

Курс АСІ 9: моральная жизнь

Первый этап в изучении Винайи, Буддистской этики

На основе уроков Геше Майкла Роуча

Перевод, редакция и подача

Ламы Дворы-ла

Поселение Бацра, июнь 2007

Урок 4, часть 1

(Мандала)

(Прибежище)

Обеты свободы являются необходимой базой для успеха в пути

Вчера я вам рассказывала, что на западе очень-очень редко вообще можно услышать этот курс. Я думаю, что когда Геле Майкл обучал этому в 1996 году, это может быть было в первый раз, когда западные люди слышали такие вещи.

Это не курс, с которого обычно начинают, поэтому если это ваш первый курс, не обычно, начинать учение с него, и часто, для того, чтобы оценить то, что это дает, требуется какая-то корректировка сознания, чтобы направить антенны в верном направлении. Потому что вы получаете много списков, и много деталей, и говорите: «Что? Мы вообще не монахи. Чем это интересно?»

Вы не знаете, какие семена это в вас сажает. Вы не знаете, когда они прорастут, и как они прорастут? И мы говорим, что со всеми этими чудесными учениями о пустоте и Бодхисаттве, пути Бодхисаттвы, и сострадании, которые абсолютно чудесны, необходимы, и так далее, основное условие, необходимая база, чтобы все эти чудесные вещи получились - здесь. Они здесь. **Это работа, где тяжело работают, докапываются, очищают условия, которые обеспечат успех этого,** потому что без этой базы, могу вам сказать, так как я вращаюсь уже в кругах Дхармы годы –

Люди работают много лет, а получают с маленькие результаты, потому что у них нет основы. Они не проделывают эту тяжелую работу. Обеты свободы создают эту основу.

И наоборот! Люди многие годы работают в высоких учениях, тайной Тантре, и так далее, они работают много лет, и не продвигаются, и в Тантре нет уловок. **Вы не можете перепрыгнуть этапы.** Если вы не готовы, это не работает. Множество людей застревают на первом этапе, и не продвигаются, и причина того, что это происходит в том, что раньше не работали над основой, над обетами свободы, и не поняли верно.

И будет хорошо слушать это из понимания того, что это необходимо. Это необходимый этап пути.

Два раздела обетов свободы

Чже Цонгкапа сейчас идет и классифицирует эту группу обетов свободы на две группы, и достаточно ясно, какие они будут:

1. **Для тех, кто не являются монахами.**
2. **И для тех, кто монахи.**

Каждый раздел, это набор обетов, да? Это не один обет. Мы сказали, что для главного монаха есть 253 или 227, в зависимости от того, где ты находишься. Для начинающих монахов или монахиней, есть намного меньше.

Итак, я перечислила вам восемь видов обетов свободы, и мы сказали:

1. Что **три из них** – это для **людей не являющимися монахами.**
2. И **пять видов** – это для **людей являющимися монахами.**

Итак, повторите за мной:

Kyim Pe Chok kyi Dompra

Rab Jung Chok kyi Dompra

И вы видите, окончание одинаковое в них обоих. Начнем с Dompra.

Dompra – означает **обеты.**

И **Kyim Pa** – это **хозяин дома.** Хозяин дома, в противоположность тому, кто покинул дом.

На английском говорят Householder, и я видела, как переводят «хозяин дома», но не обязательно, чтобы у вас были права на дом, чтобы быть здесь хозяином дома. Подразумевается тот, кто не является монахом, очень просто. Тот, кто не является монахом, в сравнении с тем, кто является монахом.

Итак, *Kyim Pe Chok kyi Dompra.*

Chok – означает что-то **относящееся к,**

И это **обеты, относящиеся к тем, кто не являются монахами.**

И здесь (во втором пункте) – это обеты, относящиеся к тем, кого называют **Rab Jung.**

И **Rab Jung** – это не именно монахи, а те, кто решил оставить дом.

То есть, оставить домашнюю жизнь; не создавать семьи, не жить в семье, не жить обычной жизнью. Те, кто решили принять обет безбрачия. Они еще не обязательно монахи. Есть короткий этап, на котором человек принимает обет – и это еще не настоящий обет, это обязательство – оставить дом, и тогда на него уже распространяются определенные обязательства. И здесь, вся эта группа, кто монахи и кто решил стать монахом, и может быть еще не стал. И это две системы обетов.

Обеты на один день

Первая группа обетов, которая может быть самая интересная для вас, это то, что мы называем, произнесите:

Nyen Ne

Nyen Ne – это **обеты на один день.** На санскрите это – **Upa vasatha.** Обеты на одни сутки.

Эти, я хочу пройти один за другим, потому, что мы будем их практиковать, чтобы дать вам ощутить их вкус, на один день. На ретрите мы сделаем их версию.

Это первая группа – обеты на один день. Каждый может их принять. Вы не становитесь монахами. На один день, вы ведете себя как монахи. Вам не нужно обривать головы.

Есть восемь обетов на один день, и они делятся на две группы: по четыре.

В продолжение дня мы поговорим о смысле, причинах, следствиях, и так далее, и я сейчас не буду слишком вас задерживать на этом. Я просто привожу вам список.

1. Четыре основных

Четыре первых называются «**четыре основных**», и разумеется, все вы их слышали, но я напишу вам в упорядоченной форме. Это появляется здесь, и это появляется во всех монашеских обетах.

