте ваши чудесные дела, и мы увидимся вновь.

Итак, давайте завершим Мандалой. Пошлите также посвящение тем людям, которые позволяют этому учению осуществиться, а чтобы позволить ему осуществиться, необходимо многое, очень многое. Требуется, много работы. Много ресурсов. Огромные затраты. Поэтому, пошлите им, свою благодарность, О.К? И я посылаю им, свою благодарность, уважение, и большую любовь.

(Мандала)

Давайте, сделаем посвящение.

(Посвящение)

(Молитва, для удлинения дней, Ламы Дворы-ла)

Подготовка к Тантре

Курс, основан на Лам Рим

«Источник всей добродетели – молитва, к горе благословений»

Встроен, в курс АСІ 3

На основе, учения Геше Майкла Роуча

Перевод, редакция, и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Харут, март 2007

Урок 8, часть 1

Строение Лам Рим «Источник всей моей добродетели»

Традиция, в которой мы обучаемся

Ученица: я хочу, что-то понять. Я отношусь к Махаяне?

Учительница: все наше учение, это Махаяна, да.

Ученица: наше учение, это Махаяна, и я отношусь к течению Гелукпы?

Учительница: да. Это традиция, из которой я пришла.

Ученица: и моя линия передачи, это?..

Учительница: Гелукпа.

Ученица: это традиция, или линия передачи?

Учительница: а, линия передачи, это учителя, которые это передали. Поэтому, ты в традиции Махаяны, Гелукпы, основанной Чже Цонгкапой. У Чже Цонгкапы, было много учеников, и мы прошли определенную цепочку линии передачи, которая привела нас к Кен Ринпоче, а от него, к Геше Майклу Роучу, и также ко мне, потому, что они оба мои Ламы. Поэтому ты в традиции, совмещающей все это. Эта традиция, также является, и традицией Далай Ламы.

Сейчас, несмотря на то, что мы в Махаяне, она включает в себя, и Хинаяну. Мы однозначно, практикуем и Хинаяну, но – не как цель, саму по себе, а как часть пути Махаяны. Это первые этапы Лам Рим. Мы практикуем их, как часть Махаяны. Мы берем учение Хинаяны, медитации на смерть, на непостоянство, о карме, о хранении обетов, об обетах свободы – все это Хинаяна, и практикуем это. Мы практикуем это, как часть Большого Пути.

Строение Лам Рим «Источник всей моей добродетели» И сейчас, последнее, что я хотела бы с вами сделать, это немного поговорить о Лам Рим – об основных частях, Источника всей моей добродетели.

Тибетские названия каждой части, мы проясняли, и объясняли, на протяжении различных уроков, поэтому здесь, я упомяну их, не объясняя, просто чтобы напомнить.

Четыре части «Лам Рим»:

1. Первая часть, это корень пути – и это первый абзац. Корень пути, это найти Ламу, и служить ему.

lam gyi tsawa she-nyen ten tsul

Это, первая часть пути: служить им в мыслях, в действиях, учиться развивать веру в них, и все, что с этим связано. Это первая часть Лам Рим.

2. Вторая часть – сейчас, в тот момент, когда мы нашли Ламы, нам нужно практиковать, под руководством Ламы, очищать свое сознание.

ten ne lo jitar jangway tsul

Большая часть Лам Рим, это как практиковать после того, как мы нашли Ламу.

И потом, в конце, есть два последних абзаца, третий, и четвертый.

