**Курс ACI 8: смерть, миры существования, и конец смерти**

**Второй этап, в изучении Abhidharma**

**Но основе уроков Геше Майкла Роуча**

**Перевод, редакция, и подача**

**Ламы Дворы Ла**

**Кохав Яир, декабрь 2006**

**Урок 1, часть 2**

*(Мандала)*

**Колесо жизни, и конец смерти**

То есть, одна из центральных тем этого курса, это миры существования, и мы сейчас говорим о мире самсары. Что, такое самсара? Это колесо жизни и смерти, в котором мы вертимся. Это колесо:



Колесо жизни, поделено на шесть частей. Для удобства, мы будем называть часть, находящуюся между одним часом, и четвертью трех - первой частью - и так далее, до части находящейся между одним часом, и без десяти час, которая является шестой частью.

Это рисунок, который символизирует колесо жизни и смерти. И вы видите, что его держит чудовище, которое символизирует смерть, все существа там, находятся в когтях смерти. И в конце следующей недели, мы поговорим о множестве аспектов смерти, и о том, как работать над осознанием смерти, и как над ним не работать (имеется ввиду семинар: медитация на смерть, и конец смерти). Очень важное учение в Буддизме.

**Мы уже крутились в нем эпохи за эпохами**

Поэтому, как было сказано, когда мы говорим о мирах существования, в связи с этим, мы говорим о существах, которые рождаются и умирают, рождаются, и умирают. Они не бессмертны, они не просветленны. Они рождаются, и умирают. Сейчас, кто рождается, и умирает?

И здесь, важно объяснить, потому, что эти вещи для нас, из области рассказов, на данный момент. Я расскажу вам историю, которую нам рассказал Мастер Васубандху, со слов Будды, но мы не переживаем это напрямую. Мы переживаем только свою жизнь, как человека, и может быть, также своей собаки. Это значит, что я могу понять, что у моей собаки, есть сознание отличающееся от моего. Но мы на протяжении курса увидим, что есть очень много других видов существ в мире, не всех из которых, мы на данный момент, мы можем встретить напрямую.

И все мы, уже были в этих местах, и если мы не будем осторожны, не будем проделывать эту практику, мы также окажемся во всех этих местах в будущем. Поэтому, важно немного поговорить о том, что это значит, что я окажусь в этих местах, или что значит, что я уже была в этих местах, и как это, что я не знаю об этом. Большинство из нас, как и все, не помнят.

**Мы не помним**

Сейчас, я была на чудесном учении тибеского Ламы, по имени **Gyume Khensur Rinpoche**, который был одним из глав двух больших тантрических университетов, которые были на Тибете, и сейчас были восстановлены в Индии. И это тот же университет, в котором обучался мой Лама, Кен Ринпоче. И ученица задала ему вопрос: "Почему, мы не помним?" Если мы входим в эти описания ада, и вы это услышите далее, это ужасно. И, между прочим, это очень похоже на то, что описывает Данте, удивительно.

Так, почему мы не помним? Он говорит, что это, из-за шока смерти. Обычная смерть, настолько ужасна. Вы знаете, человек прошедший травму, часто обновляет свою душу, на длительный период, а иногда навсегда. Травмы абсолютно нас обновляют, если бы мы помнили, мы бы не смогли функционировать. И это такой вид благословения, что мы забываем, потому, что смерть очень травматична.

И время от времени, кто-то вспоминает, и есть люди, помнящие прошлые жизни. В глубокой медитации, каждый из нас может вспомнить, и увидеть эти вещи.

И я встречала другого Ламу, Ламу Зопу Ринпоче, тоже очень просветленного человека. И он все время соприкасается с существами ада, и с насекомыми. Пришла ученица, и поднесла ему цветы, он поблагодарил, и порадовался цветам, но он сразу же увидел маленьких мошек, которых никто из нас не видел в цветах. Он сразу же начал их благословлять. Настолько он восприимчив к существам, в различных формах существования.

И тогда, он дал нам длинную лекцию о насекомых, которые погибают натыкаясь на лобовое стекло, когда мы едем на машине. Он все время обращает внимание, на этих существ. Он не берет крошки в рот, без того, чтобы не посвятить благословение этого, всем этим существам, потому, что он соприкасается с ними все время.

**Три мира, в страдающем существовании**

Итак, как было сказано, мы говорим о страдающем мире, и по большому счету, в нем есть три мира:

1. **Мир желаний**

Первый, повторите за мной:

**Do Kam**

**Do** - означаает хотеть, желать.

**Kam** - в этом контексте, означает мир.

И на иврите, мы скажем - мир желаний - **Do Kam**.

И это там, где живет большинство существ в самсаре. Самсара, это колесо жизней и смертей, мы его называем также, колесом страданий. И большинство существ живут в **Do Kam**, в мире желаний. Почему, он называется миром желаний? Потому, что у нас там есть желания. Каковы самые большие наши желания?

**Из зала**: еда и секс.

**Учительница**: еда, и секс. То, что характеризует мир желаний, это вожделение, и это большинство существ в этом колесе. Кроме этих двух (имеются ввиду миры полубогов, и богов, в пятой, и шестой части, соответственно), все остальные сектора, это мир желаний. В сущности, только часть отсюда, вне мира желаний (только часть из мира богов, вне мира желаний, шесть видов богов, да относятся к миру желаний). Поэтому, почти все находятся в мире желаний. Позднее, мы перечислим их подробнее.