Эти самые важные:

1. Сексуальные отношения

Итак, это первое:

Mi Tsang Chö

Произнесите: **Mi Tsang Chö**

Tsang Chö – это тибетское слово для того, что на санскрите называется **Brahmacharya**. Что означает – **воздержание от сексуальной жизни**.

Mi Tsang Chö – это **половая жизнь**.

И человек принимающий обеты на один день – в этот день нет половой жизни, никакой половой жизни. **Это самый важный обет в монашестве, разумеется**. Если это нарушают, то ты уже не монах. Вы поймете важность этого далее, когда мы объясним.

Обычно, для людей не являющимися монахами, когда они не находятся под влиянием обетов на один день, в повседневной жизни, когда они с обетами свободы, нет обета воздержания от половой жизни, но да есть обет воздержания от неподобающего сексуального поведения. Основное неподобающее, наверное, это прелюбодеяние, и у этого есть еще ответвления, которые мы пройдем. В тот день, когда принимают обеты на один день, вообще есть полное воздержание.

2. Брать то, что нельзя – воровать

Второй обет, среди четырех основных, это:

Ma Jin Len

Произнесите: **Ma Jin Len**.

Ma – это **слово отрицания**.

Jin – это **давать**.

И **Len** – это **брать**.

Итак, что такое Ma Jin Len? На-тибетском читают от конца к началу, верно? Брать то, что нельзя, воровать. То есть, брать то, что тебе не давали, или то, что не дается свободно, и интересно, что это слово для «воровать» - брать то, что нельзя.

3. Убивать

Sok Chö Pa

Произнесите: **Sok Chö Pa**.

Sok – означает **жизнь**.

Chö Pa – означает **обрубать**.

Итак, это **обрубать жизнь – убивать**.

4. Лгать

Dzun mawa

Произнесите: **Dzun mawa**.

Mawa – означает **говорить**.

И **Dzun** – означает **обман**.

Или, это обманывать, лгать.

Из зала: лгать запрещено. Мысленно лгать можно?

Учительница: он говорит: «Лгать запрещено. Можно ли лгать мысленно?» И я спрошу тебя в ответ, когда ты спрашиваешь: «можно, ли», кому ты задаешь вопрос? Кто должен разрешить? Кто это, кто разрешает или запрещает? Ты понимаешь? В этом весь смысл, что нет какого-то зрителя морали, охраняющего твою мораль.

Если ты не будешь хранить свое сознание, ты будешь от него страдать.

Мы поговорим о смысле, о кармических результатах, и о том, что происходит, когда соблюдают, и не соблюдают, поговорим об этом со всех сторон, поэтому, я надеюсь, вопрос исчезнет сам собой.

Итак, что это «четыре основных»?

1. Безбрачие.
2. Не воровать.
3. Не убивать.
4. И не лгать.

Нет системы, не содержащей этих. И эти называются «четыре основных». Они самые важные.

И зала: но практически, за исключением безбрачие, три других находятся все время.

Учительница: верно. Они находятся также и в десяти заповедях. Они находятся в каждом духовном методе, достойном своего имени, и там также есть «не прелюбодействуй» в десяти заповедях, верно? В любом месте. Эти то, что называется «**естественные**». Без этого нет

соблюдения морали.

В обетах свободы мы сексуальное поведение обычно не ставим первым, в то время, как здесь да, потому, что здесь ориентация на монашеские обеты, и там это самое важное. Это первое.

Вся тема сексуальной энергии, и использования сексуальности, супер-дупер важна на духовном пути, и поэтому здесь это настолько важно. В Рахамачарье – это является необходимым инструментом, для успеха на духовном пути.

2. Четыре вторичных обета

Есть еще четыре вторичных обета, связанных с обетами на один день, и я просто напишу на иврите. Итак:

5. Не использовать роскошную или дорогую мебель.

То есть, не спать на роскошных или дорогих кроватях, не сидеть на высоких стульях, такого рода вещи. Это говорит о – **сохранении простоты**; простое жилье, простой образ жизни. И если у вас в доме есть роскошная и мягкая кровать, в этот день, вам нужно найти что-то другое. Итак, это пять.

6. Вся тема алкоголя.

Никакого алкоголя. Не только алкоголя, но и никаких наркотиков. **Никаких вещей затуманивающих сознание.** Сейчас, если у вас есть лекарство содержащее алкоголь, продолжайте принимать это лекарство. В этом случае, не нужно подвергать опасности свою жизнь, но не употреблять алкоголь, и также не химические вещи, даже если они синтетические – не важно. **Любое вещество затуманивающее сознание, и заставляющее тормозить вредно, потому, что тогда мы нарушим обеты.**

(Учительница отвечает на реплику из зала, которую не слышно в записи): она говорит, что она встречала курящих монахов.

Кто разрешает? Кто запрещает? Тебе нужно понять, почему эти вещи определены, и тогда вопрос исчезнет. Вся цель, в приходе к просветлению. Вся цель, оставить страдания, оставить **отвратительную сансару.**

- **Наша цель прийти к просветлению.**

- **Чтобы прийти к просветлению – мне нужна удивительная медитация.**

- **Для удивительной медитации – мне необходимо совершенно чистое сознание.**

До тех пор, пока этому что-то мешает – я не могу вывести из страданий ни себя, ни кого-то другого.

Все! Так у кого мне нужно просить разрешения?

