Курс АСІ 6, «Сутра Алмазного Сердца»

На основе уроков Геше Майкла Роуча

Редакция, перевод, и подача

Ламы Дворы Ла

Кибуц Шфаим, июнь 2005

Урок 5

(Манадала)
(Прибежище)

Тысячи, и тысячи, и тысячи планет на которых есть жизнь...

Кто хочет прочесть на странице 8? Пожалуйста, Яков.

«И снова говорил Благословенный:

О, Субхавати! Как ты думаешь? Если бы встал один из преданных сыновей, или одна из преданных дочерей, и взяли бы все планеты существующие в этом большом мире, мире тысячи и тысяч планет, и тщательно их покрыл всеми семью видами драгоценных сокровищ, и поднес бы их как подношение — не увеличилось бы в огромной мере накопление добродетели этого Сына, или Дочери, которую бы они накопили через это действие?

И Субхавати с отвечает с благоговением:

О, Благословенный! Добродетель будет большой. О, Тот Кто Пришел к Наслаждению — да, добродетель будет большой. Это огромное количество накоплений добродетели, которую бы накопили этим эти Сыновья, или Дочери. И почему это так? О, Благословенный! Эти самые накопления добродетели, являются накоплениями которые вообще не существуют; И поэтому, Те Кто к Этому Пришли, могут говорить о «Больших накоплениях добродетели, больших накоплениях добродетели».

Хорошо, давайте остановимся здесь на мгновение.

Вопрос из зала: минутку, вы пропустили часть...

Учительница: мы не делаем на этом курсе всю Сутру, но вы все ее прочитаете.

Итак, давайте немного поговорим об тысячах, и тысячах, и тысячах планет.

Это относится к пятой главе Абхидхармы Коши. В Абхидхарма Коше есть восемь глав. Первые пять говорят о нашем, не чистом мире, а последние три говорят о чистом мире, со все возрастающей степенью чистоты.

Мы на курсе о Карме учили большие части из четвертой главы. Глава 4 о том, как работает карма.

Глава 5 говорит о мироздании, о Буддистской космологии.

- Там есть описание мира: как мир начинается, и как он заканчивается.
- Там есть описание конца мира. Мир заканчивается как взрыв сверхновой звезды. Будет какой-то большой огонь, который разрушит мир, потому, что мир начался, и поэтому он должен закончиться, также как и Дхарма началась, и она должна завершиться.

И здесь он описывает системы, это как галактики. И есть:

1. Прежде всего, первый пункт. Это называется:

Tong chipu

Это группа тысячи планет на которых есть жизнь.

И Абхидхарма Коша говорит о множестве планет на которых есть жизнь. На которых есть не только люди, но и животные, и ад — все области существуют.

И это группа из тысячи таких планет. Это первый уровень.

Вопрос из зала: ад, это другая планета?

Учительница: нет, нет. Все шесть форм жизни есть на каждой планете.

И он говорит о системе из тысячи таких планет. Это первый уровень.

2. Второй уровень:

Tong bagma

Потом, он говорит о тысяче таких систем, в каждой из которых есть тысяча живых звезд.

3. Третий уровень:

Tong chenpo

Потом он говорит о третьем уровне, это тысяча этих, второго уровня.

И так это там описывается. Вкратце, о чем он здесь говорит? О Биллионе.

Из зала: девять нулей?

Учительница: девять нулей. Да.

Из зала: и на всех них есть жизнь?

Учительница: и на всех них есть жизнь, да.

Итак, он говорит, что происходит, когда приходит какой-то мужчина или женщина, и собирает семь видов драгоценных сокровищ... Что такое семь видов драгоценных сокровищ? Там есть золото, серебро, алмазы, лазурит, и так далее. Различные драгоценности.

И приходит человек, мужчина или женщина, и берет все эти тысячи тысячи и тысячи планет на которых есть жизнь, и полностью их покрывает, целиком, всеми семью видами драгоценных сокровищ. И тогда, подносит это как подношение. О.К.? И тогда он задает вопрос, является ли большой добродетелью то, что накапливает этот человек. И тогда он продолжает, и проводит сравнение.

Яков, ты хочешь продолжить? На странице 9.

...по сравнению с одним абзацем в четыре строки из Сутры

« Сказал тогда Благословенный:

О, Субхавати! Предположим, что один из преданных Сыновей Сутры, или одна из преданных дочерей Сутры встали бы, и взяли все планеты в этом большом мире, мире тысяч, и тысяч, и тысяч планет, и тщательно бы их покрыли всеми семью видами драгоценных сокровищ, и поднесли бы их как подношение. И по сравнению с этим, предположим, кто-то держит один абзац даже в четыре строки из этого представления Дхармы, и объясняет его другим, и хорошо ему обучает. Количество накопленной им этой добродетели, в безмерной мере превосходит, и выходит за пределы всего того, что можно описать, по сравнению с первым».

Он проводит такие сравнения. И почему это так?

«И почему это так? О, Субхавати! Потому, что из этого прорастет полное, и совершенное просветление, выше которого нет, тех кто этому пришел, уничтожителей врагов, полностью просветленных Будд. Это также то, что рождает всех благословенных Будд».

Так каков ответ?