**2. Мир форм**

Сейчас произнесите:

**Suk Kam**

**Suk** - означает форма, и в Буддизме, слово форма, часто является синонимом телу. Тот, кто имеет форму, то есть тело.

Итак, **Suk Kam** - мы на иврите скажем мир форм, или мир существ формы.

И каждый, находящийся здесь, имеет тело. Сейчас, эти здесь (в мире желаний), у них нет тела? В мире желаний, у них также есть тело, но они называются миром форм, в противопложность:

**3. Миру отсутствия форм**

Три, это:

**Suk Me Kam**

Произнесите: **Suk Me Kam**

Это мир без форм. И это миры богов, миры очень приятного существования. Обычно, это так, но существуют и исключения. Боги, также, относятся к пункту два, и три, и то, что отличает два от три, это то, что у богов во втором, есть тело, а у тех, кто третьем, нет. Они существуют без тела, сознание, без тела. Те, кто имеет тело, это боги в мифическом понимании, например, такие как в греческой, и индуистской мифологии. Очень красивые существа, с очень красивым окружением, очень приятная жизнь. Потом, мы поговорим о них подробнее.

И одна из причин, по которой он называется миром форм, не в том, что у тех других нет формы, а в том, что здесь, в мире форм, форма достигла совершенства. Это значит, что все хорошо, все, что связано с органами чувств - прекрасно, до определенной границы, до тех пор, пока не приближаются ко дню смерти. И они не бессмертны, они не Бог, они боги. Это существа, у которых есть более приятная, чем у нас жизнь, но мы увидим далее, что мы не хотим идти, обязательно туда.

**Несмотря на то, что он приносит наслаждение, мир форм не хорошее место**

Они, множество лет, могут проживать, очень приятную жизнь, но это не хорошее место, чтобы туда идти. Почему? Это место, намного приятнее, чем у нас. Когда я, иногда, езжу в Калифорнию, я думаю, что это мир богов. :-) Погода всегда замечательна, всегда можно быть на улице; не слишком жарко, не слишком холодно, не слишком влажно, не слишком сухо. Замечательная, органическая еда, красивые пейзажи, у людей, есть все лучшее. Вы путешествовали когда-то в Sonoma Valley? Nappa Valley? Действительно, мир богов.

Ну, так, что плохого? Если так, в чем проблема? Посмотрите там, на людей.

**Из зала:** нет мотивации практиковать.

**Учительница**: нет мотивации. Они погружены в свое наслаждение, а откуда приходит наслаждение? Из того же места, откуда приходят страдания, из кармы. И у кармы, есть свойство сжигаться.

Сейчас, что происходит, если жизнь так хороша, и не находят смысл этой жизни? Вся хорошая карма завершается, и что остается? Оттуда, только падают.

Сочетание, которое у нас есть в человеческой жизни, это совершенное сочетание, чтобы прийти к просветлению.

* Потому, что у нас с одной стороны есть страдания, помогающие нам понять, что самсара место, в котором не хорошо находиться, и дающие нам мотивацию.
* И с другой стороны, мы не только страдаем, у нас есть немного свободного времени, мы не все время погружены в ужасные страдания. Мы можем проделывать духовную работу.

**И говорят, что только при таком сочетании, можно достичь просветления.**

Обычно, всегда нужно говорить "обычно", потому, что в книгах, существуют исключения - но обычно, существуют Бодхисаттвы, которые были настолько полны добродетели, что рождаются в этих мирах, и молятся спуститься оттуда, в мир людей. Потому, что оттуда, они не могут прийти к просветлению, так как для того, чтобы прийти к просветлению, необходимо человеческое тело.

Как было сказано, нахождение в таком чудесном месте, сжигает нам много-много хорошей кармы. Все существа там, все еще не просветлены, поэтому они не знают, как пополнять запасы кармы. Потому, что тот, кто не видел пустоты, не умеет создавать хорошую карму, достаточно быстро. Поэтому, они сжигают эту очень быстро, потому, что живут в большом наслаждении, и не пополняют запасов, и тогда, остается только упасть.

**Существуют, не желательные медитации**

Как обычно приходят в мир форм, и мир без форм? Кто туда приходит? Есть только один путь, туда попасть, через не правильную медитацию. Мы говорили, что там очень приятно, но не стоит туда стремиться, потому, что в конечном итоге, оттуда падают.

Несмотря на то, что существуют боги, живущие миллионы лет, и живущие хорошо, в аду живут еще дольше, и страдают, намного сильнее. И существует путь наружу, так, зачем стремиться туда? Это как бы, такое временное место, которое никому не помогает.

Действяими, приводящими туда, а не в человеческое существование, позволяющее прийти к просветлению, является не правильная медитация. Мы уже говорили об этом в прошлом, и здесь место предостеречь от них:

К примеру, медитация с дыханием, очень полезна, для развития концентрации. Такой вид медитации, как: фокусирование на дыхании, или на мыслях проходящих в голове, или на ощущениях в теле, и существуют различные методы таких медитаций. В самих по себе, в них нет ничего плохого, и на различных этапах практики, они могут быть очень эффективными.

