

Три вида морали Бодхисаттвы
На основе уроков Арта Ангела
Редакция и подача, Ламы Дворы Ла
Рamat Ган, декабрь 2007

Три вида морали Бодхисаттвы
На основе «Уровней Бодхисаттвы», от Мастера Асанги

Итак, добрый вечер всем. Я очень рада вас видеть.

Итак, на этом уроке мы пройдем часть из источника писания Мастера Асанги, которое насколько я знаю, по сегодняшний день, существовало только на санскрите, и тибетском, и это **Bodhisatva Bumis**, Уровни Бодхисаттвы. Лама Арт сейчас работает над переводом всей книги, но пока книга выйдет в свет, конечно займет время. Я буду использовать краткое изложение, которое у меня есть, из того, чему обучал Лама Арт. Тут и там, я буду приводить из этого краткое изложение.

Арт Ангел

Его имя Арт Ангел. Он отказывается называть себя Ламой. Он американец, я думаю, что он случайно американец. ☺ Он выглядит американцем, он из семьи Анжело, но бегло говорит по тибетски, он думает на тибетском. Он тяняется к этому материалу, с очень молодого возраста.

Его мать, очень беспокоилась о его будущем, потому, что он был безответственным учеником, до тех пор, пока не встретился с Дхармой. Он сделал докторат в Мадхьямике, в Чандракирти, в Cornell (престижный университет в США). Он блестящ, блестящ. Он выдающийся ученый. Он является живой энциклопедией знаний, и очень глубокого понимания. И на протяжении многих, может быть тридцати лет, он был очень преданным учеником Ринпоче, и проделал очень длинный путь, поэтому, он чудесный учитель. Он, очень особенный человек.

Мораль Бодхисаттвы намного превышает естественную мораль

Итак, прежде всего:

Мораль Бодхисаттвы, говорит нам Мастер Асанга, намного превышает естественную мораль, не убивать, не воровать, и так далее.

Она не отменяет ее. Просто, с точки зрения благословения, которое в ней есть, она намного превышает благословение других моралей. Она не вместо них, она как дополнение.

И это происходит по следующим причинам:

1. Здесь написано: это мораль, **которой нет выше**. Поэтому, я не знаю, является ли это для вас убеждающей причиной. **Unsurpassed**, это значит, нет выше ее.
2. Она приводит, **к огромному накоплению добродетели**.
3. Она создается очень-очень **добродетельным отношением, и это Hlak sam nam dak**.

Произнесите: **Hlak sam nam dak**. Это тот подход, который говорит: «Я лично принимаю ответственность, за всех существ». Очень святой подход, очень высокий, высший, его не легко развить. Цель Обетов Бодхисаттвы в том, чтобы помочь нам его развить.

На первом курсе, и в других местах, мы говорили о методе семи шагов:

1. Начать видеть существ, как своих матерей,
2. Помнить их добродетель,

3. Стремиться отплатить им, за их доброту,
4. Развить к ним красивую любовь,
5. Развить к ним сострадание, увидеть их страдающими, стремиться освободить их от страданий.
6. После этого, приходит Hlak sam nam dak. Ты стремишься освободить их от страданий, потом ты говоришь: «Кто собирается это сделать?» Я их дочь, я та, кто обязана это сделать, нет кого-то другого, кто это делает». Это Hlak sam nam dak.
7. Седьмой этап в методе семи шагов – Бодхичитта – пробуждающее сознание, стремящееся достичь просветления, ради всех существ. Решение воплотить стремление, пробудившееся на шестом этапе, личная ответственность за страдания всех существ.

Все рассуждения о том «достаточно ли я хороша, для этого» отменяются. Страдает моя мать. Когда ваша мать страдает, вы не задаете вопросов «есть ли у меня способность ей помочь?» Я делаю все, что могу. И если мне нужно найти помочь, я ее найду. Вопрос исчезает.

Если вы видите в них свою мать, вопрос исчезает.

Все ваши вопросы исчезнут. Ваша мать, дочь, или сын. Все вопросы исчезнут. Все вопросы происходят из эго, желающего защитить себя от других. И этим, сохраняющего сердце закрытым. Вы хотите раскрыть сердце.

Итак, это Hlak sam nam dak.

4. Мораль Бодхисаттвы используется, как антидот всех плохих действий, всех существ. Подумайте, какая это большая вещь. Тем, что вы возлагаете на себя хранение морали, вы своими действиями создаете антидот всем страданиям, всех существ. Постепенно-постепенно, вы создаете антидот всем действиям, причиняющих им страдания.

Итак, с этой точки зрения, Обеты личной свободы, не идут ни в какое сравнение, с благословением от обетов Бодхисаттвы. Потому, что:

Обеты личной свободы, защищают вас от определенных видов страданий, от страданий низших миров.

Но это все, чего благодаря им можно достичь.

Это много, потому, что:

Множество существ, по Буддизму, падают в низшее существование, и в большие страдания.

Но, это все еще, только ради себя. Поэтому, это не идет ни в какое сравнение с Обетами Бодхисаттвы.

Вопрос из зала: также, когда говорят, что народ Израиля ответственен, один за другого?

Учительница: да, да. Но они распространяют это на всех существ, не только на народ Израиля. Тогда, все являются Народом Израиля.

Обеты Бодхисаттвы, накапливает большую добродетель

У нее есть несколько преимуществ:

- Они позволяют людям не являющимися монахами накопить большую добродетель, огромную. Монахи, и не монахи, все они могут взять на себя эту ответственность, ради всех близких.
- И они, позволяют вам накопить добродетель.

Вы помните два вида накоплений? Мы перечисляли шесть совершенств.

Первые четыре, это:

- Даяние,
- Мораль,
- Терпение,
- Радостное усилие,

Все вместе, они создают причину для тела Будды, Rupakaya, и это Nirmanakaya, и Sambogakaya, высшего тела Будды, тела этого ангела, и способности просветленной личности появиться, и помочь всем существам.

Потом, есть две последних,

- Совершенство медитации
- И совершенство мудрости,

Они, создают ментальное тело Будды. Всезнание Будды, сознание Будды, Dharmakaya. У которой также, есть две части.

Итак, если вы принимаете Обеты Бодхисаттвы, это та карма, которая создает накопление добродетели, которая является следствием четырех первых совершенств, и она создает Rupakaya Будды, тело Будды.

Это антидот старости, болезням, и смерти.

И их сила огромна.

Вопрос из зала: я не понял, чье тело это создает?

Учительница: Будды.

Из зала: это не относится к Бодхисаттве.

Учительница: Бодхисаттва, это ребенок Будд, верно? Помните? Будды видят в Бодхисаттвах своих детей. Маленьких Будд. Если ты соблюдаешь обеты Бодхисаттвы, ты создаешь кармическую причину того, что у тебя будет тело Будды. Ты станешь Буддой.

Очень желательно, прежде чем принимать обеты Бодхисаттвы, принять обеты личной свободы. Они построены на них. Также, это тот порядок, по которому Будда обучал морали, и они подготавливают сознание, к обетам Бодхисаттвы. Мне тяжело представить, как я буду действовать ради всех существ, если не готова обуздить свое поведение, с точки зрения нанесения вреда близним, или нанесения вреда своему сознанию. Я не могу принести благословения существам, если все еще врежу близним, или своему сознанию. Это как огонь, разрушающий всю добродетель Бодхисаттвы.

Четыре величия Обетов Бодхисаттвы:

1. Вы принимаете их от другого, уважаемого вами человека, и это служит сдерживающим фактором.
2. Есть стыд, и учитывание чужих интересов, создающие в вас чистое отношение, потому, что вам важно свое мнение о себе, а также, мнение о вас других.