Почему объяснение даже четырех строк из Сутры накапливает так много добродетели? Потому, что это то что создает Будд, а Будда может помочь всем существам на всех планетах одновременно.

Бесконечная добродетель, очищающая все страдания

Поэтому, создать даже одного Будду, это бесконечная добродетель. Даже одного человека, который пришел к просветлению - это бесконечная добродетель. Поэтому, если кто-то приходит, и объясняет такие вещи, это сажает семена в его сознании, и как результат этого, в один прекрасный день эти семена прорастают, восходят, и приводят его к просветлению — поэтому, добродетель этого бесконечна, и она не идет ни в какое сравнение с покрытием всех тысяч, и тысяч, и тысяч планет, всеми семью видами сокровищ, и подношением их Буддам. Это сравнение, которое он нам приводит.

Это тот, кто объясняет эту Сутру, это тот, кто читает эту Сутру, это тот, кто понимает эту Сутру, и тот кто прикасается к этому содержанию, и занимается этим. Сам факт произнесения ее.

Много людей спрашивают: как нам очистить карму? Я вас научу, как очистить карму. Но самый лучший способ очистить карму, описан именно здесь. Это взять эту Сутру, или Сутру подобную ей, «представление Дхармы, подобное этому», и произносить ее, понять ее, читать

ее, рассматривать ее. Именно это. Потому, что это то что приводит к просветлению Будды. Это очищает все плохое в мире. Это освобождает от страданий. Это самая сильная вещь, чтобы освободиться от страданий. Самая сильная.

Да.

Вопрос из зала: в оригинале этой сутре также появляется «или преданные дочери»? (Задающая вопрос сравнивает с Сутрой Сердца, которая изучалась ранее).

Учительница: да, так там написано.

Бесчисленные тела

Сейчас, есть здесь те кто хочет прочитать? Прочитай ты. На странице 17, внизу, «И Благословенный снова сказал».

«И Благословенный снова сказал:

Скажу также и это, о Субхавати! Предположим пришли бы какие-то мужчины или женщины, и отдали бы свои тела, и предположим, они бы это сделали с огромным количеством тел, таким как количество капель в реке Ганг».

Остановись наверное на мгновение, и я объясню, что это значит, что они бы это сделали с огромным количеством тел?

Помните, я раньше говорила с вами о поклонах? Я начала урок с того, почему мы делаем кланяемся? Потому, что у нас нет времени ждать, мы должны накопить много добродетели.

Поклон накапливает нам множество добродетели. Почему? Потому, что мы используем то, что в нас есть: тело, речь, и мысль, чтобы преклониться перед великой мудростью, мудростью пустоты, мудростью которая освободит нас от страданий.

Это накапливает нам множество добродетели. Нам необходимо ее много, нам не достаточно чуть-чуть добродетели. Нам недостаточно трех несчастных поклонов в день, трех утром, и трех вечером — когда берут обеты прибежища, это то что нужно делать.

И, что нам советуют мудрецы? Они говорят, что прежде чем ты начинаешь кланяться, остановись на момент, и представь что у тебя есть множество тел. Есть трюк. Представьте, что все живые существа стоят вместе с вами, позади вас. Вы ведете всех их. Вы стоите спереди. Впереди вас Будды, впереди три драгоценности, и вы стоите здесь, а все остальные позади вас. Мать, и все женщины вашей семьи с левой стороны. Отец и все мужчины вашей семьи, с правой стороны. Позади матери, все женщины существующие в мироздании, и позади отца, все мужчины существующие в мироздании.

Сколько существует существ? Бесчисленное количество. Заполняющие все пространство. И представьте, будто все они люди, несмотря на то, что сюда мы включаем и животных, и духов, и существ ада. И настолько, насколько воображение может вместить — а Будда в этой Сутре расширяет нам наше воображение, он каждый раз дает нам упражнения на воображение — поэтому, насколько ваше воображение может вместить, представьте что все эти существа позади вас, и они кланяются вместе с вами.

Из зала: это усиливает запись.

Учительница: запись становится сильнее в миллион раз.

Вы делаете это, и сейчас вы делаете это для всех. Вы сейчас кланяетесь, чтобы прийти к просветлению для всех. Тем, что вы кланяетесь, все они также накапливают добродетель. Сейчас, когда вы говорите:

*До тех пор, пока я не приду к просветлению,
Я буду опираться на Будду, Дхарму... и так далее.*

Представьте, что все кто позади вас, делают вместе с вами то же самое. Поэтому, вы как бы говорите тысячью языками.

И сейчас, ту же самую визуализацию используют здесь:

«Предположим, пришли бы какие-то мужчина или женщина, и отдали бы свои тела, и предположим что они бы это сделали с огромным количеством тел».

И, вы как бы создаете себе множество двойников, или всех существ, и все это вы отдаете.

Вопрос из зала: извините, что означают слова «отдать тела»?

Учительница: они приносят свои тела в жертву, как Будда например принес свое тело в жертву тигрице. Они отдают свои тела. Они говорят: О.К.! Если это кому-то будет полезно, то я отдаю это тело. И Будда делает это все время, и Бодхисаттвы делают это все время. И мы сделаем это, когда придем к их уровню. До тех пор, не отдавайте свое тело, но придет день, когда только это вы будете хотеть сделать. Когда страдания ближних будут настолько невыносимы, что вам вам не нужно будет тело, если кто-то страдает. Если это может кому-то помочь, вы его отдаете.

