

Эти стенограммы были сделаны студентами занятий и должны рассматриваться только как дополнительный источник информации. Пожалуйста, сверяйте содержание с видеозаписями для точности.

Курс I

«Основные учения буддизма»

Стенограмма к Занятию 2. Что такое природа Будды?



Максим: Всем доброе утро!

Мы начнем с медитации. Усаживайтесь поудобнее. Я расскажу, что такое удобно. Сядьте на переднюю часть стола. Ноги на пол. Руки на колени. На бедрах. Спина ровная. Живот чуть-чуть в себя. Подбородок параллелен полу.

Я проверю как в он-лайне слышно. Напишите, ребят, как у вас дела? Вроде всё хорошо.

Когда вы медитируете дома, вы тоже можете медитировать на стуле. Это не обязательно, чтобы вы сидели на полу. И мы сделаем небольшую медитацию. Она называется 7 ингредиентов. Садитесь ровно, и можете прикрыть глаза. Мы начинаем с десяти дыханий. Следите за дыханиями. Если отвлекаетесь, начинайте с первого. Выдох-вдох – это один.

Пригласите своего Учителя перед собой. Это может быть какая-то историческая личность. . Может быть ваш первый Учитель в школе, может быть ваша мама или отец, человек, который помог вам и научил вас чему-то в этой жизни. Постарайтесь заглянуть в их глаза. Это живой человек. Не картинка. Ощутите их присутствие. Они молодо выглядят. Улыбаются. Им приятно, что вы их позвали. И подумайте об одном качестве своего Учителя, которым вы восхищаетесь. Может быть, они добрые. Или щедрые. Может быть они никогда не злятся. Для меня сегодня это качество любящий. Я радуюсь, что вижу такое качество в своем Учителе. В знак благодарности за то, что этот Учитель есть в моей жизни, я хочу сделать им подарок, можно подарить цветы.



Но мой Учитель говорит мне, что самая большая вещь, которая его радует... Это мои хорошие дела, поэтому я думаю об одном самом хорошем деле, которое я сделал за последние сутки или двое. Для меня это качество, что был момент, когда я мог рассердиться, но я не рассердился. Я дарю это своему Учителю, и Учитель улыбается. Это то, что наши Учителя хотят от нас, чтобы мы делали практику и становились лучше.

И дальше я делюсь со своим Учителем делами, которыми я не горжусь. Откройте перед Учителем то, что-то не очень хорошее, что вы сделали за последние сутки или двое. Например, вчера вечером я устал. У меня были не очень хорошие мысли. Можете поделиться одним, двумя или тремя поступками, которые вы не гордитесь. И ваш Учитель улыбается, потому что вы честны перед ним. И он смотрит на вас. Спрашивает: «А что хорошего было?» И поделитесь двумя, тремя поступками хорошими, которые вы сделали за последнее время. Сутки или двое. Я вчера сделал благотворительный взнос. Приготовил Ире чай утром. Делал йогу с посвящением. Подумайте, какие дела у вас хорошие. И Учитель радуется, то вы такой молодец.

И мы просим нашего Учителя продолжать нас учить. Давать нам уроки, как стать лучше. Те уроки, которые мы можем пройти, которые приведут нас к нашей цели.

И мы просим нашего Учителя оставаться с нами и никогда не покидать нас. Пожалуйста, Учитель, оставайся со мной рядом. Я знаю, что я не самый способный студент. Я делаю глупости. Ну, пожалуйста, не покидай меня. Будь со мной рядом, и Учитель улыбается, кивает головой. Хорошо, я останусь. Мы просим нашего Учителя переместиться в наше сердце. Он поднимается в воздух, уменьшается в размерах, поворачивается в ту сторону, куда смотрим мы. Садится к нам на макушку, размером с ноготь большого пальца. Почувствуйте своего Учителя на макушке. И в своем сердце мы готовим для него красивую комнату. Красивая подушка, осыпанная лепестками роз. Алмаз на подушке. Мы приглашаем Учителя в свое сердце. Он спускается по нашему центральному каналу, растворяется в алмазе. И его ум смешивается нераздельно с моим умом.

Теперь, когда у вас будет тяжелый день или тяжелые мысли, какие-то проблемы, вы всегда можете обратиться к своему Учителю, потому что он в вашем сердце. Свет исходит из вашего сердца, красивый золотой свет, заполняет эту комнату, касается всех живых людей всех живых существ в этой комнате, все они становятся счастливыми, и свет распространяется дальше на весь город, в котором вы находитесь, страну, континент, вся планета, наша галактика, вся вселенная, все становятся абсолютно счастливыми. Свет достигает конца вселенной, и начинает возвращаться назад: галактика, планета, континент, стран, наш город, наш район, это здание, эта комната. И он растворяется обратно в ваше сердце.

Сделайте три глубоких выдоха. И когда будете готовы, можно возвращаться. Потянуться. Спасибо, Маринелла, за перевод.

Маринелла: Благодарю на Максу, за медитацию.

Максим: Хорошо. Итак, где мы с вами находимся? Дома слайд? Вообще нет, можно пока без слайда. Расскажите, о чём мы говорили вчера. Что запомнили? Отречение запомнили. Как ещё называют отречение? Несогласие. Устал. Я устал. Геше Майкл переводит «Я устал». Хорошо, а что еще запомнили? Бодхичитта, без перевода мне

понятно. Да. Вы уже на санскрите говорите. Что еще? Все учителя Геше Майкла Роуча, их много, это правда. Что еще запомнили?

Что интересного еще хорошо? Может быть, вы что-то поняли вчера, что раньше не понимали. Онлайн кстати тоже можете писать. Я буду почитать периодически. Это, правда, мы вчера говорили про три главных пути. Отречение. Или я устал. Бодхичитта. И третий. Мудрость. Верно. Мы говорили, что это три главных пути, которые приведут нас к абсолютной цели. И мы сегодня продолжим их разбирать. Это большая тема.