3. Их можно исправить, их можно очистить, их можно принять вновь.
4. И чем больше вы их цените, тем больше они работают на вас.

Преимущества соблюдения морали Бодхисаттвы:

1. Это приносит множество добродетели, и благословения для вас.
2. Множество добродетели, и благословения ближним, это два.
3. Множество добродетели, и благословения большому количеству людей.

Итак, в сущности, с точки зрения благословения от нее, это бесконечная мораль.

Сравнение морали Хинаяны, и Махаяны:

Практикующие Хинаяны, такие как Слушающие, стремятся понять четыре истины. Они также стараются понять страдания, понять источник страданий, они изучают карму, изучают непостоянство, делают медитации на смерть, изучают, что приносит страдания, и что прекращает страдания. В этом их цель, и тогда они соблюдают мораль Хинаяны, Обеты Свободы.

Факт соблюдения обетов свободы, не освобождает. Они называются обетами личной свободы, или личного освобождения, но соблюдение обетов само по себе, не освобождает, но создает условия, чтобы вы смогли спокойно делать медитации, и суметь в медитации увидеть пустоту напрямую, и тогда освободиться.

Без этого, сознание слишком беспокойно, слишком замутнено. Вы не можете прийти к необходимой чистоте. Это то, как первая мораль, мораль Хинаяны нам помогает. Первый уровень морали, не вредить ближним, десять принципов свободы. Сам по себе, он не освобождает, но создает необходимые условия, для того, чтобы освобождение произошло. Невозможно преуспеть в медитации, без соблюдения морали.

Как помогает мораль Бодхисаттвы, по сравнению с моралью Хинаяны?

Действия Бодхисаттвы многочисленны, и содержат в себе принесение успокоения самому сознанию, но не только.

Что значит, успокоить сознание? УстраниТЬ духовные омрачения. Это то, что успокаивает сознание. Но также, нужно и устраниТЬ препятствия для всезнания. Действия Бодхисаттвы предназначены для устранения двух видов препятствий.

Бодхисаттва, обучает людей в соответствии с их уровнем

И здесь, Мастер Асанга говорит, о двух видах людей:

1. Те, кто может наслаждаться Дхармой в своей жизни,
2. И тех, кто на это не способен.

Есть те, кто способен, кому Дхарма приносит благословение, и есть те, кто не обладает способностью наслаждаться Дхармой.

- Тех, кто может наслаждаться Дхармой в этой жизни, Бодхисаттва приводит к пути Махаяны. Потому, что Бодхисаттва старается помочь всем существам. Поэтому, он приводит их к пути Махаяны. К этому стремлению, желать действовать ради общего блага.

- Тех, у кого на данный момент нет этой способности, Бодхисаттва обучает в соответствии с их уровнем. Тогда, он может обучить их десяти обетам свободы, десяти заповедям. На таком уровне. Это им поможет. Почему? Потому, что это успокоит их сознание, и в будущем, они будут

достаточно спокойны, и свободны от кармы нанесения вреда ближним, чтобы суметь подняться на следующий уровень.

- Иногда, вы встречаете людей, не желающих соблюдать мораль. Аморальных людей, которых не интересуют заповеди, и правила. Бодхисаттва стремится помочь также, и им. Они вообще не хотят слушать, их это вообще не интересует. Что он делает, в отношении таких людей? Он стремится создать с ними кармическую связь, чтобы в будущем он смог им помочь. Если они еще не созрели, он на данный момент, не может помочь им напрямую.

Например, ты даешь что-то нищему, и в своем сердце тихо произносишь: «Пусть за счет этого, я смогу помочь тебе в будущем».

Иногда, связь негативна. Иногда, между людьми создается негативная связь, и это создает очень сильную карму. Отрицательные эмоции между людьми, если они постоянны, обязательно приведут к встрече между ними вновь. Если осталась злость, вы будете встречать их еще, и еще, до тех пор, пока это не разрешится, и тогда Бодхисаттва говорит: «За счет этой связи, в будущем я смогу им помочь». Потому, что они вернутся ко мне. Это теперь как резинка, связывающая их вместе. И тогда, из сострадания к ним, он готов даже на негативную связь. Негативная связь, предпочтительнее, чем нейтральная. Потому, что негативная связь, потом приведет их к вам, и вы сможете им помочь.

Как мораль Бодхисаттвы приводит к счастью всех существ?

Тех, кто может извлечь пользу из Дхармы, Бодхисаттва обучает, как медитировать. Они научатся делать медитацию, достигнут Shi-ne, достигнут Shinjang, и в конечном итоге, это трамплин, для видения пустоты напрямую.

Но как уже было сказано, мораль Бодхисаттвы не ограничивается только теми, кто может извлечь пользу от Дхармы. Поэтому, он продолжает приносить благословение существам там, где они находятся, на тех уровнях, где они находятся.

Бодхисаттва действует ради принесения благословения в этой жизни, и также в будущих жизнях.

И если есть конфликт, что он выберет? В следующей жизни. Почему? Потому, что, сколько есть следующих жизней?

Итак, как это проявляется? Может быть, кто-то любит каждый день ходить в кино. Это не позволяет ему практиковать Дхарму. И Бодхисаттва будет поощрять его, может быть сократить походы в кино, и отказаться от удовольствий этой жизни, ради удовольствий следующих жизней, ради создания в потоке своего сознания добродетели, которая созреет в будущем. Он, немного, как папа и мама, для маленьких детей. Ребенок хочет мороженое каждый день, и мать знает, что ребенок любит мороженое, но от ежедневного поедания мороженного, ребенку не будет хорошо. Поэтому, они немного сокращают для него это удовольствие. Это немного так, смотрят вперед.

Три уровня морали

Сейчас, три уровня морали. Итак:

1. *Есть мораль развития воздержания,*
2. *Есть мораль накопления добродетели,*
3. *И есть мораль действий, ради ближних.*

Три уровня морали.

Два первых уровня морали, мораль воздержания, и мораль накопления добродетели, говорит нам Мастер Асанга, относятся к моему сознанию. Принесению благословения нашему сознанию.

- Третья мораль, относится к принесению благословения ближним.

Первый уровень, это в основном воздержание. Мы воздерживаемся от нанесения вреда ближним, к примеру, благодаря десяти обетам свободы. Первые семь, относятся к ближним. Бодхисаттва учится, как сражаться с духовными омрачениями, задействовать их антидоты, проверять себя, и если он находит духовное омрачение, он задействует антидот, и стремится очистить себя от таких вещей.

Мораль накопления добродетели

Сейчас, мы переходим ко второму уровню, накоплению добродетели.

1. Три вида мудрости

Там, мы говорим о трех видах мудрости, трех видах мудрости, и это мудрость слушания, размышления, и медитации. Три уровня мудрости.

Произнесите: **To sam gom sum**

To – это слушание, или обучение.

Sam – это размышление, рассматривание, и разглядывание. Это второй уровень.

Gom – это медитация, это усвоение вещей в медитации.

Три уровня мудрости: и их порядок важен.

1. Прежде всего, нужно много слушать. Прежде, чем делать медитацию Shine, вам нужно знать, на что вы делаете медитацию. Вам нужно понимать, что также пустота, прежде чем вы сможете увидеть ее напрямую. Бодхисаттва, развивает неутолимую жажду к Дхарме. Он сходит с ума по Дхарме. И, чтобы продвинуться, необходимо ходить слушать много уроков. Это было слушанием, и обучением.
2. Потом, приходит размышление, чтобы внести ясность в то, что вы услышали, и выучили. Сейчас, важно хорошо это понять. Итак, вы размышляете, проверяете, задаете вопросы, и проясняете их, очищаете сомнения. Это второй уровень. Размышления, рассмотрение, проверки. Этот уровень, также включает в себя аналитическую медитацию на выученные темы, которая приводит также к определенному обучению, усвоению, и проживанию этого на собственном опыте, помимо интеллектуального понимания.
3. Третий уровень, медитация для того, чтобы достичь мудрости. Достичь одноточечной концентрации, и после нее, мудрости.