Но, как сказал Мастер Шантидева: «Начните с даяния морковки, и картошки. И потом две морковки, и две картошки. Постепенно-постепенно, мы придем к этому месту. И тогда, это также и не будет больно, и тогда, это также приведет к высшему наслаждению, но это будет тогда, когда мы станем Бодхисаттвами, и Меасатвами.

Слезы Субхавати

Да.

Из зала: у меня вопрос. Это расширение воображения, когда мы можем увидеть миллионы и миллиарды людей, связано с переживанием пустоты, которое описывал Геше Майкл?

Учительница: оно сажает семена. Да. Гали спрашивает, связано ли это с тем, что описывал Геше Майкл, когда есть момент Бодхичитты: раскрывается сердечная чакра, и вдруг мы можем видеть лица всех существ, одновременно. И тогда, он говорит, мы понимаем свое предназначение, что наше предназначение позаботиться обо всех. И избавить всех от страданий. Да, разумеется, такие визуализации сажают в нас семена, чтобы это произошло.

Да, продолжи пожалуйста.

«По сравнению с этим предположим, что кто-то держит даже один абзац в четыре строки, из этого представления Дхармы, и объясняет его другим, и хорошо ему обучает.»

Благодаря этому, этот человек накопит огромное количество добродетели, добродетели которую не возможно ни измерить, ни сосчитать.

И тогда, от мощи этого учения из глаз младшего монаха Субхавати начали течь слезы. И после того, как он утер слезы, обратился он к Благословенному с благоговением.»

О.К., здесь мы остановимся. Я хотела бы завершить на этой волнующей ноте. :) Субхавати все время говорит с Буддой, и когда он, когда он сам осознает ту мощь, которая есть в этом учении, и он начинает плакать.

Совершенства

Итак, давайте поговорим об этом даянии, об этом даянии тела, которое здесь есть.

И Будда в сущности начинает говорить о совершенствах, о шести совершенствах, и даяние это первое из них.

1. Совершенство даяния.

И первое: **Діпра**

Что такое Діпра? Даяние.

Четыре вида даяния

Какие виды даяния существуют? В общем, можно говорить о четырех видах даяния.

- Существует даяние материальных вещей. Денег и материальных вещей тем, кто в них нуждается. Это первый вид. Это первая категория вещей, которые мы можем дать.
- Вторая категория, это дать убежище. Защитить тех, кто в этом нуждается. Предоставить безопасность. Это и дать дом, и также защитить от чего-то, чего боятся. Защитить от того, чего боятся. И это может быть и физически, и ментально.
- Третье даяние, это даяние любви.
- И даяние Дхармы. Даяние Дхармы, это самое высокое даяние. Почему?

Ученица: Дхарма приводит к просветлению.

Учительница: давая человеку материальные вещи, вы даете ему то, в чем он на данный момент нуждается. Если вы обучаете его Дхарме, вы в сущности обучаете его, как все эти вещи создавать.

Ученица: это также соответствует иерархии Maslow. (Известный психолог, один из основателей течения «Гуманистической психологии»).

Учительница: может быть не случайно. (Намек на описание дававшееся на предыдущем уроке, о действиях просветленной личности).

Итак, даяние Дхармы сопровождается объяснением мудрости людям — в тот момент, когда

они понимают мудрость, и карму с пустотой, они могут начинать создавать свой мир.

Даяние Дхармы, не идет ни в какое сравнение с алмазами. И это то, что у нас здесь написано. Те преданные сын или дочь, которые покрывают все планеты всеми драгоценными веществами, и подносят их как подношение, это вообще не идет в сравнение по своим заслугам, с теми заслугами которые накапливаются, когда идут и берут один абзац из этой Сутры, с мудростью которая в нем есть, и обучают ему других. Это вообще, не идет ни в какое сравнение. Почему? Потому, что таким образом он может создать себе реальность в которой он не будет нуждаться в материальных вещах от меня, потому что он сумеет создавать их сам.

Вопрос из зала: это не только обучать именно этой Сутре?

Учительница: нет, нет. Любой Праджна Парамите. Но об этом написано в этой Сутре.

Итак, это первое Совершенство.

Что дать в первую очередь?

Итак, прежде всего мы привели классификацию того, что можно дать, и мы сказали, что самое большее что можно дать, это Дхарму. И тогда вы задаете вопрос, что сделать в первую очередь?

Если вы способны, если вы развили способность обучать Дхарме — обучайте Дхарме.

Три сферы Дхармы

И сейчас мы поговорим о другом аспекте, и это даяние с мудростью. И в связи с этим, о трех сферах даяния. Трех сферах.

Итак, в даянии есть:

а. Дающий.

На тибетском: **Jinje**.

б. Получающий

На тибетском: **Jin Yul**.

в. И есть:

- передаваемая вещь, или
- факт действия передачи.

На тибетском: **Jinja**.

Третье, это может быть или сам передаваемый объект, или факт совершения действия даяния: три сферы.