● В этом занятии

- ☒ Махамудра
- ☒ Причины просветления: метод и мудрость
- ☒ 4 тела (части) Будды
- ☒ 2 препятствия к просветлению

И первый вопрос мне очень нравится. Можно слайд? А, это о чём мы сегодня поговорим на втором уроке. Мы сегодня поговорим про Махамудру. Мы поговорим о том, все ли хорошие дела ведут нас к просветлению. Про метод и мудрость, про 4 тела или части Будды, два препятствия к просветлению. И первый вопрос нашего домашнего задания будет... Вся

ли добродетель ведет нас к нирване и просветлению?

Как вы думаете?

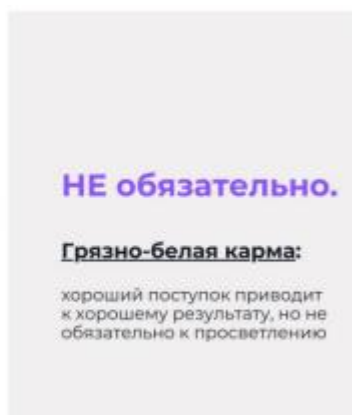
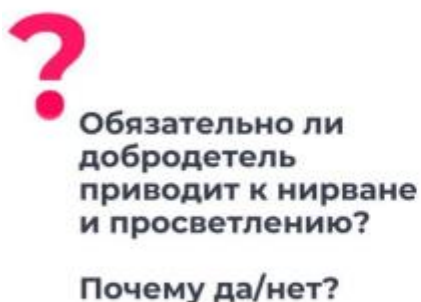
Не Драга. Нет. Нет? Не, это правда, что не всё. Но и у меня есть история на этот счет. Когда я познакомился с этой системой, с «Алмазной мудростью», я хотел заниматься инвестициями. И первое, что я делал, я делал четыре шага для инвестиций. Первое, что я сделал, я нашёл кармического партнёра, который тоже хотел заниматься инвестициями. Я нашёл друга, который хочет сдавать квартиру и получать доход с квартиры. Есть те, кто хочет пассивный доход тут? А есть, кто не хочет? Только тяжёлым трудом, чтобы получать деньги. А, и у меня получилось. Я привлек 300 000 долларов инвестиций в свои проекты. Мы с бизнес-партнером построили дом.. Там 16 квартир. И мы их сдаём в аренду. У меня есть еще свои личные квартиры. Их я тоже сдаю в аренду. И они по сегодняшний день сдаются. И я был рад, я сейчас рад тоже. Но когда вы уже какое-то время делаете четыре шага, все эти семена, возникает вопрос. Вы знаете какой? Что с этими семенами? Я их посеял, они вззошли. Что дальше? Закончились. Мы их полили. Это раньше было. Мы посеяли это семя. Оно вззошло. Мы получили эти инвестиции. Что дальше с этими семенами? Это хорошо их пересаживать. И если мы этого не делаем, тогда семя после того, как прорастает, оно заканчивается. Это хорошо для плохих вещей. Очень хорошо. Мы где-то ошиблись, оступились. Скрыли немного денег от налоговой. Это вззошло результатом. Мы потеряли какие-то деньги. Мы радуемся, ура! Всё плохие семена эти вззошли и закончились.



Обязательно ли добродетель приводит к нирване и просветлению?

Почему да/нет?





Ну, что насчет хороших семян? Я не хочу, чтобы они заканчивались. Помогаем пожилым. Верно, помогаем пожилым. Правильно. Я не хочу, чтобы... Я помогаю своему кармическому партнеру, но я не хочу, чтобы эти семена закончились, как только они взошли. И это суть

этого вопроса. Вся ли добродетель ведёт к нирване и просветлению? Нет. Не вся. Если у вас не было очень конкретной мотивации. Если вы, как я, например, хотели просто привлечь деньги в свой проект, получить пассивный доход для себя. Эти семена всходят и заканчиваются. И они не ведут к просветлению и нирване. Ударение. Ударение. Что ударение? Продолжаем делать. Да, это правда здорово продолжать. Но и те семена закончатся. Теперь вопрос.

Да, это, правда, здорово продолжать. Но и те семена закончатся. Теперь вопрос. Мы с вами как инвесторы, кармические инвесторы, мы не хотим, чтобы семена эти заканчивались.

***Комментарий из зала:** Мы должны давать из наших семян другим людям как в кофе-медитации.*

Максим: Это поливает семена, они всходят и заканчиваются. И в древних источниках говорится, что есть способ, как сделать так, чтобы эти семена, которые мы сеем, они не заканчивались и они вели нас к просветлению – к нашей высшей цели. И говорится, что самое ключевое – это наша мотивация. Если мы хотим это только для себя, это все еще работает, 4 шага работают. Но эти семена взойдут и закончатся. Но, если мы хотим, чтобы у всех людей была финансовая свобода, я помогаю своему другу сдавать квартиру в аренду, и я хочу, чтобы у всех была финансовая свобода. Я хожу в дом престарелых, хочу, чтобы не только у меня были отношения – у всех живых существ, никто пусть никогда не будет одиноким. Тогда эти семена ведут нас к высшей цели. И тогда мы можем и иметь деньги и иметь отношения, и при этом они не заканчиваются.

Кстати, знаете, в этом уроке нет, мне кажется, этого в писаниях, но я медитировал о том, почему это так работает. Я скажу вам это от себя, не из писания. Технически, когда мы хотим, чтобы деньги получили только мы – это один человек. И эти семена взошли и закончились. Но если мы хотим, чтобы у всех живых существ была финансовая

✿ Не каждое хорошее дело приводит к вашему освобождению.
Только если вы посвящаете его.



свобода – это бесконечное количество существ. И поэтому семена разные: бесконечность или один человек. Поэтому из-за этого мы сеем вот эти бесконечно хорошие семена. Хорошо?