Все это было под тремя уровнями мудрости, мы еще в морали накопления добродетели.

2. Действия, в отношении особенных объектов

Сейчас, 2 это действия проделанные Бодхисаттвой, в отношении особенных объектов.

Кто является особенным объектом? Это личности, очень развитые с духовной точки зрения. Кто это? Личности, обладающие особенно большим духовным благословением, для вас. Для Бодхисаттвы, и поэтому, они могут развить их духовно, больше чем другие.

Это те, кто:

- Помогал нам в прошлом.
- Кто очень страдает, если они предстают в моем мире, как очень страдающие, то помочь им, очень меня продвигает. Очень страдающие люди, нищие, больные, страдающие физически, или духовно. Они являются, очень важным объектом, для Бодхисаттвы.
- Разумеется, Лама, и здесь есть пять глав, как накопить добродетель, с Ламой. Что само по себе, является большим учением, и мы когда-нибудь его изучим. Но на простом уровне, это все составные проявления почтения, должное отношение, и так далее. И существует, намного более глубокий уровень.
- Как было сказано выше, три драгоценности.
- Люди, являющиеся монахами, или монахинями. Они тот объект, который помогает нам накопить добродетель, потому, что они возложили на себя соблюдение нравственного образа жизни, и поэтому, они приносят миру больше блага.
- Те, кто нам много помогали, это наши родители. Разумеется, тот кто помогает нам прежде всего, это Лама. Лама, намного больше, чем родители, но сразу после него, идут родители. И у того, у кого нет Ламы, родители самый высокий объект. Потому, что они дали нам это тело, а без этого тела нельзя прийти к просветлению. Поэтому, это чудесная карма, ухаживать за родителями. И не важно, хорошо они относятся к вам, или нет, благодарны они вам, или нет. Это совсем не важно. Вам нужна эта карма.

3. Радость, в отношении совершения добродетели

Номер три, в морали накопления добродетели, это радоваться добродетельным действиям.

- Своим, и других.
- Или, радоваться когда люди, обладают большой добродетелью, когда люди большие праведники, и мы рады их достоинствам.
- Мы рады, когда мы видим в мире хорошие действия.
- Мы рады, когда мы слышим хорошие даваемые нам объяснения о Дхарме.
- Важно ценить, важно хвалить, когда кто-то делает что-то хорошее. Важно ценить, и хвалить их. Не только ради них – это важно делать для вас самих.

Почему важно хвалить? Почему важно проявлять?

- Если вы видите кого-то, кто делает что-то хорошее, и может быть, другие не обратили на это внимание. И когда вы хвалите, это заставляет других также ценить их. И тогда, если другие будут их ценить, другие порадуются, и накопят хорошую карму. Итак, Бодхисаттва хочет позволить всем людям накопить хорошую карму.
- Это действует как антидот нашей зависти. Мы видим кого-то, совершающим что-то хорошее, или обладающего хорошими качествами, мы хвалим, и это действует как антидот зависти.
- Когда мы радуемся добродетели других, это накапливает нам добродетель.
- И это побуждает меня и других, совершать добродетель.

4. Бодхисаттва, практикующий терпение.

Как он практикует терпение?

Каждый раз, когда вам кто-то вредит, вы разглядываете, что произошло, и развиваете терпение к этой ситуации. Разглядываете – имеется ввиду, с правильным мировоззрением, вы смотрите на законы кармы, на пустоту вещей, и понимаете, что это ваша созревшая карма, это подразумевается под рассматриванием. Вы смотрите: почему это должно было быть созреванием моей кармы. И вы понимаете, что отрицательная реакция, возвращение той же монетой, заставит вас накопить отрицательную карму, и страдания в будущем.

Итак, с мудростью терпение применять намного легче. Оно все еще требует усилий. Эмоции, все еще быстро накрывают нас, прежде, чем мы успели подумать, потому, что привычки очень сильны.

Поэтому, применение этой мудрости, как антидот отрицательным эмоциям наваливающимся на нас, это большая добродетель. Это очень хорошая карма. Потому, что так мы, посредством этой мудрости, постепенно меняем свое сознание.

Вы встречаете то, что происходит с мудростью, и эта мудрость это трансформирует.

И вместо того, чтобы создавать ненависть, или гнев на нападающего человека, мы развиваем сострадание к нему. Потому, что мы видим, что сейчас они накапливают карму, и мы им сейчас нужны.

Это было четыре.

5. Бодхисаттва специализируется в посвящении добродетели

И также, он посвящает время молитвам, чтобы в мире все было хорошо.

Сейчас:

- Для того, чтобы вы могли что-то посвятить, необходимо чтобы была добродетель, которую вы можете посвятить,
- В то время как в молитве, это может быть чем-то, чего вы еще не сделали. Вы молитесь о чем-то.

В Махаяне, по этой причине, есть много молитв.

Через намерение, и молитвы, мы сажаем в себе очень сильные кармы.

6. Подношения трем драгоценностям

Бодхисаттва много подношений подносит Трем Драгоценностям, из понимания их сути.

Их суть, это высшие качества просветленной личности, которые я хочу развить в своем сердце. Мудрость, прекращение омрачений, всезнание, сострадание, все эти вещи. Из понимания этого, я подношу им подношения.

Почему я подношу им подношения? Не потому, что они им нужны. Они им не нужны.

Но это нужно мне. Тем, что я подношу подношения, отдаю хвалу, и почет,

Я усиливаю в себе направление туда своего сознания, а это так редко.

И я хочу добавить сюда еще причину, которая здесь не написана.

Что, человеку никогда не видевшему пустоту, очень тяжело накопить добродетель.

Очень тяжело потому, что наше сознание пропитано невежеством. Даже, когда мы уже делаем что-то хорошее, мы не понимаем по-настоящему, ни объекта, ни себя, ни действия.

Так, как нам вылезти из этого болота? Если для того, чтобы вылезти, нужна большая добродетель,

а пока я не видела пустоты, я не могу накопить добродетель? И это такой вид catch 22. Так, как мне выйти из этого состояния?

Мне нужно повесить себя на три драгоценности. Я вешаюсь, приклеиваюсь к ним. И я использую их добродетель, чтобы себя поднять.

Как мне использовать их добродетель? Как я могу это сделать?

Почтением, которое развиваю к ним, подношениями, которые я подношу им своим телом, словами, и мыслями.

Не экономьте свое тело. Кланяйтесь им. Иначе, этого не произойдет. Вам нужно создать у себя эту карму. Если вы себя бережете, вы никуда не придетете. Отдавайте себя.

Бодхисаттва себя отдает. Отдает тело, речь, он для просветленного служения во имя себя, и других.

7. Непрерывное внимание, и усилия

Семь, это развить непрерывное внимание, и непрерывное усилие.

Непрерывное внимание, которое прежде всего направляется на то, что происходит в нашем сознании. Необходимо развить привычку, каждые несколько минут проверять, что происходит в нашем сознании, не скользнуло ли оно в неподобающие мысли, противоречащие обетам. Это тяжелая работа, требующая непрерывной практики, и внимания, и может потребоваться много времени, до тех пор, пока мы не разовьем привычку хороших мыслей. Это намного тяжелее, чем научиться следить за тем, что мы делаем, или говорим, хотя, это также не легкая работа, как вы знаете.