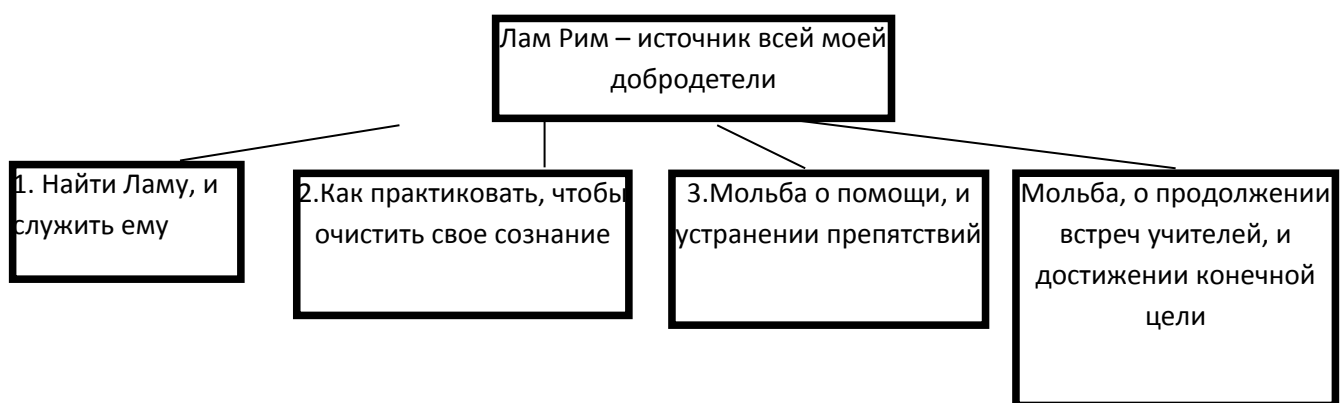
3. Третья часть, это: мы просим помощи, в нашей практике –

sulwan deppa

4. И потом, четвертая часть, мы молимся о том, чтобы встречи с учителями продолжались, и о достижении наших целей.

lame jesung dang salam toppay munlam

1. Найти Ламу, и служить ему. Это первая часть.
2. Вторая часть – после того, как мы их нашли, практиковать этапы пути к просветлению.
3. Третья часть Лам Рим «Источник всей моей добродетели», это попросить помощи. Молить о помощи.
4. И четвертая часть – это мольба, о продолжении встреч с учителями, и воплощении наших высших целей.



Из зала: это мольба, к Ламе, которого мы нашли, или вообще, ко всем Буддам?

Учительница: не повредит добавить, что Лама, которого ты нашел, для тебя является всеми Буддами.

Сейчас:

1. Различные аспекты практики с Ламой.

Как практикуют с Ламой:

а. Учиться, как думать о Ламе:

sampe tenpa

Это значит, как относиться к ним в мыслях.

а-1. Учиться, как развить веру в Ламу:

depa jangwa

2-а. Развивать уважение к Ламе.

