**Осознания на поэтапном пути к просветлению, часть 1**

**Ретрит включен в курс ACI 9**

**На основе уроков геше Майкла Роуча, ламы Трисангамы, и Питера Ватсона**

**Редакция, перевод, и подача**

**Ламы Дворы-ла**

**Поселение Нофах, июнь 2007**

**Урок 1, часть 2**

*(Молитва мандалы)*

*(Молитва прибежища)*

**Введение**

Мы начнем с медитации.

Важно, чтобы вы могли сидеть без движения и для вашей концентрации и чтобы не мешать соседям. Если ваши ноги стоят на полу желательно чтобы вы подложили себе под них что-то, чтобы вашим ногам не было холодно. В медитации важно, чтобы спина была прямой. И если спине нужна поддержка я что-то подкладываю под нижнюю часть спины, а верхняя часть спины растет себе вверху.

У тебя (*обращение к кому-то из аудитории*) к примеру ноги в воздухе, тебе нужна хороша опора под ноги чтобы ты смогла продержаться долгое время без лишней нагрузки на позвоночник. Если будет небольшое возвышение, тебе может быть будет удобнее. Это важно. С течением времени вы найдете для себя то, что работает. В особенности на ретрите у вас будет много часов сидения и много медитаций, и очень важно позаботиться обо всех этих вещах.

*Итак, закройте глаза.*

*Очень нежно позвольте своему сознанию прийти сюда в эту комнату, в это мгновение.*

*Попробуйте отказаться от мыслей не связанных с этим местом здесь и сейчас, и соединиться с тем, что происходит здесь с вами в этот момент.*

*Иногда это сравнивают с укладыванием осьминога в кровать. Нежно, нежно, сложите все щупальца осьминога, и в кровати в кровати все будет тихим и спокойным.*

*И продолжайте быть нежными с собой и позвольте сознанию втечь в ваше тело. Почувствуйте как оно пребывает в теле. Может быть есть какое-то движение? Может быть есть какое-то напряжение? Обратите на это внимание. Обратите внимание где они находятся и просто дайте им осесть вниз. Всему напряжению, всему беспокойству, представьте что они оседают вниз как какой-то осадок в тихом и спокойном озере.*

*И если происходит так, что есть помеха вы снова можете позволить вещам осесть на дно озера и успокоиться.*

*И сейчас попробуйте воссоздать в своем сознании мотивацию которая вас сюда привела. Может быть кто-то сказал вам, что стоит сюда прийти? Может быть вы хотели присоединиться к другу или подруге? Может быть вы просто пришли чтобы найти что-то полезное, помогающее? И будьте честными с собой и посмотрите на мотивацию которая вас сюда привела..*

*И попробуйте удержать то, что вы видите. Попробуйте удержать эту мотивацию и создайте в своем сердце стремление чтобы та мотивация которая вас сюда привела, та надежда которая в вас есть, или ожидания которые в вас есть извлечь ценность из этого курса реализовались. Чтобы вы да сумели реализовать это желание через слушание учений и в медитациях.*

*И если вы пришли просто из любопытства примите решение стать очень слушающими, внимательными, и попробуйте найти способ как использовать представленный вам материал.*

*И сейчас обратите внимание на ваше внимание, на ваше слушание, и проверьте или вы свободны для слушания. Попробуйте привести к тому, что вы будете свободны для слушания, освободите ваше сознание для слушания.*

*Может быть во время урока у вас возникнут различные соображения. Может быть у вас есть различные мнения с которыми вы уже сюда пришли. Может быть вы пришли с какими-то предположениями, вы может быть предполагаете или ожидаете, что произойдут определенные вещи? И обратите внимание на то, или есть такие вещи, и если да то отложите их в сторону.*

*Насколько возможно попробуйте раскрыться даваемому вам материалу полностью беспристрастно, без суждений. Вы всегда сможете вернуться после этого курса и снова принять те мнения которые у вас есть, если вы выберите это сделать. Но на протяжении этого курса позвольте вещам прийти к вам. Раскройтесь и слушайте внимательно, и без всяких суждений.*

*И когда вы слушаете попытайтесь впитать ту информацию которая к вам приходит самым полным образом на который вы способны. Примите сейчас решение, что в конце этих уроков, в конце этого курса вы вспомните тот материал который был передан.*

*И решите также применить этот материал и использовать его в вашей практике.*

*Вы можете раскрыть глаза.*

И материал на этом курсе приходит из нескольких разных источников.