Пустота трех сфер

И превращает даяние, в совершенство даяния: понимание пустоты трех сфер.

В совершенное даяние, в понимании Perfection — совершенство даяния. Парамита.

Почему, это совершенство даяния? Потому, что в тот момент когда это начинает сопровождаться мудростью, это превращается в средство выхода из самсары.

Поэтому Совершенства называют Парамитами.

Выйти за пределы

Paramita

На тибетском: **Pa rol tu chin pa.**

Как мудрость вплетается сюда, и как она превращает это в Совершенство?

- И так, прежде всего дающий. Если например я даю, в случае если у меня есть понимание пустоты; в случае если я понимаю, что я воспринимаю себя так как воспринимаю, в результате того, что делала другим в прошлом, и сейчас это заставляет меня воспринимать определенным образом — это мое понимание пустоты. Что нет Дворы существующей самой по себе, не зависящей от того, что я делала другим в прошлом. Это 1.
- Как тебя зовут? (Лама обращается к ученице в зале.) Ница. Нет Ницы существующей самой по себе, не зависящей от моей проекции, и эта проекция зависит от того, что я делала другим в прошлом.
- Нет вещи, которую я могу передать, нет ручки существующей самой по себе, не зависящей от всех этих вещей.
- И сам факт действия, он пуст. Что такое действие? Я беру предмет, и передвигаю его отсюда туда. Что делает из этого даяние?

Из зала: намерение.

Учительница: намерение. Даяние не является даянием, само по себе. Я превращаю его в даяние тем, что воспринимаю это передвижение предмета, как действие даяния.

Чем больше я осознаю эти вещи, понимаю их, глубже их усваиваю, тем больше добродетели накапливает для меня, это действие даяния.

И Бодхисаттва — говорит нам здесь Будда — который понял это представление Дхармы, и это значит, воспринял пустоту напрямую — когда он дает, то каждое его действие даяния накапливает много добродетели. До этого, добродетель которую мы накапливаем относительно мала, и она не достаточно сильна, чтобы освободить нас из самсары. И поэтому, мы должны привести себя к состоянию видения пустоты напрямую. И это срочно.

Из зала: почему? Потому, что это развивает тщеславие, если мы не делаем это с мудростью?

Учительница: потому, что если это не сопровождается мудростью, я не очень понимаю что я делаю. Я не понимаю, как освободить от страданий себя и других.

Чем больше мы осознаем пустоту трех сфер, тем больше наше даяние накапливает нам добродетели. Чем больше мы накапливаем добродетели, тем улучшается наша практика. Наша медитация будет все улучшаться.

Дебат о даянии

Вопрос из зала: даяние происходит из семян посеянных в предыдущих воплощениях?

Учительница: да. Чем больше ты даешь, тем ты увеличиваешь свое стремление давать.

Вопрос из зала: если я ему даю, и мы оба пусты, какое из них это созревание кармы, и какое из них, это семена будущей кармы?

Учительница: любая вещь, это и то и другое. Если я сейчас даю, и у меня есть желание что-то тебе дать, это созревание семян того, что я в прошлом развила даяние, и мне с легкостью хочется давать. Есть дети, которые когда заходит гость бегут к нему с угощениями, и есть дети, которые все берегут для себя. Откуда это идет? Они уже приходят с этой склонностью, из прошлых жизней.

Из зала: но вы должны найти кого-то как я, у кого созреет это, и она сможет принять? Так что? Это как две кармы встречающиеся одновременно?

Учительница: как он это называет Тик Нат Хан? Он называет это очень красиво: Interbeing.

Из зала: переведите это как «совместимость».

Учительница: все сочетается perfect.

В Mind Only School — школа «Только сознание», так ее называют — говорят, что предмет который я вижу, и глаз который видит, все идет из одного кармического семени. Поэтому, если я тебе даю, то я сама, и вещь которую я тебе даю, и ты которая принимаешь — все это в сущности идет из одного и того же кармического семени. Это то, что они говорят.

Вопрос из зала: у меня вопрос в отношении принимающего. Разве не все равны на мой взгляд? Разве мне не нужно в равной степени давать всем?

Учительница: тебе нужно вывести всех из страданий. Не всем нужно одно и то же даяние. Разным людям требуются от тебя разные вещи.

Вопрос из зала: это значит, что мое даяние будет в соответствии с тем, кто является получающим?

Учительница: да. Будда развивает искусство приходить к каждому человеку в соответствии с его нуждами, подходящим ему образом. Ты даешь каждому то, что ему нужно на тот момент, то что сможет его продвинуть на тот момент.

Вопрос из зала: но я даю всем? У меня проблема с теми кто не отсюда. Люди которые не учатся со мной, которые не понимают мое отношение. Я им говорю: я даю всем, и я не считаю, что этому полагается больше потому, что он ближе мне, или более для меня важен?

Учительница: ты поднимаешь тему Equanimity, равенности. Да, Бодхисаттва хочет всех

освободить от страданий в равной степени, в равной степени. Что не говорит о том, что у него одни и те же отношения со всеми существами. Если одно существо является моим братом, и одно существо моей матерью, и одно существо моим мужем, и одно существо моим ребенком — у меня есть разные кармы с разными существами, но всех их в равной степени, я хочу вывести из страданий.