gupa kyera

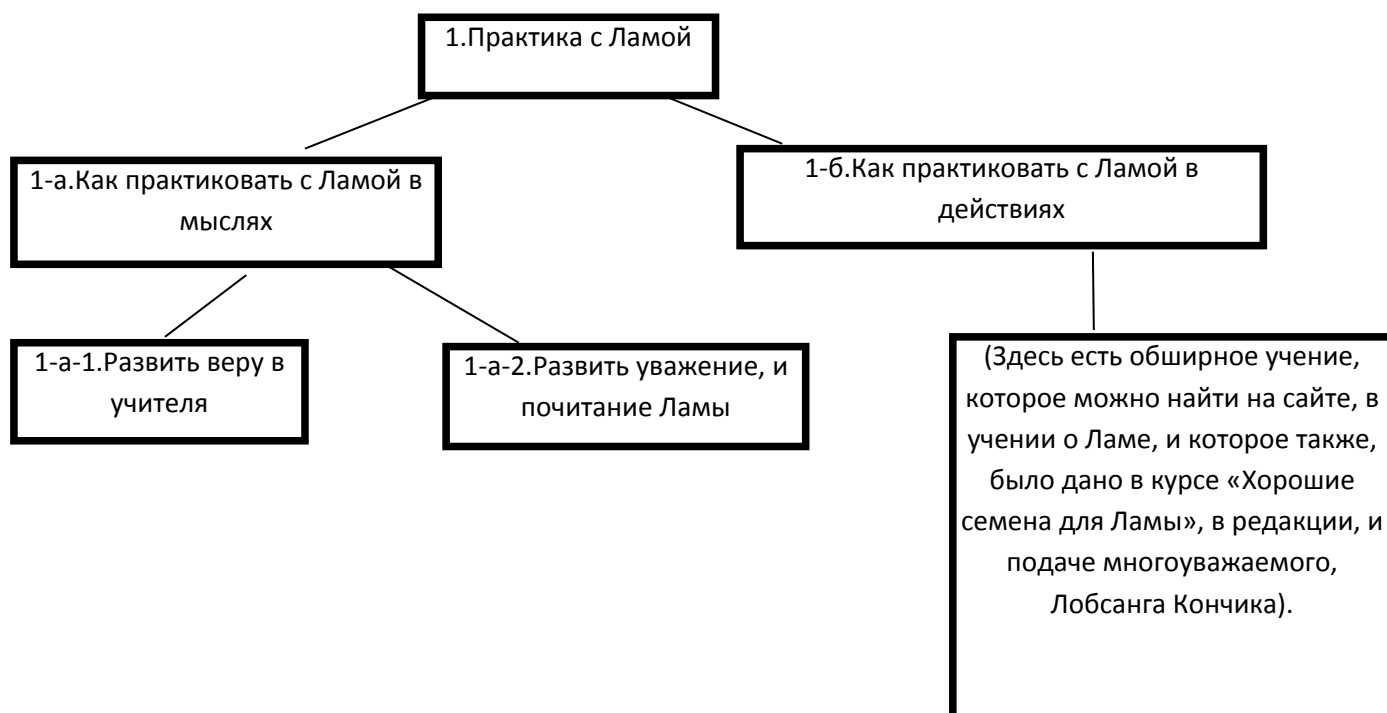
И здесь, есть что изучать. Пабонка Ринпоче дает нам медитации, как этап за этапом, научиться это развивать, и тем кто серьезен на пути, очень полезно их делать.

2. Учиться, как вести себя с Ламой.

jorwe tenpa

Вы, можете это назвать, альтернативным анализом:

- Как служить им, в своем сознании, на ментальном уровне,
- И как служить им телом, в действии.



Качества Ламы

В курсе 1, мы создали список, из десяти качеств, которые мы хотим найти в учителе. В Лам Рим Чен Мо, он говорит о поиске Ламы, с десятью качествами, а здесь, он нам говорит: «Времена сейчас вырождающиеся. Очень тяжело найти такого Ламу, но вы не хотите оставаться без Ламы, поэтому мы немного сократим требования». И тогда, он дает нам список, из пяти качеств. И о них, мы говорили на предыдущем уроке.

То, что тогда было вырождающимся, сейчас, намного более вырождающееся, потому, что поколения все деградируют, и деградируют. И он говорит: «Хорошо, это также, очень тяжело найти, но есть пять качеств, являющихся минимумом, минимума, которыми ваш Лама должен обладать».

В общем, качества Ламы, которые он перечисляет, связаны с тем, на чем стоит фокус Ламы. На чем фокус:

- На этой, или на будущей жизни?
- На Дхарме, или больше на повседневной жизни?
- На других, или больше на себе?
- Любит он учеников, или нет?

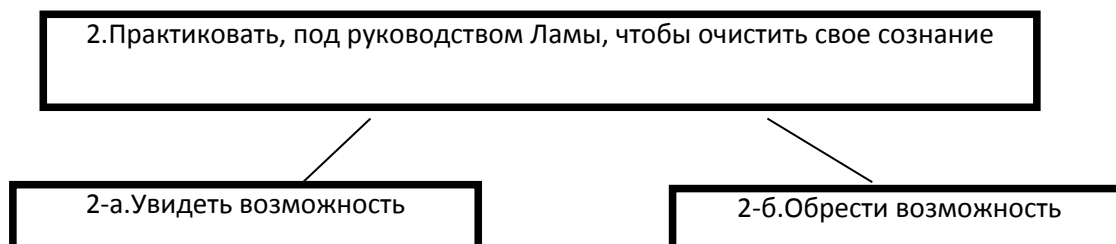
Он проверяет Ламу, по этим критериям.