Люди говорят: «Я приму все обеты, но не алкоголь. Алкоголь – я отказываюсь». «Рюмочка вина за трапезой – я не откажусь». О чем это говорит? О том, что поворот пока не развился. Что она еще не поняла отвратительности сансары. Еще не поняла.

Из зала: я просто исхожу из места, с которым немного знаком. То, что происходит, к примеру, это то, что поначалу в сущности именно эта рюмочка вина, или затяжка наргиллой, убирает на

мгновение весь шум, и тогда все вдруг становится ясным.

Учительница: на мгновение.

Из зала: на мгновение.

Учительница: но ты не можешь это удержать.

Ты должен тренировать свое сознание быть там все время, и это именно то, что ему будет мешать. Может быть, наркотики на мгновение могут сделать тебе чудесные вещи, но ты не можешь это удержать! Так, чего мы достигли?

7. Семь – это все, что связано с танцем, музыкой, украшениями и косметикой.

Все эти вещи. И в день, когда вы принимаете обеты на один день, нет танцев, нет музыки, нет игры на музыкальных инструментах.

Что такое Винайя? **Дисциплина.**

Как сказал Уди? К примеру, есть монашеский обет, не пить стоя. Почему запрещено пить стоя? Кому это уже мешает? Это никому не мешает, если пьют стоя, но:

Вся цель обета, это дисциплинировать сознание. Быть осознанным. Я не реагирую на свои побуждения; я управляю своим сознанием, вместо того, чтобы сознание управляло мной. Вся цель обетов в этом. Вся цель обетов, это развить дисциплину. Это их essence.

Итак, семь – это тема танца, музыки, украшений и косметики; кремы, духи, все эти вещи. Если кожа очень сухая, то используйте крем без запаха. Вы не должны страдать. Подразумевается украшательство.

Почему не танцевать и не слушать музыку в этот день? Обычно, нет ничего плохого в танцах и музыке, и у них есть использование также и в духовных, религиозных традициях. Вы все это знаете, поэтому, у этой вещи есть исключения. **Если это является частью религиозной церемонии, или практики, это нормально, при условии, что Лама это разрешает.** Необходимо попросить разрешения у Ламы, и иногда Лама сам скажет: «это можно», но у этого должна быть хорошая причина. Обычно:

Одной из причин всех обетов, является поддержание нашей медитативной способности.

Игра на музыкальных инструментах – со всем прекрасием музыки, и со всей духовной ценностью, которая может в ней содержаться, будет мешать концентрации. Если вы в этот день играли – мелодия проигрывается в вас. Она будет мешать концентрации, поэтому монахи, которые очень серьезны в вопросе развития медитации, воздерживаются от игры на музыкальных инструментах, и от прослушивания музыки, и если вы будете сидеть на длинном ретрите, вы увидите, что вся музыка, которую вы слушали вернется к вам. Вы хотите делать медитацию на Бодхичитту, а проигрывается реклама, которую вы слышали. Это само себя проигрывает в голове, все, что мы слышали, застревает в голове, и **когда хотят развить медитацию, мы хотим уменьшить чувственные раздражители, и это чувственные раздражители.**

Танцы – также. Танцы связаны с движением. Чтобы развить концентрацию, вам необходимо уменьшить движения. Вам нужно сидеть практически без движения. Поэтому:

Это вещи, которые испортят хорошую медитацию, но не то, что они плохи сами по себе.

Другой нюанс, **если люди в различных культурах используют танцы как что-то чувственное или соблазняющее, и так далее, то разумеется это не способствует теме обетов.**

Украшения, косметика – я не думаю, что нужно перечислять. **Почему, когда принимают обеты, есть запрет на эти вещи? Потому, что они обращают внимание на тело, на то, что мы хотим трансформировать, на то, от чего мы хотим перейти к чистому состоянию.** К примеру, что мы очень одержимы телом, очень-очень-очень одержимы телом, и это чтобы **немного уменьшить эту одержимость, и это очень освобождает.** Особенно для кого-то, кто привык уделять этому много времени, это очень-очень освобождает. **Тогда, все это время у вас освобождается для духовной работы.**

И внешность людей, основная система которых это обеты Пратимокши будет очень простой; вы не увидите на них украшений. Не увидите никаких кремов. Ничего. Они оставляют эти вещи в стороне. Я была так долгое время, без всяких украшений, а потом другие системы меняют Пратимокшу, но в этой системе, это чудесно. Это чудесно. Это очень усиливает соблюдение обетов Пратимокши.

8. Это еда. Можно есть, но не позже полудня.

Те, кто придерживаются, едят только одну трапезу, которая должна завершиться до полудня. У Уди, это так. Они соблюдают. Они очень соблюдают.

В классической форме, как это написано во многих писаниях Винайи – это одна трапеза, она должна завершиться до полудня, и все. **И необходимо знать, когда именно полдень,** и у них есть длинные дебаты, как именно измеряют, где втыкают палку и измеряют тень от солнца, чтобы узнать, когда именно полдень и нужно прекратить есть.

После полудня, можно пить. Можно пить сок, но не молоко, не йогурт, но можно пить бульон или сок.

Тибетцы смягчают это правило. Они взяли версию Винайи, которая в этом отношении более мягка. Они не такие фанаты на тему 12:00 дня. Они говорят: «делайте то, что работает». «Если вы работаете на физической, тяжелой работе, и одна трапеза вам не достаточна, то ешьте две трапезы». Если скажем, по утрам вы делаете йогу и медитацию, поэтому эта трапеза может помешать в 11:00, если это посреди вашей практики – и тогда ешьте ее вечером.