Это важно помнить, что не каждое хорошее дело приводит к освобождению. Только если мы его посвящаем. Следующий? Если мы посвящаем свои хорошие дела, пусть я и другие все существа достигнут финальной цели, тогда супер. Это такие лайфхаки для кармических инвесторов.

И мы переходим к важной теме, которая называется Махамудра, которую мы будем проходить еще много курсов, в том числе в следующем. И я приглашаю Ирину Кожухову рассказать об этом подробнее.

Ирин: Как вы думаете, что изображено на этой картинке? Письмо, печать, хорошо. Да, это восковая печать, которую раньше ставили на письма. Ну и вы знаете, мы привыкли сейчас писать друг другу емейлы, сообщения где-нибудь в телеграме. Но в прошлом, очень давно, когда еще не было такого быстрого обмена информации, раньше ставили такую печать.

Что на картинке?



И ее ставили для чего? Для того, чтобы знать, от кого она, от кого письмо, и что оно было не вскрыто, пока оно ехало куда-то. И подумайте, что очень давно, насколько это было сложно вообще, какая логистическая сложность была доставить какое-то послание из точки А в точку Б.

Следующий слайд. Здесь на изображении, на картинке, там сверху есть Киев, а внизу Пловдив. И вот предположим, что расстояние между Киевом и Пловдивом тысяча с лишним километров. И предположим, что к какому-нибудь там князю Киевскому, ему нужно отправить какое-то сообщение к... не знаю, у вас в Болгарии были какие-нибудь князи, отправить письмо к какому-нибудь князю Пловдивскому. Я, кстати, посчитала ехать на коне непрерывно примерно 7 дней. То есть едет этот всадник такой на коне, и ему надо доставить это послание. У него может быть много препятствий. На него посредине пути, где-нибудь там возле Бухареста, могут кто-нибудь напасть, переписать письмо. И все, князь Пловдива получит другое сообщение. Не походит. Поэтому использовали восковую печать – серьезная вещь, хранилась под замком.



И на санскрите есть слово, у которого есть разные значения, но одно из значений – это печать. Знаете это слово? *Махамудра*. Подождите! Это слово мудра! Кроме этого мудра – это может быть жест какой-нибудь с ладонями, например, так или так.

Есть разные определения. Но в нашем контексте речь о печати. Маха – это великая. Вы позже будете встречать такие слова, как Махаяна, Махасидхи, Маха – великий, великая.

Махамудра – это Великая печаль. Почему мы об этом говорим, что это значит в нашем контексте? Это значит очень большой секрет.

Нам все время кажется, что ручка происходит на нас. Кажется, что люди и прекрасные переводчики происходят с их стороны. Но это не так. Они отсюда. И нам нужно взломать, разрушить эту печать, чтобы увидеть эту истину.



Махамудра **= великая печать** **= очень большой секрет**

maha - великий, огромный
mudra -
печать;
жест;
увидеть пустоту напрямую

ཇུག་ཅོང་།
chakchen

Взломать печать =
увидеть пустоту
напрямую (ВПН)

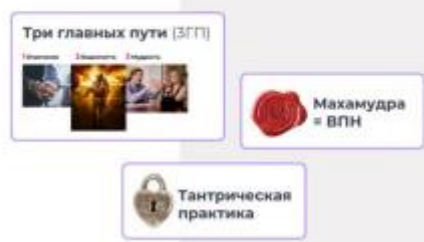


Как вы думаете, как мы взламываем эту печать? Когда видим пустоту напрямую, верно. А, супер, отличный слайд. Да. И в этом смысл нашего здесь собрания. Когда мы видим пустоту напрямую, мы достигаем точки невозврата. В том значении, что мы никогда не сможем вернуться назад, но в хорошем смысле. Мы станем другим существом. Потому что наш ум очень сильно изменится от этого опыта. Говорится, что даже если после этого опыта мы умираем, нам остается до семи жизней, чтобы достичь просветления.

И вот эта Махамудра, это значит не интеллектуальное понимание пустоты, а прямой опыт восприятия этого. И это наш главный фокус в 18 АСИ курсах. Класс!

Макс, вот мы тут говорим про Три главных в пути сначала. Потом мы начинаем про Махамудру говорить. Какая связь?

Максим: Хорошо. Существует ли какая-то связь между Тремя главными путями и Махамудрой? Это третий вопрос домашнего задания. Есть ли связь между Тремя главными путями и тантрической практикой? Да, которую мы сейчас называем Алмазный путь или Ваджраяна. Геше Майкл говорит, ему не нравится слово «тантра». Есть у вас в Пловдиве тантрический массаж или что-то такое? Есть или нет? Есть. И в Вене есть. И в



Киев есть. В Америке есть. Я не знаю, чем заканчивается этот тантрический массаж, но он не имеет никакого отношения к Алмазному пути или к секретному учению.

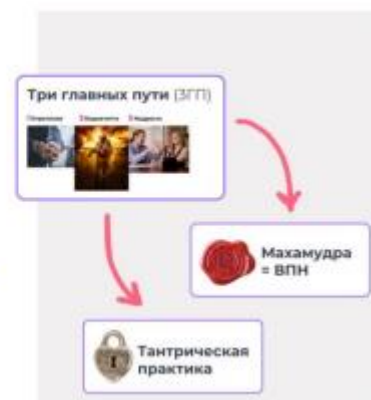
Это слово «тантра» оно имеет очень плохую репутацию сейчас. Знаете еще слово, которое тоже имеет очень плохую репутацию, хотя слово хорошее – гуру. Гуру тоже имеет плохую репутацию это слово. Потому что были и есть учителя, которые используют своих студентов, вступают с ними в отношения, берут у них деньги, используют это все в плохих целях. И Геше Майкл рассказывает, что эти два священных слова «тантра» и «гуру», их нельзя использовать сейчас, потому что у них очень плохая репутация, но по иронии это самые священные слова. Ваш Учитель, секретная практика тантра – это то, что вас приводит к просветлению за одну жизнь. И вот эти самые святые слова, у них плохая репутация. Поэтому мы сейчас чаще называем это Алмазный путь или Ваджраяна. И вопрос в том, связаны ли Три главных пути с Махамудрой? Связана ли Махамудра с Ваджраяной?