Если мы не охраняем наше сознание, большой шанс, что мы продолжим думать то, что привыкли думать изначально, мысли повторяющие себя снова и снова. Приносят ли эти мысли благословение? Страйтесь охранять.

Непрерывное усилие говорит о том, что мы не сдаемся. Потому, что когда начинают практиковать, ожидаемо, что поднимутся трудности.

Ожидаемо, что наше усилие спаси мир, притянет сопротивляющиеся энергии, и это выражается в появляющихся трудностях. Поэтому, преодоление этих трудностей, требует от нас непрерывных усилий.

Итак, в седьмом пункте, говорится о развитии осознанности, которая приведет в конечном итоге к уничтожению смерти, и освобождению от оков кармы.

8. Постепенная практика

И это последнее. Это постепенная практика, в соответствии с уровнем.

Помните, пять путей: путь накопления, путь подготовки, путь видения, это наша карьера.

Если мы на пути накопления, то что мы там делаем? Мы стараемся там развить контроль над сознанием, на грубом уровне. Потому, что мы еще не способны это создать на тонком уровне. Сознание, все еще совершенно дикое. Поэтому, мы начинаем на более грубом уровне. Как мы это делаем?

1. Храним обеты. Для этого, существуют обеты. Обеты существуют для того, чтобы потом, подняться на более глубокий уровень, успокоить сознание. Все виды обетов. Свободы, и Бодхисаттвы.

2. Мы развиваем **Sheshin**, и – **Drenpa**, внимание, осознанность, бдительность, воспоминание, потому, что нам все время нужно следить за своим сознанием, потому, что оно как дикий слон, тянет нас туда, куда он привык ходить. Поэтому, Бодхисаттва развивает осознанность. Как он развивает осознанность? Должны делать медитацию.
3. Бодхисаттва следит, за входами органов чувств. Он проверяет, как он реагирует на объекты органов чувств: «О, я хочу это, я...», нет, посмотри! Как тебе реакция на это? Он все время осознан. Он не позволяет органам чувств его увлечь.

Поэтому, например, если вы с легкостью соблазняетесь приобретением красивых вещей, то может быть, вам нужно целенаправленно воздерживаться, или ограничить возможность попадания в ситуации, в которых вы можете соблазниться.

Немного другой пример, это воздерживаться от ситуаций, усиливающих гнев. Если мы изначально знаем, что встретились с ситуацией, способной пробудить гнев, то изначально нужно спланировать, что можно сделать, чтобы избежать этой ситуации.

4. Он соблюдает воздержание, в еде. Бодхисаттва соблюдает воздержание в еде. Он не ест ради наслаждения, он ест, для того, чтобы существовать, чтобы он смог прийти к просветлению. Запрещено ли ему наслаждаться едой? Нет, разрешено, и чем больше вы будете хранить эти вещи, тем больше будете наслаждаться едой. Но вы не едите, ради наслаждения. Вы едите, ради того, чтобы существовать, и если вы чисты, наслаждение придет.

Но, есть люди, которые пришли к контролю над едой, и хвалятся этим – это также вредит. Еда, не является причиной, чтобы страдать из-за нее, и также не является причиной, чтобы хвастаться из-за нее. Это всего лишь средство существования, чтобы продолжать дальше.

И есть такие люди.

В ответ на вопрос: что является антидотом переедания?

- Прежде всего, понимание вреда этого. Это создает карму, рождения голодным духом. Ты этого не хочешь.
- Это укорачивает жизнь. Если жизнь коротка, ты можешь не успеть прийти к просветлению. Мы должны ценить жизнь. Ты должна хранить здоровье.
- Тебе нужно крепкое, и здоровое тело, чтобы практиковать практику медитации, и тантрическую практику.
- Ты будешь намного лучше выглядеть. Само по себе, это не очень важно, но это помогает привести к тебе учеников, которым ты сможешь помочь.

5. Не пересыпать.

Сейчас, здесь написано не пересыпать. Я хочу добавить: с другой стороны, также и не недосыпать. Если вы недосыпаете, и сердиты, вы не продвигаетесь на духовном пути.

Вопрос из зала: сколько часов, нужно спать?

Учительница: это очень индивидуально. Если ты не спишь достаточно часов, и стала сердитой, и злой, если это так, то тебе нужно добавить часов. Вместе с этим, это правило говорит: не спите слишком много. И существует указание об этом. И есть места, где ночь делят на смены, и говорят не спать пол ночи, и это примерно между десятью вечера, и

двумя часами утра. Но, если четырех часов вам не достаточно, спите столько, сколько вам достаточно. Для успеха в вашей медитативной практике, спать достаточно, очень важно.

Из зала: у того, кто много медитирует, это уменьшается?

Учительница: у того, кто много медитирует, это уменьшается. Медитация уменьшает потребность во сне, естественным образом, и также отвечает на те потребности, на которые сон не отвечает. Любая медитация, по концентрации. Концентрация, это необходимость, которая нас питает.

Вопрос из зала: в отношении предыдущего пункта, ваша рекомендация, это развить понимания, что едят только ради того, чтобы продолжать существовать?

Учительница: да, мы поощляем всех, не преувеличивать в еде.

Вопрос из зала: если мы уже говорим про еду, то что рекомендуется есть, органическую пищу, или нет?

Учительница: эти обеты произносились две тысячи лет назад? Тогда еще не было не органической пищи.

Вопрос из зала: я спрашиваю, или сегодняшние учителя, придают этому значение, каким-то образом?

Учительница: очень важно хранить здоровье. Очень важно. На пути, особенно на тантрическом пути, тебе нужно работать с телом, чтобы прийти к просветлению. Поэтому, важно, иметь здоровое, целое, и сильное тело, не слишком тяжелое, и громоздкое.

Говорят: **Lesu rungwa**.

Произнесите: **Lesu rungwa**.

Le, что это? Это действия.

Rungwa – годный.

Годный к действию, тело годное к действию.

К какому действию? Духовной работе. Тебе нужно тело, которое будет служить тебе на духовном пути, в этом вся его цель. У него нет никакой другой цели. Потому, что оно временно, и с этой точки зрения, Хинайана права. И оно также полно отвратительных жидкостей, и так далее, и в конечном итоге, оно сгниет. Все это верно. Но на духовном пути, тебе нужно это тело. Особенно, на тантрическом пути, ты работаешь со своей трубой в теле. Поэтому, тебе нужно хранить это тело.

В ответ на вопрос: какая физическая деятельность рекомендуется?

Если ты правильно делаешь йогу, этого достаточно. Тебе нужно правильное руководство в йоге.

6. Полагаться на духовных учителей.

7. Если происходит нарушение: признать его, признаться в нем, покаяться в нем, и остановить его.

Итак, весь этот список, был в отношении накопления добродетели.

Перейдем к:

Мораль работы ради других.

Это мораль третьего уровня.

В общем, здесь есть направляющие линии, подчеркивающие дух обетов. В них есть набор правил, как себя вести, и как не вести.

Мораль Бодхисаттвы не ограничивается обетами. Бодхисаттва все время действует, как Бодхисаттва, даже если нет обета подходящего к случаю, или ситуации.