Сейчас, когда человек сидит в таком виде медитации, и очень сфокусирован, то он не грешит, верно? Он никому не лжет, не ворует - он сидит в медитации. И если человек делает это много лет, то он уже много лет, не делает плохих вещей. Он уже достаточно очистил, свое сознание.

И эти медитации, становятся очень приятными. Мы скоро о них поговорим, они называются **Samtens**, или **дианы**, и существуют различные их аспекты. Здесь есть, семнадцать различных уровней, и мы скоро их разберем.

**И это может быть настолько приятным, что человек думает, что он в Нирване - но он нет, потому, что без видения пустоты, нельзя достичь Нирваны.**

И тогда, так, как это настолько приятно, это соблазняет продолжать этим заниматься, потому, что концентрация очень высока.

Но, если человек постоянен в них, на протяжении долгих лет, и по многу часов в день, может случиться так, что карма этой жизни завершится. И тогда, если человек, в этом состоянии медитации, оставляет этот мир, куда отправится сознание? Оно отправится на один, из семнадцати этих уровней, в зависимости от того, на каком уровне утонченности, находится его сознание. И поэтому, именно эти медитации, как единственная практика, на протяжении долгого времени, не желательны.

Вновь, я не говорю, что они плохи, сами по себе, этого я не говорю. Будда обучал им, и есть причина, по которой их нужно делать. Но если делают только а, для понимания пустоты, не прилагают усилий, то это приведет нас туда, к  **Suk Kam**, или к **Suk Me Kam**, и потом, мы снова упадем, и значит, мы не сделали ничего.

Поэтому, как было сказано, мы не хотим туда прийти, но есть одна оговорка: если кто-то является Бодхисаттвой, который уже видел пустоту, и он стремится прийти к просветлению ради всех существ, то он включает и их, нет ни одного существа, которого он не хочет освободить. Его сострадание велико, и он стремится стать Буддой, сострадание ко всем существам которого бесконечно, включая и этих, потому, что это также страдающие существа. Также, если в этот момент, они не страдают, в них скрыты потенциальные страдания. Наоборот, они сейчас в процессе ускоренного продвижения к страданиям, потому, что они сжигают хорошие кармы, и тогда, им потребуется помощь, как и любому другому существу. И Бодхисаттва, который уже видел пустоту, да хочет познакомиться, кто там находится, и как можно им помочь.

Тибетские Ламы говорят, что на данный момент, до тех пор, пока вы не увидели пустоты, не желательно заниматься медитациями связанными только с дыханием, ощущениями, мыслями проходящими в голове, и т.д, по многу часов в день, на протяжении продолжительного времени. Это не желательно, это очень опасно. И говорят, что все мы уже были там, потому, что мы уже перевоплощались уже, в бесчисленном количестве миров.

**О продолжении сознания**

Что значит, что мы там были?

Тело и сознание, это две совершенно разные вещи. Возле меня, можно взорвать атомную бомбу, которая за мгновение, полностью меня испепелит, но она не может затронуть моего сознания. Она испепелит тело, но она не может затронуть сознание. Мое тело и сознание, это две вещи, очень отличающиеся по своим свойствам:

* У сознания, нет никаких физических качеств,
* Оно не ограничено пространством,
* Оно не ограничено временем.

Я в своем воображении, могу отправиться к себе домой, в США, или могу подумать, о других периодах в прошлом, или будущем.

* Мое сознание, нельзя взвесить,
* Нельзя разрезать,
* Нельзя сжечь.
* Даже атомная бомба, не может его затронуть.

Поэтому, это две, абсолютно разные вещи, и поэтому, предположение, что когда завершается тело, завершается и сознание,
Это достаточно нелепое предположение; оно ни на чем не основано.

Мы смотрим на умирающего человека, и видим, что он прекратил функционировать так, как функционировал до сих пор. И, если раньше его сознание проявлялось через тело, сейчас оно прекращает это делать; тело ломается, умирает. Но у меня нет никаких доказательств, что сознание умирает также, я всего лишь не вижу его, проявляющимся через тело.

И фактически, невозможно доказать, что сознание умирает вместе с телом, потому, что это также не верно.

Но даже, если мы имеем сомнения, предположим, мы не знаем последующих, и предыдущих воплощений, подумайте на мгновение логически:

- В нашей культуре, мы склонны думать, что все, что мы видим, это все, что есть.

- В другой культуре, такой как тибетская, верят в перевоплощения.

Ни у тех, ни у других,  нет доказательств! Так, как у нас говорят? Мы хотим покрыть все основы (перевод английского выражения: Cover all bases). Сейчас, здесь и там, есть люди, помнящие прошлые перевоплощения, верно?

**Из зала:** друзы видят перевоплощения.

**Учительница**: да, не только они.

И серьезные медитирующие, видят и прошлые, и будущие. Поэтому, это существует, так есть люди, которые видели. У тех из нас, кто не видел, нет той степени убежденности, как у тех, кто да видел. Это неминуемо, до тех пор, пока мы сами не увидим, у нас будут сомнения. Но не нужно путать, и превращать сомнения в убежденность, и говорить: если я не видела, значит этого нет. Это только претенциозность, верно? Если я не видела, то это не значит, что этого нет! Это значит только то, что я этого не видела.