То есть, они здесь гибки, но когда мы еще не привыкли, когда мы хотим научиться этому правилу, поначалу, и они также, когда начинают принимать обеты, делают их именно так, как написано, и потом, когда уже входят в дух этих вещей, делают их более гибкими.

И снова:

- Вы не делаете это ни для кого другого, и не потому, что сказал Раби. **Вы делаете это потому, что вы хотите прийти к просветлению,** так с кем вы идете на компромисс?

- Причина для совершения этих вещей, это не ради измерения того, сколько силы желания в вас есть, это не для того, чтобы увидеть, насколько вы хороши – это для того, чтобы прийти к просветлению. Это единственная причина, для совершения этих вещей. **Вы не хотите через обеты еще больше усилить свое эго,** то есть, вы не проверяете, **насколько** вы сильны, но:

- Причина для совершения этого в том, чтобы уменьшить раздражители органов чувств, портящие медитацию, и углубить медитацию.

- Когда едят один раз в день, прежде всего, экономят много времени на занятие едой. Много времени на поиск еды, готовку еды, мытье посуды. Экономят много времени.

- Также, подумайте! **Монахи, они ходили и просили еду**, верно? В деревнях, а монастырь далеко от деревни, и нужно три мили идти пешком. У них берет час туда дойти, и тогда они стучатся в двери, а потом час возвращаются. Раз в день, закончили! Больше этим не занимаются.

- **Не едят вечером, сознание остается очень чистым.** Если вы еще это не пробовали, попробуйте. Сознание очень чисто. Назавтра утром медитация намного лучше.

- **Ваше тело будет вам благодарно, что вы не заставляете его переваривать целый день.**

Я иногда думаю; мы как Буддисты не хотим использовать других людей. Мы не хотим использовать животных, верно? Люди используют животных; откармливают гусей, чтобы у них была большая печень, чтобы мы смогли ею наслаждаться. Заставляют их переваривать.

То же самое, постоянно, мы делаем и со своим телом. Мы заталкиваем в него больше еды, чем ему нужно, заставляем его переваривать, старим его, изнашиваем, а это наш инструмент для прихода к просветлению!

И это чудесный способ, поддерживать наше просветление.

Итак, это называется «Обетами на один день». То, что обычно делают, это встают рано утром до восхода солнца, и проделывают короткую церемонию принятия этих обетов до следующего восхода, на двадцать четыре часа.

Обеты Махаяны на один день

Сейчас, есть версия, которая называется:

Tek Chen So Jong

Tek Chen So Jong

So Jong – у нас было, вы помните?

So – это было первым слогом **Sosor** – что было индивидуальным, личным.

Tek Chen – это **большая колесница**, Махаяна.

И **Jong** – это **очищение** или **практика**. Два значения, для одного и того же слова.

И это практика обетов свободы Махаяны, и мы это назовем **«Обетами Махаяны на один день»**.

Maḥāyāna – это **«Большой путь»** на иврите, и это **путь на котором мы практикуем не только ради себя. Мы делаем то, что делаем, и все время думаем обо всех существах.** О себе вместе со всеми существами.

Из всего того, что мы говорили на этом курсе до сих пор, это совершенно другая ориентация. До сих пор на этом курсе слово Нирвана появлялось снова и снова, верно? Ориентацией было выйти

из сансары. Прийти к Нирване.

В Махаяне, практикующий не стремится к Нирване – он стремится к полному просветлению Будды. Совершенно другое место, в котором он также очищает весь мир. С собой он забирает и всех других.

И Mahayana So Jong – это принимать эти обеты на один день, это те же самые восемь обетов написанных мною обетов, но **их принимают с совершенно другой мотивацией. Их принимают с мотивацией Махаяны. Я делаю это для того, чтобы суметь себя очистить, чтобы суметь помочь ближним, когда вы воздерживаетесь от ужина, вы говорите: «Я делаю это ради других», и тогда любое действие превращается в действие Бодхисаттвы, и очень-очень-очень усиливает обеты.**

Я перевела для вас текст обетов Махаяны на один день, и мы сделаем это на ретрите, на следующей неделе. Это не обязательно! Тот, кто захочет, у него будет возможность их принять. Рано встанем, проведем церемонию. Церемония длится примерно пятнадцать-двадцать минут, и потом вы находитесь под влиянием обетов на этот день.

Это начинает сажать семена.

Их можно принять на какой-то период. Я иногда принимаю их на неделю, и в первые два дня вечером, мне немного тяжело, и потом привыкают. Потом это не тяжело. Потом наоборот; когда потом возвращаются, ощущают себя очень неуклюжими и тяжелыми. Это чудесный образ жизни. Тот, кто хочет, может принимать их каждый раз, даже на месяц.

Цель не аскетизм. Цель, это очищение тела, и сознания, чтобы я смогла использовать их для прихода к просветлению. Это не какой-то экзамен на силу желания, это не для укрепления эго. Аскетизм, в сущности, это что-то связанное с эго.