Начнем с первого. Связаны ли Три главных пути с Махамудрой? И Ира уже говорила, что Махамудра – это термин для видения пустоты напрямую. То есть суть вопроса, связаны ли Три главных пути с видением пустоты напрямую? Это в DCI называется прикоснуться к Алмазному миру.



Правильная практика ЗГП приводит к ВПН

Тантрическая практика может быть успешной, только если она основана на ЗГП. Без них нельзя достичь успеха в ТП



Вы как думаете, связаны или нет? Да? Нет? Связаны, естественно. Это правда. Да, без Трех главных путей, вы не можете достичь абсолютных целей своих, и более того, Три главных путей, их практика автоматически приводит вас к вашей главной цели. И поэтому тантрическая практика или практика Ваджраяна – она основывается на Трех главных путях. Я сегодня переслушивал лекцию Геше Майкла Роуча, и он говорит, что без Трех главных путей – это не так, что практика Алмазного пути не работает. Она работает вам в минус. И она приведет, Геше Майкл говорит, на миллиарды лет вас в очень плохое место. То есть это не так, что она не работает. Она работает в минус. Поэтому Три главных пути – это то, на чем эта практика Алмазного пути основывается, без чего она невозможна. И более того, практика Трех главных путей автоматически приводит вас к успехам в практике Алмазного пути.

Я когда об этом услышал, я подумал, это реально интересно. Я этот курс проходил 8 лет назад, слабо себе представлял, что такое практика Алмазного пути, плохо даже представлял, что такое практика Трех главных путей. Это правда, за последние годы многие студенты моих учителей Питера и Марии Мёртл, они приходили и говорили:

«Пожалуйста, возьмите нас в Алмазный путь, дайте нам инициацию». Питер и Мария всегда спрашивали: «Вы закончили 18 курсов?» И этот студент, вы знаете, он смотрит так вниз, ну не все. Но я прослушал. И знаете, что я заметил? Когда вы хорошо практикуете Три главных пути, то есть заканчиваете 18 курсов, секретные учения или Алмазный путь, они приходят к вам автоматически. Когда вы посеяли семена для денег, деньги буквально падают на вас с неба. Это не значит, что вам нужно прилагать большие усилия для того, чтобы они были. Это происходит автоматически. Когда вы посеяли семена для партнера, вам не нужно сидеть в телефоне, ходить на свидания. Я не знаю, как вы, я не люблю ходить на свидания. Это стресс. Надо правильные вещи говорить. Более того, надо слушать. Не всегда интересно слушать. Это стресс, надо много времени на это. Я занят, у меня есть много работы. Мне некогда. Но если вы посеяли семена для своего партнера, вы просто выходите с занятия по йоге, и она там сидит. Сидит на диване. Пьет чай, сразу в йога форме, можно сразу посмотреть, подходит, не подходит. Автоматически. Без усилий. И поэтому Три главных пути, они являются основой практики Алмазного пути. И вот эта практика Алмазного пути полностью основывается на Трех главных путях. И здесь говорится, что автоматически человек преуспевает в практике Алмазного пути. И это правда. Правда, и я видел этих людей. Они вроде ничего не делают. Мы с Ирой ходим в ретриты. Месяц сидишь, медитируешь, встаешь в 2.30 ночи, хоть бы получилась медитация. Выходишь из ретрита, и человек рассказывает о таких сознаниях, которых у меня не было в ретрите даже. Он в них не ходил, но его уже окружают ангелы везде, дают ему советы. Какие ангелы? Где они? Поэтому это правда, что Три главных пути автоматически ведут к успехам в Алмазном пути. Хорошо.

Какие две причины приводят к просветлению? Ирина, расскажи нам, пожалуйста.

Ирин: Итак, если мы хотим достичь просветления, нам нужно знать, как этого достичь, правильно? Какие причины к этому приводят? Какие, дамы и господа, идеи? Какие причины приводят к просветлению? Онлайнеры к вам тоже вопрос, вы тоже пишете.

Ответ из зала: *Медитация.*

Ирин: Направление мысли мне нравится. Еще варианты?

Ответ из зала: *Мотивация.*

Ирина: Хорошо. Две причины к просветлению, можно слайд. Метод и мудрость.

Метод – это мысли и деятельность бодхисаттвы. Мудрость – это собственно то, что мы здесь с вами занимаемся, мы изучаем глубоко эти учения. По-тибетски это ТАП и ШЕРАБ. Повторите, пожалуйста: ТАП и ШЕРАБ. Супер. Мудрость – это когда, знаете, что-то случается не очень хорошее, может быть, какие-то препятствия у нас есть, это когда мы не расстраиваемся при этом. Потому что мы помним, откуда эти препятствия происходят. Они происходят не на нас. Они, как и ручка, происходят из нас. И если у нас такого понимания нет, откуда на самом деле происходят вещи, наверное, немного сложно

оставаться хорошим, хотеть помогать другим людям. И на этой картинке вы видите, здесь есть два крыла. Как думаете, почему их два?

Мы не можем летать, если не оба. Для баланса. Класс, для баланса. Если мы будем летать на одном крыле, это будет выглядеть примерно так, мы будем летать просто по кругу. Поэтому нам нужно два крыла: и метод, и мудрость.

И как вы думаете, какие еще из Трех главных путей, куда относятся? Давайте так, первый путь какой? Отречение. Класс! Реально запомнили уже. Как думаете, это к методу или к мудрости? Кто за метод? Таак. Поднимаем руки. Кто за мудрость? Мнения разделились. Хорошо, сейчас не раскрывай нам, Драга, секреты.

Второй путь какой? Бодхичитта. Класс. Кто думает, что это относится к методу? Кто думает, что к мудрости? Хорошо.