**После смерти, сознание продолжится в другом теле**

Итак, если верно то, что тело заканчивается, а сознание нет, то после того, как это тело закончится, сознание продолжится.

Точно также, как сознание сейчас связано с этим телом, оно было где-то, и до этого. Потому, что оно не пришло, из ниоткуда. И если так, если был момент, до теперешнего моего существования, у сознания был момент, до того, как оно соединилось с этим телом. До момента оплодотворения, это сознание было в другом месте, у него была другая связь, другое проявление.

Итак, если верно то, что до этого момента, был другой момент, то до этого момента, был еще момент, и тогда, до этого, было бесконечное количество моментов. И практически, мы говорим, что у этого никогда не было начала. У сознания, не у тела. Тело началось в момент оплодотворения, но у сознания, начала не было. И практически, мы перевоплощались уже, бесконечное количество раз, и как сказал Лама, только шок смерти, заставил нас забыть это. И поэтому, мы уже были всем: мы уже были во всех этих Kam, в **Suk Kam**, в **Suk Me Kam**, были бесчисленное количество раз. И вот, мы здесь, все еще страдаем. И это видение, что приход туда, не помогает, и мы не хотим, туда прийти.

До тех пор, пока мы не станем Бодхисаттвой, который видел пустоту, мы хотим намеренно воздерживаться от прихода туда. Мы хотим выйти на освобождающий путь. Вы помните название книги? (Подразумевается комментарий к Абхидхарме Коше, который мы используем, на этом курсе).

**Tarlam Selje**

Осветить путь к просветлению. Выйти на свободу, выйти из всех Kam, из всех этих перевоплощений. Это наша цель, потому, что только тогда, мы сможем стать тем самым суперменом, который сможет помочь всем существам.

**Уровни, все утончаются**

Как было сказано, есть то, что называется: **Samtens**:

* И это здесь, в **Suk Kam** (Лама указывает в сторону раздела богов, в колесе жизни). Есть четыре уровня, и у этих четырех, есть еще дополнительное деление, на семнадцать, скоро мы это разберем, и это также градации различных существ, там живущих, они называются **Samten**.
* И также, то же самое название, используют и для различных уровней медитации, ведущей туда. Это значит, если человек практикуется, на этом уровне медитации, он перейдет в соответствующий уровень в Suk Kam, во втором пункте .

Медитация превращается в кармический фактор, для перехода в эту форму существования. Если человек умирает, пребывая в этой медитации, то он переходит туда. И, как уже было сказано, мы не хотим, чтобы это произошло. Но, что? Есть одна, большая оговорка. Обычно, мы не хотим туда идти, но мы да хотим, и мы обязаны прийти к первому **Samten** в своей медитации, потому, что только оттуда, можно увидеть пустоту.

В **Suk Kam,** есть четыре **Samtens**, и их отличает все утончающийся уровень медитации, человек все утончается. Факт того, что мы уже в **Suk Kam**, говорит о том, что мы уже оставили **Do Kam** (мир желаний), это означает, что нам уже не интересны чувственные вещи. Вещи, приносящие наслаждение нашим чувствам, кажутся такому сознанию очень грубыми, не привлекательными. Сознание все более, и более утончается.

**Медитация, которую мы стремимся развить**

Но мы хотим достичь первого уровня, и достичь определенного уровня, на первом уровне, который называется:

**Mi Chok Me**

Повторите за мной:

**Mi Chok Me**

И **Mi Chok Me** означает: **без него невозможно**. Это название этого уровня, "**без него невозможно**". Что это значит, без него невозможно? Без него, невозможно увидеть пустоту.

**Мы не можем увидеть пустоту, до тех пор, пока наше сознание занято суетой этого мира. До тех пор, пока наше сознание привлекают вещи, которые привлекают нас обычно, эти вещи будут красть наше сознание, и мы не сможем встретить освобождающей мудрости.**

Поэтому, да обязаны развивать медитацию, Шине, Шамату (Шине, и Шамата, это тибетское, и санскритское слово, того, что на иврите мы называем "медитативным спокойствием" - медитация, пришедшая к совершенству), это эта совершенная медитация, и с ней подняться на один уровень, над миром желаний. Что, это значит? Медитирующий сидит, и его тело, все еще здесь, у него есть тело, но на протяжении медитации, его сознание уже не в мире желаний. Потом, он возвращается обратно. На время медитации, он отключен от чувств; сознание сосредоточено внутри, и не занято ощущениями, от органов чувств, не ощущает тяги к ним.

В Буддизме говорят: "Двери органов чувств", это как бы двери, через которые убегает сознание: "О, это красиво, это красивая музыка". Мое сознание убегает, через мои органы чувств. И одна из вещей, которым нужно научиться в медитации, это собирать сознание. Для того, чтобы собрать сознание внутрь, нужно ходить на ретриты, потому, что только так, мы сможем встретить освобождающую мудрость. Поэтому, мы да хотим прийти на под уровень в этом (в мире первого уровня, мира форм), то, что называется **Mi Chok Me**, без чего невозможно". Это этап, после Шине.