Сила мотивации

Здесь нет. Вы на церемонии увидите, это очень красиво. Мы перевели церемонию в соответствии с **Ламой Сопой Ринпоче**. Очень красивая церемония. И она все время работает на мотивацию, «почему это делают». И тогда, когда вы входите в это место – может быть, вы привыкли спать на мягкой и роскошной кровати, и сейчас вы воздерживаетесь от этого, и вы говорите: «Я делаю это ради всех существ. Я делаю это ради них. Сейчас я не буду одевать украшения ради всех существ», и так далее. И это начинает вводить это настроение, для тех, кто не привык, и постепенно он входит, и **эти вещи – то, что в них красиво, что вы знаете, где вы начинаете, но вы не знаете, где вы заканчиваете, и это заводит очень далеко.**

Я вам уже конечно, больше одного раза рассказывала, как много лет назад, когда моя дочь была маленькой, болела, и врачи ей не помогли, мы пошли к натуропату, которая сказала нам перейти на вегетарианство, и тогда вся семья перешла на вегетарианство, и мы верили, что это ради здоровья, и действительно, девочка выздоровела. Я не знаю, или это от вегетарианства. Мы убрали также молочное, я думаю, что это было от этого. Но пока мы все перешли на вегетарианство. Через несколько лет, я была уже менее убеждена в полезности этого, но пока, с задней двери, вошла в тему страданий животных, что не являлось моей первой мотивацией.

И оттуда началось развитие сострадания. На протяжении многих лет я не слышала о Дхарме, не слышала Будду, не слышала об этом ничего, но каждый раз, когда мне предлагали мясо, и я

отказывалась, у меня в голове возникало сострадание к животным. И был один обет, который я даже не принимала, просто соблюдала его.

Одна вещь! – не восемь, и не двести пятьдесят три – одна вещь, которую я соблюдала на протяжении длительного периода – привела к высоким Ламам, которых я встретила, и к чудесной практике Тантры.

Вы себе не представляете, что создают эти обеты; какие семена они создают в вашем сознании.

Разумеется, если вы получаете учение упорядоченным образом, принимаете их как нужно, и соблюдаете их – пройдет время, ваша жизнь изменится. Если их соблюдают, и мы скоро об этом поговорим, о том, что это означает.

Вопросы об обетах Махаяны

Это (обеты Махаяны на один день) и была одна наша вылазка в Махаяну. Вся Винайя это не Махаяна, это Хинаяна – очень важная. Это эти восемь, но принятые с другой мотивацией, и это поднимает их на миллион уровней.

Из зала: обеты для мужчин, являются также обетами и для женщин?

Учительница: да. Да. Здесь мы не делаем различия.

Из зала: Винайя не принадлежит Махаяне, но вы обучали ей, потому, что вы думаете, что это важно. Что ничто не сравнится с Махаяной?

Учительница: Хинаяна учение Будды. Она является супер дупер важным учением Будды, и нельзя преуспеть в пути Махаяны, также, и без хорошей практики Хинаяны. Вся первая часть «Источника всей моей добродетели» (Лам Рим расстилающий все этапы к просветлению) это Хинаяна.

Тибетцы изучают Винайю очень серьезно. Они ставят это в общий контекст, и очень серьезно практикуют все этапы Хинаяны, но в намного большем контексте. Вот! Это типичный пример того, что они делают. Они взяли обеты Хинаяны как они есть, и поставили их в контексте «ради всех существ», и это бесконечно усиливает карму, бесконечно.

- Хинаяна – это практика цель, которой принести освобождение от страданий. Это Хинаяна, но чье освобождение? Мое.

- Махаяна – также хочет освободить от страданий, но меня и моих ближних.

Сейчас, я не могу освободить ближних если я не освободилась сама, поэтому, разумеется, практика Хинаяны включается в практику Махаяны, но когда говорят «практика Махаяны», обычно подразумевается эта практика Бодхисаттвы, практика совершенств. **Это узкое мировоззрение, в сравнении с широким, и широкое мировоззрение включает и узкое, и намного больше этого.**

Итак, это обеты Махаяны на один день. Сейчас, продолжим дальше.

Мирские обеты для тех, кто не являются монахами

Еще подходящая для нас система обетов, это **мирские обеты, на всю жизнь, для тех, кто не являются монахами.** Часть вас приняла их, да.

Из зала: это обеты свободы?

Учительница: все, о чем мы говорим на этом курсе, это обеты свободы, кроме обетов Махаяны. Все остальное, это обеты свободы.

Когда мы говорим «**обеты свободы**», что мы подразумеваем? **Обеты, цель которых привести к личному освобождению, что является Нирваной**, и когда говорят свобода – Пратимокша, эта Moksha – это **Нирвана**.

У нас было деление на тех, кто не являются монахами, а потом монахи, верно? Тот, кто не является монахом – мы сказали, что есть три системы обетов – и есть еще пять систем обетов. И это вторая.

1. **Первая – было обетами на один день.**
2. **Это вторая – обеты на всю жизнь, для тех, кто не являются монахами.** Это вторая, из трех. (Третий раздел, это мирские обеты для тех, кто не являются монахинями).

Сейчас, разница между вторым и третьим, только в названии. Это мужское и женское, но это одни и те же обеты.

Мужчины и женщины, не принимавшие монашеские обеты. Это называется:

Ge Nyen

Ge – означает **добродетель**.

И **Nyen** – означает **приближаться**.

Итак, название этих обетов, это «**тот, кто приближается к добродетели**». Это приближает нас к **добродетели**.

Пять мирских обетов для тех, кто не является монахом

Так, что сюда входит? Что это за пять?

1. **Это не убивать, и здесь – не убивать человека, или человеческий эмбрион.**

mi-am mir chakra sokchura

mi – человек.

mir chakra – человеческий эмбрион.