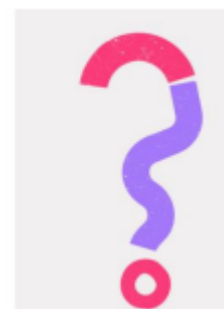
Третий путь какой? Мудрость. Кто за то, что мудрость относится к методу? Ладно, кто за мудрость? Хорошо, Драга, показывай нам слайд. Супер. И так, у нас отречение и бодхичитта относятся к методу. Ну и мудрость, очевидно, относится к мудрости.

И здесь классный момент, мы сегодня занимались йогой, и Макс вам сделал красивое вступление, зачем мы это делаем, про всякие там наши слоя. Но на самом деле эта йога очень связанная. Считается, что наша левая часть, левая часть человека, это о...здесь у нас есть средний канал, правый канал и левый канал. Они там, возле позвоночника находятся. И вот правая часть и правый канал, это относится к мужской части — и это относится к эмоции невежественной антипатии, невежественного отвращения. И когда мы это очищаем, когда мы это прорабатываем, мы можем это очистить, и это станет любовью и страданием.

А наша левая часть? Она относится к мудрости, женская часть — сейчас это у нас пока еще относится к эмоции невежественного желания, к таким знаете страстным желаниям, хочу это, хочу то. И когда мы это трансформируем, это превратится в мудрость. Наше тело — это отпечаток нашего ментального состояния.

И мы подбираемся к классному вопросу. Фактически мы по косточкам разбираем, как нам стать абсолютно другим существом. Мы говорили о причинах просветления. А теперь давайте по косточкам разберем, из чего же

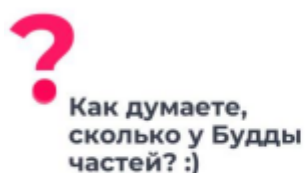
?
Как думаете,
сколько у Будды
частей? :)



состоит это просветленное существо, какие у них части. Спасибо.

Максим: Итак, назовите два тела Будды. Вот вопрос из домашнего задания номер 6.

Можно следующий слайд? Но для начала давайте разберемся, сколько-таки этих тел у Будды? Или их еще называют частями.



3 варианта:

- 2 части
- 3 части
- 4 части

Значит есть вариант: 2, 3 и 4. Те, кто здесь и те, кто онлайн, скажите, как думаете, кто считает, что 2 их? Вообще-то вопрос: два тела Будды какие? Кто считает, что 3? Кто считает, что 4? Кто считает, что не 2, а больше? Вообще-то это не такой простой вопрос, как кажется. Есть разные способы,

как посчитать, сколько у Будды тел. И кстати, слово «тело», оно может не совсем правильно передавать смысл, что это такое. Сейчас мы говорим больше, что это части. Их две основных, которые называются **Рупакайя** и **Дхармакайя** на санскрите. На тибетском ЧУ КУ и СУК КУ. ЧУ КУ – это Дхарма Кая и СУК КУ – это Рупакайя. Что это за два тела? Дхармакайя – это считается ментальное тело или ментальная часть Будды. Мы с вами сейчас проходим, кто такой Будда? То есть, кем мы хотим вообще стать? Из чего он состоит? Из кока-колы. Или из частей? Может быть это вишневый пирог? Мы разбираем, какие части есть у тела Будды.

И Дхармакайя – это ментальное тело.

И Рупакайя – это физическое тело.

И вообще-то, каждая из них делится еще на две части. Поэтому можно сказать, что их четыре: две главные, и каждая еще делится на две. Дхармакайя – ментальное тело или ментальная часть Будды.



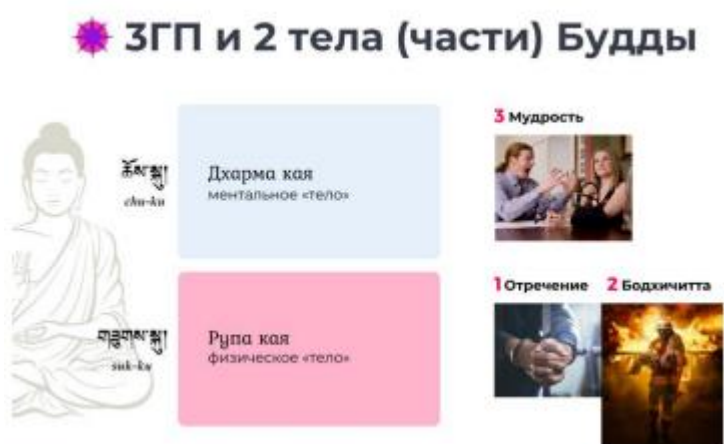
Первая часть – это всеведение Будды. Это способность видеть прошлое и будущее для всех живых существ. Может напрямую видеть Будда, где вы окажетесь через 322 года, и где вы были 500 лет назад. И поэтому, когда эти учения Гаутама Будда передавал две с половиной тысячи лет назад, считается, что он видел, что мы будем собираться здесь в Пловдиве. И он говорил конкретно те вещи, которые нам больше всего помогут. И благодаря этому всеведению, Будда знает, как помочь лучше всего всем живым существам.

Вторая часть ментального тела. Геше Майкл на своем занятии говорит, что это хороший способ произвести впечатление на свидании. Приходишь на свидание, говоришь, а знаешь, ты уже на четверть Будда? Оо, это как так? Но дело в том, что у тебя есть потенциал, твое тело пусто. Оно не происходит со своей стороны, но происходит от нас, и поэтому, из-за этого, это пустота тела, она одинаковая и у нас, и у Будды. Если бы тело Будды не было пустым, он не смог бы своими самыми лучшими семенами увидеть себя Буддой. И на самом деле, если бы у нас не было пустоты, тогда мы обречены, мы не могли бы никогда измениться. Но, хорошая новость, мы можем измениться. И благодаря пустоте своего тела, и когда я говорю тело, я имею в виду и ум, пустота нас, мы можем создать самые лучшие семена и однажды увидеть себя Буддой. Поэтому вот это тело пустоты называется Свабавакайя. Тело всеведения называется Джняна Дхармакайя. Как будет знание по-болгарски? Знание. Джняна, знание – это одно слово. То есть санскрит похож на русский язык. И я думаю на болгарский тоже. Вот этот корень Джнян, Праджняпарамита мы будем говорить, на втором курсе, он перешел в наш язык знание. Поэтому тело всезнания – Джняна. Дхармакайя. Этого нет на слайде, это из шестого курса.