Описание здесь, для того, чтобы в общем описать в общем, не специфично, в соответствии с обетами, как нужно вести себя Бодхисаттве. Вы увидите, что обеты часто накладываются один на другой, но не только. Итак, в общем:

- Бодхисаттва должен вести себя тем образом, который поможет тем, кому нужна помощь, Бодхисаттва старается помочь тем, кому нужна помощь.
- Бодхисаттва никогда не забывает тех, кто сделал ему добро. Кто сделал ему добро? Все существа. Все были его материами, верно?
- Бодхисаттва старается освободить от опасности тех, кто в нее попал.
- Бодхисаттва не будет закрывать глаза на тех, кто находится в горе, или скорби, и попытается облегчить их горе.
- Он попытается дать материальную помощь тем, кому она нужна.
- Он задействует способности и таланты, чтобы привести людей к Дхарме, тех кто хочет получить Дхарму, кто созрел для нее.
- Бодхисаттва практикует щедрость, своей помощью, и поддержкой ближних.
- Бодхисаттва уважает мнения других. Разумеется, не спорит с другими мнениями. При каждом удобном случае, старается помочь.
- Бодхисаттва хочет укрепить руки тех, кто занимается хорошими действиями, кто хороший практикующий.
- Бодхисаттва старается помочь подходящими способами тем, кто действует не верно, аморально.
 - Иногда, это требует радикальных мер, решительного действия. Иногда нападения, иногда радикальности.
 - Иногда, достаточно приветливости, иногда дружелюбия. То, что подходит.
- Если у Бодхисаттвы есть сверхъестественные силы, и они могут помочь ему остановить кого-то, то он применит их, при условии, что это кому-то поможет.

Лорд Атиша говорит, что для того, чтобы мы смогли действительно помогать людям, мы должны уметь читать их сознание. Необходимо знать, что им действительно нужно. Он говорит, что:

Человек, способный читать сознание других, накапливает за один день больше добродетели, чем обычный человек может накопить за сто лет.

Поэтому, важно увидеть пустоту напрямую, потому, что они могут читать сознание.

И поэтому, важно попытаться достичь **Shine**, развить медитацию, потому, что это

очень увеличит способность читать сознание.

В следствии медитации на пустоту, раскрытие чакры сердца настолько велико, что когда человек выходит из медитации, он может читать сознание каждого существа, на протяжении одного дня. Потом, так как он начинающий Бодхисаттва, способность уменьшается. Но она не возвращается на тот уровень, на котором была до этого.

У видения пустоты, есть две части:

- Есть короткий промежуток времени в самой медитации, глубокой.
- И есть Jetop Yeshe, мудрость приходящая после, и это примерно один день, так они описывают. В которой есть сильные осознания, и сверхъестественные способности.

Потом, позже, поднимаются на более высокие уровни. Бодхисаттва уровня 7 или 8, с точки зрения своих способностей, не похожи на Бодхисаттву первого уровня, они намного, намного, намного, более продвинуты.

- Бодхисаттва действует, во имя очень высоких целей. И одновременно, культивирует скромное поведение, и смиление.

Итак, здесь у нас было одиннадцать пунктов, и мы сейчас немного их объясним. И это содержит в себе эти обеты, может быть не теми словами, которыми мы их формулировали.

Итак, сейчас мы собираемся немного описать, эти одиннадцать пунктов, которые мы перечислили.

1. Помогать тем, кому нужна помощь.

Итак, как было сказано, Бодхисаттва ищет, как помочь тем, кому нужна помощь.

И вот, что это в себя включает:

1. Ухаживают за больными, приносят им еду, лекарства, приводят к ним врача, убирают место где они находятся, делают то, что нужно.
2. Помогают тем, кто страдает.
3. Людям с инвалидностью, или с особыми потребностями.
4. Людям, которые каким-то образом страдают эмоционально, или ментально.
5. Помогают людям, зараженным восемью земными мыслями. Людям, действующим в основном, исключительно ради себя, в результате чего, погружающимся в суету этого мира, и это затруднит им нахождение духовного пути. Поэтому, мы помогаем им умерить такое их поведение.
6. Мы помогаем бедным, или жадным людям. Помогаем им найти заработок, чтобы они смогли посвящать время Дхарме. Почему, сюда включены жадные? Потому, что если они жадные, они создают для себя кармические причины нужды, поэтому, они будут находиться в нужде. И если они будут в нужде, у них не будет достаточно условий, для практики Дхармы. Поэтому, они достойны нашего сострадания. Не судите их. Помогите им.
7. Вы помогаете тем, кто хочет Дхармы, тем, что обучаете их. И если вы не можете сами обучать, вы посыпаете их к тому, что да может.

В этом пункте, вы также стремитесь развить вашу собственную способность к преподаванию. Вы развиваете речевую способность, логику, все это в этих рамках. Идите изучать математику ☺, это шутка, этого не написано в обете.

(Это было сказано, как намек на прошлое Ламы Дворы-ла, которая является доктором математических наук, и в течении многих лет, обучала математике в университетах).

8. Не отменять тех, кто действует аморально. Не закрывать на них глаза, не отказываться от них, не судить, не критиковать. Развить сострадание к ним. Потому, что они создают для себя в будущем страдания, и нужно им помочь. Бодхисаттва обязан развивать способности помогать таким людям.
9. Тем, кто пренебрегает Дхармой, Бодхисаттва должен показать ценность Дхармы в форме, которая их остановит, которая будет работать. Они ищут, как сделать так, чтобы это сработало.
10. Бодхисаттва каждого человека, с того места, на котором он находится, старается поднять на следующий уровень. Если он уже в Дхарме, то он поднимет его на следующий уровень в Дхарме. Если он уже многое изучал, он будет его обучать к примеру, как делать медитацию. Если он развел сострадание, он будет обучать его мудрости, если у него есть мудрость, он будет обучать его состраданию. Каждого – он будет поднимать на следующий уровень.
11. Неосознанным людям, действующим безрассудно, Бодхисаттва будет помогать действовать рассудительно. Или через личный пример, или через какое-то замечание, но не обзывающее их замечание. Может быть, через шутку. Вы найдете пути. Чувство юмора – это чудесное средство.

Все это было, в рамках первого пункта.

2. Помощь тем, кто помог нам

Это когда, мы не забываем помогать тем, кто помог нам, тем способом, который им помогает.

Итак, здесь у нас есть три пункта:

1. **Развить чувство благодарности.** Это очень важно, на духовном пути. Мы начинаем этим нашу медитацию, верно? Мы приводим учителя, и начинаем пробуждать это чувство ценности, почтения, и благодарности. Мы начинаем с мандалы, верно? Это необходимо, на духовном пути.
2. **Бодхисаттва старается помочь тем, кто помог ему, хотя бы в той же самой степени, а если может, то и больше.**

Иногда, это может быть очень тяжело, если кто-то вам очень помог. В чем причина? Он не хочет быть должником. Чтобы у него был кармический долг. Он хочет быть источником, а не потребителем.

Даже, если помогший нам человек, не ищет от нас помощи, мы ищем как ему помочь. Они могут не приходить к нам за помощью, или не просить ничего для себя. И все же, наша задача помочь им. Из-за кармы, для себя.

3. Освобождать от опасности, подверженных ей

Бодхисаттва старается освободить от опасности тех, кто в ней находится.

- Тех, кто боится диких животных,

- Или правительство,
- Или грабителей,
- Или природные бедствия,

Вы должны ему помочь, чем можете. Вы не закрываете на них глаза.

4. Помогать находящимся в трауре

Вы не закрываете глаза на тех, кто находится в трауре, или большом горе.

- Потерявших Ламу,
- Потерявших члена семьи,
- Потерявших хорошего друга,
- Потерявшего деньги,
- Потерявшего репутацию.

Бодхисаттва старается помочь всем, кто переживает какую-то потерю.

Бодхисаттва должен учиться быть нежным, и сострадающим с другими, даже, если они «плохие» в кавычках люди, даже, если они действуют не в соответствии с законами морали. Даже, что называется, с тяжелыми людьми. Бодхисаттва старается быть сострадающим, в отношении всех.

5. Материальная помощь тем, кому она нужна

Бодхисаттва помогает людям с материальной точки зрения, тем, кому нужна материальная помощь. Это могут быть продукты, заработок, еда, и так далее.