**Почему, мы получили человеческую жизнь?**

**Джуди задает вопрос:** "Но мы пришли ради этого, ради того, чтобы проживать человеческую жизнь. Так, что, нам нужно бежать от человеческой жизни?"

**Ответ**: если мы вспомним историю о супермене, которую я рассказала вначале, мы говорим, что мы пришли сюда, чтобы воплотить мечту супермена. Потому, что здесь у нас есть возможность перейти в просветленное существование, в существование, которое не идет ни в какое сравнение по наслаждению, с человеческой жизнью. Нет даже капли сравнения между наслаждением Будды, и самым большим наслаждением человека. Вспомните, самый чудесный момент в своей жизни, он ничто по сравнению с наслаждением Будды.

**И Джуди говорит:**"Минутку, если так, то Будда также ищет наслаждения?"

Этот вопрос, очень важен. Будда учится создавать наслаждение постоянно, Будда вне власти кармы. Он вынужден переживать наслаждение постоянно, он не может иначе.

Мы здесь, чтобы изучать, как туда прийти, чтобы обучать других, как туда прийти. Потому, что в нашем человеческом существовании, есть наслаждения, но также есть и страдания. И у нас нет сильной власти над наслаждениями, мы только думаем, что есть власть. Мой Лама говорит:

**В самсаре есть одна хорошая вещь;
Рано или поздно, она покажет нам свое истинное лицо.**

Может быть хорошо продолжительное время, и мы думаем, что сейчас мы на коне; мы приобрели власть, устроили дела в банке, устроили дела дома, в семье, с детьми - жизнь хороша! Рано или поздно, придет самсара, и покажет нам свое истинное лицо. Потому, что все, что есть в самсаре, это: или ты страдаешь сейчас, или ты будешь страдать в будущем.

**Из зала:** я понимаю, и принимаю это, но смысл в том, что для того, чтобы прийти к какому-то освобождению, мы обязаны что-то делать. Поэтому, мы как бы, находимся в ловушке, это значит: если мы хотим прийти к освобождению, нам нужно все время находиться в медитации. Поэтому, мы отключаемся от мира, мы не действуем. Если мы да действуем, мы можем согрешить, в сознании, действиях, и в разговорах... это значит, что у нас не осталось много выбора.

**Учительница**: да. Джуди говорит: "Минутку, минутку, ты говоришь, что мне нужно сейчас сидеть в медитации, и бежать от мира, а с другой стороны, мне нужно действовать, чтобы совершать хорошие дела в мире".

Ты права, нам нужно делать обе эти вещи.

Для каждой вещи есть свое время и место, в нашей практике есть периоды, когда мы будем действовать, и совершать хорошие вещи в мире. И есть периоды, когда мы уже накопили добродетель, и она, приведет нас к сидению в хижине, в одиночестве, и видению мудрости.

И, что мы сделаем с этой мудростью?

**Из зала: выйдем наружу.**

**Учительница**: выйдем наружу, и будем действовать в мире. И это восходящая спираль, и две эти вещи верны.

Если мы серьезны в этой своей мечте, привести себя в место ангела, способного спасти всех существ, то мы берем все вещи которые есть у нас, в нашей человеческой жизни, и энергии, перечисленные в первых главах Абхидхармы Коши, и используем их, чтобы вывести себя, чтобы перейти в намного более высокое и приятное место, и для нас, и для других.

Итак, мы не отказываемся от этих вещей, мы не говорим, что они плохи сами по себе. В самих по себе, в них нет ничего плохого. Когда, это превращается в препятствие? Когда мы наслаждаемся, и не используем эту карму, чтобы создать более лучший мир, чтобы выйти из ловушки. Иначе, она сгорает, и заканчивается, и остаются одни страдания. И поэтому, существа в самсаре; поэтому, это поднимающееся, и падающее колесо.

И мы не умеем удерживать то хорошее, что у нас есть, у нас нет власти над этим. Это приходит потому, что в прошлом мы сделали что-то хорошее, и что сейчас? Мы не умеем это удержать, мы не знаем, как это обновлять. Придет старость, и смерть, и все это отнимется у нас, если это не произойдет раньше.

**Требуется продолжительное обучение**

Я хочу сказать, что усвоить это, берет время. Часть вас слышала меня говорящей это, уже много раз, я слышала это, бесконечное количество раз, от своих учителей. Это требует времени. Потому, что мы настолько, что на английском называется «Thick», настолько закупорены. Я люблю, это слово на английском. Мы «Thick», в нас есть очень толстые пласты невежества, мы слушаем, слушаем, слушаем, понимаем, и возвращаемся домой, и действуем точно также.

Пока человек поймет, пока он понимает это из урока, через все эти пласты, пока не: "О.К, сейчас я не буду реагировать так, как реагировала раньше, потому, что это не работает. И сейчас, я поменяю свои приоритеты, потому, что то, что я делала до сих пор - не работало". До тех пор, пока это проникает на уровень действия, когда самая важная вещь - это делать медитацию. Как говорил Геннадий: "Сегодня я очень занят, поэтому сегодня, я удвою время своей медитации". До тех пор, пока это не проникает на такой уровень, мы еще не поняли.