Из зала: ты даешь каждому то, что ему нужно. Это относится к мудрости, верно?

Учительница: да.

Вопрос из зала: если я приобрела мудрость, я могу дать отдающему добродетель которую накопила, даже если он не отдает с мудростью?

Из зала: сама эта мысль является даянием.

Учительница: это твоя карьера, как Бодхисаттвы.

Что делает Лама? Люди приходят и дают ему цветы и шоколадки... И у нашего Ламы был диабет. Он не мог есть все эти шоколадки, и у него была аллергия на запахи цветов. И он принимал это. Почему? Для того, чтобы ты смогла накопить добродетель. То, что делает такой Лама, если он понимает пустоту вещей, и то к чему это приведет, в тот момент когда он принимает от меня шоколад, который ему не нужен, он говорит: «Пусть благодаря этому ее даянию, она придет к просветлению».

2. Совершенство моральности.

Следующее совершенство: **Tsultrim**.

Tsultrim, это тибетское слово обозначающее этику, или мораль.

Это второе совершенство. Жить этическую жизнь. Мы уже говорили об этом раньше, поэтому я вернусь к этому вкратце.

Мы говорили о трех уровнях соблюдения морали:

- Обеты свободы,
- Обеты Бодхисаттвы,
- Тантрические обеты.

Помните, мы говорили о том, что каждый из них выше предыдущего ему?

- Прежде всего, основное ударение ставится на не причинении вреда другим. И обеты прибежища также находятся в первой категории.
- Потом, во второй категории ударение ставится на том, чтобы быть хорошими по отношению к другим, приносить благословение ближним, и развивать Бодхичитту.
- В третьей категории, ударение ставится на том, чтобы как можно быстрее прийти к просветлению, в этой жизни.

Из зала: это «Троица морали»? (Задающий вопрос цитирует из перевода Ламы Дворы-ла молитвы «Источник всей добродетели», который был роздан всем ученикам в начале курса).

Учительница: да.

Мы говорили о трех сферах даяния:

- Дающий
- Принимающий
- И предмет который передается, или само действие даяния.

Здесь также есть три сферы. И я не буду их перечислять. Я оставлю это вам. В каждом обете есть три сферы. Если например это обет не воровать, там есть три сферы: там есть ворующий, человек у которого украли, и предмет который украли, верно? Это легко. И так в каждом из обетов, есть три сферы.

Крылья приводящие нас к просветлению

И я хочу сказать об обетах еще несколько слов.

Слово «обет» иногда может напугать, или ощущаться как ограничение. Это не что-то ограничивающее, и это не что-то связанное с наказанием свыше. Это что-то, что тренирует меня прийти к просветлению.

Вы слышали как я говорила в прошлом, что обеты сравнивают с крыльями; с крыльями приводящими Бодхисаттву к просветлению. И это в сущности список самых сильных вещей, на которые мне нужно обращать внимание, чтобы прийти к просветлению. **Поэтому, пришел Будда, и создал нам список обетов, потому что мы не знаем как туда прийти, и поэтому нам нужно чтобы пришел кто-то просветленный, и объяснил нам как туда прийти.**

Геше-ла очень впечатлился праздником Шавуот, и тем что евреи празднуют получение Торы, получение десяти заповедей. Как чудесно, что есть праздник который отмечает то, что что пришла просветленная личность, такая как Моисей, и дала нам систему правил, которая выведет нас, пусть немного, пусть даже чуть чуть, из самсары. Это хорошая причина для праздника, отличная причина для праздника.

Чем глубже наше понимание пустоты — пустоты и кармы, которые являются двумя сторонами одной и той же монеты — чем глубже наше понимание этих двух, тем больше каждое наше действие в каждом из совершенств, и в каждом из хранимых обетов, будет сопровождаться пониманием пустоты.

Для чего хранить обеты?

Не потому, что это морально,
Не потому, что так сказал Лама,
Не потому, что так сказало правительство,
Не потому, что так сказал парламент,

А потому, что у нас нет выбора. Если мы не будем их хранить, мы будем страдать. И Бодхисаттва понимающий пустоту, понимает это очень напрямую, и ему не приходит в голову нарушить правила движения, или что-то в этом роде, потому что он понимает. Он понимает, как это приведет к страданиям.

Из зала: когда у тебя крадут, ты можешь что-то сделать?

Учительница: разумеется. Ты тогда понимаешь, откуда это идет. Ты понимаешь пустоту этого, и что тебе нужно сейчас делать. Есть такие люди. Я знакома с кем-то, у кого всегда что-то крадут.

Вопрос из зала: так, что она может сделать?

Учительница: если она понимает карму этого, и пустоту этого, то что остается сделать, это очень тщательно соблюдать правило «хранения чужого имущества». Специально обращать внимание, если кто-то не закрыл дверь, или — специально оберегать чужое имущество. И может быть так, что в этой жизни она ничего не крада, но эта карма созревает у нее из прошлых жизней. Это ее путь избавиться от нее, кроме очищающих сил которые мы будем изучать, и это в сущности часть их.