6. Искусность в даянии Дхармы

Бодхисаттва применяет мастерство приводить к Дхарме того, кто готов ее получить. Что, это значит?

- Иногда, нужно давать им место жительства.
- Иногда, нужно давать место жительства учителям приходящим, чтобы дать учение,
- Помогать обучающейся Сангхе. Предоставлять место, для Сангхи.
- Обучать Дхарме, если вы можете ей обучать.
- Попытаться помочь сделать Дхарму доступной, чтобы у людей были материалы, чтобы у них были МПЗ, чтобы у них были книги, чтобы у них был сайт. Делать Дхарму доступной.

В ответ на вопрос: ты не навязываешь Дхарму никому, кто в ней не заинтересован. Тем, кто не заинтересован, ты помогаешь другим способом.

Если у тебя, есть ультимативное лекарство для страданий, так кому ты его не дашь? Поэтому, ты ищешь пути, как сделать себя доступной для тех, кто уже готов к этому. Это все.

Это описание того, как ведет себя Бодхисаттва. Потому, что не для каждого, это само собой разумеется. Наш автор, Мастер Асанга, который был большим Бодхисаттвой, хочет это сделать насколько можно лучше сформулированным, для всех людей. Для тех, кто понимает это лучше, или хуже. Желанием здесь является, принести благословение миру. Поэтому, здесь есть перечисление.

Это, совершенно не естественно для нас. Для нас естественно быть эгоистичными. Разумеется, для кого-то больше, для кого-то меньше. Но в общем, мы заботимся о себе, иначе, мы бы не были здесь.

И, чем больше ты понимаешь страдания Самсары, тем лучше для тебя это будет проясниться.

7. Щедрость, деление имуществом, поддержка

Вся тема щедрости, и поддержки, делиться своим имуществом, при условии, что вы получили его подобающим образом. Не делитесь чужим имуществом, не воруйте.

8. Уважение к мнению других

Бодхисаттва уважает мнения других, не вступает в споры, и старается помочь. Это значит, что вы:

- Готовы отдавать предпочтение другим, больше чем себе.
- Вы стараетесь быть в Дхарме с другими, увидеть, можно ли дать им то, что они хотят.
- Если дать им то, что они хотят нельзя, и сейчас это может привести к разногласиям, то нужно попытаться ослабить эту связь, выйти из ситуации. Не входить в разногласия.
- Если вы не можете дать им то, чего они хотят, и нужно объяснить это, то сделайте это.
 - Бодхисаттва первый здоровается со встречаемыми людьми. Когда вы встречаете людей, особенно, если они стеснительны или закрыты, они часто ждут, чтобы вы поздоровались первыми. Вы всегда первыми с ними здороваетесь, даже, если вы закрыты.
 - Вы стараетесь быть приятными, по отношению к другим, ваша речь, должна быть приятной.
 - Вы готовы слушать других, прислушиваться к ним.
 - Вы навещаете людей, проявляете к ним внимание. Но не остаетесь сверх того, что отвлечет ваше внимание от остальной вашей деятельности.
 - Если вас приглашают, вы принимаете приглашение, кроме освобождающих вас случаев, если вы не принимаете приглашение, вы должны извиниться. Вы не просто не приходите, вы должны что-то ответить на приглашение.
 - Вы ведете себя в обществе, подобающим образом. Вы не ходите намеренно, странно выглядящими. К вам изначально начнут относиться как к странному. Но вы, со своей стороны, ведете себя подобающим образом. Вы не ищете внимания, вы не стараетесь никого рассердить.
 - Бодхисаттва старается понять, как думают другие, понять их предпочтения, понять какие правила в том месте, в котором вы находитесь. И он подстраивает себя.

Снаружи, не изнутри. Это значит, если принято одеваться определенным образом, или выражаться определенным образом, то он будет пытаться подстроить себя под это. Он не изменит свое мировоззрение, свою мораль, и так далее, чтобы подстроиться под мировоззрение других. Этого, он не сделает. Но свое внешнее поведение, да.

- Сохраняет благоприятную атмосферу.
- Ищет, что приносит страдания. Старается не делать вещей, приносящих страдания.

- Развивает внимательность к близким. Близкие, становятся важными. Это не то, чего хочу только я один, а то, что подходит вам.
- Причина, для чего нужно нравиться другим в том, чтобы в конечном итоге вы смогли обучать их Дхарме. Поэтому, Бодхисаттва старается понравиться другим, и быть приятным для них, не для того, чтобы они его любили, а для того, чтобы он смог обучить их Дхарме.

Существуют вторичные нарушения, связанные с тем, чтобы нравиться другим, и нарушениями здесь будет:

- Не проявлять к близким любви,
- Не действовать в форме продвигающей Дхарму.

Благословение на короткий срок, это то, что приносит радость людям, они довольны когда вы проявляете к ним любовь, когда подстраиваетесь под них внешне, это их радует. В долгосрочной перспективе, это помогает им выйти на духовный путь, и продвинуться по нему. Поэтому, правилом здесь является то, что помогает и на короткий срок, и в долгосрочной перспективе, делайте это, когда вы сфокусированы на абсолютной цели. Разумеется, то что не приносит пользы в долгосрочной перспективе, и то, что не приносит никакой пользы – не делайте.

- Бодхисаттва воздерживается от любого агрессивного, нервирующего других поведения. Что это значит? Разве, не нужно никогда делать другим замечания о чем-то негативном? Этого здесь не говорится. Иногда, это уместно делать. Ведь, у нас есть обеты:

Когда уместно действовать агрессивно, нужно действовать агрессивно. Но только если вы думаете, что это поможет, а не потому, что вы ощущаете приступ гнева.

Только в том случае, если вы все взвесили, и ваше сердце открыто и сострадающее, вы думаете, что агрессивное действие, это то, что уместно сделать, необходимо применить решительные меры, и сдержать кого-то. И в таких ситуациях, необходимо сохранять сострадание.

Не использовать эти меры, когда другой сердится. Если есть необходимость в нападении, или решительности, вы не должны усиливать свой гнев. Если они уже сердятся, подождите удобный момент. Подождите, пока они успокоятся, прежде чем вы сделаете им замечание. Если они еще не успокоились, не начинайте извиняться, потому, что тогда они рассердятся еще больше. Если вы сделали что-то, за что вы хотите извиниться, подождите пока они успокоятся.

Здесь, есть еще длинный список, все в восьми.

- Не будьте причиной того, что кто-то раскается, или расстроится. Не создавайте для этого причин.
- Бодхисаттва старается выражаться ясно. Помимо любого другого вида помощи, материальной или эмоциональной, самая важная вещь, которую мы можем сделать ради других, это обучать их Дхарме. И, чтобы они смогли воспринять Дхарму, мы должны учиться представлять ее ясно, и это требует приложения определенных усилий с нашей стороны.
- Вы не говорите людям «я на вас сержусь». Вы стараетесь успокоить ветры, не возбуждать их. Потому, что, какой мгновенный эффект появляется тогда, когда ты говоришь это кому-то? Поэтому, если ты сердишься, ты должна заботиться об этом, и не говорить им этого.