Сейчас, мы нашли Ламу.

2 – это:

Как практиковать после того, как мы нашли Ламу

И сейчас, идет перечисление этого. Это также, делится на две части.



Итак, это 2-а – помните, этот абзац?

Благослови меня заметить, и увидеть

Что жизнь, которую я на этот раз обрел,

Досуга, и больших возможностей,

Очень редка, и ее сложно найти.

Умоляю, стремиться беспрестанно, денно и нощно,

Надеяться получить их благословение.

Отлично. Так, что здесь есть? Мы просим Ламу, благословить нас на что? Чтобы мы смогли заметить возможность. Мы молимся о том, чтобы мы смогли быть достаточно мудрыми, и заметить редкую возможность, которая попала нам в руки.

Вы можете сказать, что Лама призывает нас понять смысл этой жизни, научиться, и понять смысл этой редкой жизни, которую мы обрели. И ударение здесь стоит на «научиться». Лама призывает нас иметь осознанность и мудрость, чтобы не растранижировать эту редкую, очень короткую, и неповторяющуюся возможность, это чудесное окно возможностей, которое мы получили, для использования этой жизни.

И это называется:

nyingpo lenpar kulwa

Призыв, понять смысл этой жизни.

Сейчас, есть 2б – что идет, после призыва? Все этапы пути. Как использовать эту жизнь.

nyingpo lenpay tsul

И в 2б, речь идет о том, как это сделать. Как понять смысл жизни.

Итак, у вас есть в целом, распределение всего Лам Рим

Как понять смысл этой жизни

И снова – большая часть Лам Рим, находится в 2-б: как понять смысл?

Так, как найти смысл жизни? И сейчас, у нас есть тренировка, мы начинаем практиковать. И у этой тренировки, есть три части. Сейчас, мы делим 2-б, на три части.

а. Шаги, совместные с имеющими узкое мировоззрение.

kyebu chung-ngu dang tunmongway lam gyi rimpa

Что такое, имеющие узкое мировоззрение? Люди понимающие, что упасть в нижние разделы, это ужасные страдания, и они не хотят туда упасть. Поэтому они практикуют, чтобы их следующее рождение, было удачным: либо человеком, либо в более высоких разделах. На этом стоит их фокус.

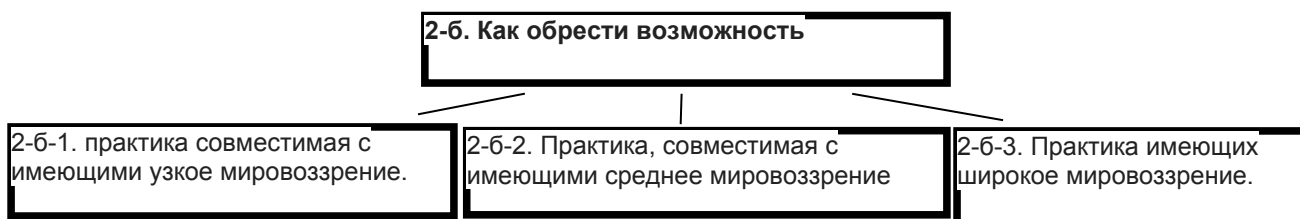
Мы говорим, что это узкое мировоззрение. Почему? Потому, что это решает проблему, в очень узком радиусе. Только, на следующее перерождение. Их практика не достаточно сильна, чтобы гарантировать выход из самсары, и после следующего перерождения, они могут упасть еще раз, кроме того, они вообще сконцентрированы только на себе, и это является узким мировоззрением.