Нам нужно завершить вторую часть девятого курса, и это уроки восемь, девять, десять, которые отличаются от уроков с первого по седьмой. Уроки с первого по седьмой были о **винайе,** а уроки восемь, девять, десять это **лам рим.** Это другой материал. Курс девять дает половину лам рима, и дает его очень быстро.

**О лам риме**

Мы хотим начать работать над лам римом постепенно, очень медленно. Когда мы делали «**Источник всей моей добродетели»,** мы проходили другой лам рим.

**Lam Rim**

**Lam -** означает **путь.**

**Rim –** означает **этапы.**

**Lam Rim –** это **этапы на пути.**

Этапы на каком пути? На пути к просветлению, и иногда читают «**Этапы на пути к просветлению»** и иногда можно увидеть**: «Поэтапный путь к просветлению.** Оба эти перевода хорошие. Лам рим это путь который создали тибетцы, и это гениальный путь для передачи нам содержания всего этого учения Будды которое очень разветвлено и огромно. Это огромный океан учений в сжатой форме, в форме которая привела к синтезу разных частей этого учения. В такой форме, что когда человек хорошо изучает лам рим он за очень короткое время получает благословение всех учений Будды, и очень быстро получает общую картину пути прихода к просветлению.

Мы живем в мире в котором есть лам рим, в который пришли мудрецы и обучали лам риму и мы не можем оценить, как бы было без этого. Подумайте – Будда приходил и обучал почти пятьдесят лет. Нужно было сидеть пятьдесят лет на уроках и потом практиковать, здесь же можно получить это за намного более короткое время. Мы в продолжении поговорим об этом больше.

**Когда лорд Атиша** (*лорд Атиша: индийский мудрец который жил в 11 веке нашей эры который был главой индийского монастыря и был приглашен тибетским королем принести дхарму на Тибет. После больших сомнений он совершил большое путешествие по Гималаям в возрасте 60 лет. Он считается одним из великих буддистских учителей*) пришел на Тибет он начал так обучать, и мы скоро о нем поговорим, он создал этот путь. Фактически он его не создавал. О нем написал Будда. В сутре «Праджна Парамита» Будда упоминает этот путь. Будда сам не обучал этому пути, но он упоминает его как путь для обучения своим учениям. И лорд Атиша который был индийцем который принес буддизм на Тибет приблизительно в начале первого века нашей эры нашел, что это чудесный путь чтобы обучать тибетцев, и он написал известный лам рим который называется: «**Свет на пути»** который немного длинный. И учителя которые пришли после него писали много лам римов, разных произведений, все которые являются этапами на поэтапном пути к просветлению. И есть много лам римов.

Великий **Чже Цонгкапа,** чей лам рим мы будем здесь изучать,

***Je Tsongkapa***

Жил в 1357-1419 годах на Тибете. И он написал несколько лам римов, и мы скоро о нем поговорим.

Одна из наших целей на этом курсе это начать проходить один из лам римов которые он написал. Это лам рим который называется «**Конспект лам римов»** или **«Конспект этапов пути».**

**Lam Rim Dudon**

У него (у Чже Цонгкапы) есть также большой лам рим, Лам рим чен мо в тысячу страниц; тот, что здесь - это короткий лам рим в три страницы. Он называется «**короткий лам рим**» или «конспект этапов пути».

**Итак, в отношении целей этого курса:**

а. Мы как было сказано захотим завершить курс девять. Этот курс дает половину лам рима. Это одна нить.

б. Другая нить это начать с медитации постепенно развивая осознания лам рима потому, что только тогда проявляется его благословение.