- Если, что-то происходит, кто-то что-то сломал, или кто-то нанес кому-то какой-то ущерб, если это может поднять неприятные ощущения в других, вы не поднимаете эту тему. Вы делаете это искусственно.
- Вы не хвастаетесь. И если вы говорите с человеком, который обычно грустен, или с низкой самооценкой, вы не будете хвастаться своими способностями перед этим человеком. Вы вообще не будете хвастаться.
- Вы не убираете людей из своей жизни. Не сжигаете связи. Даже, если они причинили вам вред, может быть, вам не стоит продолжать быть с ними, чтобы предотвратить накопление отрицательной кармы, но связи с ними, вы не рвете.
- Ты отдаляешься, но не удаляешь их из своей жизни. Может быть, ты решишь, не проводить с ними много времени, но может быть – к примеру – раз в год, спроси у них, как их дела, или что-то в этом роде. Ты не исключаешь людей из своей жизни. Ты должна помочь всем существам. Да, с этими на данный момент мне тяжело, но это не значит, что они тяжелы сами по себе.
- Вы не просите ни у кого подарков. Вы не просите пожертвований у тех, кто обычно жертвует кому-то другому. Здесь говорится, что у каждого монастыря, были свои спонсоры. И если кто-то поддерживал один монастырь, тем кто жил в другом монастыре, было не пристойно пытаться просить у них поддержки. Вы не просите поддержки, у кого-то другого. Наоборот, наоборот.
- Вы не принимаете что-то, что не помогает, чего вам не нужно, что вы не можете использовать, для помощи другим. Поэтому, это вы не должны принимать, но должны поблагодарить за это. Но, если тебе это не поможет, и ты также, не можешь использовать это для помощи кому-то, предложи им использовать это по-другому.

Из зала: это обидит того, кто дает.

Вопрос из зала: можно передать это дальше?

Учительница: в зависимости от того, как ты это делаешь. У меня было, что я пришла к Ринпоче, и принесла ему что-то. Он меня похвалил. Он сказал «very good, very good», и он сказал: «maybe you keep it», и его глаза были полны любви. Так, чего еще мне от него нужно? Я не обиделась.

Итак, иногда, как ты и говоришь, тяжело решить. Не позволять духовным омрачениям, на это повлиять.

9. Похвала и поощрение тех, кто совершает добродетель

Мы должны хвалить и поощрять тех, кто совершает хорошие действия, кто совершает добродетель. Тех, кто уже совершает, мы поощляем совершать еще больше. Мы подчеркиваем, эти их действия. Мы даем им еще больше вдохновения.

10. Отдалять людей, от плохих действий

Тем, кто действует не правильно, мы помогаем отдалиться от этих действий, если это возможно.

Вы не можете этого сделать, если сердитесь на них. Если вы сердитесь на них, у вас нет способа им помочь. Поэтому, вам нужно воздерживаться от этого, сохранять в сердце сострадание, и тогда делать то, что подходит на данный момент. Если нужно что-то сказать – то сказать, если нужно кого-то наказать – то наказать, если нужно кого-то выставить – то выставить. Но всегда с состраданием, никогда не из гнева и осуждения.

Вопрос из зала: если моя профессия – это работа с людьми, и если я сейчас приношу эти способности на работу с людьми, и это оплачиваемая работа, это уменьшает, вредит, или ухудшает что-то?

Учительница: в тот момент, когда присутствует личный интерес, система меняется. Несомненно. Ты не сможешь действовать настолько свободно, как если бы когда не получала от них вознаграждения. Поэтому, в этом плане, это влияет. Во всех же остальных аспектах, нет никаких причин, чтобы не соблюдать с ними обеты Бодхисаттвы. Есть вещи, которые может быть, ты воздержался бы говорить, если бы не было личного интереса.

Самая лучшая ситуация, это когда тебе ничего от них не нужно, и тогда ты совершенно свободен направить их туда, куда они должны прийти.

11. Подобающее использование сверхъестественных способностей

Все дело здесь в:

- Задействовании сверхъестественных способностей, в случае если они у вас есть. Существует множество рассказов.

Пример сверхъестественных способностей? Я приводила вам один, когда Будда взял несчастного монаха, на прогулку в ад.

Есть рассказ об ученике, который вел себя неподобающим образом. Он пренебрегал учителем, или что-то в этом роде, и учитель вдруг сделал себя маленьким-маленьким, и вошел в рог какого-то животного находящегося там, и остановил бурю града, и после этого, этот ученик его уже уважал.

Есть много рассказов, но:

- Мы не должны демонстрировать – если это кому-то не поможет, те, у кого есть эти способности их не демонстрируют.

Думать, как Бодхисаттва

Нагульчье Дхармабхадра, большой мудрец написавший очень важные книги говорит так: «С того момента, как вы приняли обеты Бодхисаттвы, все Будды, и Бодхисаттвы очень-очень вас любят, и будут поддерживать вас в продвижении. Будут вам покровительствовать.

И с того момента, как вы приняли обеты, вы должны начинать думать, как Бодхисаттва. Вы уже не думаете «Как мне хорошо», вы думаете «Как хорошо всем существам». Бодхисаттва понимает, что должен учиться, действовать как Бодхисаттва, думать как Бодхисаттва, практиковать как Бодхисаттва, продвигаться в направлении просветления».

Это в сущности Essence принятия обетов. С этого момента, вы тренируете себя на пути Бодхисаттвы, со всем, что это в себя включает. Он говорит, еще много вещей.

Очень, очень, очень важно, поставить ударение на четырех черных, и четырех белых действиях. Это общие рекомендации.

Есть рекомендации, от Триджанга Ринпоче.

Кем был Триджанг Ринпоче? Он был учителем Кен Ринпоче, он был наставником Далай Ламы. Его перевоплощение сейчас находится в США, в Вармонте, и он там обучает. Он молодой человек, тибетец. Его имя Чактроль Ринпоче.

Триджанг Ринпоче говорит четыре вещи:

а. Развитие вдохновения

Для того, чтобы развить вдохновение, вспомните преимущества стремления к просветлению. И сейчас, есть перечисление пункта а, десять подразделов:

1. Стремление к просветлению, это единственный способ выйти на путь Махаяны. И в конечном итоге, прийти к просветлению. Вы не придете к просветлению, если не будете стремиться к просветлению.
2. Вы превращаетесь в сына, или дочь Будд, и они дают вас особое попечение. Они покровительствуют вам. Это проявляется в том, что вы получаете большое благословение, большой Blessing.
3. Бодхисаттва, затмевает даже сияние Архата. Маленький Бодхисаттва, с того момента, как создал стремление к просветлению, даже если он еще многое в мире не сделал, и у него еще есть духовные омрачения, затмевает Архата, который устранил эти духовные омрачения, из-за своего стремления к просветлению. Из-за Бодхичитты.
4. Ты превращаешься в кого-то особенного, и каждый кто тебя уважает, или подносит тебе подношения, удостаивается большой добродетели. Каждый, кто уважает человека достигшего Бодхичитты, также удостаивается большой добродетели. Только по причине обладания Бодхичиттой, ты благословляешь мир.

Из зала: и также, и наоборот: исчезает добродетель каждого, кто приносит нам зло.

Учительница: также. И тогда он страдает. Ты становишься очень сильным объектом, и в ту, и в другую сторону. И тогда, он накапливает тяжелую карму. Да. Это верно.

Это также, и в отношении ангелов, и в отношении учителей. Так, что, не обучать? Это тяжелая дилемма, с которой сталкивается любой учитель. Если ты приходишь к точке, когда становишься учителем, будут люди, которые не относятся к тебе с уважением. Такие будут. И они накапливают очень тяжелую карму. Так, что, прекратить обучать?

5. Сумел с легкостью завершить накопление добродетели, требующейся для прихода к полному просветлению. Почему, с легкостью? Потому, что фокус все время на всех существах, и тогда каждое его действие, накапливает много добродетели.
6. Твоя отрицательная карма, и препятствия которые она создает, быстро очищается. Если у Бодхисаттвы есть отрицательная карма, она очищается. Она очищается, от самого факта Бодхичитты.
7. У тебя будет все получаться, и ты не будешь ни в чем нуждаться.
8. Даже, если будут отрицательные влияния, и даже, если поднимутся трудности, тебя не смогут остановить. Бодхисаттву нельзя остановить. Он полностью целеустремлен к приходу к просветлению.
9. Ты превратишься, и это так красиво, ты превратишься в неиссякаемый источник утешения, и счастья для других.