б. Шаги, совместимые с имеющими среднее мировоззрение.

kyebu dring dang tunmongway lam gyi rimpa

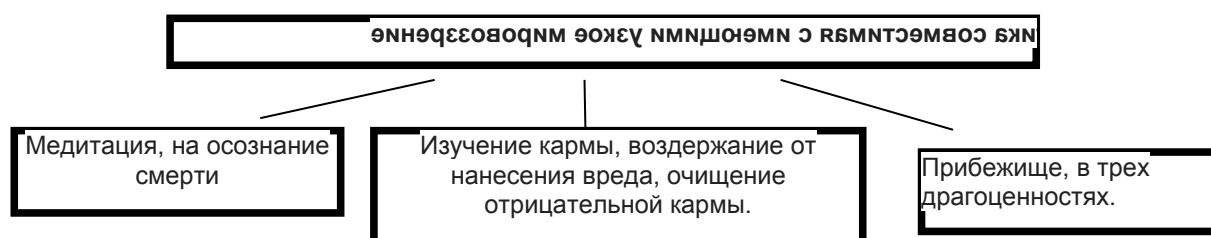
Итак, в "Б", фокус все еще на себе, но они уже понимают, что в самсаре нет, ничего хорошего, и они хотят выйти из самсары. Они практикуют, чтобы выйти из самсары.

г. Это этапы пути, имеющих широкое мировоззрение.



В чем разница между имеющими низкие способности, средние, и высокие?
Здесь, больше ударение стоит, на их практике.

Практика, совместимая с имеющими узкое мировоззрение.



Эти, с узкими, или малыми способностями, хотят предотвратить низкие рождения, и фокусируются на целях этого мира. Какую практику, они будут делать? Они будут делать, медитацию на смерть. Они будут делать, медитацию на карму, на понимание того, как карма следует за мной? И они примут прибежище. Это, первые абзацы Лам Рим.

Практика, совместимая с имеющими средние способности

Те, кто имеет средние способности, практикуют, чтобы предотвратить перерождение в самсаре, и предотвратить, любые страдания. И чтобы очистить сознание, они, начинают очень сильно придерживаться своих обетов.

Из зала: среднее мировоззрение, это только десять обетов свободы?

Учительница: и прибежище, но может быть, они монахи, и тогда у них есть монашеские обеты, но это все еще на том же самом уровне. А те, кто имеет большую способность, их мотивация, как и у предыдущих, но сейчас, они включают в себя всех существ. Они хотят освободить всех от страданий.

Из зала: и они также, примут обеты Бодхисаттвы?

Учительница: с большой способностью, да. Да. Они также примут обеты Бодхисаттвы. Да, потому, что их фокус на всех существах.

И сейчас, как практикует те, кто имеет среднюю способность?

Помните, этот абзац:

*Благослови меня увидеть во всей полноте глупость
Преследования суеты сует, которой никогда не будет достаточно.
Как сломанный стебель, составляют они опору,
И их насмехающаяся природа, является источником всех моих страданий.
Позволь достичь в совершенстве
Огромного стремления к счастью свободы.*

Итак:

1. Первая их практика - развить отречение.

Они практикуют "Достижение совершенства, как огромного стремления к счастью свободы".