в. И третий источник который мы будем использовать - это сутра Будды о «**четырех истинах»,** и это чудесный путь начать буддистское учение.

И у нас будет что-то вроде трех вершин между которыми мы будем танцевать на этом курсе.

**«Сутра для движения колеса дхармы»**

И до того как мы продолжим с учением я бы хотела чтобы мы вместе прочитали ту сутру которая у вас есть. Давайте откроем вашу тетрадь там где написано «**Что сказал Будда?»** Это перевод который мы получили на прошлой неделе от Шая (Шварц) с которым мы встречались на прошлой неделе. Чудесный израильтянин, парень который в университете изучал буддизм и санскрит. Потом он провел в Бирме может быть год. И он уже несколько лет переводит сутры Будды.

Сейчас – он пришел из традиции теравады, не тибетской, традиции которая отличается от нашей, но сутры это сутры. То есть мы опираемся на одни и те же сутры. Он перевел их напрямую с Пали. Пали это диалект санскрита на котором говорят на юго-востоке древней Азии; в Таиланде, Бирме, Шри-Ланке, Цейлоне.

И есть то, что называется «**канон Пали».** «Канон Пали» это собрание буддистских писаний в тех странах где они написаны на Пали. Они часто сокращают «р» и «с», и они часто делают двойные буквы. И к примеру вместо дхарма они говорят дамма. Вместо сутра они говорят сутта. Это сутта и двумя «т», и дамма с двумя «м». Это такой диалект. И он пошел и перевел оттуда.

И мы получили благословение оттого, что встретили именно перевод этой сутры. Это первая сутра которой обучал Будда после того как он пришел к просветлению.

Когда Будда сидел себе под деревом и пришел к просветлению история рассказывает, что после того как он встал он ходил, он был просветленный, и он был весь окутан ореолом и сиянием, и люди спрашивали его: «Что здесь происходит?» И он отказывался объяснять потому, что он думал, что его не поймут. Он думал, что это настолько высоко, что нет способа людям это объяснить, они просто не поймут, и на протяжении я думаю пяти-шести недель, он никого ничему не обучал.

И тогда история рассказывает, что он встретил пять своих друзей которые были его друзьями еще до того как он уселся в медитацию просветления. И он был с ними до этого, они ходили в группе и поэтому он хорошо их знал, и история рассказывает, что они были перевоплощением тигрицы и ее детенышей.

**Тигрица и ее детеныши**

Есть история из историй рождения Будды из предыдущего перевоплощения Будды. История рассказывает, что он был принцем, и он шел себе по лесу и встретил голодную тигрицу у которой были четыре детеныша. И она была очень голодна, настолько голодна, что у нее не было сил их накормить, и у нее даже не было сил пойти охотиться. И он уже был очень большим бодхисатвой. (И он еще не будда в этой истории). Он очень большой бодхисатва, уже очень-очень продвинутый.

Его сострадание распространяется на эту тигрицу и ее детенышей, и он решает предложить свое тело чтобы она окрепла и сумела накормить своих детенышей. Он протягивает ей руку чтобы она смогла есть и она настолько слаба, что даже не может прийти чтобы есть, и тогда история рассказывает, что он поранил себя чтобы запах крови пробудил тигрицу. И история рассказывает, что он пожертвовал собой ради этой тигрицы и ее детенышей, и в результате этой жертвы между ними создалась очень сильная кармическая связь.

Так, что **через истории рождения Будды мы многому учимся о том как работает карма.** Истории рождения Будды в винайе нас обучают как работает карма, и очень важно чтобы мы хорошо соблюдали этику.

И в этой истории в результате того, что он пожертвовал собой создалась очень сильная кармическая связь (между ним и тигрицей и ее детенышами), и он посвятил это действие тому, чтобы в один из дней он сумел привести их к просветлению: сейчас он их кормит, и в результате этой кармы в один из дней они станут его учениками и он приведет их к просветлению. И это история о том, что пять монахов которых он встречает - это перевоплощения этой тигрицы и ее детенышей - и сейчас он встречает их сразу же после того как вышел из медитации, то есть через несколько недель после этого, и они первые кто получает от него учение, и это учение.