Вопрос из зала: что происходит, когда падают например в «яму»? Не раз падают в какую-то вещь, такую как гнев, или не красивая речь. Вопрос, как мы решаем это моментальное падение в которое я упала, несмотря на то, что я осознаю, и понимаю что что-то не в порядке?

Учительница: чудесный вопрос. О.К., я решаю что я больше не краду, потому, что я понимаю к чему это приводит, и я больше этого не делаю. Но, у меня есть привычки. Когда не смотрят, я тащу малые вещи. У меня есть привычка, и я стащила что-то малое. Прошел час, или два, и я вспомнила: «Ой, учительница в классе сказала... и сейчас я буду страдать». Что мне делать?

Так мы все. Борьба со старыми склонностями берет время. У меня берет час, или день чтобы вспомнить, и когда я вспоминаю приходит раскаяние, и приходит решение прекратить совершать это действие, и приходит какое-то действие, чтобы исправить этот поступок, и все это — сама по себе чудесная карма, потому, что это карма которая противостоит старой созревающей у меня карме, старых склонностей совершать это действие. И это путь выхода из «ямы». И именно так очищают отрицательную карму.

Из зала: у меня вопрос, есть ли у нас магическая тяга к сомнительным действиям, к кражам...?

Учительница: один из результатов любого действия, это увеличение желания к этому вернуться. Мы говорим, что «преступник возвращается на место преступления».

Из зала: это как когда ты слушаешь рекламу, и она играет в тебе все больше и больше.

3. Совершенство терпения.

Следующее совершенство. Повторите за мной:

Сора

Сора означает терпение, выдержка.

Это искусство не раздражаться в то время когда приходит момент, в который вы бы обычно рассердились. В этот момент, в который вы обычно бы вскипели — вы отказываетесь от вскипания. Это большое искусство, и может быть это самое трудное. Потому, что вскипание происходит в нас за один момент. При даянии я могу подумать: да дать, нет не давать. У меня есть немного времени. Это — происходит во мне за один момент.

И это третье. Здесь также есть три сферы.

Из зала: в сущности они всегда есть.

Учительница: всегда есть три сферы.

4. Совершенство радостного усилия.

Что четвертое? Это радостное усилие.

Tsundru

Я это перевожу на иврит как радостное усилие. Это может быть «усилие», и это может быть «радостное действие»...

То, что это в сумме — то чему нас учит Мастер Шантидева, это радость совершенно хороших вещей. Это радость при совершении всех вещей о которых мы говорим: даянию, хранению морали, хранению терпения, развитию медитативной способности, приобретению мудрости. Это радоваться этому накоплению добродетели. И делать это не из: я не спал... хорошо, я не спал, но если сейчас ты можешь помочь множеству людей, то ты идешь помогать множеству людей, даже если ты не спал, потому что это дает тебе кайф. И это радостное усилие.

И есть ограничения. И если я знаю, что если я не спала, я потом вскиплю, или заболею, то я не принесу никому никакой пользы. Поэтому, нужно ставить границы. И если я целый год сидела у компьютера и делала переводы, то может быть один раз я могу сходить в кино.

- Первое было даянием,
- Второе, это мораль,
- Третье, это терпение,
- Четвертое, радостное усилие.

5. Совершенство медитации.

Пять — медитация.

На тибетском, повторите за мной:

Samten

И это совершенство медитации, совершенство концентрации. Здесь подразумевается развитие медитативной способности.

6. Совершенство мудрости.

И что шестое?

Из зала: мудрость.

Учительница: мудрость. И на тибетском?!

Из зала: sherab

Sherab

Совершенства и тела Будды

Итак, первые четыре что создают? Накопления добродетели. И их совершенствование, это накопление добродетели. И что это создает? Физическое тело Будды.

И последние два, пять и шесть, это накопление мудрости, и они создают тело мудрости Будды. Дхармакайю.

Сейчас, номер четыре радостное усилие. В сущности, оно распространяется и на эти три, и на эти два. Оно распространяется на все.

Добродетель совершенств

И сейчас, почему они расположены таким образом?

Из зала: они расположены в соответствии со своей приближенностью к просветлению.

Уровни Бодхисаттвы

Помните, мы говорили что есть уровни Бодхисаттв? Бодхисаттва практикующий путь Махаяны, в момент когда видит пустоту напрямую, он начинает совершенствовать Парамиты, совершенства, потому, что он хочет привести себя к уровню Будды, который может помочь всем существам. В противоположность практикующему Хинаяну, фокус которого на себе, и тогда он начинает уничтожать духовные омрачения себя одного, одного. Здесь он действительно уничтожает омрачения, но через практику совершенств.

- Бодхисаттва поднимающийся на первый уровень Бодхисаттвы совершенствует там даяние. Приводит его к совершенству. Для приведения своего даяния к совершенству, он использует понимание пустоты.
- В тот момент, когда он привел это к совершенству, он поднимается на второй уровень. На втором уровне он совершенствует Парамиту моральности.
- В тот момент, когда он совершенствовал это, он поднимается на третий уровень, и так далее.

Есть десять уровней Бодхисаттв. Здесь у нас есть только шесть совершенств, и это потому, что есть дела, которые мы сейчас не делаем.

