

Прорыв в состояние Будды

- Сангхаракшита, известный как Денис Лингвуд, родился в 1925 году в Лондоне.
- В 16 лет он осознал себя буддистом и начал изучать буддизм в Индии.
- В 1967 году основал Буддийскую Общину "Триратна" в Англии.

• Движение "Триратна"

- Движение "Триратна" представляет собой прорыв в буддизм в Англии.
- До этого существовали другие буддийские организации, но они страдали ограничениями.
- Люди пытались скрыть свою буддийскую идентичность, чтобы не отличаться от других.

• Изменение восприятия буддизма

- Сейчас все больше людей осознают, что буддизм должен преобразовать все аспекты жизни.
- Буддизм должен влиять на работу, свободное время, отношения, творчество и даже питание.
- Буддизм революционен и должен быть постоянным и широко применяемым.

• Прорыв в состояние Будды

- Сангхаракшита предлагает исследовать понятие прорыва в буддизм и даже в состояние Будды.
- Духовная жизнь должна быть не просто хобби, а преобразующим фактором.

• Духовная жизнь как постепенное развитие и прорыв

- Духовная жизнь может рассматриваться как постепенное развитие или как прорыв.
- Прорыв подразумевает резкий переход от одного уровня переживания к другому.
- Духовная жизнь требует усилий и даже принуждения к самосовершенствованию.

• Препятствия на пути к духовному развитию

- Препятствия могут быть очень трудными и трудноизлечимыми.
- Иногда требуется проломиться через эти препятствия с помощью духовной "взрывчатки".
- Духовная жизнь состоит из периодов медленного прогресса и резких прорывов.

• Через что мы прорываемся

- Прорываться нужно через мирское, обусловленное и сансару.
- Важные аспекты для прорыва: негативные эмоции, психологическая обусловленность, рациональное мышление, чувство времени.

- **Негативные эмоции**

- Негативные эмоции ослабляют и приводят к эгоизму.
- Они широко распространены и усиливаются СМИ и рекламой.
- Необходимо стремиться к позитивным эмоциям и поддерживать их в других.

- **Психологическая обусловленность**

- Психологическая обусловленность влияет на мировоззрение и поведение.
- Примеры: английская психологическая обусловленность, обусловленность расой и классовой принадлежностью.
- Важно осознавать и преодолевать эти обусловленности для духовного развития.

- **Психологическая обусловленность работой**

- Работа влияет на наше восприятие и поведение.
- Мы становимся зависимыми от своей профессии и социальной системы.

- **Религиозная обусловленность**

- Религия может внушать чувство вины, которое влияет на нашу жизнь.
- Примеры из христианского воспитания показывают, как это может быть разрушительным.

- **Общая обусловленность**

- Мы обусловлены классовой, социальной, религиозной, природной и языковой факторами.
- В нас мало свободного и спонтанного, мы часто действуем по привычке.

- **Необходимость прорыва**

- Нам нужно преодолеть психологическую обусловленность для достижения духовной жизни.
- Прорыв означает отделение от "механистичности" и самоотождествления с социальными и культурными факторами.

- **Прорыв через рациональное мышление**

- Рациональный ум важен, но не может постичь Реальность.
- Для достижения состояния Будды нужно преодолеть рациональный ум и выйти за его пределы.

- **Дзен и рациональный ум**

- Дзен критикует рациональный ум и его способность постичь Реальность.
- Люди предпочитают думать, что рациональный ум всемогущ, и боятся нерационального.

- **Страх перед сильными эмоциями**

- Мы предпочитаем прирученные эмоции, избегая сильных и нерациональных.

- В Индии безумцы не боятся, так как не боятся нерационального.

- **Сильные эмоции и их влияние**

- Сильные эмоции могут вывести из себя и привести к потере контроля.
- Некоторые эмоции, такие как сексуальное желание и наркотики, вызывают резкую реакцию.
- Цыгане символизируют иррациональное и неукротимое, что вызывает беспокойство у городских властей.