И это «**Сутра для движения колеса дхармы» (Dhammacakkappavattana Sutta**)

**Движение колеса дхармы**

Прежде чем прочитаем, может быть мы скажем еще одну вещь. Когда говорят «**колесо дхармы»** подразумевают дхарму которойобучает Будда, и это такое сравнение с колесом; будто бы у Будды или у учителя есть в сердце осознания, и через речь он крутит это колесо дхармы у ученика. Это колесо, оно такое: учитель говорит из своего сердца, из своих осознаний. Ученик слушает, и это должно прокрутить колесо и в конечном итоге привести к осознаниям в сердце ученика, к реализации дхармы в сердце ученика. И это называется крутить «колесо дхармы».

И в других местах мы говорим о первом обороте колеса дхармы, втором обороте колеса дхармы, и об этом мы поговорим в другой раз *(этот материал есть в курсе 15)*. И здесь это «***Сутра движения колеса дхармы***», давайте прочитаем ее вместе, это будет большим благословением.

**Чтение этой сутры** (**в переводе возможны ошибки**)

**Так я слышал. Один раз высший** (и это Будда) **пребывал в Варанаси, в роще оленей которая в Асипатане. Там обратился высший к группе из пяти монахов с такими словами: Бхикаху** (и это обращение к монахам) **уходящий от мирской жизни не должен заниматься этими двумя крайностями. Что это за две крайности? Есть желание и приклеенность к поиску наслаждений органов чувств, низких, повседневных, не высоких и бесцельных. И есть желание и приклеенность к самоистязанию которые причиняют боль, не высоких и бесцельных.**

**Чтобы предотвратить эти две крайности Татхагата** (что является именем Будды)  **достиг глубинного понимания срединного пути который раскрывает глаза, приносит знания, и ведет к спокойствию, к прямому знанию, к пробуждению, к нибане.** (Нибана это на пали нирвана).

**И, что это за срединный путь? Это высший путь имеющий восемь сторон, то есть: правильное мировоззрение, правильное намерение, правильную речь, правильное действие, правильный образ жизни, правильные усилия, правильную бдительность, правильную концентрацию. Бхикаху, это срединный путь который был достигнут Татагата который раскрывает глаза, приносит знания, и ведет к спокойствию, к прямому знанию, к пробуждению, к нибане.**

**Бхикаху, это истина благородных – страдания** (*это первая истина о страданиях*)**: родиться это страдания, состариться это страдания, заболеть это страдания, умереть это страдания, грусть, горечь, боль, угнетенное состояние, и отчаяние это страдания, быть в соприкосновении с ненавистным это страдания, быть разъединенным с любимым это страдания, не получать то чего хотят это страдания, короче пять составных цепляния - это страдания.**

**Бхиаху, это истина благородных. Источник страданий** (*это вторая благородная истина о источнике страданий*)**: это желание ведущее к рождению заново сопровождающееся наслаждением и вожделением которое находит наслаждение раз здесь, раз там. То есть желание чувственных желаний, желание существования, желание не существования.**

**Бхикаху, это истина благородных – конец страданиям** (*это третья благородная истина конца страданий*)**: это полное исчезновение и разрушение этого желания, оставление его, освобождение от него, отключение от него.**

**Бхикаху, это истина благородных – этот путь ведет к концу страданий** (*это четвертая благородная истина пути ведущего к концу страданий*)**: это благородный путь имеющий восемь сторон, то есть: правильное мировоззрение, правильное намерение, правильную речь, правильное действие, правильный образ жизни, правильное усилие, правильную бдительность, правильную концентрацию.**

**«Страдания как благородная истина»: так было пробуждение, знание, осознание, раскрытие, свет которые поднялись во мне в отношении вещей которые раньше не слышали.**

**«Страдания как благородная истина обязана исследоваться в полной мере»: так было пробуждение, знание, осознание, раскрытие, свет который поднялся во мне в отношении тех вещей которые не были услышаны раньше.**