Рупакайя или физическое тело тоже делится на две части. Первая – называется райское тело или небесное тело. Мне кажется это то тело, которое мы представляем, когда думаем о Будде. Лежит там Будда в раю, там у него Мальдивы, теплая водичка, официанты носят кокосы, пина-коладу, можно есть все десерты, не толстеть, можно просто загорать на солнце, на работу не надо. Просто один кайф. Это в целом это так. Сампхога Кайя – это райское тело Будды, это тело, которое Будда воспринимает в своем раю, называется тело удовольствия. Считается, что Будда в постоянном блаженстве находится. Говорят, представьте свой самый лучший оргазм, который у вас был в жизни, умножьте на миллион. И это то, что чувствует Будда. Все время. Не знаю, как он сосредоточится еще может на чем-то, но считается, что это то, что он испытывает или она. Поэтому Сампхога Кайя – это вот это райское тело Будды.

И из-за того, что у Будды есть сострадание, бодхичитта, она не пропадает, когда он становится Буддой, считается, что она становится настоящей бодхичиттой. Из-за того, что Будда хочет помочь всем живым существам быть счастливыми, автоматически Будда отправляет бесконечное количество своих копий, миллиарды, это как онлайн-трансляция в ютубе, миллион зрителей. И он является всем живым существам в той форме, в которой наиболее будет полезно. Будда может явиться вашей собакой, овчаркой немецкой, мужем, может явиться бездомным, который просит милостыню. Может явиться Драгой, которая организывает курс в Пловдиве. Может быть, ваш ребенок, плачет ночью который, чтобы вы о нем позаботились и посеяли семена.

Нирманакайя Будды – это тело эманации, то есть это бесконечное количество тел, которыми Будда помогает всем живым существам. И он знает, как лучше помогать. Потому что у него есть всеведение. Это четыре тела Будды.



Мы сделаем две причины обретения этих тел и потом перерыв.

И так, что это за следующий слайд?

Какие причины обретения каждого из тел? И это называется накопление мудрости и накопление добродетелей.

Накопление мудрости – то есть это то, что мы изучаем карму, пустоту, эти учения. Это то, что можно на диване делать. Активное размышление, и то, что происходит у нас в уме – это то, что является причиной Дхармакайя, то есть это то, что является причиной ментального тела. Какие две части ментального тела? Пустота и всезнание. Верно. И для Рупакайя, для физического тела – это накопление нашей добродетели. То, что на диване обычно не делается. Надо поднять пятую точку, пойти приготовить завтрак своей семье, пойти пожертвовать денег в благотворительный план, налоги заплатить, на которые построят дороги, выплатят пенсии. Все это является тем, что создает накопление добродетели. И приводит к Рупакайе, которая физическая. Две части физического тела, какие помните? Да, удовольствие и эманация. Тело удовольствия, райское тело и тело эманации. То есть физическое тело, оно появляется благодаря нашей добродетели. Хорошо. Что, сделаем перерыв?

15 минут? Сейчас 11.40 по Болгарии. Значит в 11.55. Всем спасибо. Спасибо на перевод.

Хорошо. Вот этот. Так, следующий вопрос, который мы с вами проходим. Какие из этих Трех главных путей? Которые? Левосторонний путь, правосторонний путь? И путь верхнего этажа? Об этом мы говорили все время? Ребята, я вас проверяю, вы заснули или как? Слава богу, я очень обрадовался, что увидел вот этот вопрос в глазах. Если бы вы сидели так (*и кивает головой, соглашаясь*), я бы очень испугался.

Вопрос в общем в том, какие из Трех главных путей становятся причиной этих двух тел Будды. Отречение и бодхичитта становятся причиной физического тела. Почему? Геше Майкл в этом занятии рассказывает о том, что он задавал этот вопрос своему Учителю Кхену Ринпоче, и Кхен Ринпоче ответил, что бодхичитта – это отречение наружу. Почему? Как вы думаете? Онлайн тоже можете писать. Человек завершил 15 курсов и подсказывает тем, кто не закончил. Но это правда, да. Когда мы понимаем, что у нас есть проблемы, и

мы хотим из них выбраться, естественным образом это ведет к пониманию того, что и другие в таком положении.

Поэтому если вы завидуете этим худым девчонкам в Инстаграме, как они там путешествуют на Бали, выкладывают эти фотки, как они лежат на пляже, медитируют. Теперь вместо того, чтобы им завидовать, вы можете сказать или аудиосообщением можете отправить, ты тоже умрешь, наслаждайся, пока можешь, скоро твой живот обвиснет, лицо будет в морщинах, никакие кремы тебе не помогут, и лайк поставьте под фотографией. Но это правда. Если у нас есть проблемы, если мы стареем, и мы вынуждены умереть в конце, точно в таких же условиях находятся все остальные люди. Поэтому мы хотим им помочь, так же, как мы хотим и себе помочь. Поэтому отречение и бодхичитта – это причина Рупакайи. И третий путь мудрость. Причина... Как это тело называется? Дхарма кайя. Слава богу!

Вы знаете, я нервничаю каждый раз, когда вы долго молчите. Думаю, если потом студенты этого курса скажут, что они не знают, какие это два тела, то Питер Мёртл мне (показывает, что голову снесет). Я теперь лучше понимаю наших Учителей, потому что мы обучаемся также и у Джона Брэди и Конни Брайан, которые Учителя наших Учителей, Питера и Марии Мёртл, и когда они задают нам вопросы, какие Три главных пути? Я вижу Питер Мёртл, он сидит так, в ожидании, забирать у кого-то сертификат АСИ или нет. Но вы молодцы. Это третий главный путь, мудрость, является причиной Дхармы Кайи Будды.