- **Ощущение времени**

- Время можно разделить на органическое и механическое.
- Органическое время — это непрерывное настоящее, без прошлого и будущего.
- Механическое время — это линейное время, разделенное на прошлое, настоящее и будущее.
- Большинство людей живут по часам, что разрушает ощущение органического времени.

- **Прорыв через ощущение времени**

- Прорыв через механическое время означает обретение независимости от него.
- Люди живут по часам, что приводит к потере естественного ритма жизни.
- Прорыв через ощущение времени позволяет жить от момента к моменту и наслаждаться непрерывностью.

- **Прорыв в состояние Будды**

- Прорыв через негативные эмоции ведет к положительным эмоциям любви и сострадания.
- Преодоление психологической обусловленности ведет к свободе и спонтанности.
- Прорыв через рациональный ум ведет к трансцендентальной нерациональности.
- Прорыв через ощущение времени ведет к переживанию вечного "сейчас".

- **Просветленная личность**

- Просветленный человек проявляет положительные эмоции, свободу и спонтанность.
- Он не привязан к рациональному мышлению и механическому времени.
- Просветленная личность может казаться ребенку, безумцу или привидению.

- **Как совершается прорыв**

- Прорыв достигается через развитие осознанности, внимательности и памятования.
- Осознанность растворяет негативные эмоции и обусловленность.

- Духовная жизнь невозможна без осознанности.

- **Осознанность и духовная практика**

- Осознанность разрушает обусловленность и негативную сторону.
- Регулярная духовная практика, будь то пуджа, медитация или молитвы, приводит к накоплению благих семян.
- Прорыв достигается через терпение и повторение практики.

- **Преодоление негативных эмоций**

- Развитие положительных эмоций через практики, такие как метта-бхавана.
- Общение с людьми, обладающими положительными эмоциями.
- Правильное питание и пребывание на открытом воздухе.
- Использование ярких цветов и одежды для стимулирования положительных эмоций.

- **Преодоление психологической обусловленности**

- Осознанность помогает осознать свою обусловленность.
- Путешествия в другие страны и знакомство с новыми культурами.
- Осознание своей обусловленности через столкновение с чужими культурами.

- **Преодоление рационального мышления**

- Использование метода парадокса для выхода за пределы концептуальной мысли.
- Пример из текстов Совершенства Мудрости о Бодхисаттве и его обете спасти всех существ.

- **Парадоксальный подход к Просветлению**

- Просветление не существует, как и тот, кто его обретает
- Метод коана в Дзен направлен на преодоление рационального ума
- Коаны требуют строгой дисциплины и веры в Мастера

- **Неконцептуальные виды общения**

- Мифы, легенды и символизм помогают передать неконцептуальную истину буддизма
- Юнг изменил подход к мифам, признав их важность
- Празднование Весака без речей подчеркивает важность мифического и символического

- **Прорыв через ощущение времени**

- Отказ от часов помогает преодолеть механическое время
- Работа без постоянных рабочих часов может способствовать прорыву

- **Условия для прорыва**

- Прорыв чаще происходит в кризисных ситуациях
- Будда обрел Просветление после шести лет усилий и голода

- Физические лишения и болезни могут укрепить дух и способствовать прорыву
- Шок и потеря могут привести к прорыву, когда кажется, что нет надежды

- **Прорыв в момент смерти**

- Смерть является величайшим кризисом и возможностью для прорыва.
- Во время и после смерти каждый переживает "ясный свет пустоты".
- Этот свет — отражение нашего подлинного ума, тождественного Реальности.
- Осознание этого света ведет к освобождению и возможному прекращению перерождений.

- **Гневное божество как символ прорыва**

- Гневное божество — изображение прорыва в тибетском буддизме.
- Это фигура синего цвета с мощным телосложением и устрашающим гневом.
- Символизирует силы прорыва через неведение и неосознанность.
- Окружено ореолом пламени, символизирующим преодоление обусловленного.

- **Завершение прорыва**

- Прорыв завершается, когда все обусловленное выжжено.
- Остаётся только сияющая фигура Будды под деревом Бодхи.