Sokchura – убийство.

В пяти мирских обетах того, кто не является монахом, первый из них, это не убивать человека, и человеческий эмбрион. И это легче, чем десять обетов свободы, где написано не убивать вообще.

2. **Не воровать ничего ценного.**

Вы помните? Здесь они также облегчают. Они добавляют «чего-то ценного». Что это «что-то ценное»? И это написано в писаниях Винайи, в представлении монет, о которых уже никто не знает, что они значат:

karshapanay shichay tse kyi rintang tsang kuwa

karshapanay – монета в древней Индии.

Shicha – четверть.

tse kyi rintang tsang – общая ценность.

Kuwa – воровать.

Не воровать вещей, ценность которых превышает четверть каршпна.

И Ринпоче бывший самым большим мастером в свое время, пытался конвертировать это в тибетские деньги, и также это уже бессмысленно, поэтому, скажем, что это **примерно шекель**. То, что меньше шекеля, вы не совершили нарушения. Не воровать ценных вещей.

3. Это не лгать в отношении духовных достижений.

michu lamay dzun mawa

И снова, они делают это здесь намного легче, чем в том, в чем вы уже обязались. Не лгать в отношении своих духовных достижений. Что подразумевается? К примеру, в особенности не говорить: «Я видела пустоту напрямую», если вы не видели пустоты напрямую.

Из зала: что еще?

Учительница: что еще? Кто-то может сказать: «Я могу видеть твои будущие жизни». Прорицатели, и предсказатели.

Дословное значение michu lamay dzun mawa, это провозглашать о себе, как о Ламе, когда это не так.

Почему это плохо? Потому, что если человек приходит и провозглашает о себе как о большом провидце, а сам таковым не является, он может причинить вред ближним. Люди могут последовать за ним, и он приведет их к заблуждению. Поэтому, кто-то, кто провозглашает себя как большого святого, в то время, когда он им не является, он может иметь харизму, и люди будут следовать за ним, и мы знаем все эти рассказы, бесконечные рассказы о гуру, которые являются лже-пророками, да?

Итак, это считается **очень большим нарушением**, и так как это считается таким большим нарушением – оно входит в открывающую пятерку, или открывающую четверку –

Потому, что люди вообще воздерживаются от рассказов о своих духовных достижениях.

Люди обычно, если да нет хорошей причины это сделать, не скажут вам: «Я так и так».

Даже те, кто достиг сверхъестественных способностей, обычно очень воздерживаются от их демонстрирования. Они будут использовать их исключительно только в том случае, если это поможет кому-то вывести их на духовный путь. Разумеется, не появляться по телевидению с ними, или такого рода вещи.

Это также причина того, чтобы не спешить присваивать себе звания «Ламы». Да, дословное значение слова «Лама», это «учитель», но из-за этого правила, между прочего, в тибетской

традиции принято ждать, чтобы твой учитель провозгласил тебя как «Ламу».

4. Это прелюбодеяние.

rang gi bume maṅpra la lokpar yeṅpa

bume – это женщина.

rang gi bume maṅpra – та, кто не является твоей женой.

lokpar yeṅpa – не одобряющие сексуальные отношения.

Разумеется, мы скажем, что это правило распространяется и на женщин выполняющих неподобающие сексуальные отношения. Это основная часть, которая есть в неподобающем сексуальном поведении, в основном, воздерживаться от прелюбодеяния.

5. Последнее, это пять – это вся тема **алкоголя, и всех одурманивающих наркотиков.**

nyugyur gyi kuwa chang tungwa

nyugyur gyi kuwa – наркотики «приводящие к безумию». Это то, как тибетцы называют различного рода наркотики.

Chang – алкогольный напиток.

Tungwa – пить.

Не употреблять наркотики и опьяняющие напитки.

И если во всех этих (подразумеваются четыре обета перечисленные до сих пор, для тех, кто не являются монахами, в которых есть облегчение, относительно монашеских обетов), **здесь не облегчают.** И пришли, и спросили Будду: «И, что если я приму только чуть-чуть, одну рюмочку?» И Будда взял стебелек травы, указал на его вершину, и сказал: «Кто возьмет количество алкоголя, уместящееся здесь, на вершине этого стебелька, не является моим учеником». Однозначно! Он был в этом абсолютно однозначен.

Не употребляют алкоголя, и не употребляют никаких наркотиков затуманивающих сознание.

Это абсолютно противоположно пути, который мы используем в своем сознании, чтобы вывести себя из страданий.

И снова, если есть какой-то алкоголь, в каком-то принимаемом вами лекарстве, продолжайте его принимать, но идея здесь в соблюдении этого правила, как и в любом другом, каждый раз напоминать нам то, что является нашим путем, и почему мы это делаем.

Из зала: есть, к примеру, лекарства, устраняющие боль. Это одурманивает все системы мышления сознания. Есть люди привязанные к этому.

Учительница: вопрос исчезает, когда ты развиваешь поворот.

Когда ты действуешь, чтобы вывести из страданий и себя и других, то вопрос исчезает. Это самая важная вещь. Стремление к просветлению превращается в доминантное, и все что препятствует пути – ты не принимаешь.