**«Страдания как благородная истина была исследована в полной мере: так было раскрытие, знание, осознание, раскрытие, свет которые поднялись во мне в отношении вещей которые не были услышаны раньше.**

**«Источник страданий как благородная истина это это»: так было пробуждение, знание, осознание, раскрытие, свет который поднялись во мне в отношении тех вещей которые не были услышаны раньше.**

**«Источник страданий как благородная истина обязан быть оставлен»: так было пробуждение, знание, осознание, раскрытие, свет которые поднялись во мне в отношении тех вещей которые не были услышаны раньше.**

**«Источник страданий как благородная истина был оставлен»: так было пробуждение, знание, осознание, раскрытие, свет которые поднялись во мне в отношении вещей коронные не были услышаны раньше.**

**«Конец страданий как благородная истина, это это»: так было раскрытие, знание, осознание, воплощение, свет которые поднялись во мне в отношении вещей которые не были услышаны раньше.**

**«Конец страданий, как благородная истина обязан быть пережит»: так было пробуждение, знание, осознание, раскрытие, свет который поднялся во мне в отношении тех вещей которые не были услышаны раньше.**

**«Конец страданий как благородная истина был пережит»: так было пробуждение, знание, осознание, раскрытие, свет которые поднялись во мне в отношении тех вещей которые не были услышаны ранее.**

**«Путь который ведет к концу страданий, как благородная истина это это»: так было раскрытие, знания, осознания, раскрытие, свет которые поднялись во мне в отношении вещей которые не были услышаны раньше.**

**«Этот путь ведет к окончанию страданий, как благородная истина, обязан осуществиться»: так было раскрытие, знание, осознание, раскрытие, свет которые поднялись во мне в отношении вещей которые не были услышаны раньше.**

**«Этот путь ведет к окончанию страданий, как благородная истина, был осуществлен»: так было пробуждение, знание, осознание, раскрытие, свет которые поднялись во мне в отношении вещей которые не были услышаны раньше.**

**Бхикаху, до тех пор пока мое видение знания реальности такое какое оно в истины не было достаточно ясно и чисто в двенадцати путях – в трех аспектах каждой из этих четырех благородных истин, я не претендовал на обнаружение полного бодрствования, которое самое высокое во всем мире с богами, демонами, небесными личностями, с фарисеями и браминами, с ангелами и другими людьми. Но в тот момент когда я увидел знание реальности таким какое оно в действительности, и оно было достаточно ясным и чистым в двенадцати образах – в трех аспектах каждой из этих четырех благородных истин, то я претендовал на полное бодрствование которое самое высокое во всем мире с богами, демонами, небесными личностями, фарисеями, браминами, ангелами, и другими людьми.**

**Это знание и видение возникли во мне так: освобождение сердца не может быть обжаловано. Это последнее рождение. С этого момента не будет больше рождений.**

**Так сказал великий. Пять монахов были довольны и рады его речам.**

**Сейчас, когда были произнесены эти вещи в сознании уважаемого Кунданайи появилось видение совершенной и безупречной дхармы: «Все что созданию творению подлежит и уничтожению».**

**Когда колесо дхармы сдвинулось великим, в стране богов раздался возглас: «В Варасанаси, в роще оленей которая в Исипатане колесо дхармы которое нельзя ни с чем сравнить было сдвинуто великим, и оно не может быть остановлено монахом или богом, ангелом смерти или любым высоким божественным существом, или другим во всем мире».**

**От того, что раздался возглас в стране богов, в шести раях сфер органов чувств все боги в реакции на этот возглас передавали его вверх пока не дошло до высоких божественных разделов в сферу чистой материи. И в тот момент когда этот возглас дошел до высшего божественного мира все десять тысяч по всему миру задрожали и содрогнулись, и зазвенели, и неописуемый свет превосходящий саму природу богов был виден во всем мире.**

**И великий сказал такие слова: «Кундания действительно знает! Кундания действительно знает!» И так уважаемый монах получил имя Анья Кундания – Кундания который знает.**

Об этой сутре есть много чего сказать, очень много.