Мы поняли, на определенном уровне, и откуда-то необходимо начинать, и это чудесно. Мой учитель говорит, что необходимо услышать эти вещи 7000 раз. 7000 часов, он говорит. Он знает, потому, что на протяжении 30 лет, он разговаривает с учениками, и видит, сколько времени требуется, пока это применяется в действии. Берет много времени, пока это проникает. Слои невежества очень толсты, очень толсты.

**Причина, для обучения**

Итак, мы здесь говорили, о семнадцати уровнях (мира форм). В мире форм, есть пять, или шесть уровней, в зависимости от того, как считать. Мы будем говорить о всех  них в подробностях, на следующих уроках. Как уже было сказано, мы не можем видеть этих мест, и я не могу напрямую доказать вам  их существование, кроме тех, которые вы можете увидеть, и это мир животных, и людей.

Но, из того, что мы уже сказали, логика подсказывает, что если сознание всегда было, оно также и всегда будет. Наше сознание, нельзя уничтожить. Оно  только временно связано с этим телом, и когда это тело закончится, оно перейдет в другое место. Поэтому, есть большие шансы на то, что все мы уже были, и будем, в других местах.

На данный момент, у нас есть карма, связывающая сознание с этим телом. И, у этого тела, есть человеческое существование, с тем, что к нему обязывает. Когда тело заканчивается, это связь отключается, прерывается. О чем, это говорит? Это говорит о том, что сейчас мое сознание, намного больше в силах кармы.

На данный момент, львиная доля карм которые мы с собой носим - если хотите, как какой-то генофонд, который я с собой ношу - он спит, и не проявляется, потому, что у меня человеческое существование. Поэтому, мои кармы, для попадания в ад, на данный момент не проявляются. И у нас у всех, есть много, из множества предыдущих перевоплощений, и также, из этой жизни.

На данный момент, я наслаждаюсь созревшей у меня кармой, быть человеком. Когда наступает смерть, и связь отключается, силы увлекают меня, и у меня нет над этим власти, я абсолютно как лист на ветру. В момент смерти, я не имею никакой власти.

Вся цель этого учения, и учения о всех различных мирах, процессе смерти, и том, как делать медитацию на осознание смерти, это для того, чтобы начать возвращать себе эту власть.

Освободиться от сил кармы, и привести себя к высшему наслаждению Будды. В этом вся цель, этого учения.

**Дополнительное перечисление миров существования, в колесе жизни.**

- Итак, здесь в колесе: мы немного говорили о мире богов, который находится здесь, и здесь (полубоги представлены в пятом звене, а боги, в шестом). Боги, и полубоги, находятся в мире форм. И есть боги, которые не имеют формы, и их нет на рисунке, так как по причине не имения формы, их невозможно нарисовать.

Боги. Иногда, их называют **Pleasure Beings**, существами удовольствий. Здесь, в шестом отделении, это боги, а эти, в пятом, называются полубогами, они называются богами наполовину. Это также, достаточно приятное существование. У них, намного меньше духовных омрачений, чем у нас, намного меньше. Но у них, полубогов, существует зависть, и они все время завидуют богам. Они описываются здесь, как выходящие на войну с богами, направляющими в них, свои копья. Полубоги, существа, которые уже очистили духовные омрачения, но не очистили зависть. И тогда, это то, что управляет ими, в их очень приятном существовании, они все еще мучаются завистью. У них есть и другие омрачения, например, у них есть невежество, иначе, они бы уже вообще не были в этом колесе.

Мы подробно поговорим о них, на следующем уроке.

Мир желаний, это все это:

* Здесь, у нас есть люди (в первой части колеса жизни).
* Здесь, у нас есть животные (в четвертой части колеса жизни),
* Здесь, ад (в третьей, и самой широкой частии колеса жизни).
* И здесь, то, что мы называем голодными, или жадными духами.

Это, этот мир. Все эти миры: животные, ад, и жадные духи, это несчастные формы существования, низшие, очень страдающие. Мы будем описывать их, Абхидхарма Коша, описывает их в больших подробностях.

- Есть еще существа, которые называются существами Бардо.

**Bardova**

Это существа, находящиеся между смертью, и рождением. Тот, кто умер, прежде чем переходит в свое следующее воплощение, есть этап перехода, который на тибетском, называется **Бардо**. Это здесь, в этом кольце:



(Существа Бардо,  не представлены в одном, из шести разделов, но представлены в полукольце, и на светлой половине, опоясывающей внутреннее кольцо на рисунке).

Здесь есть светлая, и темная половина. Здесь, в темной половине, это существа головой вниз, они тянутся в ад, или в низшие разделы. И эти, здесь, в светлой половине, это Бодхисаттвы, начинающие взбираться, подниматься, и здесь есть такая линия, которая извивается, и выводит их. Здесь (часть, в левом углу рисунка), это вне самсары, вне колеса. И они так красиво стоят в ряд, поднимаются на облака, и выходят в рай.

**Из зала: для этого, необходимы связи...**

**Учительница**: да, ответ да. Какая связь, тебе нужна?

**Из зала:** если у тебя есть друзья в раю.

**Учительница: тебе нужен Лама. Твоя связь, с этим миром - это Лама.**

**Деление колеса, на 20 форм существования**

Иногда, эти миры, о которых мы говорили, делят на двадцать. Так, как выходит двадцать? И вот перечисление: десять хороших, и десять плохих.