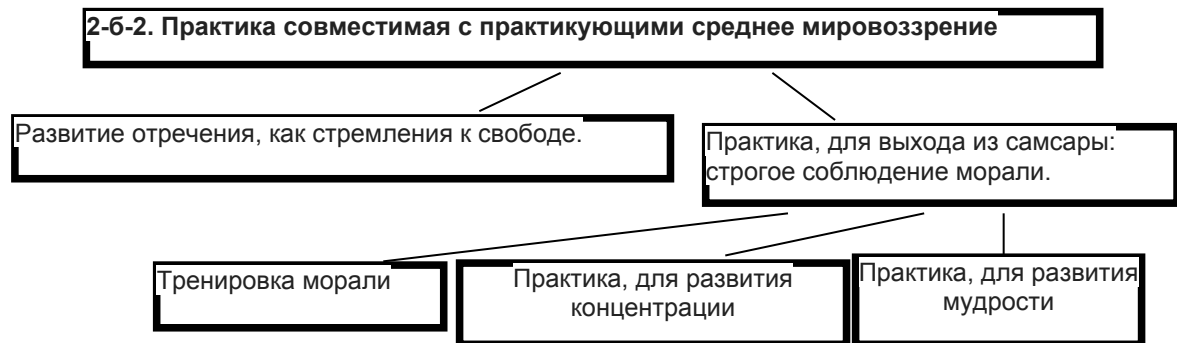
tarndu lo kye

Они хотят натренировать себя стремиться окончательно выйти из самсары. "Огромное стремление к счастью свободы, это развитие отречения, в полной мере. "Меня не интересует Самсара. Я знаю, что все страдания. Благослови меня, не быть занятой самсарными вещами. Чтобы я не была заинтересована в самсарных вещах, чтобы я могла полностью сконцентрироваться на выходе отсюда", и это первая их практика.

2. И вторая их тренировка, это потом делать практику, выводящую их из страданий -

tarlam ten ap

Итак, прежде всего развить стремление выйти из самсары, и потом делать практику, выводящую их из самсары.



Здесь подчеркивается тренировка соблюдения моральных обетов. Нельзя достичь мудрости, нельзя достичь концентрации, без тренировки морали. В курсе 2, мы много об этом говорили.

Этапы пути, совместимые с практикующими широкого мировоззрения

Что делают практикующие широкого мировоззрения?

1. Первый этап практики, это учиться чему? **Развитию желания Бодхичитты.**

sem kyepay tsul

Итак, они просят, чтобы Лама благословил их сознание, чтобы они смогли думать, как Бодхисаттва. Чтобы они желали достижения блага, для всех живых существ. Бодхичитта желания.

2. И на втором уровне, что изучают? **Действовать, как Бодхисаттва.**

chupa la loptsul

И это, намного больше, чем первое.

Редкие, и драгоценные, как бриллиант

И оба они, как бриллиант, говорит нам Будда. Будда говорит, что найти один такой, даже на первом уровне Бодхисаттвы, это настолько же редко, как и нахождение бриллианта.

Даже, если он еще не умеет действовать, как Бодхисаттва, но уже натренировал себя думать, как Бодхисаттва, когда он стремится принести благословение всем существам - этот Бодхисаттва, превосходит даже Архата. Того, кто пришел к Нирване, через Хинаяну. Даже, если он не видел пустоты, он уже превосходит их.

В книгах это сравнивают с бриллиантом, по сравнению с золотом.

Архат, даже если он пришел к Нирване, он как золото, по сравнению с бриллиантом, и это Бодхисаттва, поставивший своей целью освобождение всех существ, или стремление к освобождению всех существ.

Но, что? В чем разница, между Бодхисаттвой, всего лишь стремящимся, по сравнению с Бодхисаттвой, уже тренирующимся, и действующим?

Первый, как сломанный, а второй, как целый бриллиант. Но оба они являются бриллиантом, по сравнению с золотом.

У практики Бодхисаттвы, также есть две части

Эта практика, в которой он тренируется действовать как Бодхисаттва, имеет две части, и это подразделы. Какие две части есть у того, кто действует как Бодхисаттва?

1. Есть открытые действия - тренировка, в шести парамитах (совершенствах). Это мы называли:

Do

2. И есть тайная практика, в Тантре, и это мы называли:

Ngak

Потом, в тренировке в действиях Бодхисаттвы, также есть две части.

И, что это за части?

Из зала: первые четыре, и...

Учительница: четыре, и две, да. Мы разделили эти шесть (парамит), на четыре, и две.