Кстати, о мудрости. Наверняка, вы знаете, что курсы АСИ состоят не только из лекций таких занятий. Есть еще домашние работы? Контрольные работы. Аналитические медитации. Экзамен. Чтение. И Геше Майкл реально потратил много лет, чтобы вот эти книги, которые мы проходим, которые я не знаю, как вы, но я, когда их читаю, я один раз прочитал, и завтра я уже не помню, что там. Это признание, не рассказывайте Питеру Мёртлу. Бывало я их на ночь читал, сразу заснуть можно... И Геше Майкл сделала так, чтобы мы их запоминали, что мы изучаем.

И для западных людей привычно делать домашние работы, контрольные – это способ, как запомнить эту информацию, не быть дырявым котлом. Тут есть люди, которые уже сдавали АСИ курсы вообще-то. Это не страшно. Маринелла сдала 15 курсов. Выжила. Драга тоже. Сколько ты курсов, Драга, сдала? Девять. Девять курсов Драга сдала. Кто еще? Кто-то восемь сдавал. Ты восемь, Лена, да? Лена восемь курсов сдала. Есть еще кто сколько сдал? Ира сколько? 4 курса. Лена 6 курсов сдала. Половину сдала. Это не страшно. И по каждому курсу вы получаете сертификат. Потом можете их все повесить у себя в туалете. Вот так, если у вас небольшой туалет, то вы все стены вот так обвесите. Если большой туалет, можете напечатать не на А4, а как это А3 называется, 18 сертификатов. Будут к вам приходить гости, сидеть, вау, сидят гости, ооо. Это правда здорово сдавать курсы. Не только слушать, но и писать домашнюю работу.

И Питер и Мария Мёртл недавно встречались с Геше Майклом Роучем в Седоне месяц назад. И Геше Майкл им рассказал, почему он сделал эти курсы. Знаете, почему? Кто-то знает? Он сказал, что ему было жалко, что были студенты, которые обучались у его

Учителя Кхена Ринпоче 20 лет. Они просто приходили на занятия, тратили его время, но по итогу этих 20 лет они ничего не поняли. Поэтому Геше Майкл сказал, что его цель была, чтобы они не тратили время Кхена Ринпоче пустую. И я считаю, это правда. У наших Учителей очень строгое правило: если вы не сдали 18 курсов, секретный учений не будет. И мы с Ирой следуем этой традиции. Это я онлайн смотрю. Поэтому, пожалуйста, сдавайте курсы. Это не особо вам поможет, если вы просто слушаете и забудете, это не поможет вам.

Хорошо, последние два вопроса. Назовите два препятствия для просветления. Это девятый вопрос.

2 препятствия к просветлению = что нам преодолеть

01 ... к всеведению

ཐུགས་ཀྱི་འཕྱུར་པ་
shutrup

02 ... к достижению свободы
от ментальных омрачений

ཐོག་མཐུག་གི་འཕྱུར་པ་
prandrip



И это называется препятствие к всеведению первое. И препятствие к достижению свободы от ментальных омрачений. Препятствие к всеведению называется ШЕ ДРИП, и к свободе от ментальных омрачений НЬОН ДРИП.

Это интересная тема. Мы будем о ней говорить еще неоднократно в курсах АСИ, потому что в целом в этой школе, в этих учениях есть разные школы. Потому что Гаутама Будда преподавал разные школы по способностям своих студентов. На следующем, на третьем занятии мы будем проходить 10 качеств Учителя. И это означает, вот это качество преподавать согласно уровню своих студентов, это означает, что вы не пытаетесь объяснить квантовую физику трехлетнему ребенку. Да? Мы учим детей просто, чтобы они поняли.

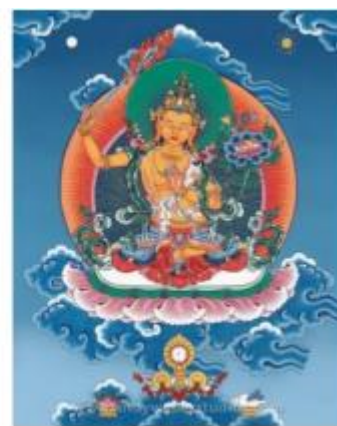
И есть вот эти разные школы, которые мы будем в этом курсе проходить в первом. И в более низких школах цель не достичь полного просветления, они хотят достичь нирваны. Только для себя, то есть. Это не плохо. Но это не конец пути. И считается, что первое препятствие к всезнанию, те, кто достигают нирваны, они его не устраняют. То есть они не просветленные, у них нет всезнания. Поэтому говорят, не тратьте время, сразу на высший путь идите. Потому что высший путь помогает достичь просветления и устранить вот это первое препятствие к всезнанию. И когда вы достигаете нирваны, вы устраняете это препятствие к ментальным омрачениям. То есть не будет у вас плохих дней больше. Каждый день счастливый, радостный, как Маринела. Хорошо.

Последний вопрос на сегодня. И после этого мы можем чуть-чуть ответить на вопросы. Вопрос, почему Чже Цонгкапа смог написать 10 тысяч страниц чрезвычайно глубоких и сложных объяснений буддизма. Кстати, мы общались с Драгой, когда готовились к этому курсу, и она сказала: «Максим, пожалуйста, не пугай людей буддизмом. Все убегут. Кому оно надо?» Ну я бы хотел объяснить. Буддизм не считается религией. Лично мне не нравится слово буддизм, потому что он ассоциируется с религией. Почему? Мне нравится слово «Алмазная мудрость», «Система ментальных семян», «Кармический менеджмент». В отличие от религии в буддизме нет кого-то, кому поклоняемся. То есть