О Кен Ринпоче, наркотиках, и любви к ближним

Мой Лама умер от рака печени. Так это выглядело. Это то, как он продемонстрировал переход. В конце, боли были ужасными. Он рассказал мне, что ему помогало. Он не принимал никаких наркотиков, потому, что всю жизнь он готовил себя к этой медитации во время смерти, и нельзя было это делать под влиянием одурманивающих наркотиков. Он два месяца страдал от очень сильных болей. Очень сильных.

Он скончался в начале декабря. Я видела его в конце сентября. Он уже не выходил из своей комнаты, не вставал с постели, и я поднялась в его комнату. Это было частью какой-то церемонии, я принесла ему подношение, и он был в постели. И он совершенно светился. На его лице не было видно никаких страданий. Ничего. Ничего. Он абсолютно светился. Потом, помощник мне рассказал, что у него были очень сильные боли. Этого не было видно. Его лицо было совершенно не искажено.

И это то, что является Нирваной. Сознание совершенно очищается от всех ментальных омрачений. Сознание больше не страдает. Тело все еще является результатом старой кармы, и оно подвластно старым кармическим силам. Тело все еще может страдать. То есть, может быть боль, а сознание совершенно не подвластно ей, это не искажает духовного равновесия. Ты не увидишь проявления боли на его лице.

У этого человека был очень тяжелый диабет. У тибетцев на западе, часто развивается очень тяжелый диабет. Любой другой человек в таком состоянии уже ушел бы в другой мир сорок лет тому назад. Он держал себя еще сорок лет, для своих учеников.

У него были разрушены колени. У него не было никаких хрящей, побег, переход через Гималаи, он перешел босым по снегу. Тело себя исчерпало.

Благодаря его силам, он удвоил продолжительность своей жизни, чтобы передать нам Тантру, передать это нам. Он выбрал, да.

Из зала: ради других?

Учительница: все ради других. В этом человеке не осталось ни одной точки ради себя. Он относился к своему телу, как к машине: «Это машина, которая мне нужна, чтобы сейчас функционировать, и принести Дхарму ближним», и он знал в точности, сколько ему нужно есть, и грамма сверх этого, он не клал в рот. Ни одной крошки. Скажем, ему нужно было 12 чайных ложек – его нельзя было убедить, взять 13. Это не входило.

Из зала: сколько ему было лет?

Учительница: когда он скончался, ему было 84, что просто удивительно.

По традиции, Ламу необходимо просить оставаться, потому, что это то, что создает карму видеть их, потому, что он ведь проекция нашего сознания, и каждый раз, когда приходят к Ламе просят: «Пожалуйста, оставайся». «Пожалуйста, оставайся». «Пожалуйста, обучай нас». «Пожалуйста, оставайся», и всегда он мне говорил: «Да, да, да», и когда я уже ходила в последний год, он говорил: «Я не могу оставаться всегда». Но он не ушел по-настоящему. Ушло только его проявление.

Когда понимают, что такое работать с Ламой, вы никогда не теряете его. Когда

развивают эту связь глубоким образом, он остается с вами все время.

Одурманивающие наркотики. Облегчают все, кроме темы наркотиков.

Итак, у вас здесь есть «четыре основных», и еще тема одурманивающих наркотиков.

Обеты прибежища

Есть дополнительная часть, которая не написана, но она является частью традиции. Она является частью принятия этих обетов, и дополнительная часть этого сопровождающая все это, это – обеты прибежища. **Обеты прибежища и хорошее соблюдение обетов прибежища.**

kyamdrou larjau mitunchok nam pongwa

kyamdrou – прибежище.

Larjau – практика.

Mitunchok – то, что противоположно.

Nam – превращает это в большинство.

Pongwa – отказаться или пренебрегать.

Не вести себя противоположно обетам прибежища.

Что такое обеты прибежища? В общем, это принятие прибежища в духовном пути, в противоположность принятию прибежища в мирских вещах.

И подумайте! Что маленький мальчик делает, когда ему плохо? Что он делает? Он бежит к матери, верно? И он принимает прибежище в матери: «Она мне поможет». Когда мы вырастаем, мы продолжаем принимать прибежище в вещах. Мы говорим: «У меня будет более хороший дом, мне будет лучше». Если у меня будет партнер, мне будет хорошо». Это мирские вещи. Каждая мирская вещь приходит из кармы, и уходит. Она сансарная.

Буддистское прибежище – это принятие прибежища в духовном пути.

- В прибежище есть аспект поиска защиты.

Мы ищем защиту от страданий и боли, верно? Это прибежище. Нам плохо, мы боимся, мы хотим защиты. Что может дать нам защиту? **Если проходят эти вещи, смотрят, что есть в мире, что может дать мне защиту, и проверяют это вглубь, видят, что нет ничего мирского, что мы можем удержать.** Мы делали эту медитацию, верно?

Нет ничего мирского, что вы рано или поздно не потеряете; мы теряем членов семьи, мы теряем имущество, мы теряем здоровье, мы теряем карьеру, мы теряем работу. **Все эти вещи, в которых мы принимаем прибежище, обязаны обмануть.** Они обманут нас. Рано или поздно, мы потеряем членов семьи, карьеру, репутацию, красоту, ясность, способности. Рано или поздно; если не до смерти – то во время смерти, и часто намного раньше смерти.

Три драгоценности – настоящее духовное прибежище

Так, что да может защитить?

Мы говорим, что есть то, что может защитить, и эта вещь не мирская. Эта вещь ментальная, и мы называем это «тремя драгоценностями» - драгоценность Будды, драгоценность Дхармы, драгоценность Сангхи.