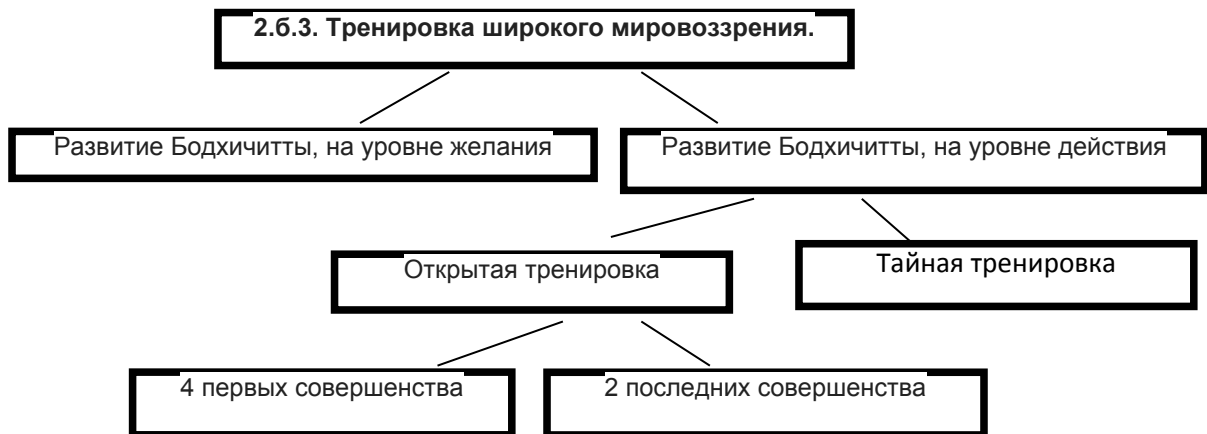
Обычно, практика шести совершенств называется:

chupa chi la lob-tsul

Тренировка, в двух последних совершенствах называется:

parchin tama nyi la lab-tsul

Четыре первых совершенства, включают в себя тренировки даяния, морали, терпения, радостного усилия. Два последних, включают в себя тренировку в концентрации, и мудрости.



Что такое, три вида морали?

а. Первое - это воздержание от вреда.

nyechu dompay tsultrim

Вся этика, приходящая, чтобы научить нас, как воздерживаться от вреда ближним.

б. Вся этика, обучающая нас накоплению множеству добродетели.

Gevay chu dupay tsultrim

Чтобы прийти к просветлению, нам нужно накопить много добродетели. Если мы на пути Бодхисаттвы. Чтобы прийти к полному просветлению, нужно накопить много добродетели, и:

в. Это нужно делать из мотивации желания принести благо, всем существам.

semchen dunje kyī tsultrim

Это троица морали.

Есть ли у вас, какие-то вопрос?

Ок, вся ясно.

О важности выполнения домашних заданий

Я хотела бы, добавить, еще несколько слов.

1. Первое, это то, что важно делать уроки. Важно, потому, что я, в сущности, вижу тех, кто изучает этот материал, как будущих учителей других.

И для того, чтобы вы смогли передать его другим в точности, вам нужно познакомиться с материалом, и узнать все подробности.

В Дхарме, когда вы получаете учение, это обычно возлагает на ваши плечи большую ответственность, потому, что вы не хотите быть теми, на ком завершится эта линия передачи.

Поколения, поколения, передавали это нам, трудились, посвящали этому свои жизни. Сейчас, вы получаете священный инструмент, способный освободить людей от страданий. Это сразу же, возлагает на вас долг, продолжать это дальше.

Вы должны быть учителями, следующего поколения. Оно зависит от вас, и для этого, вы должны выполнять домашние задания. Это минимум. И это первое.

2. Цель всего этого, подготовить вас к Тантре.

Одно из требований, для подготовки вас к Тантре, прохождение 18 курсов, со всеми дипломами. Вам нужно завершить домашние задания, экзамены, контрольные. Проверить их друг у друга, дать мне список с оценками, и если вы успешно завершаете курс, вы получаете диплом, и вам нужно, чтобы у вас на руках, было 18 дипломов, которые вы мне покажете. Это важно. И это вторая, важная причина.

И в конце концов, вам нужны вся эта информация, которую мы изучаем на курсах. Цель ее, подготовить вас к более высокой вещи. Вся она, включает в себя части пазла, складывающего вместе в картину, намного большую, чем каждая его часть. Это, очень важно. Очень важно, если вы серьезны. О.К?

Итак, давайте завершим Мандалой.

(Мандала)