**Что такое, десять плохих?**

**- Есть, восемь видов ада.**

**tsa-nyel gye**

**tsa** - тепло

**nyel** - ад

**Gye** - восемь. Восемь видов горячего ада.

- Потом, есть еще в доплнение к этому, голодные духи.

**yidak**

- И животные.

**Dundro**

И это, десять форм отрицательного существования, и мы поговорим о них всех далее в подробностях.

* И потом, в том, что называется хорошее существование, также есть десять:

- Люди, существуют четырех видов.

Сейчас, мы знакомы, только с одним видом. Но в соответствии с буддистской мифологией, в мифологическом мире, существует четыре суши, это то, что вы сначала подносили учителю. "Четыре суши", помните? Там есть, четыре континента. Мы находимся на южном континенте. Мы об этом поговорим, он называется **Dzambuling**, джамбулинг. Есть еще три континента, и существует четыре вида людей.

**lingshiy mi**

**ling** - континенты.

**Shiy** - четыре.

**mi** - люди.

Четыре вида людей, на каждом, из четырех континентов.

- И есть, четыре вида богов.

**du-hla druk**

**du** - желание, и подразумевается мир желаний.

**hla** - боги.

**Druk** - шесть.

Есть шесть видов богов, которые все еще в мире желаний.

И поэтому, выходит десять, и десять, и вместе двадцать.

**Самое высокое место в сасмсаре**

Самое высокое место, которое все еще является самсарой, с точки зрения самсарного существования, это место, которое на тибетском называется **Ok Min,** повторите за мной:

**Ok Min**

**Ok Min** - означает, что он не находится ниже, и это значит, что нет ничего, выше его.

Это перевод. В самсаре нет ничего, выше его.

И это вид рая, в котором существа, все еще не просветленны, но очень близки, к просветлению.

**Рай, вне самсары**

И есть  не самсарный рай, и фактически, в Буддизме есть два вида **Ok Min**:

- Есть тот, который в самсаре, и он под номером семнадцать, в градации, которую мы привели.

- И есть тот, который вне самсары; и его полное название:

**okmin tukpo kupa**

И говорят, что Будда сидит в своем раю, который также называется**Ok Min**, и это немного путает: тем же самым названием называют и рай Будды, который уже не страдает, и также рай, который все еще самарный. Это как бы, самое высшее место богов. Я думаю, что когда читают описания рая в нашей традиции, это описания мира богов. Это значит, это такие раи, в которых еще есть форма.

Вы читали, описание рая, Ицика Мангара? Есть чудесная книга, которую он написал, м год назад, я сидела со своим отцом, и читала ему это на Идише. Это книга, о двух маленьких ангелах, которые сбегают из рая. :-) Это очень земной вид рая: ангелы завидуют друг другу, и мешают друг другу, и описывается, что там происходит, как Сара и Гар завидуют, и описываются все святые, и все фишки, и вся политика в раю. :-) Это Ицик Мангер.

Здесь, у нас есть два вида**Ok Min**, один в самсаре, и другой вне самсары.

Очень высокие Бодхисаттвы, еще там. Они почти просветлены, но не просветлены полностью. Майтрейя, говорят, что он Бодхисаттва уровня десять, и он будущий Будда, который придет, он сейчас сидит себе в **Ok Min**. Мир богов, включает также и тех, кто почти просветлен. Скоро, мы приведем описание.

**Из зала:** Майтрейя, удостоился просветления?

**Учительница**: Майтрейя? Это зависит от того, мы в Сутре, или в Тантре, помнишь второй курс? В соответствии с Сутрой, он еще не просветлен, он Бодхисаттва уровня десять. По Тантре, это совершенно другая история, но в Сутре, путь долог, он может быть Бодхдисаттвой очень высокого уровня, много-много эпох.

**Так, когда мы научимся видеть пустоту?**

Еще вопрос?

**Рути, задает вопрос:** буду ли я изучать медитацию, в которой можно увидеть пустоту?

**Ответ**: я думаю, что это приблизительно то, чем я здесь занимаюсь, но понемногу. Мы делаем медитации на пустоту на наших курсах медитации, и эти курсы, идут все глубже, и глубже. Чтобы действительно увидеть пустоту, тебе необходимо посвятить себя практике. Чтобы увидеть это, тебе нужно очень хотеть этого.

И, в чем проблема с пустотой? Что я, не могу описать тебе ее словами, и ты также, не можешь описать себе это в мыслях. Как там написано, в Сутре Сердца? Вне слов, и мыслей. Я не могу тебе описать пустоту, и ты даже не можешь о ней подумать, так как же ты увидишь? Поэтому, это не легко. Если бы это было легко, мы бы уже все были там. Это не легко, и это требует многого, и все, что мы делаем, это прорисовываем туда путь: что тебе нужно знать, что тебе нужно практиковать, каковы различные этапы пути, чтобы привести тебя туда.