И значит ли это, что если я не закончила совершенствовать даяние, я не должна соблюдать моральность? Ни в коем случае. Мы работаем над всеми одновременно. Но одно усиливает другое.

Сейчас, почему именно в таком порядке? Одно тянет другое.

- Например, когда человек занимается развитием своего даяния, результатом этого является небольшое ослабление цепляния. «Это мои вещи, и к ним я привязана, и от них я не хочу отказываться». Когда я практикую даяние, я понемногу ослабляю

цепляние за вещи. Когда я ослабляю цепляние за вещи, которое у меня есть, я начинаю разделять их с другими, и мое внимание, мой фокус переходит на других.

- Когда мой фокус переходит на других, моральность начинает играть более важную роль. И результат изменения фокуса, помогает мне потом в совершенствовании моральности.
- В момент когда я развила моральность в отношениях с близкими, это дает мне хорошую основу, для совершенствования терпения в отношении к близким, потому, что на этом этапе близкие становятся для меня очень важными.

Вы помните, как объяснил нам Мастер Шантидева, в главе о терпении?

***Мой дорогой чтобы не произошло,
Мую радость я не позволю нарушить.***

Верно, глава 9. Если мы будем хранить радость, мы не упадем в гнев, не рассердимся. Если мы решаем: не важно что произойдет, я не теряю радость. И тогда не может подкрасться недовольство, и тогда не расцветает гнев.

Если я решаю что я не нарушаю радость, то не разовьется гнев. Как я буду на тебя сердиться? Я не согласна быть не радостной. Гнев и радость не идут вместе. Поэтому, это идет только отдельно.

- Если сейчас я отпускаю свои злость и кипение, в тот момент когда появляется терпение, в сердце поднимается радость, и тогда это дает хорошую основу, для развития радостного усилия, и тогда это становится кайфом.

Из зала: это обязано быть решением. Ты решаешь, что ты ходишь с радостью?

Учительница: да. Разумеется, но то о чем ты говоришь, это сила желания. И сила желания очень важна, но самой по себе ее не достаточно. Почему? Потому, у силы желания самой по себе, есть свои границы.

Я решаю не сердиться, но если ты берешь мою Сутру, то я да рассержусь, потому что есть границы. До сих пор я тебе разрешаю, а отсюда и дальше нет. Что мне нужно, чтобы действительно не сердиться? Понимание пустоты. Мне нужно понимать, как это, что ты приходишь и берешь мою сутру. Что я делала, что привело к этому созреванию, к созреванию того что ты сейчас берешь у меня эту Сутру.

Из зала: вы говорите, что также если я разозлился, и когда я напоминаю себе о пустоте, в этот момент я делаю себе исправление, или антидот?

Учительница: это происходит немедленно. Если я на этом месте понимаю пустоту, то на кого я буду сердиться?

- Итак, сейчас мы развили радостное усилие. Мы очень любим накапливать добродетель. Мы очень тщательно соблюдаем моральность. Наша совесть чиста. Что это делает? Это позволяет нам развить концентрацию. Поначалу, прежде чем мы сможем развить концентрацию, нужно сидеть, и немного бороться с ленью, верно. Мы не очень любим сидеть и делать медитацию поначалу. Наше сознание привыкло все время перепрыгивать с места на место, и оно не привыкло сидеть в тишине и

концентрироваться на одной вещи.

То, что нам дает силу для этого, это именно созревание предыдущих совершенств, и радостное усилие, любовь ко всем существам, и понимание того, что я не смогу выйти из самсары и им помочь, если не разовью медитативную способность. И это позволяет мне развить медитативную способность, и способность к концентрации.

- И это позволяет мне приобрести мудрость, потому что невозможно приобрести мудрость, без медитативной способности.

И поэтому такой порядок между Парамитами.

Пустота Совершенств

Сейчас, предположим, что я достиг концентрации. Существует ли концентрация сама по себе?

В каждом из совершенств есть сферы. Чтобы при совершении каждого действия присутствовала мысль о пустоте, это берет немного времени. И как домашнее задание, я оставлю вам найти в каждом из совершенств три сферы.

Я приведу вам пример трех сфер в совершенстве медитации.

Если в даянии это было: дающий, получающий, и предмет например, или само действие даяния, то в медитации вместо дающего что у нас есть?

Из зала: медитирующий.

Учительница: медитирующий. Очень просто, тот кто делает медитацию.

Сейчас, есть объект медитации — на что мы делаем медитацию? И сам процесс медитации. Это будут три сферы:

1. Медитирующий, тот кто делает медитацию — его пустота.
2. Потом, пустота объекта медитации, объекта на который медитируют.
3. И потом, пустота самого процесса медитации: место на котором я сижу, сидение, поза в которой я сижу, форма в которой я делаю медитацию: более сконцентрирована, менее сконцентрирована, все что относится к процессу.

Пустота этих вещей.

Из зала: в отношении видения пустоты сфер совершенств. Я хочу применить это к повседневной жизни. Но мне немного не хватает примеров, не могли бы вы мне их дать, пожалуйста? Скажем, возьмем тему даяния. Просто потому что это пример, о котором вы говорили в классе, и поэтому я знаю о сферах там.