Что еще нужно?

10. Ты быстро достигнешь всех осознаний, на пути к просветлению.

Все это было в пункте а. Это список преимуществ Бодхичитты, которые Триджанг Ринпоче нам перечислил. Я думаю, что я должна начать этот урок этим, и этим же его и закончить. ☺

Пункт а, был развитием воодушевления, для устремления к просветлению.

6. Усиление воодушевления

Сейчас, мы уже поняли, что стоит это делать. Сейчас, мы хотим это усилить.

И он говорит: чтобы это усилить, мы размышляем над стилем церемонии, и я скоро вам это дам. Вы произносите это три раза, три раза утром, три раза вечером. Чудесно это делать. Вот, я произнесу вам эти слова:

«Учителя, победители, ваши святые дети».

К кому я обращаюсь?

- Учителя: все учителя.

- Победители: это все Будды.

- Их святые дети. Все Бодхисаттвы.

Учителя, победители, их святые дети,

Пожалуйста, прислушайтесь ко мне.

Точно, как путь всех святых

Пришедших к наслаждению до меня,

Развивших в своих сердцах стремление к просветлению

И после этого, тренировавшихся в этапах на своем пути,

Так и я, ради всех существ,

Стремление к просветлению буду развивать в своем сердце,

И по пути святых, буду тренироваться в этапах.

Это молитва, о достижении Бодхичитты.

Вот здесь, написано так:

Карма отказа от стремления к просветлению, очень негативна, и очень тяжела.

Если человек развил стремление прийти к просветлению ради всех существ, и потом говорит: «Хватит, я не делаю этого больше, хватит», это очень тяжелая карма. Почему? Потому, что это обещание, данное нами в присутствии всех Будд и Бодхисаттв; они присутствуют на церемонии, и дают ее кому? Всем не просветленным существам. Поэтому, мы в сущности предаем всех существ. Это в сущности измена не одному человеку, не двум, «Страдайте себе. Мне все равно. Я буду заботиться о себе».

И поэтому, даже если поднимаются трудности, и даже если эгоистические склонности завладевают нами, и даже, если вы ощущаете, что нет продвижения на пути, и даже, если вы опасаетесь, что отступили с пути, не отчаяваться. Не отчаиваться. Продолжать, продолжать, и продолжать.

Тренировка, в конечном итоге, победит склонности. Настанет момент, когда это перевернется. Не бояться, не нервничать, запастись терпением. Это третий вид терпения. На пути поднимаются трудности, поднимаются мысли, опускающие наши руки. Продолжать дальше.

Что даст нам силы, продолжать дальше? То, что мы пообещали всем существам.

Мы не можем вернуться, исходите из этого.

Поэтому, нам нужно посвящать время, и вспомнить стремление к просветлению, вспомнить благословение, которое оно несет, которое мы перечислили ранее.

И обеты, можно принимать снова и снова, возвращаться к ним снова и снова, через произнесение молитвы о достижении Бодхичитты, как мы сейчас ее произносили.

И помнить, что трудности со временем уменьшаются. И любая поднимающаяся проблема, это возможность развить терпение.

И иногда, если сгорела вся осознанность, и вы близки чтобы сломать все инструменты, вспомните кого-то определенного, с кем вы знакомы, и кто страдает, кого-то близкого вам, кого-то кого вы любите, и кто страдает, и продолжите ради него.

В один из дней, это начнет переворачиваться, и благословение от Бодхичитты начнет к вам приходить. Вы начинаете переживать эти перечисленные нами преимущества, и тогда уже никто не сможет вас убедить, и тогда, вы уже сами себя не остановите.

в. Не отказываться от стремления к просветлению,

Даже, если вы видите, что все вокруг вас грешат, все плохие – не отчаиваться. Помните то, что сказал Мастер Шантидева. Он сказал: «Так, как другие существа погружены в невежество, для них естественно совершать плохие действия, потому, что они невежественны. Нельзя ожидать от них чего-то другого. Мы работаем ради них».

г. Стремиться накопить добродетель, и мудрость

И сейчас, пункт г, последний пункт, стремиться всеми силами накапливать добродетель, и мудрость, и они будут поддерживать в стремлении к просветлению.

На каком-бы то ни было уровне, мы можем найти путь, как накопить добродетель. Если ты начинающий на пути, начинающий Бодхисаттва, ты фокусируешься на физической помощи людям, в даянии подношений Трем Драгоценностям, ты идешь изучать пустоту, идешь изучать путь Бодхисаттвы.

Позднее, ты развиваешь стремление к предотвращению и прекращению ментальных омрачений, когда они атакуют, и так далее.

Итак, это советы Триджанга Ринпоче.

Итак, я думаю, что вы уже получили здесь много информации, и сейчас нужно просто повариться в этом.

Как говорит Мастер Шантидева? Это:

Колдовское зелье

Превращающее данное тело,

Природа которого не чиста,

В высшее тело Будды

Которое не сравнимо ни с чем.

(Часть 1, в инструкции для воина духа, абзац номер 10).

Это Бодхичитта, нет ничего похожего на нее. И все другие добродетели, как он говорит, это «как придорожная трава, дающая плоды, и высыхающая». Вы совершаете добродетель, карма созреет, и закончится. Не Бодхичитта. Бодхичитта, это как вечно зеленое дерево. Чем больше вы даете, тем больше это приносит урожая. Поэтому, это самая удивительная вещь, которую можно сделать с этой жизнью.

Часть 1, из руководства к жизни Воина Духа, абзац номер 12.

Все остальные добродетели, как придорожная трава,
Дающая плоды, и увядающая. Стремление к просветлению
Как вечно-зеленое дерево, дающее плоды, и не увядающее,
Наоборот, она растет, и растет.

Из зала: во всей этой истории, для меня отсутствует одна вещь. Я понимаю, как хорошо я себя буду чувствовать в этой жизни, я не могу представить, как хорошо я себя буду чувствовать за пределами...

Учительница: чудесный вопрос. Она говорит, я понимаю, как я сейчас себя чувствую, я знаю, как это сейчас. Я не имею понятия, как это будет потом.

Это так точно.

Мы не имеем понятия, что значит быть в раю Будды. Как бы хорошо вы не могли себе представить – быть в раю Будды, в биллион раз лучше. Мы не имеем понятия.

Я всегда рассказываю эту историю о Хиосмити, что не идет ни в какое сравнение, но может быть это сравнение, которое мы можем воспринять своим человеческим сознанием. Мы приподнимаемся немного над этим болотом омрачений и эгоизма, и это как чистый воздух. Это иное. Это намного более спокойное сознание, намного более счастливое. Не стремящееся ни в какие места. Оно довольно собой. На таком уровне.

(Парк Йюсмити находится на очень высоком месте в Калифорнии. Лама описывает, как в свой визит туда, видела загрязнение воздуха, в котором все, не осознавая этого, находятся в больших городах, находящихся ниже).

Когда человек, начинает подниматься на путь Бодхисаттвы, и весь его интерес в том, как принести добродетель ближним,

Это сияние лучащееся из тебя. Это то, как ты превращаешься в ангела.

Это лучше всего того, что мы можем себе представить.

Цель Тантры, привести нас туда в этой жизни. Если ее делают верно. Если ее делают верно, если сознание чисто. В этом ее цель.

(Мандала)

(Посвящение)

(Молитва, по развитию Бодхичитты)