И в конечном итоге, если хотят сделать это в этой жизни, необходимо войти в Тантру. На этих курсах ACI, подготавливают к Тантре. Это одна, из их целей, подготовить людей, чтобы они преуспели также, и в Тантре. Потому, что в Тантру, войти не сложно, на сегодняшний день это легко, многие Ламы дают инициации (обучения, усиления), и люди входят в нее массово. Что происходит потом, это уже другая история. Если ты также, хочешь и преуспеть в ней, то ты должна подготовить очень хорошую базу для этого, и это то, чем мы и занимаемся. Поэтому, ответ да, но постепенно. :-)

**О книге "Подготовка к Тантре"**

И так, как мы говорили о "подготовка к Тантре», это подходящее время рассказать о ней (о книге). Это книга, которую мы издали совместными усилиями. Каждый переводил отрывок, и потом мы сидели, и редактировали это, и мы нашли для нее спонсоров, и наконец-то, она вышла в свет на иврите. В сущности, он описывает различные этапы, которые человек должен пройти на своем пути, чтобы прийти к просветлению. Кроме, всего прочего, чтобы прийти к просветлению в этой жизни, необходимо войти в Тантру. Или даже, если не в этой жизни, то если хотят, чтобы это произошло быстро. В Буддизме «быстро», это несколько перевоплощений, потому, что мы в самсаре перевоплощались, уже бесчисленное количество раз.

Если мы хотим предотвратить и будущие бесчисленные эпохи в самсаре, обязаны войти в Тантру. Как было сказано, мы там перечисляем то, что нам нужно, чтобы преуспеть в Тантре. Это чудесная книга. Она написана одним из величайших мудрецов Тибета двадцатого века, может быть самым великим из них, Пабонкой Ринпоче. Она основана, на его учении.

Его была сокрыта, и Геше Майкл ее нашел. Существует собрание писаний Пабонки Ринпоче, и эта книга, каким-то образом, туда не вошла. И Геше Майкл, нашел ее у нынешнего перевоплощения Пабонки Ринпоче, и написал ее, с примечаниями, и так далее, на основе учения Пабонки Ринпоче. И благодаря этому, она у нас есть.

**Несколько слов, о домашних заданиях**

Несколько слов, о домашних заданиях. Причина, для изучения этих вещей, одна из причин, это передавать их дальше. Вы очень скоро обнаружите на пути, что вы не можете действительно продвинуться на нем, если вы делаете это, только ради себя. У меня были ученики, которые пытались сделать это ради себя - они уже не здесь. Рано или поздно, они теряют интерес, и самсара затягивает их внутрь. Это сработает, только если приходит это желание, сделать это ради других. Для этого, вам нужно быть способными передавать эти вещи далее, потому, что эти вещи, выводят людей из страданий.

Вы не сможете этого сделать, если не будете делать уроки. Вам нужно знать реальные факты, и передавать это в точной форме - мы не хотим искажать Дхарму. Уроки, очень важны. Вы можете делать их в группе - встречайтесь, списывайте, нет никаких проблем. Уроки, экзамены, финальный экзамен, все уже находится в интернете, все доступно. Вся их цель в том, чтобы вы смогли усвоить этот материал, и передать его дальше.

Кстати, эти уроки переводила Далия, и она каждый раз говорит: "Как я еще, могу помочь? Дай мне работы, я хочу помочь". И она, сделала перевод домашних заданий.

**Посвящение**

Итак, давайте сейчас завершим этот урок.

Мы завершаем молитвой Мандалы, и посвящением.

И Мандала, это то же самое, что мы делали раньше, и сейчас, это благодарность за учение, которое мы получили, и я хочу сказать о том, насколько это важно:

Вы сидели здесь, и слушали учение, являющееся частью пути к просветлению, в котором есть семена, помогающие вашему пути, к просветлению. Это чудесная карма, вы накопили что-то чудесное, чудесное сокровище, потому, что это семя, маленькое семя, которое может прорасти, во что-то удивительное.

И на данный момент, это семя маленькое. И сейчас, что происходит? Выходят с урока, погружаются с кем-то, в какую-то будничную беседу, или кто-то нас потом раздражает – карма тут же стирается. И мы хотим, это предотвратить. И перед тем, как вы выйдите, перейдете к любой другой вещи, вы хотите вложить это на свой банковский кармический счет, посвятить это просветлению. А, как мы приходим к просветлению? Мы приходим к просветлению, через стремление помочь всем существам, мы развиваем эту Бодхичитту, это альтруистичное желание стать суперменом, спасающем всех принцесс, и принцев.

Так, как положить в банк карму, которую мы сейчас накопили? Даянием ее, всему миру. Кармический банк нашего просветления - это все существа. И смысл в этом. Мы делаем Мандалу, и это такого рода благодарность, и потом посвящение, и это создает нам это действие. И вы можете делать это так, если хотите, просто даянием (учительница демонстрирует две ладони руки, обращенные вверх, соединенные вместе, в жесте даяния). Или Мандалу (имеется ввиду мудра, жест руками, который используют, когда подносят молитву Мандалы, который по Буддистской мифологии, символизирует гору Меру, и четыре континента. Еще, о построении мира, по Буддистской мифологии, в продолжении этого курса), что является горой, и континентами, о которых мы поговорим потом. Главное, что намерением должно быть, посвятить, и отдать.

*(Молитва Мандалы)*

*(Посвящение)*