**Четыре истины арии**

То, что переводчик здесь называет «**благородными истинами»** мы называем «**истиной арии».** Он называет арий «благородными», я предпочитаю называть «высшими» или «ариями». То, что мы называем «четырьмя благородными истинами» это в сущности как он говорит: благородные не истины, а тот кто понимает их, они благородные или арии. Поэтому мы называем их «четырьмя истинами» - здесь он называет их «благородными» - на нашем языке «четыре благородные истины». Люди которые видели пустоту напрямую это арии, и когда они приходят к видению пустоты они понимают эти четыре истины прямым образом.

**Использовать связи кармы чтобы привести их к просветлению**

И это первая сутра которой обучал Будда - была для самых близких ему людей. И также и с каждым из нас, когда мы достигнем, реализуем в наших сердцах осознания - мы передадим их самым близким нам людям. И наоборот, самые близкие нам люди зависят от нас в том, чтобы мы предали им эту мудрость и привели их к просветлению. И нам нет замены.

**Нет замены никому из вас. Никто из вас не может ждать, что кто-то другой придет к просветлению вместо него потому, что люди у которых есть карма быть близкими вам должны прийти туда через вас.**

Так это работает. Из этой истории это один из уроков которые мы извлекаем, каждый из нас обязан прийти к просветлению чтобы помочь прежде всего тем кто ему близок с кармической точки зрения, с кем у нас есть общая карма.

Кто те люди которые кармически нам близки? К примеру;

- Вам кармически близки ваши члены семьи,
- Наши дети кармически нам близки,
- Наши родители кармически нам близки.

Мы не просто близки – есть кармическая близость которая притягивает нас друг к другу.

- Когда партнеры много лет живут вместе - это создает между ними кармическую близость. Может быть они потом расстаются и ссорятся, но все еще есть кармическая связь, и может быть в другом перевоплощении они встретятся и снова будут вместе.

Поэтому кармическое даяние важно потому, что оно является средством. **Мы можем создать кармическую близость также если близости не было,** как действия Будды пожертвования ради других. Большие бодхисатвы которые хотят помочь всем страдающим существам пытаются прийти ко всем существам. Иногда им это не удается. Иногда у человека есть большое сопротивление или блоки, большие препятствия и им не удается, и тогда они иногда намеренно создают отрицательную карму с этим человеком потому, что отрицательная карма это тоже карма, и это создает кармическую связь которая в будущем трансформируется и они сумеют привести их к просветлению.

В дхарме есть много таких историй, но не пробуйте этого, если вы не знаете, что вы великий бодхисатва. Это для больших святых которые знают, что они делают. Которые знают, что они делают это с очень чистой мотивацией чтобы привести кого-то к просветлению. Если вы не такие – и я не знаю кто из вас такой – то не пробуйте этот путь.

**Снова и снова для каждого**

Есть продолжение этой истории, почему он повторяется так много раз? Он повторяет снова и снова. Там есть пять людей. Один из них это перевоплощение тигрицы. Четверо других в прошлом были детенышами этой тигрицы. С тигрицей есть более тесная связь чем с детенышами. Потому, что он накормил ее напрямую, а она потом она накормила детенышей. И его связь с тем кто был тигрицей сильнее, и в результате этого, тот кто был тигрицей понимает быстрее других.

И история рассказывает, что поначалу он перечисляет им «четыре истины», и в результате этого первой была тигрица, он настолько слушает Будду, он настолько на его частоте – что он видит пустоту. И другие также достигают реализации, но более низкой. Он должен повторять несколько раз до тех пор пока все не приходят туда куда нужно.

И такова и история и остальных учений Будды. Он каждый раз повторяет вещи, во многих сутрах он повторяет.

**Есть** много повторений. **Много, много повторений и он делает это не потому, что бросает слова на ветер потому, что Будда никогда не бросает слова на ветер, а для того чтобы помочь разным группам аудитории которым нужно это услышать кому-то больше кому-то меньше, и он не отказывается ни от кого.**

И он работает с каждым из своей аудитории, и в этом также для нас есть учение.