Будда — это не какое-то одно существо. Поэтому Гаутама Будда зовут Гаутама Будда, а не просто Будда. То есть каждый может стать Буддой. В этом и цель этих учений. Лично я, мой отец из Сирии. Я не придумал свою фамилию, это не псевдоним. Он поехал в Киев, там познакомился с моей мамой. А мама русская, она приехала из

 **Как Чже Цонгкапе
удалось столько
написать**

Он напрямую общался с
просветлённым существом
по имени **Мягкий Голос**
(Манджушри)



России учиться в Киев, поэтому я воспитывался в семье, где был и ислам, и христианство. Бабушка читала, моя няня, я ее называю бабушкой, она читала мне детскую библию. Отцу это не очень нравилось. Он мне объяснял, как ислам устроен. Но на самом деле спустя время, больше 8 лет, как я изучаю эту Алмазную мудрость, я могу сказать, что нет никаких противоречий ни в одной религии. Нет противоречий с Алмазной мудростью, и нет противоречий между собой. Все противоречия, которые возникают, они возникают от того, что я прав, я лучше знаю, как остальным жить. Но все религии и все духовные учения настоящие, они только об одном. Но все религии и все духовные учения, они относятся только об одном: что посеешь, то и пожнешь. Поэтому в христианстве десять заповедей. В исламе тоже есть кодекс поведения. В Алмазной мудрости есть 10 этических принципов. И все духовные учения сходятся в том, что нам надо других людей любить.

Да, поэтому я слышал цитату Далай Ламы. Он сказал, что если человек злой или он кого-то хочет убить, то он не принадлежит ни к одной духовной традиции, потому что ни одна духовная традиция не учит людей, как других ненавидеть. И если какие-то конкретные люди неправильно поняли то, что имели в виду все святые люди, то это проблема этих людей. Будда также сказал, что, когда встретишь отца и мать, убей их. Но он не имел в виду, что надо ножом их убивать. Он имел в виду, что ваша духовная практика должна быть для вас на первом месте. И это не значит, что надо бросать свою семью. Если вы взяли ответственность за свою семью, надо следовать этой ответственности. Но это также означает, что нужно их спасти. И мы в этом смысле ответственные.

—

Вопрос из зала: *Макс, вопрос такой. Мягкий голос – это мужчина или женщина?*

Максим: Хороший вопрос! Мужчина или женщина – Мягкий голос? Как вы думаете?

Ответ из зала. *Я думаю, что Чже Цонгкапа сказал, что он является мягким голосом. Значит, это, должно быть, мужчина.*

Максим: Спасибо. Кто еще как думает? Есть идеи?

Ответ из зала: *Просветленное существо – это существо, которое в себе вмещает...*

Максим: Рубрика 15 курсов АСІ. Это правда, что просветленное существо считается, что у них нет пола одного. И я не знаю, я сейчас слушаю Хатха-йога Прадипику Геше Майкла, он рассказывает, что вообще цель в этих учениях – это сбалансировать мужское и женское. Это то, почему нам нужен партнер на самом деле. Да, потому что есть хорошее и у мужской энергии и у женской. Но если у тебя есть что-то одно, этого не хватает. Поэтому у нас есть вот это естественное желание быть с кем-то. Это хорошо, в этом нет ничего плохого.

И если вы посмотрите, многие счастливые пары, они как будто, они дополняют друг друга. Ну и... я это ощущаю, с Ирой тоже. Я могу, может быть быстро придумывать идеи, что-то начинать. Потом мой запал заканчивается, и Ира вносит стабильность в мою жизнь. У меня есть режим дня, в котором у меня никогда не было раньше в жизни. Я раньше ложился в 4 утра, в 3 ночи. Сейчас у нас отбой в 10 вечера. И это правда, что духовное

партнерство балансирует. И в конце концов мы станем Буддой, у которого сбалансировано и мужское, и женское. Спасибо.

Посмотрим еще. Да, можно вопрос задавать.

Вопрос из зала. *Мне непонятно осталось еще. Я не поняла, чего нам надо преодолеть, чтобы достичь просветления.*

Максим: Спасибо. Это говорит о том, что вы слушали наше занятие. Был вопрос по поводу того, какие два препятствия нам нужно преодолеть. Первое – это препятствие к окончанию ментальных омрачений. Если по-простому сказать, избавиться от плохих мыслей. Интересно, что, если ты освобождаешься от плохих мыслей, это означает, что у тебя остаются хорошие. Да, и считается, что это нирвана. Не рок-группа. Но это еще не конец пути. Поэтому есть еще препятствие к всеведению или к всезнанию. И когда мы его устраняем, мы становимся Буддой. Спасибо.

Так, есть ли вопросы онлайн? И здесь в зале еще есть вопросы?

Хорошо. У нас с вами обеденный перерыв. Мы вас вообще-то отпускаем на 13 минут раньше. Тех, кто делал йогу. Кто йогу не делал, как раз у вас сейчас время есть. Я шучу.

Спасибо вам большое за занятие. На следующем занятии мы будем проходить 10 качеств учителя. Немного поговорим о том, кто этот учитель. И какими качествами он должен обладать. Кого вы выбираете учителем.

Этот вопрос попался мне на финальном экзамене, марок называется. Вы сдаете 18 курсов, потом приходите на экзамен, и вам задают вопрос, несколько вопросов, любые несколько вопросов из 18 курсов. Плохо отвечаешь, забирают все сертификаты. Я шучу, ни у кого не забирают, но подразумевается, что ты должен знать материал. И один вопрос мне попался, назови по памяти 10 качеств учителя. И я рассказал. Поэтому это классная тема, мы будем проходить на следующем уроке. Спасибо за перевод Драге. И всем приятного аппетита.

Мы встречаемся на группе мудрости сначала для тех, кто вживую. На группе мудрости мы встречаемся с вами в 2 часа дня по Болгарии, то есть через полтора часа.

И дальше занятие у нас начнется в 15.45 по Болгарии, по Киеву, плюс один для Москвы и минус один для Европы. Всем приятного аппетита.

**До встречи на
следующем уроке!**

PS Делайте
домашки!<3