Учительница: да, то что спрашивает Нами, это: как делать медитацию на пустоту?

И сейчас ты делаешь медитацию на даяние, на три сферы.

- Первая сфера это ты. Кто ты? Кто ты, которая дает мне стакан воды?

Из зала: я пуста от самосуществования, и сейчас я сажаю хорошее семя чтобы...

Учительница: нет. Нет, нет. Не иди слишком быстро. Сейчас я говорю только о тебе. Кто такая Нами? Кто ты?

Из зала: набор проекций которые я проецирую.

Учительница: О.К., и здесь у тебя есть целая медитация.

Из зала: потому что я пуста от самосуществования. О.К. Понятно.

Учительница: А! :-) Мне нужно еще несколько эр. :-) И это одна медитация.

– Потом, кому ты дала? Кто та, кому ты дала?

Из зала: вы также пусты от самосуществования.

Учительница: да, но ты думаешь, что ты проецируешь...

Из зала: я проецирую на вас, что вам необходим стакан воды.

Учительница: да. Это одна из вещей, которую ты проецируешь.

Прежде всего, ты проецируешь что там есть человек, что у него есть рот, что он нуждается в воде, что он может быть достоин того, чтобы ему подали воду. Что бы это ни было. И ты проецируешь целый набор проекций. И медитация на эти проекции, между прочего начинает анализировать то, кому ты дала. Кто это, сфера получающего?

Из зала: я дала вам.

Учительница: минутку, не так быстро. :-) У тебя здесь есть миллион вещей, которые все пусты, и мы говорим о трех, чтобы это упростить.

Итак, один это тот, кто вообще дает? Кто эта ты, которая дала?

Кто та, которая получила?

– И что значит «дала»? Что ты сделала?

Дай мне стакан воды, О.К.? Большое спасибо. Что ты сделала?

Из зала: передвинула стакан с места на место.

Учительница: ты взяла предмет, и принесла сюда. Любой предмет который ты передвигаешь с места на место является даянием? Что это делает даянием?

Из зала: что я проецирую набор проекций здесь. Я проецирую, что этот набор данных, это стакан с водой. Я проецирую, что у вас потребность в воде. Я проецирую, что я хочу дать вам воду.

Учительница: и ты также проецируешь, что ты действуешь; ты говоришь: «Я дала вам стакан воды».

И все это проекции. Ты не сделала ничего, что по своей природе является даянием воды; по своей природе.

Из зала: верно.

Учительница: так вот, у тебя здесь есть бесчисленное количество медитаций. Это путь подумывать о пустоте действия.

Из зала: в сущности это значит, что когда вы говорите «сферы всех совершенств», это практика того, что ничего не существует само по себе, и что все набор проекций?

Учительница: это понимание.

Из зала: быть...

Учительница: это, это понимание. И нужно понять это сердцем. Чем глубже это понимают, чем это непосредственнее и инстинктивнее, тем быстрее реализуется благословение приходящее от даяния; чем больше производимое тобой действие сопровождается пониманием пустоты трех сфер.

Чистое действие

Понимание пустоты действует как средство очищающее отрицательные кармы.

Когда мы не понимаем три сферы, мы только накапливаем кармы. Только тогда можно накапливать кармы. Поэтому говорят, что Будда больше не накапливает кармы. Это нечто другое. Он накапливает добродетель.

Из зала: отрицательные кармы.

Учительница: также и положительные. Чтобы была карма, нужен этот дуализм. Необходимо это концептуальное мышление. Чтобы накапливать карму, необходимо невежество. И потому, что до сих пор мы были невежественны, мы накопили много кармы. И каждое действие, даже действие добродетели которое мы совершаем, также не чисто. На тибетском мы говорим **Sakche Kyi Le**, это нечистая карма.

Из зала: у него есть интерес, он заинтересованная сторона.

Учительница: потому, что это то, что делает сознание, оно пропитано невежеством. Оно не понимает то, что оно делает. Его восприятие неверно.

Когда ты не понимаешь откуда приходят вещи, и ты не просто проводишь ложную взаимосвязь, но этой связи вообще не существует — то ты в болоте. Потому, что ты делаешь именно то, что продолжает для тебя самсару.

Малое движение кармы

Что делает собака, когда видит ручку?

Из зала: гав, гав.

Учительница: сейчас я задам вам вопрос: почему она делает то, что делает?

Верно, мы все время говорили, что это из-за кармы собаки, и она вынуждена смотреть на эту вещь, и думать что это игрушка для жевания?

Из зала: да.

Учительница: я хочу вам дать противоположный взгляд, и подумайте о нем, сделайте на него медитацию.

Из-за того, что она видит это как игрушку для жевания, она является собакой... Ее делает собакой то, что она пытается жевать эту вещь...

И почему я это говорю? Потому, что если это утверждение верно, то нам много чего есть бояться.

Из зала: так наше положение тяжелое.

Учительница: наше положение очень тяжелое. Потому, что это так легко. Это малое движение кармы, и вместо того, чтобы пытаться писать этим, я попытаюсь это укусить — и я уже собака. Так перевоплощаются в собаку. Малое движение кармы.

Из зала: мы идем по очень тонкой линии.

(Мандала)

(Посвящение)