**Мы также не отказываемся ни от кого и мы делаем то, что нужно для каждого.**

И если нужно повторить учение пять раз - его повторяют пять раз. Если нужно повторить двадцать раз, делают двадцать раз, и если нужно 7000 раз, делают 7000 раз. Мы не отказываемся. Мы продолжаем с каждым.

На данный момент мы расстанемся с сутрой. Это было только для создания в нас какого-то хорошего семени для продолжения этого курса, мы вернемся к ней в продолжении.

**Лам Рим как подготовка к тантре**

И вернемся немного к теме лам рима, и немного объясним почему лам рим? Я немного начала говорить об этом и я сейчас продолжу еще немного, и потом еще немного, вы получите это в нескольких порциях, в продолжениях.

Часто приходят ламы, приходят учителя, ламы приходят и потом уходят обратно, и они идут в своем темпе. В особенности тибетские ламы часто достаточно быстро вводят людей в тантру потому, что они хотят принести людям много благословения.

**И тантрическая практика это самая благословенная вещь, которую вы можете сделать со своей жизнью потому, что это быстрее всего приводит к просветлению. Это позволяет прийти к просветлению даже в этой жизни; она несет в себе огромное благословение.**

Итак, ламы которые очень нас любят, хотят ввести нас во врата. Но в этом есть и плохое потому, что:

**При всем огромном благословении которое приносит тантра если человек не делает ее правильно вред также огромный. Поэтому нужно заботиться о том чтобы люди были готовы, чтобы не было вреда, чтобы было только благословение. И для этого их нужно подготовить, и то, что их подготавливает лучше всего - это лам-рим. Это самый быстрый путь чтобы подготовить людей к тантре, знания находящиеся в лам рим.**

И то, что встречают на западе, и это очень распространено, это распространено в ужасной форме, то, что люди входят без должной подготовки потому, что вы не достаточно практиковали лам рим и не реализовывали в своем сердце осознания лам рима. И в результате, они получают какое-то тантрическое обучение. И они могут практиковать годы – я встречала людей в центрах дхармы в США – людей которые тридцать лет практикуют и ничего не происходит.

И это очень грустно потому, что тантра это быстрый путь, тантра должна привести к осознаниям подобным попкорну, вещи должны происходить в вашей жизни одна за другой. Что значит одна за другой? Это не каждое мгновение. Это может быть промежутком в месяцы, но нужно чтобы там было движение и продвижение. **Это быстрый путь. Если этого не происходит, что-то не в порядке.** Так тантра не работает. Что-то не в порядке, и то, что почти всегда не в порядке это то, что нет достаточной подготовки лам рима. Нет реализации осознаний лам рима.

И поэтому одна из целей этого курса - это начать серию курсов цель которых этап за этапом медленно-медленно идти, и делать медитации, и если вы будете постоянными – и это разумеется зависит от вас – постепенно эти осознания реализуются и подготовят вас как должно. И тогда, когда вы входите - вещи начнут проделываться так как нужно, и тогда это благословение как это описывает здесь Будда: там на небесах произошло что-то очень значимое (из сутры которая была прочитана на уроке: «…**и в тот момент когда этот возглас достиг высокого божественного мира все десять тысяч всех миров задрожали и потряслись и гремели и неописуемый свет превосходящий природу самих богов был виден во всем мире…»**). Это так чудесно.

Мы не хотим печальных случаев, чтобы кто-то вошел и потом вообще оставил это, или пренебрег этим. Это все равно, что ему дали ключи в рай и у него не было возможности ими воспользоваться из-за того, что карма не была в порядке. И из-за этого к примеру мы обучаем курсу об этике, и тесной связи между пустотой и этикой. Много обучают пустоте чтобы люди не упали в их ментальные омрачения, и мы начнем заботиться о наших ментальных омрачениях уже на этом курсе, и постепенно очистим сознание чтобы у нас не было кармических препятствий чтобы у нас были необходимые осознания, чтобы преуспеть на этом чудесном пути.