И я скажу об этом несколько слов, потому, что среди вас может быть есть люди, которые не слышали об этом.

Что такое драгоценность Будды? Не исторический Будда, живший 2500 лет тому назад. Он мне помочь не может. Также не его статуя, или его изображение. Они не могут мне помочь. Это статуя, и изображение. Так, что такое драгоценность Будды?

Драгоценность Будды – это просветленная личность, реализовавшая в своем сердце все абсолютные цели духовного пути. Реализовавшая мудрость. Я не буду говорить человек, но вы на мгновение можете сказать, человек понявший, как работает реальность. Хорошо понявший карму и пустоту, и который больше не может страдать, потому, что уничтожил все причины страданий, и продолжающий все время создавать причины счастья, потому, что он понимает, что именно создает счастье. И это защита. Это драгоценность Будды, это та личность, которая реализовала в своем сердце эту мудрость.

Драгоценность Дхармы – снова, Дхарма номинальным образом, это книга или учение, которое вы слушаете. Это как-бы Дхарма. **Драгоценность Дхармы – это не книга и не слова, которые вы слышите, или читаете, а реализация их в ваших сердцах**, после того, как вы услышали все эти вещи, много над этим размышляли, делали медитации на это, и развили понимание. Если вы развиваете глубокое осознание того, как работает реальность, вы уже не будете делать те вещи, которые причиняют вам страдания, поэтому это вас защищает. Такая мудрость защищает нас. Если мы в своих сердцах приобрели такую мудрость, и также мы учимся, как ее применять, и реализовывали ее на протяжении времени, то мы уже уничтожили все старые кармы, причиняющие нам страдания, и это защищает.

Это является истинной защитой – понимание пустоты, и ее применение.

Пустоты, и игры кармы и пустоты, или так как мы на курсе об этике, вы можете сказать:

«Игры пустоты и этики» - понимание этих двух, создает всю нашу жизнь. В случае, если мы понимаем, как они вместе играют, мы выходим из страданий, потому, что вещи пусты.

Если вещи пусты, и мы соблюдаем моральный кодекс, не могут быть страданий. Возьмет немного время. Это работа. И:

Это истинная защита – понимание пустоты, и игры кармы и пустоты.

И, что такое **драгоценность Сангхи**? Номинально, группа монахов, это Сангха, но не каждая группа монахов может нас защитить. Поэтому, **драгоценность Сангхи – это не как Сангха, а это люди видевшие пустоту напрямую.** Это Арии, и они могут показать мне путь, потому, что они видят.

И иногда, сравнивают:

- Будду, с абсолютным учителем.
- Дхарму – с абсолютным лекарством.
- И Сангху – с абсолютными медсестрами, теми, кто в конечном итоге меня направляют, потому, что у меня еще нет достаточно чистоты, для встречи с Буддой лицом к лицу,

поэтому мне нужно проходить этапы.

И это «Три драгоценности», и в них мы принимаем прибежище. И то, что общего среди них, это понимание мудрости, сострадания, кармы, и того, как все эти вещи вместе играют.

И в этом я принимаю прибежище – в реализации мудрости и понимания механизма кармы, в развитии сострадания в моем сердце, и в тех, кто уже развил эти вещи, и направляет меня на пути. Это духовное прибежище. Это Буддистское прибежище.

И есть идущие вместе с этим обеты, и это сопровождается всеми этими (обетами, перечисленными Ламой выше). Эти без прибежища в духе – поэтому, вы ничего не сделали, не сделали поворот. Все дело в том, что это приходит с поворотом, от материального к духу, от невежества к мудрости, поэтому:

Духовное прибежище это то, что увеличивает эти семена, которые в конечном итоге прорастут, расцветут, принесут плоды, и мы выйдем из страданий.

Просто «быть хорошими» это не достаточно сильно

Может быть еще одно слово. Когда вы обязуетесь в этих обетах, эти вещи бесценны. Я рассказывала вам у себя о «не убивать», и я даже не принимала обет.

Когда принимают обет, это намного сильнее. Почему?

Есть люди, которые не любят вредить. Они пришли так, они пришли с таким характером. Это старая карма, они пришли с ней из предыдущего перевоплощения. Кто-то другой для этого работал, их предыдущее перевоплощение, и они наслаждаются плодами этого, но если это не усиливать, как и любая карма, это увянет, и в конце своих дней, они может быть будут менее осторожными.

Нам все время необходимо разжигать это пламя, все время питать это, все время укреплять. И принятие обетов – достигает этой цели. Вы все время осознанно укрепляете эти духовные качества, и таким образом это все усиливается, и выводит вас.

Потому, что, если вы оставляете вещи так, как они есть, то даже если вы пришли в мир как хорошие люди – и разумеется, вы пришли хорошими, иначе бы вы не были здесь – это потеряет свою силу, потому, что любая вещь происходящая из кармы изнашивается. Это природа кармы. Любая вещь.

Поэтому, в принятии обетов есть огромная ценность, и вы не имеете понятия, куда они вас приведут. Они приведут вас в удивительное и волшебное место, которое на данный момент, вы вообще не можете себе представить.

Вы даже не можете себе представить, чем это может быть. И это начинается здесь. Это начинается с обетов свободы, с обетов Пратимокши, и чудесно принимать их как монах, говорят, что это очень усиливает шансы, но даже если вы примете версию для тех, кто не являются монахами, она также чудесна. Она работает.

(Мандала)