**Осознания лам рим как лекарство для препятствий на пути к просветлению**

У этого курса есть несколько краткосрочных целей, и это завершить этот материал для обучения, передать вам знания, начать развивать медитацию, начать рассматривать ментальные омрачения, и начать очищать сознание.

И долгосрочная цель, разумеется - это привести вас к полному просветлению будды через то, что мы подготавливаем вас к предварительным этапам пути.

И здесь нельзя перепрыгнуть этапы.

- Нельзя прийти к просветлению без понимания пустоты.
- Нельзя понять пустоту без развития медитации.
- Нельзя развить хорошую медитацию без очищения. Нельзя.

Те у кого есть сложности в медитации должны работать над этикой, над обетами, над дневником. Обязаны. Это просто не будет продвигаться без этого, не важно, что вы о себе думаете.

**Ваши препятствия в медитации говорят вам, что вам нужно делать.** И мы здесь для того чтобы делать это вместе, **и цель в том чтобы вы стали ламой. Чтобы вы стали мастером в этих вещах.**

**Чтобы вы стали мастером лам рима и развили такой контроль над путем чтобы когда возникнут трудности, когда возникнут ментальные омрачения, тяжелые эмоции или препятствия, вы сумеете протянуть руку к своей «кладовке» и вкусить лам рим. Это шоколад. Шоколад не нужен, когда есть лам рим.**

Когда есть глубокие осознания лам рима вы знаете, что вам нужно, и, что является для чего лекарством, и вы можете себя продвинуть. И разумеется люди которые уже в тантре должны углубить осознания лам рима потому, что иначе они наткнутся на препятствия, они не сумеют продвинуться.

И это верно и для тех, кто вне тантры и также для тех кто в тантре. Этот курс предназначен для всех чтобы начать шагать по пути. Я намереваюсь иногда делать такой курс, и идти на протяжении лам рима. Курс девять быстро пробегает лам рим. В этом курсе мы хотим идти медленно по лам рим, и мы сделаем и так и так: мы сделаем и медленно, и быстро. Быстро – чтобы у вас был закончен этот курс, и медленно – на будущих курсах к вещам в отношении которых мы спешили мы вернемся и перечислим их. И у вас будет и это, и это, и также по пути мы будем использовать сутру.

И здесь возникает **вопрос.** Когда мы к примеру сталкиваемся с препятствиями дома, к примеру, если один хочет продвигаться быстрее, и партнер не заинтересован или не хочет продвигаться. Это распространенная проблема для всех нас. Это вопрос?

Это очень распространенный вопрос. Это все карма, и мы можем создать карму которая уничтожит эти препятствия в нашей жизни. Нам нужно понять откуда они приходят, и тогда задействовать антидот и подходящее очищение. Постепенно, постепенно мы пройдем все этапы.

**Несколько замечаний:**

а. Я хочу поощрить вас продолжить заполнять свои дневники во время ретрита.

б. У вас нет много возможностей когда вы берете два дня, оставляете жизнь и находитесь в молчании, чтобы посмотреть внутрь, чтобы создать условия которые продвигают вас на пути к просветлению. Поэтому эти дни очень дороги, очень редки. Относитесь к ним так, и примите решение извлечь максимум благословения, не растрачивайте это время, используйте его хорошо. И это один совет – не нарушать молчания. Постепенно-постепенно это выстраивает в вас тишину и ясность, вместе с обетами махаяны это создает условия чтобы эти вещи осели, и повлияли на вас.

в. И еще вещь которую я забыла отметить, что в конце этого курса у нас будет по многочисленным просьбам аудитории церемония очищения кармы которая продемонстрирует вам как это делать. Она не очищает все ваши кармы. Если бы было можно это сделать за одну церемонию, то это было бы хорошо – но это невозможно. Но мы будем обучать вас этой церемонии, и вы сумеете делать ее одни дома. Каждый может делать это дома один.

И хорошо повторять это много-много раз. На этот раз мы принесли такой большой котел, нам нужно будет сжечь там много грехов. Если есть люди которые хотят прийти только на это, они могут это сделать, даже если они не будут на курсе.

Итак, давайте сделаем мандалу.

*(Молитва мандалы)*